

Anatomiekurs Lomi Lomi

Den ersten Anatomiekurs den ich besuchte, befasste sich mit dem Schulter- und Nackenbereich. Wie wahrscheinlich viele die im Massagebereich arbeiten, ist diese Stelle eine der komplexeren und verspanntesten Bereichen. Deshalb fand ich es sinnvoll mich wiederholt mit diesem Thema zu befassen.

Als erstes hatten wir mit Kathrin Theorie danach durften wir direkt an unseren Schultern spüren welcher Muskel genau wo und wie liegt. Wie sich das anfühlt beim hinhalten aber auch beim ausführen. Besonders gefiel mir wie wir das mit unseren „Lomigriffen“ umsetzen konnten. Also nicht alleine mit den Händen und Fingern sondern auch mit Ellbogen oder unserem tollen Rückenstrich.

Der Tag hat mir sehr gefallen und war wieder ein Schritt weiter zu mehr Lomi Lomi Körperarbeit.

Lebana