



## *Meditativ fot, hand och huvudmassage*

En mycket mjuk och avslappnande massage som hjälper dig att stanna upp och "bara vara". Med lätta rörelser jobbar man på områden som i zonterapi motsvarar ryggraden.

Den Meditativa fot, hand och huvudmassagen kommer från The Metamorphic Technique som i sin tur har sin grund i Zonterapi.

Allt i universum är uppbyggt kring en mittlinje. Vår mittlinje är ryggraden och genom att jobba på den indirekt kommer vi också i kontakt med vår livskraft och möjlighet till förändring. Mönster som skapades under fostertiden kan omvandlas och ge plats för nya mönster och potentialer att träda fram. Förändringen kan vara både fysiskt, mentalt, emotionellt och beteendemässigt.

**Delar ur innehållet:** Vad är Meditativ fot, hand och huvudmassage? Hur kom det till? Hur gör man? Vad kan man förvänta sig och vad har andra upplevt? Vad visar forskningen om Compassion och lugn och ro - hormoner kopplat till vänlig beröring? Kursen är både för dig som vill använda den i ditt arbete med patienter, klienter och för dig som vill ge det till familj och vänner samt för ditt eget personliga växande.

**Ledare:** Kristin Bomanson, lärare i Meditativ fot, hand och huvudmassage som ingår i Zonterapeututbildningen vid Axelsons Gymnastiska Institut. Hon är utbildad lärare i The Metamorphic Technique av Gaston St. Pierre, grundaren av The Metamorphic Association.

**Tid:** Lördag 4/3 2017, kl 10.00-16.00.

**Plats:** Studio Harmoni, Industrigatan 9A, Trosa

**Pris:** 1400 kr, inklusive lunch och fika. Halva priset för dig som vill repetera.

Anmälan och info: [info@studioharmonitrosa.se](mailto:info@studioharmonitrosa.se) 0708 763937

Kursinfo: Kristin [kristin@hjartkraft.se](mailto:kristin@hjartkraft.se) , 070- 631 24 36



*Hjärtkraft*