

# Klassische Massage

mit anatomischen Grundlagen

## BEAUTY / WELLNESS



Die klassische Massage, als bekannteste und am meisten verbreitete Massageform, besteht aus vier Techniken, die nacheinander durchgeführt werden:

- Effleurage: Sanftes Streichen zur Kontaktaufnahme mit dem/r Klienten/in 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 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.

In diesem ausführlichen Seminar lernen Sie - bei einer erfahrenen Dozentin - die wichtigen anatomischen Grundlagen und die Praxis der klassischen Massage - von A bis Z.

Das Seminar richtet sich an Heilpraktiker/innen, Heilpraktiker-Anwärter/innen, Physiotherapeuten/innen, Masseur/innen und an weitere Fachkräfte aus dem Gesundheitswesen.

**Dozent/in Annika Hesse:** Jg. 1974. Nach der 2-jährigen Vollzeit-Ausbildung zur staatl. gepr. Kosmetikerin und Fußpflegerin hat sich Frau Hesse auf Wellnessmassagen und die Behandlung von Hautunreinheiten spezialisiert. Sie übte verschiedene Tätigkeiten in Wellnesseinrichtungen sowie als Führungskraft in Einzelhandel/Kosmetik aus. Zusatzqualifikationen: Visagistin, manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder, Aromakunde, Fußreflexzonenarbeit, Kundalini Yogalehrerin KRI Level 2. Sie ist Gruppenleiterin für Tantra-, Hatha-, und Kundalini Yoga-orientierte Transformationsarbeit, Fastenleiterin, Access Consciousness Practitioner® und hat langjährige Erfahrung in der Erwachsenenbildung. Seit 2012 ist sie Dozentin an der Paracelsus Schule, seit 2014 selbständig.

Termine:

**Sa. 12.04.2025**

**So. 13.04.2025**

**Sa. 31.05.2025**

**So. 01.06.2025**

**Sa. 05.07.2025**

**So. 06.07.2025**

**Sa. 13.12.2025**

**So. 14.12.2025**

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

**1150,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Zindelstr. 3-5  
37073 Göttingen  
Tel. 0551 - 573 47**

Seminarnummer:  
**SSH34120425V1**

Anmeldemöglichkeiten:

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

