

So spricht die Seele durch die Füße

Tagesworkshop · Fußreflexzonenmassage · Basics für dich und zu Hause

Kurz

In diesem Tagesworkshop lernst du die Sprache der Füße lesen: durch Berühren und Verstehen. Wir arbeiten mit der Technik der Fußreflexzonenmassage. Stück für Stück bekommst du die Landkarte der Füße in die Hände.

Ziel sind stimmige Basics: so klar, dass du sie für dich, zu Hause und für Menschen, die dir nah sind, anwenden kannst.

Worum es geht

Die Füße tragen den ganzen Tag. In der Fußreflexzonenmassage werden sie zur feinen Landkarte des Körpers. Über klar zuordenbare Zonen lassen sich Spannungsbilder, Müdigkeit und innere Unruhe oft früher spüren.

Im Workshop geht es um handwerkliche Technik und Wahrnehmungsfähigkeit. Griffe, Druck, Richtung und Reihenfolge. Und spüren, wann eine Zone nur streicheln will und wann klare Arbeit stimmig ist.

Was du lernst

- Aufbau der Fußreflexzonen: Sohle, Zehen, Spann, Seitenränder.
- Organsysteme und Körperbezüge Stück für Stück.
- Alltagstaugliche Griffe für dich und nahe Menschen.

Rahmen

Tagesworkshop, oft 4 bis 6 Stunden. Kleine Gruppe. Beitrag nach Format. Ort und Termin nach Absprache.