

Fußreflexzonenmassage

Fußreflexzonenmassage

Ähnlich wie die energetischen Behandlungen dient auch die Massage der Fußreflexzonen der Aktivierung der Selbstheilungskräfte.



Rund 70.000 Nervenenden befinden sich an den Fußsohlen, diese können mit gezielter Massage stimuliert werden. Wie der Begriff schon andeutet, wird die Fußsohle dabei in Zonen aufgeteilt. Jede Zone steht in Verbindung mit einem bestimmten Organ bzw. einem Körperteil. Durch **sanfte Massage gezielter Zonen** können Blockaden gelöst werden.

Neben der Lösung von Blockaden die Schmerzen verursachen (z.B. Nackenschmerzen), kann die Fußreflexzonenmassage auch der **Stimulierung von Entgiftungsprozessen** dienen, sowie einzelne Organe in ihrer Aktivität positiv beeinflussen. Während der Massage kommt es meist zu einer tiefen Entspannung, die sich auch auf **Schlafprobleme** günstig auswirken kann.