

## Tuina-Massage ...mit Stephanie Klier...

### Berührung, die bewegt – Heilsame TCM-Körperarbeit auf dem Mitimino-Lamahof

Die **Tuina-Massage** ist eine der ältesten Heilmethoden der **Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)**. Sie vereint jahrtausendealtes Wissen über die Lebensenergie Qi mit gezielter, achtsamer Berührung. Im Gegensatz zur klassischen Massage steht nicht nur die Muskulatur im Mittelpunkt, sondern das gesamte **Meridiansystem** – jene feinen Energieleitbahnen, durch die Vitalität, Emotionen und innere Balance fließen.

Auf dem **Lamahof der Familie Baier in Döbrastöcken** darf diese besondere Form der Körperarbeit inmitten von Natur, Ruhe und tierischer Präsenz ihre volle Wirkung entfalten. Umgeben von sanften Wesen wie Lamas, kann der Körper leichter loslassen

...und die Seele atmen.

### Was ist Tuina?

„Tui“ bedeutet schieben, „Na“ heißt greifen – in der Tuina-Massage werden gezielte Druck-, Dehn- und Streichbewegungen eingesetzt, um Blockaden im Qi-Fluss zu lösen, Schmerzen zu lindern und Organe energetisch zu unterstützen. Dabei werden **Akkupressurpunkte, Meridiane und Energiezentren** behandelt – immer abgestimmt auf das individuelle Beschwerdebild und die seelische Verfassung des Menschen.

Tuina eignet sich besonders bei...

- Verspannungen & Rückenschmerzen
  - Kopfschmerzen & Erschöpfung
  - Schlafproblemen & innerer Unruhe
- Zyklusbeschwerden & emotionalem Ungleichgewicht
- zur allgemeinen Regeneration und Entspannung

### Auf dem Lamahof – Heilung in Verbindung

Die Arbeit mit Tuina auf dem Lamahof ist mehr als nur eine Technik – sie ist eine **Einladung zur Rückverbindung** mit deinem Körper, deiner Atmung und der Weisheit deiner eigenen Lebensenergie. In der heilsamen Atmosphäre von Natur, Tieren und Stille kann sich nicht nur der Körper, sondern auch das Herz öffnen.

### Gönne dir diese wohltuende Auszeit – für dich, deinen Energiefluss und deine Balance

Eine TUINA Massage kostet für 90 Minuten 125,00 €

Eine Terminanfrage ist bei uns jederzeit telefonisch oder per Mail möglich

