

# Qigong-Zentrum Büderich



Kursraum



Massageraum

## Geschenkgutscheine

Auf der Suche nach einer Geschenkidee? Verschenken Sie doch einmal einen Gutschein für eine entspannende Auszeit, z.B. eine Klangschaalenmassage für 45,-€, oder eine Ölmassage für 60,-€.



# Qigong-Zentrum Büderich

Helmut Eck  
Petra Höch

Düsseldorfer Str. 85  
40667 Meerbusch-Büderich  
direkt an der Kreuzung  
zum „Deutschen Eck“  
Telefon: 0170 631 4686  
oder 0177 316 6240



Qigong Kurse  
Montags 19:00 Uhr  
Dienstags 19:30 Uhr  
Mittwochs 11:00 und 18:00 Uhr  
Tai Chi Chuan Kurs  
Montags 20:15 Uhr



## Tao Touch<sup>©</sup> Massagen

## Chinesische Gesundheitsmassagen

## Qigong

## Tai Chi Chuan

im



## Qigong Zentrum Büderich

**Tao Touch® Ölmassage.** Grundlage der TAO Touch Methode ist die 5 Elemente Lehre, Meridianverläufe und Akupressurpunkte aus der Traditionellen Chinesischen Medizin, kombiniert mit westlichen Methoden. Die TAO Touch® Massage entstand aus dem Bedürfnis nach Langsamkeit und fühlendem Miteinander. Es ist die Langsamkeit, die Menschen in tiefe Entspannung und ins Fühlen führt. Und über das fühlende Wahrnehmen entsteht zwischen Gebendem und Nehmendem eine harmonische Einheit – die unbedingte Voraussetzung für heilsame Prozesse. Bei der Frage nach innerer Ruhe lag die Antwort auf der Hand. Durch unsere Erfahrungen mit den fernöstlichen Heilmethoden **Tai Chi Chuan und Qigong** wissen wir, dass der Blasen-Meridian, unsere längste Energieleitbahn am Rücken, die wichtigste Umschaltstelle von Aktivität auf Ruhe ist. Bei der Ölmassage nach der Tao Touch Methode handelt es sich um eine Ganzkörpermassage mit heißem duftneutralen Mandelöl oder natürliches Aromaöl in den Kompositionen „Beruhigend“, „Belebend“ und „Anti-Aging“. Wir sprechen die gesamte Rückseite an, von den Füßen bis zum Hinterkopf. So gelangen Sie schnell in einen tiefen und heilsamen Entspannungszustand. Viele verlieren während der Anwendung ihre Nacken- und Rückenprobleme.

Zeit ca. 60 Minuten, Kosten 60,- €

**Tao Touch® Rosenquarz Massage** Dreiteilige Druckpunkt-Massage mit warmen Rosenquarzsteinen und kostbarem Rosenöl. Sanfte Massage mit Tiefenwirkung die den Belastungen unseres Herz-Kreislaufsystems entgegensteuert. Massage der Füße – Über wichtige Reflexzonen erreichen wir einen wohltuenden Ausgleich des gesamten Körpers. Vor allem lösen sich Anspannungen in den Beinen und Knien, was sich deutlich als befreiende Wirkung im unteren Rücken zeigt. Massage des Brustkorbs – Lösen von Stagnationen in den Meridianen im Brustbereich tragen dazu bei, das emotionale Gleichgewicht wieder herzustellen. Massage des Gesichts – Nun kann sich tiefe Entspannung ausbreiten. Nicht zuletzt durch den Duft des Rosenöles ein ganzheitliches Erlebnis für Körper und Seele.

Zeit ca. 60 Minuten, Kosten 60,- €

**Tao Touch® Akupressur-Massage.** Sie liegen mit bekleideten Körper auf einer Matte am Boden. Bei dieser Massage verbirgt sich ein hoch komplexes System, das die 5 Elemente und die damit zusammenhängenden Funktionskreise der einzelnen Organe in einer Massageform vereint, mit der ein Energieausgleich ausgezeichnet gelingt. Der gesamte Körper wird bei der Massage eingesetzt. Auf diese Weise verschmelzen Therapeut und Klient zu einer wirkungsvollen Einheit. Fülle und Leere Zustände werden im ganzen Körper ausbalanciert. Dies führt Sie in eine tiefe Entspannung.

