



*Een stoelmassage kan vrijwel overal worden uitgevoerd. Het enige wat we nodig hebben is een goed verwarmde ruimte om een speciale massagestoel neer te zetten. De behandeling duurt twintig minuten en de cliënt houdt er gewoon zijn kleren bij aan. Een stoelmassage is laagdrempelig en eenvoudig in te plannen. De normale werkzaamheden worden er nauwelijks door verstoord.*

### **Wat gebeurt er tijdens de stoelmassage?**

De stoelmassage is een effectieve drukpuntmassage van hoofd, rug, nek, schouders, armen en handen. De techniek, gebaseerd op de traditionele Japanse Shiatsu (acupressuur), is ontwikkeld om op locatie toegepast te kunnen worden. De eveneens speciaal voor dit doel ontwikkelde stoel ondersteunt alle ledematen zodat het lichaam kan ontspannen.

### **Interne energiehuishouding**

Tijdens de stoelmassage oefent de stoelmasseur druk uit op een aantal acupressuurpunten die de interne energiehuishouding beïnvloeden. Dat doet hij met zijn duimen, handen en ellebogen. Zo worden eventuele blokkades opgeheven en zwakke plekken versterkt.

### **Ontspannen spieren**

De stoelmassage ontspant de spieren die het meest te lijden hebben van werkstress of een verkeerde werkhouding. Na afloop van de stoelmassage voelt men zich ontspannen en kan men met hernieuwde energie weer aan het werk.

### **Stoelmassages op maat**

De stoelmassage wordt aangepast aan de individuele conditie van de werknemer. Door regelmatige stoelmassages kunnen beginnende en lichte gezondheidsklachten worden verholpen.