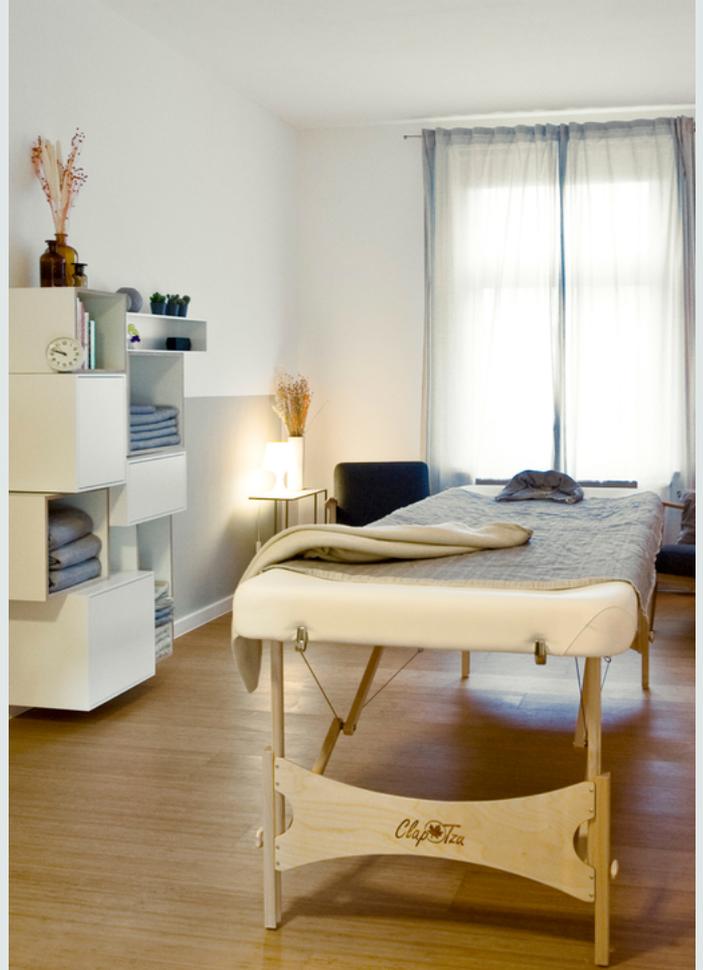


The Space & General

COACHING AND
BODYWORK IN
FRIEDRICHSHAIN
Your Path to Wellness



THE ROOM



MASSAGE BED



TEA CORNER NEXT TO ENTRANCE

My room is situated at Körperklang Ayurveda & Yoga, Weidenweg 51, 10249 Berlin. Upon your arrival for the scheduled appointment, I will personally welcome you at the entrance of the yoga studio. Please note, there is no doorbell to avoid disruption to any ongoing classes. If, for any reason, the entrance door is already open, kindly wait for me in the designated waiting area.

WRITTEN BY
MAIK FRÖBISCH

DESIGNED BY
HONG-HUAN CHEN

PHOTOS
KÖRPERKLANG AYURVEDA & YOGA

What is Shiatsu and how does it actually work?

Shiatsu, derived from Japan, integrating principles from Traditional Chinese Medicine (TCM), including the five elements theory and the meridian system. In the course of the session, various acupressure points are targeted through hand or finger pressure to restore energy flows within the body and harmonize imbalances. In addition, Shiatsu not only promotes relaxation but also helps mobilize your body. In my Shiatsu sessions, clients lie comfortably on the floor, remaining fully clothed throughout the treatment.

What is behind EFT?

EFT, short for Emotional Freedom Technique, falls under the realm of energy psychology. The method aims to alleviate stress and emotional blockages through tapping on specific acupressure points while clients share their emotional experiences. Together, we explore and navigate these feelings in a safe space.