Zeit ca. 60 Minuten, Kosten 50,- €

**Tao Touch® Klangmassage.** Massage mittels Klangschalen am bekleideten Körper. Die Schwingungen der Schalen erreichen den Menschen auf ganzheitliche Weise. Über die Knochen und Körperflüssigkeiten gelangen die Vibrationen bis in unsere Zellen. Hierdurch wird der Stoffwechsel angeregt. Es kommt zu Entgiftungs- und Entsäuerungsprozessen. Ihre Beweglichkeit wird verbessert, Schmerzen und Spannungen können abfließen und Sie gelangen zurück in die Harmonie. Geeignet auch für Kinder und Jugendliche.

Zeit ca. 60 Minuten, Kosten 45,- €

**Tao Touch® Hot Stone Massage** ist eine faszinierende Verbindung aus Massage und der wohltuenden Wirkung von heißen Steinen (ca.60°C). Der gesamte Organismus wird mit neuer Energie und Vitalität aufgeladen. Die sanften und dennoch intensiven Reize während der Massage stimulieren das Chakren- und Meridiansystem und führen zu einer ganzheitlichen Entspannung aller Sinne. Die Tiefenwärme der Basaltsteine unterstützt Stoffwechselprozesse, hilft bei Muskelverspannungen, erhöht die Durchblutung und verbessert den Lymphfluß. Die Hot Stone Massage unterstützt jene körperlichen und seelischen Prozesse, die dazu beitragen unsere innere Mitte wiederzufinden, um dem Alltag kraftvoll und lebendig begegnen zu können.

Zeit ca. 60 Minuten, Kosten 55,- €

**Chinesische Gesundheitsmassage nach Buyin Zheng.** Die Gesundheitsmassage wirkt auf ganzheitliche Weise und vermag durch eine spezielle Massagetechnik die Gesundheit zu erhalten. Auch im Falle einer Erkrankung setzt sie direkt an der Wurzel des Unwohlseins an, ganz gleich ob es sich um körperliche oder psychosomatische Leiden handelt. In vielen Fällen macht sich schon nach wenigen Anwendungen eine spürbare Linderung oder Lösung der Beschwerden bemerkbar.

Zeit ca. 40 Minuten, Kosten 45,- €

**So bereiten Sie sich vor ...** Nutzen Sie Ihre Zeit zur kompletten Erholung. Bitte schalten Sie Ihr Mobiltelefon aus. Trinken Sie genügend Wasser, dies wird Ihrem Körper helfen, von der entgiftenden Wirkung der Massagen zu profitieren. Beginnen Sie Ihre Behandlung weder hungrig noch direkt nach dem Essen. Wir werden Sie vor der Massage nach Ihren Wünschen befragen: Die richtige Musik und Lautstärke, das optimale Öl, der richtige Duft oder die gewünschte Temperatur sind nur einige wichtige Punkte um Ihren Besuch zu einem angenehmen Erlebnis werden zu lassen. Bitte informieren Sie uns unbedingt, falls Sie unter hohem Blutdruck leiden, Herzprobleme sowie sonstige körperliche Beschwerden oder Einschränkungen haben sollten. Entspannen Sie sich, atmen Sie tief durch und lassen Sie alle Gedanken, Sorgen und Nöte hinter sich zurück. **Kleidung:** Bei Körperbehandlungen bitten wir Sie, Schmuck und Oberbekleidung abzulegen. Wir empfehlen zudem, die Behandlung ohne Make-up zu beginnen. Bei der Hot Stone Massage behalten Sie Ihre Unterwäsche an. Bei der Ölmassage liegen Sie unbedeckt bauchseitig auf der Liege. Während der Massage werden Sie mit wärmenden Decken bedeckt. Bei der Akupressur- Klang- und Gesundheitsmassage empfehlen wir gemütliche Kleidung. Nach der Behandlung bitte nicht gleich los spuren, genießen Sie den Tag.

**Termine:** Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin. Falls Sie uns nicht direkt erreichen rufen wir Sie zurück. Ideal ist der Mittwochnachmittag, der Donnerstagabend sowie der Samstag.