

# Energetische Kopf-Gesicht-Nackenmassage

## BEAUTY / WELLNESS



Die Kopf- und Gesichtsmassage gehört zu den ältesten Heilmethoden der Welt. Sie wurde und wird vor allem im asiatischen Raum praktiziert, z.B. in der ayurvedischen Tradition. Hals u. Nacken werden mit gezielten Griffen mit

einbezogen, da hier oft enorme Blockaden bestehen. Der Atem vertieft sich merklich und bewirkt ein Gefühl von Befreiung und Gelöstheit. Auch die oft angespannten Kiefermuskeln können sich lockern und die damit verbundenen Spannungen im Nacken lösen. Bedeutsam ist die heilsame Wirkung auf der feinstofflichen Ebene. Die Methode ist sehr sanft und genussvoll und erfordert ein hohes Mass an Präsenz, Einfühlungsvermögen und Fingerspitzengefühl. Die Behandelten berichten oft danach von einem Gefühl von Leichtigkeit, von Momenten tiefer Ruhe und Frieden. Sie zaubert neue Frische auf das Gesicht und hinterlässt oft ein feines Lächeln.

Sie wirkt auf vielen Ebenen:

- sie fördert die Entspannung der Muskulatur u. die psychische Entspannung
- bewirkt die örtliche Steigerung der Durchblutung
- mindert Stresshormone
- lindert Beschwerden nach einem Schleudertrauma
- verbessert den Zellstoffwechsel im Gewebe
- beeinflusst das vegetative Nervensystem
- senkt Blutdruck, Pulsfrequenz u. wirkt auf innere Organe ein
- hilft bei Migräne u. Kopfschmerzen
- entspannt Bindegewebe u. Haut.

Der Kurs beinhaltet neben dem Erlernen der Massagetechnik auch Übungen zur Lockerung und Entspannung, um „den Kopf frei zu kriegen“, sowie Möglichkeiten der Prävention von stressbedingten Kopf- und Nackenschmerzen. Die Massage eignet sich für fast jeden, ist auch gut für ältere und kranke Menschen sowie Kinder. Sie lässt sich gut mit einer Ganzkörpermassage, energetischen Rückenmassage oder Fußmassage kombinieren.

Das Seminar richtet sich an manuell arbeitende Therapeuten/innen aus Heil- u. Pflgeberufen und dem Wellness-, und Beautybereich.

**Dozent/in Ulrike Wienholt:** Jg.1957; Studium der Germanistik und Biologie; 3-jährige Ausbildung in neo-reichianischer Körperarbeit (Orgodynamik); Qualifikationen in den Bereichen: Meditative Atem-Entspannungs- und Bewegungsschulung, Imaginationsmethoden, Kontemplationstechniken und Energie Massagen. Seit 1987 Aufbau und Leitung selbstständiger Seminartätigkeit und Praxis . Themen: 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, Akkupressurmassage, Bio Energiemassage). Seit 2011 bringt sie als erfahrene Körpertherapeutin Kompetenz und Herz bei den Paracelsusschulen mit ein.

Termine:

**Sa. 31.01.2026**

09:00-17:00 Uhr

Preis:

**230,- CHF \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Grünhaldenstrasse 6  
8050 Zürich  
Tel. 043 9602000**

Seminarnummer:

**SSA7092310126**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 043 96 09 015
- Web: [paracelsus-schulen.ch](http://paracelsus-schulen.ch)
- per QR:

