

Nieuwsbrief Balance Your Limits



www.balanceyourlimits.nl

Nieuwsbrief BYL 2

Wat doet een massage ?

Een massage geeft je energie, je spieren worden soepel en het vermindert stress. Iedereen heeft het maar druk, werken, de kinderen wegbrengen naar sport etc, dan wil je zelf nog sporten en voordat je het weet moet je weer naar bed en is er weer een dag voorbij!

Daarom is het juist goed om regelmatig jezelf een ontspanningsmoment te gunnen. Even een moment voor jezelf. Tijdens een massage worden je spieren los gemaakt, de doorbloeding wordt gestimuleerd en daardoor krijg je weer meer energie.

Maak een afspraak bij BYL....06-34377010

Wat is Magnetiseren?

Magnetiseren is het overbrengen van energie van de genezer op de patiënt. Tijdens de magnetiseersessie worden emotionele en lichamelijke blokkades opgezocht d.m.v. handoplegging. Je energiebanen worden daardoor vrijgemaakt en voel je je daarna ontspannen en je krijgt meer energie.

Er kunnen dus tijdens een magnetiseersessie emoties loskomen, je kunt een warm en koude gevoel ervaren of tintelingen voelen in bepaalde delen in het lichaam.

Balance Your Limits geeft ontspanningsmassages, Shiatsu en polariteitsmassages.

Bij een ontspanningsmassage wordt je van top tot teen gemasseerd en geeft een algehele rust in je lichaam. Bij Shiatsu massage, gebruik je bepaalde drukpunten in het lichaam en stimuleer je de energiebanen in het lichaam. Bij polariteitsmassage maak je energiebanen vrij door bepaalde lichaamspunten in het lichaam met elkaar te verbinden. Kortom je krijgt rust en energie!

Vaak stel ik bij een eerste behandeling voor om een magnetiseersessie te doen, omdat dit voor de meeste mensen toch een makkelijkere stap is dan b.v. een massage en het effect is vaak hetzelfde.

Voordeel van Magnetiseren t.o.v. een massage is dat je door de kleren heen werkt door handoplegging.

Het voordeel van een Massage t.o.v. magnetiseren is dat je direct op de spieren kunt masseren, hetgeen voor sommige mensen een beter resultaat op de spieren en de ontspanning geeft.

Interesse? 06-34377010 !

Geschreven door een klant!

Onderstaand stukje is geschreven door een bezoeker van mijn praktijk:

Al ongeveer 3 jaar kom ik in de praktijk van Harold en maak ik dankbaar gebruik van de kwaliteiten die Harold heeft. Harold is een integer man en zegt wat er te zeggen valt, daar houd ik van en daar kan ik ook wat mee. Nieuw is het wandelproject van Harold, met tussen door enkele mindfulness oefeningen (oefeningen die een ieder kan gebruiken in het dagelijkse leven) Iedereen die wil mag zich hierbij aansluiten. Bewegen is de stimulans en de balans in je leven vinden is niet altijd even gemakkelijk, daar kan ik best wel wat hulp bij gebruiken. Daarom kom ik graag bij Harold, vol energie kom ik altijd weer bij hem vandaan.

Mia Baltussen



Balance Your Limits

Coaching HSP/gevoelige personen, massages, magnetiseren, coaching en mindfulness.