



CranioSacral Balancing
ganzheitliche Körperarbeit

Art of Touch
Predrag Radanovic

Naturheilpraxis für Yoga & Yogatherapie
Viktoriastraße 10 / Mannheim

Mobil 0151 50557607
predrag.radanovic@freenet.de

Die CranioSacral Balancing ist eine ganzheitliche, sanfte, nicht-invasive, manuelle Form der Körperarbeit.

Die Anwendung erfolgt durch sehr sanfte Berührung am ganzen Körper, mit Schwerpunkt Schädel (Cranium), Wirbelsäule und Kreuzbein (Sacrum), daher die Bezeichnung CranioSacral. Als Wegweiser dient dem Praktiker der Craniosacrale Rhythmus. Zugrunde liegt dem CS Rhythmus die Bildung und Resorption von Liquor (Hirnwasser) im Schädel. Der freie, uneingeschränkte Fluss des Liquors und die Bewegung der knöchernen Teile des CS Systems reguliert zahlreiche lebenswichtige Körperfunktionen.

Muster, die sich im Laufe des Lebens aufgrund von Verletzungen und Krankheiten im Gewebe festgesetzt haben, werden gezielt beeinflusst. Die subtilen Einwirkungen auf das Gewebe stimulieren und beschleunigen Selbstheilungsvorgänge im Körper; das zentrale Nervensystem des Körpers wird unterstützt; unsere Immunstärke und Selbstheilungskräfte werden gefördert; Verspannungen lösen sich und Reibung in der physiologischen Funktion wird gemildert. Der Körper kann wieder ein ausgewogenes Gleichgewicht herstellen. Dies geschieht auf der physischen, geistigen und emotionalen Ebene.

Die Anwendung wird in einer ruhigen Umgebung durchgeführt und wird gewöhnlich als tief entspannend erfahren. Es entsteht ein Gefühl von Leichtigkeit, innerer Stille und Wohlbefinden.

Indikationen: Kopfschmerzen, Rückenprobleme, Stress, Schlafstörungen, Erschöpfungszustände, Hyperaktivität, Lernschwierigkeiten, Verdauungsprobleme, Kiefergelenksyndrom, Tinnitus, Menstruationsbeschwerden...

Bei Krankheiten oder länger andauerndem Unwohlsein muss unbedingt schulmedizinischer Rat eingeholt werden.