

GESUNDHEITSERWACHEN



Geben Sie Ihrem Körper die Chance, sich von den Schlacken, welche sich im Winter angesammelt haben, zu befreien. Die Erfahrungen, welche ich vor kurzem in Vietnam in einer traditionellen Klinik gemacht habe, gebe ich gerne an Sie weiter.

Gönnen Sie sich eine wohltuende **Fussreflexzonenmassage** oder eine **reflektorische Lymphdrainage**. Um blockierte Emotionen aufzulösen sind **Psychozon-Massagen** am Fuss und **Bachblüten** sehr hilfreich.

Wundervoll ist auch die Akupressurtherapie **Shiatsu**, in der die Energiebahnen befreit werden. Der leitende Arzt der Klinik in Vietnam hat mich eine einfache und doch äusserst wirksame Diagnosetechnik nach den 5 Elementen gelehrt. Diese verhilft dank **Akupunktur** und **Elektroakupunktur** zur vollen Entfaltung der Gesundheit. Zur weiteren Unterstützung gehören die Anwendung von **Moxa** (wärmende Kräuter) und verschiedene **Schröpfungsmethoden**.

Ganz wichtig ist die **Ernährung**. Haben Sie gewusst, dass Nahrungsmittel und **Kräuter** auch Medikamente sind? Alle haben ihre spezifischen Wirkungen (zB. wärmend oder kühlend, Yang oder Yin tonisierend, Nässe oder Hitze ausleitend) und sollten je nach Diagnose eingesetzt werden. Der Frühling ist eine optimale Zeit, um den Körper zu reinigen und dann entsprechend zu stärken.

Ich freue mich, Sie tolle Übungen (**Makko-Ho, Qi Gong, heilende Laute, Meridian-Klopftechnik, Yoga**) zu lehren, um den Selbstheilungsprozess auch zu Hause aktiv zu erleben.

Als **NLP-Praktiker** kenne ich effiziente Techniken, welche zB Phobien und alte Muster (wie „Ich kann nicht ..“) verschwinden lassen und die helfen, neue, kraftvolle Programme aufzubauen.



Daniel Studhalter
Naturheilpraxis
Ruflibergstr. 9 / Wäsmeli
6006 Luzern
041 420 52 57
www.gesund-reisen.ch

Gerne berate, behandle und begleite ich Sie auch **bei Ihnen zu Hause**.

Krankenkassen anerkannt
Nichtversicherten gewähre ich eine Preisreduktion.