

## **Ausbildungsinhalt:**

- Geschichte und Theorie der Traditionellen Thai Massage.
- Grundlagen und Struktur einer vollständigen Ganzkörpermassage in Rückenlage, Seitenlage, Bauchlage und Sitzposition.
- Druckmassage mit Daumen und Handballen der wichtigen Energielinien und Druckpunkte.
- Dehnen und Strecken des Körpers.
- Mobilisieren der Gelenke.
- Massieren als Akt der Nächstenliebe und als spirituelle Praxis.
- Gefühl für verschiedene Körper entwickeln.
- Beachtung des Gesundheitszustandes. Kontraindikationen.
- Hinweise auf therapeutische Wirkungen.
- Tägliche Yogastunden und Mediationen als Vorbereitung und eigener Gesundheitserhaltung.
- Durchführen der vollständigen Massage mit anschließendem Feedback.