Wellness Massage

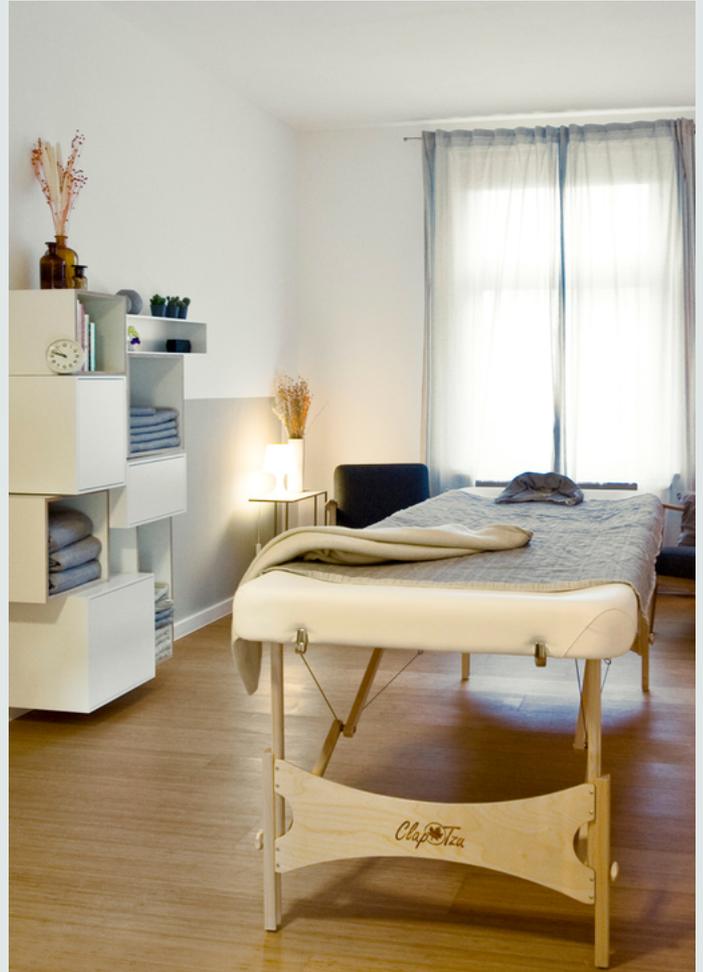
The Wellness Massage is a classic massage, as you may already know from a spa experience. Since I use different oils, please let me know in advance if you have any known allergies or sensitivities. During the massage, you will be undressed but continuously covered with a bath towel. If you feel more comfortable in underwear, that is also fine (if you are wearing a bra, please ensure it can be unhooked from the back).

Der Raum & Allgemeines

COACHING UND
KÖRPERARBEIT IN
FRIEDRICHSHAIN
Dein Weg zu mehr Wohlbefinden



DER RAUM



MASSAGELIEGE



TEEECKE NEBEN DEM EINGANG

Mein Raum befindet sich im Körperklang Ayurveda & Yoga, Weidenweg 51, 10249 Berlin. Wenn du zu deinem vereinbarten Termin kommst, hole ich dich an der Eingangstür des Yoga Studios ab – eine Klingel gibt es nicht, um eventuell laufende Kurse nicht zu stören. Sollte aus einem Grund die Eingangstür bereits offen sein, warte bitte im Wartebereich auf mich.

GESCHRIEBEN VON
MAIK FRÖBISCH

ENTWORFEN VON
HONG-HUAN CHEN

FOTOS
KÖRPERKLANG AYURVEDA & YOGA

Was ist Shiatsu und wie läuft das eigentlich ab?

Shiatsu kommt aus dem Japanischen und enthält Elemente der TCM (Traditionell Chinesischen Medizin) wie die Elementenlehre und das Meridiansystem. Während der Anwendung werden verschiedene Akupressurpunkte durch Hand- oder Fingerdruck berührt, um so Energieflüsse im Körper wiederherzustellen und Ungleichgewichte zu balancieren. Zudem bietet es Entspannung und hilft den Körper zu mobilisieren. Meine Shiatsu Sessions führe ich so durch, dass Klient*innen auf dem Boden liegen und voll bekleidet sind.

Um was handelt es sich bei EFT?

EFT steht für Emotional Freedom Technique und wird der energetischen Psychologie zugeordnet. Stress und emotionale Blockaden sollen dabei durch Klopfen auf Akupressurpunkten gelöst werden während Klient*innen von ihrem emotionalen Erleben berichten und wir dieses gemeinsam explorieren. Gemeinsam erkunden wir Emotionen in einem sicheren Raum.

Wellness Massage

Die Wellness Massage ist eine klassische Massage, wie du sie vielleicht schon aus einem Spa kennst. Da ich wechselnde Öl verwende, bitte ich dich mir vorab mitzuteilen, ob du eventuell bekannte Allergien oder Unverträglichkeiten hast. Während der Massage bist du unbekleidet, jedoch durchgehend mit einem Badetuch bedeckt. Solltest du dich in Unterwäsche wohler fühlen, ist eine Anwendung auch möglich (falls du einen BH trägst, achte bitte darauf, dass man diesen von hinten öffnen kann).