



# Shiatsu Stoelmassage

Uw primaire secundaire arbeidsvoorwaarde

Omdat voorkomen beter is dan genezen

**Shiatsu kan zowel op een stoel als op een Futon worden gegeven.**

## Shiatsu Stoelmassage

Bij een stoelmassage zit de ontvanger op een speciale comfortabele stoel. Het duurt ongeveer 15 minuten per persoon. Rekening houdend met 5 minuten uitlooptijd, kunnen er 3 medewerkers per uur worden behandeld.

## Shiatsu op Futon

Als uw medewerkers langere behandelingen nodig hebben kan Shiatsu ook gegeven worden op een Futon (traditionele Japanse matras). Het geeft een diepere werking op lichaam en geest. De duur van de behandeling wordt afgestemd op de behoefte van uw medewerkers. Deze vorm is een prima middel om o.a. het re-integratieproces te bevorderen.

## Hoe beoefent u Do-in?

Stilte in beweging, beweging in stilte. Do-in sessies zijn opgebouwd met oefeningen om het lichaam wakker te maken, Qi oefeningen, meridianenstrekkingen (energiebanen), ademhaling- & meditatietechnieken en eenvoudige (zelf)massage.

**Shiatsu is een Japans therapeutische behandelvorm. Shiatsu voorkomt gezondheidsklachten, zowel fysiek als mentaal. Het herstelt en stimuleert het zelfgenezend vermogen en brengt lichaam en geest in balans.**

**Elke goede werkgever besteedt aandacht aan het welzijn van zijn medewerkers.**



**Door Shiatsu in te zetten op de werkvloer krijgt u:**

- medewerkers die beter in hun vel zitten
- verlaagd ziekteverzuim
- extra gemotiveerde medewerkers
- verhoogde productiviteit

**Do-in is de Japanse variant van een oude Chinese bewegingskunst: Dao Yin (導引). Do-in heeft als doel ziektes te voorkomen, gezondheid en vitaliteit te bevorderen, lichaam en geest te harmoniseren en het leven te "voeden".**

**Eenvoudige en aangepaste oefeningen kunnen makkelijk op de werkvloer toegepast worden!**



**U en uw medewerkers krijgen:**

- meer ontspanning
- meer plezier
- meer collegialiteit
- betere prestaties

**Kortom een positief bedrijfsresultaat!**

**Het leveren van maatwerk staat bij ons centraal. Voor meer informatie kunt u vrijblijvend contact opnemen.**

**指圧 Karin Velder**  
**Werkrijk voor klassieke Shiatsu**

Behandelingen voor behoud en herstel van uw gezondheid en vitaliteit

Telefoon: +31 (0)6-20419900  
Email: shiatsu@velder.net  
website: <http://karin.velder.net>



Shiatsu, Do-in, Yoga & More

Dong Zhang

+31 (0) 6-40850124  
[contact@dingdonglife.nl](mailto:contact@dingdonglife.nl)  
[dingdonglife.nl](http://dingdonglife.nl)