**Kopf in Balance**

Psychoaktive Trapeziusmassage

Der Trapezius oder auch Kapuzenmuskel genannt, liegt als großer Muskel, förmlich wie eine Kapuze von den Schulterblättern bis zum Kopf hoch an der oberen Hälfte des Rückens an.

Durch Stress und Haltungsprobleme ist er sehr häufig massiv verspannt und sorgt für eine Vielzahl an gesundheitlichen Problemen.

Es fühlt sich förmlich so an, als würde etwas wie „Blei auf unseren Schultern“ liegen.

Seine Verspannung können:

* Schlafprobleme verursachen
* Kopfschmerzen auslösen
* zu Bewegungseinschränkungen in der HWS führen
* Konzentration und Gedächtnis stören

Ziel der psychoaktiven Massagen ist nicht der angewendete Druck der Massage sondern vielmehr ein in Fluss bringen von Atemrhythmus und Ausgleich von Muskeldysbalancen.

Großflächige, dehnende Griffe lösen auf sanftem Weg, den „Panzer“ der sich in unserem oberen Rücken aufgebaut hat auf, und führen zu einem besseren Körperbefinden.

Man lernt wieder bewusst Spannung und Entspannung zu spüren.

Dauer 45 Minuten inklusive Nachruhe

**Euro 60,-**

