

# Klassische Massage

## BEAUTY / WELLNESS



Die klassische Massage ist die bekannteste und am weitesten verbreitete Massageform. Sie besteht aus vier Techniken, die nacheinander durchgeführt werden: Die Effleurage, ein sanftes Streichen zur Kontaktaufnahme mit dem Klienten und zum Erspüren der Verspannungen und Verhärtungen; die Petrissage, das Kneten, bei dem die Muskeln gegeneinander verschoben und dabei

gedehnt werden, zur Anregung der Durchblutung und zur Lösung von Verspannungen; die Friktion (Reibung), bei der mit dem Daumen oder den Fingerkuppen tiefe, kreisende Bewegungen ausgeführt werden, um Myogelosen (harte Knoten im Muskelgewebe) zu lösen; und zuletzt das Tapotement, bei dem durch Klopfen und leichtes Schlagen mit der lockeren Hand das Nervensystem angeregt und eine tiefe Durchblutung der Muskulatur bewirkt wird.

Die klassische Massage dient in erster Linie zur Vorbeugung und Behandlung von Verspannungen und Verhärtungen in der Muskulatur, zur besseren Durchblutung der Haut und zur Entspannung und gleichzeitigen Vitalisierung des ganzen Menschen.

Der Kurs richtet sich an therapeutisch und manuell arbeitende Zielgruppen in Naturheilpraxen und Wellness-Bereichen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, ein großes Laken/Badehandtuch und Schreibzeug zum Seminar mit.

**Dozent/in HP Saskia Verhufen:** Während sie als Masseurin und medizinische Bademeisterin arbeitete, war das Interesse an ganzheitlichen Therapien groß, so dass sie die Heilpraktikerausbildung absolvierte. Neben Fortbildungen im Bereich der Massage, setzte sie Schwerpunkte auf CranioSacral Therapie und Traditionelle Chinesische Medizin. Aus Leidenschaft zu ihrem Hobby Yoga, entschied sie sich für eine 500h Yogalehrer Ausbildung bei der Paracelsus Schule Mönchengladbach. Sie ist Mutter von zwei Kindern, gibt Yogakurse und ist in eigener Praxis als Heilpraktikerin tätig. Ihr umfangreiches Wissen gibt sie mit Freude seit 2012 weiter.

Termine:

**Sa. 06.09.2025**

**So. 07.09.2025**

**Sa. 20.09.2025**

**So. 21.09.2025**

**So. 26.10.2025**

**So. 09.11.2025**

**So. 21.12.2025**

**Sa. 10.01.2026**

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

**1150,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Hindenburgstr. 34  
41061 Mönchengladbach  
Tel. 02161 - 204051**

Seminarnummer:

**SSA41200625V3**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

