

Beauty und Wellness

Aromamassage

Die Aromamassage ist eine ganzheitliche Massagemethode, die die wohltuende Kunst der Berührung mit der therapeutischen Kraft ätherischer Öle verbindet. Sie nimmt im modernen Gesundheits-, Wellness- und Präventionsbereich einen festen Platz ein und erfreut sich großer Beliebtheit bei Klientinnen und Klienten, die auf natürliche Weise Entspannung, Regeneration und seelisches Gleichgewicht fördern möchten.

Inhalt und Ziel des Seminars:

Die Aromamassage kombiniert klassische Massagegriffe wie Effleurage (Streichungen) und Petrisse (Knetungen) mit der gezielten Anwendung ätherischer Öle. Diese werden aus verschiedenen Pflanzenteilen, wie z.B. Blüten, Blättern, Früchten, Wurzeln oder Hölzern, durch Destillation oder Kaltpressung gewonnen.

Die flüchtigen, ätherischen Bestandteile enthalten die konzentrierte Lebenskraft der Pflanzen und wirken über die Haut und den Geruchssinn auf Körper, Geist und Seele.

Im Rahmen dieses zweitägigen Praxisseminars werden sowohl theoretische Grundlagen als auch praktische Anwendungstechniken vermittelt.

Seminarinhalt

Theoretischer Teil:

- Grundlagen der Aromatherapie und der ätherischen Öle
- Gewinnung, Lagerung und Qualitätskriterien ätherischer Öle
- Wirkmechanismen über Haut und Geruchssinn
- Indikationen und Kontraindikationen
- Sicherheitsaspekte und Hautverträglichkeit
- Auswahl von Trägerölen und Dosierungsempfehlungen

Praktischer Teil:

- Kennenlernen der wichtigsten ätherischen Öle für die Massage
- Erlernen der spezifischen Grifftechniken der Aromamassage
- Erstellung individueller Duftmischungen nach energetischen und emotionalen Aspekten

Nach Abschluss des Seminars können die Teilnehmenden:

- ätherische Öle fachgerecht auswählen, mischen und anwenden,
- die physiologischen und psychologischen Wirkungen der Öle einschätzen,
- eine vollständige Aromamassage professionell durchführen,

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, zwei große Badetücher, ein Handtuch, eine Decke sowie Schreibmaterialien.

Termine

Sa, 21.02.2026
09:00–17:30 Uhr

So, 22.02.2026
09:00–17:30 Uhr

Preis

450,00 CHF

Schule

Paracelsus Schule Zürich
Grünhaldenstrasse 6
8050 Zürich
Tel. +41 43 960 2000

Seminarnummer

SSB7092210226

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 03.02.2026

Dozentin

Ulrike Wienholt

Jg.1957. Sie hat ein Studium der Germanistik und Biologie und zudem eine dreijährige Ausbildung in neo-reichianischer Körperarbeit (Orgodynamik) absolviert. Frau Wienholt besitzt weitere Qualifikationen in den Bereichen meditative Atementspannung und Bewegungsschulung, Imaginationsmethoden, Kontemplationstechniken und Energiemassagen. Seit 1987 arbeitet sie selbstständig in eigener Praxis. Ihre Schwerpunkte sind: Bewusstseinsbildung, Achtsamkeit, Meditation und Phantasiereisen sowie Körper- und Energiearbeit, spirituelle Lebensberatung und Massagen (u.a. Lomi Lomi, Aromamassage, tibetische Rückenmassage, indonesische Massage, ayurvedische Abhyanga Massage, energetische Fußreflexmassage, Bio-Energiemassage). Seit 2011 bringt sie als erfahrene Körpertherapeutin ihre Kompetenz bei den Paracelsus Schulen ein.