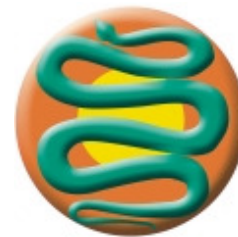


Presseinformation „Gesundheit tanken – aber wie?

Wien, 02.09.2009 – Die Wellness- und Gesundheitsmesse Festival der Sinne kommt nun endlich auch nach Oberösterreich! Unter dem Motto „Augen-Blicke“ können BesucherInnen vom 14. bis 15. November 2009 individuelle Wege, die eigene Gesundheit zu stärken, ausprobieren. Mitmachen ist beim Festival der Sinne ausdrücklich erwünscht. Der Eintritt ist gratis!



Wenn es um die eigene Gesundheit geht, weiß niemand besser Bescheid, als der eigene Körper. Doch oft sind unsere Sensoren in diesem Bereich „verstopft“ und das Angebot auf dem Markt ist groß und unübersichtlich. Hier den für sich richtigen Weg zu finden, ist die Kunst. Leichter fällt dies nach einem Besuch des Festivals der Sinne, wo viele alternative Gesundheitskonzepte ausprobiert werden können.

Mit sanftem Klang zu mehr Harmonie und Wohlbefinden

Klangschalen sind Instrumente und Heilmittel in einem. Ihre sanften Schwingungen harmonisieren und regulieren das innere Gleichgewicht. Die ganzheitliche Wirkung der vibrierenden Schwingungen beruht auf einem breiten Spektrum obertonreicher Klänge. Die Schwingungen übertragen sich auf den Körper und breiten sich dort in konzentrischen Wellen aus: eine wohltuende Massage für jede der über 100 Billionen Zellen im Körper. Das spürt man sofort durch ein wohliges, fließendes Gefühl im Körper. Entspannung erfasst den Geist, und die Selbstheilungskräfte des Körpers werden aktiviert, Verspannungen gelöst. Heilungsprozesse unterstützt und beschleunigt. Bei Martina Buchberger, Stand Nr. 20, können die sanften Schwingungen am eigenen Leib erlebt werden.

Erkenne dich selbst mithilfe von Jin Shin Jyutsu

Auf Stand Nr. 25 können Interessierte, eine asiatische Lebens- und Selbsthilfetechnik Jin Shin Jyutsu kennen lernen. Jin Shin Jyutsu befähigt uns, über unsere persönlichen Probleme hinauszuschauen und den größeren Zusammenhang zu erkennen, in den wir eingebettet sind. Anstatt uns immer nur darauf zu konzentrieren, was in unserem Leben gerade nicht funktioniert, beginnen wir die vielen kleinen Dinge wahrzunehmen, die positiv sind. Jin Shin Jyutsu ist die Kunst, "MICH SELBST ZU ERKENNEN". Jin Shin Jyutsu ist KEINE MASSAGE. Die Hände berühren dabei über die Kleidung verschiedene der insgesamt 26 „Sicherheitsenergieschlösser“ wodurch der Energiefluss wieder in sein ursprüngliches Strömungsmuster umgelenkt oder Blockaden gelöst werden. Jin Shin Jyutsu ist KEINE HEILMETHODE und ersetzt keine schulmedizinische Behandlung! – kann diese aber hervorragend unterstützen. Oftmals wirken Medikamente besser, Selbstheilungskräfte werden aktiviert, Entspannung wird spürbar.

NIA – getanzte Lebensfreude

Nia ist ein ganzheitliches Fitness-Training, bei dem Freude an der Bewegung an Stelle von Schmerz und Leistungsdenken tritt. Nia ist für jedeN geeignet, unabhängig von Alter oder körperlicher Fitness. Alle Bewegungen folgen dem Wohlfühlprinzip. Nia trainiert auf schonende Weise den ganzen Körper. Das Ergebnis ist körperliches und seelisches Wohlbefinden. Nia ist Tanz, Kampfkunst, Lebensfreude in Bewegung. Die begeisterte NIA-Trainerin Mag. Elke Weindl zeigt am Stand 27 was NIA alles kann, NIA ausprobieren kann man in einem Workshop am Samstag um 11 Uhr oder am Sonntag um 13 Uhr.

SHIATSU....SINNvolle Berührung

Shiatsu ist eine eigenständige Form der manuellen, ganzheitlichen Körperarbeit. Es hat seinen Ursprung in fernöstlichen Heilmethoden, deren Grundlage die Vorstellung von der Existenz einer allen Lebewesen innewohnenden, dynamischen Lebensenergie (Ki, Qi) ist. Shiatsu ist dabei auch von westlichen Gesundheitskonzepten beeinflusst, die sich an einer ganzheitlichen Betrachtung des Menschen orientieren. Durch gezielten Druck auf bestimmte Körperstellen wird energetische Ausgewogenheit hergestellt. Dies zeigt sich im gleichmäßigen Fließen und der ausgeglichenen Verteilung der Energie in den Meridianen und im gesamten Organismus. Die Shiatsu Regionalgruppe OÖ unter dem Sponsoring vom österreichischen Dachverband für Shiatsu, präsentiert auf Stand 30 diese fernöstliche Massagetechnik.

Rücksprache bei: ARGE Festival der Sinne, Pressesprecherin Eva Laspas, Tel: +43 1 2807627, eva@laspas.at, www.festivaldersinne.info.

Wunderschönes, ansprechendes Bildmaterial in druckfertiger Auflösung von Fotografin Pia Odorizzi zum Download unter: <http://www.festivaldersinne.at/linz/pressebereich.htm>