

# Praxis für Körper- und Psychotherapie

## Angebote Körpertherapie

### Wirbelsäulen- und Gelenktherapie nach Dieter Dorn

Die Wirbelsäulen- und Gelenktherapie nach Dieter Dorn ist eine sanfte Behandlung schmerzhafter Blockierungen und Wirbelfehlstellungen zu korrigieren. Dadurch können einseitige Schmerzausstrahlungen in Kopf, Arme oder Beine wieder nachlassen oder lösen sich ganz auf.

Die Basis bildet der Beinlängenausgleich. Ein möglicher Beckenschiefstand wird durch manuelle Korrektur wieder ausgeglichen. Diese Übung können Sie selber leicht vornehmen. Ein Beckenschiefstand führt zu Skoliosebildung (S-Form der Wirbelsäule). So können sich einzelne Wirbel leicht verschieben was Schmerzen verursacht. Die Wirbel werden durch gezieltes Zurückschieben wieder in die richtige Position gebracht. Dabei helfen Sie durch Arm-, Bein- bzw. sanfte Kopfbewegungen aktiv mit.

Diese Therapie kann mit jeder andern Behandlungsmethode kombiniert werden.

Es werden Ihnen Übungen gezeigt, die leicht selber ausgeführt werden können. Sie unterstützen dauerhaft Stabilität, was eine vorbeugende Wirkung hat.

### Breussmassage

Die Breussmassage ist eine sanfte, sehr tief entspannende energetische Wirbelsäulen- und Bandscheibenmassage, die entweder für sich oder idealerweise zur Unterstützung oder Abrundung einer Dorntherapie angewandt wird. Durch sie können Wirbel und Bandscheiben wieder in die optimale Lage zurückfinden.  
[www.dornbreuss.ch](http://www.dornbreuss.ch) / [www.dornschweiz.ch](http://www.dornschweiz.ch)

### Schmerzbehandlung

Bei der Schmerzbehandlung können sich einzelne verkrampfte Muskeln entspannen, durch Massagen und oder unterschiedliche Schmerzpunktbehandlungen.

### Klopftechnik (EFT)

Bei der Emotional Freedom Technik wird durch Beklopfen von gewissen Meridianpunkten bei gleichzeitigem gedanklichen und emotionalen Input Schmerzlinderung herbeigeführt. Ebenso ist dies mit Focusing möglich.

### Focusing

Focusing ist die Lenkung der Aufmerksamkeit auf die körperliche Befindlichkeit. Durch Auftauchen und Bewusstwerden entsprechender Gefühle und Gedanken kann eine Lösung erlebt werden.

### Ayurveda-Massagen

mit warmem Öl wirken äusserst entspannend. Je nach Bedürfnis werden Hände, Füsse, Ohren, Gesicht, Rücken oder der ganze Körper massiert. Die Stimulation der Marmapunkte unterstützen den Energiefluss im Körper.

Ayurveda-Fussmassage: der Ayurvedische Fuss geht bis in den Oberschenkel hinein. Hinterher gehen Sie wie auf Wolken.

### Entspannungsmethoden

Behandlung und Vermittlung zur Selbstausbildung: Atemübungen, Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung nach Jakobson, imaginative Methoden.

### Energiearbeit

Quantum Entrainment (QE): damit kann eine tiefe und heilsame Ruhe erreicht werden.

[www.quantenheilung.info](http://www.quantenheilung.info)

Reiki, [www.reiki.ch](http://www.reiki.ch)

Chinesische Quantum Methode (CQM)

[www.hypervoyager.com](http://www.hypervoyager.com)

Unterstützt werden die einzelnen Methoden durch Energieausgleich mit Werkzeugen von «Slim Spurling», was eine Linderung der Schmerzen beschleunigt und das Wohlbefinden steigert. Diese Hilfsmittel sind aus Kupfer und nach der heiligen Geometrie gefertigt.  
[www.slimspurling.com](http://www.slimspurling.com)

### Kontakt

Praxis für Körper- und Psychotherapie

Irma Spillmann

Bahnhofstrasse 16

5600 Lenzburg

Telefon: 056 667 03 32

Mobile: 079 701 06 11

E-Mail: [i.spillmann@bluewin.ch](mailto:i.spillmann@bluewin.ch)