

Klassische Massage

BEAUTY / WELLNESS



Die Massage beeinflusst mechanisch unsere Haut, das Bindegewebe und die Muskulatur durch Dehnungs-, Zug- und Druckreize. Die Wirkung reicht von der direkt behandelten Stelle des Körpers über den gesamten Organismus und schließt auch das psychische Befinden mit

ein. Die Massage im weitesten Sinne ist eines der ältesten Heilmittel der Menschheit.

Über den griechischen Arzt Hippokrates (ca. 460–370 v. Chr.) und seine medizinische Schule gelangte die Massage von ihren Ursprüngen in Afrika und Asien nach Europa. Die Gesellschaft verlor jedoch in späteren Zeiten das Interesse an Massagen und anderen Präventions- und Therapiemaßnahmen. Erst gegen Ende des Mittelalters, im 16. Jahrhundert, wurde die Massage durch den Arzt und Alchimisten Paracelsus (1493–1541) wieder Thema der europäischen Medizin.

Die klassische Massage ist die bekannteste und am weitesten verbreitete Massageform. Sie besteht aus vier Techniken, die nacheinander durchgeführt werden:

- **Effleurage:** Sanftes Streichen zur Kontaktaufnahme mit dem Klienten und zum Erspüren der Verspannungen und Verhärtungen.
- **Petrissage:** Kneten, bei dem die Muskeln gegeneinander verschoben und dabei gedehnt werden, zur Anregung der Durchblutung und zur Lösung von Verspannungen.
- **Friktion (Reibung):** Mit dem Daumen oder den Fingerkuppen werden tiefe, kreisende Bewegungen ausgeführt, um Myogelosen (harte Knoten im Muskelgewebe) zu lösen.
- **Tapotement:** Durch Klopfen und leichtes Schlagen mit der lockeren Hand wird das Nervensystem angeregt und eine tiefe Durchblutung der Muskulatur bewirkt.

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

Das Seminar ist Bestandteil der umfassenden Ausbildung z. Massagetherapeuten/in und kann hier separat gebucht werden.

Dozent/in HP PT Britta Grötsch: Physiotherapeutin, Psychologische Beraterin, Schamanin, zwei Kinder; Nach zahlreichen Fachfortbildungen wie Dorntherapie, manueller Triggerpunktbehandlung, Kinesio-Taping und vielfältigen Weiterbildungen in präventiven Massagetechniken leitete Frau Grötsch von 2007-2016 ihre Praxis für Physiotherapie in Saarbrücken. Es folgte eine Ausbildung zur Psychologischen Beraterin mit Fachqualifikation in Systemischen Verfahren und Reinkarnationstherapie. 2018 bildete sich Frau Grötsch in pferdegestützter Therapie weiter, 2021 folgten Ausbildung und Initiation zur Schamanin. Ergänzend zu ihrer Arbeit als Reiththerapeutin, Psychologische Beraterin und Schamanin arbeitet Frau Grötsch seit 2010 mit Begeisterung als Dozentin.

Termine:

Sa. 11.10.2025

So. 12.10.2025

Sa. 25.10.2025

So. 26.10.2025

Sa. 08.11.2025

So. 09.11.2025

Sa. 22.11.2025

So. 23.11.2025

jew. 09:00-17:00 Uhr

Preis:

1150,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Bahnhofstr. 31
66111 Saarbrücken
Tel. 0681 - 3 22 62**

Seminarnummer:

SSE66030525V9

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

