

 Naturheilkunde

Tibetisch-energetische Rückenmassage – Berührung als Weg zu innerer Harmonie und En- ergiefluss

Die tibetische Massage ist eine uralte, energetische Heilmethode. Sie dient der Harmonisierung von Körper, Geist und Seele und regt die feinstofflichen Energien an, die unseren gesamten Organismus durchdringen. Diese Methode fördert tiefes Wohlbefinden, Ausgeglichenheit und eine nachhaltige Regeneration auf allen Ebenen des Seins.

Im Mittelpunkt der tibetischen Massage steht die Berührung als heilende Kraft. Ergänzt wird diese sanfte Energiearbeit durch gezielte Druckpunkttechniken, die auf den Energiezentren und -bahnen des Körpers basieren.

Diese Kombination bewirkt eine tiefe Aktivierung des energetischen Systems:

- Energieblockaden können sich lösen,
- der Fluss der Lebensenergie («Lung») wird harmonisiert,
- Spannungen auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene dürfen sich auflösen.

Seminarinhalte

In diesem intensiven Tagesseminar erlernen die Teilnehmenden die theoretischen und praktischen Grundlagen der tibetischen Massage.

Theoretischer Teil:

- Einführung in die Prinzipien der tibetischen Heilkunde
- Energetische Grundlagen und Bedeutung des Lebensatems («Lung»)
- Symbolik der Unendlichkeit in der tibetischen Körperarbeit
- Wirkung und Bedeutung der verwendeten Öle und Essenzen

Praktischer Teil:

- Erlernen der fliessenden Massagebewegungen im Rhythmus des Atems
- Arbeit mit Druckpunkten entlang der Energiebahnen
- Aufbau und Ablauf einer vollständigen tibetischen Massage
- Achtsame Präsenz und energetische Zentrierung während der Behandlung
- Anwendung des Spezialöls zur Unterstützung der energetischen Prozesse

Nach Abschluss des Seminars sind die Teilnehmenden in der Lage:

- die tibetische Massage sicher und achtsam anzuwenden,
- die energetischen Grundlagen und deren Wirkmechanismen zu verstehen,
- den Energiefluss im Körper wahrzunehmen und zu harmonisieren,
- die Methode gezielt in Wellness-, Entspannungs- oder Therapieangebote zu integrieren.

Organisatorisches

Bitte mitbringen: Ein Laken, ein Handtuch und eine Decke.

Termin

So, 22.03.2026
09:00–17:30 Uhr

Preis

215,00 CHF

Schule

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

Seminarnummer

SSH7092220326

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.