

Jahara – Holger Meiers neue Wassertherapie im Badeparadies Eiswiese

Die Leichtigkeit des Seins



»**A**lles fließt«, sagten die Alten Griechen. Aber leider stimmt das im Alltag nicht immer. Blockaden und Verspannungen als Folgen von Stress oder Erkrankungen stören Wohlbefinden und innere Balance und wirken sich mithin nicht nur auf den Körper sondern auch das Seelenleben belastend aus.

Zu den Therapien, mit denen solcherlei Störungen zu Leibe gerückt wird, gehört die aus Japan stammende Methode des Shiatsu, die Holger Meier seit fünf Jahren im Saunabereich des Badeparadieses mit großem Erfolg anbietet. Seither hat sich ein großer Kreis von Stammkunden aufgebaut, die erleben, wie Energieblockaden abgebaut werden, Körper und Geist sich entspannen, Ruhe und Kraft in Körper und Seele zurückkehren.

Seit diesem Oktober haben Meiers Kunden die Qual der Wahl, denn der umtriebige Therapeut bietet nach einjähriger Ausbildung in der Schweiz eine neue Behandlung an, die außer ihm derzeit nur zehn weitere Spezialisten in Deutschland beherrschen: Jahara, eine Therapieform, die der brasilianische Zen-Shiatsu-Meister Mario Jahara vor 25 Jahren entwickelt, seither ausgeformt und patentiert hat. Wie Shiatsu zielt Jahara auf die Entspannung der Muskulatur und der Seele ab, hat aber den Vorteil, dass die Therapie im Wasser stattfindet und dem Therapeuten eine quasi dreidimensionale Behandlung ermöglicht. Die Kraft und Tragfähigkeit des 34° warmen

Wassers im Solebad lässt den Klienten schwerelos schweben, man fühle sich »wie im Mutterleib« berichten Gäste, die Jahara bereits getestet haben.

In langsamen, präzisen und kreisförmigen Bewegungen zieht der Therapeut, unterstützt durch den »dritten Arm«, eine Auftriebshilfe (Poolnudel), seinen Klienten kopfwärts durch das Wasser, was eine kontinuierliche Körperdehnung und eine Öffnung der Wirbelsäule bewirkt. Unterschiedliche Bewegungsrhythmen wechseln sich mit Dehn- und Shiatsu-Elementen ab, wobei die Behandlung ganz auf die Bedürfnisse und die Situation des Klienten abgestimmt wird. Mühelosigkeit, Anpassung an den Klienten, die Unsichtbarkeit des Therapeuten gehören zu den wichtigsten Prinzipien dieses ungewöhnlichen Verfahrens, das ähnlich wie Shiatsu eine meditative Dimension hat: Man kann sich fallen lassen und auf ganz neue Weise tiefe Ruhe und Kraft erleben. Der verkrampfte, verspannte Körper findet zurück zu seiner Struktur und Haltung. Kein Wunder, dass Jahara sich zum Beispiel in der Reha, bei der Arbeit mit Behinderten oder in der Altenpflege bewährt hat.

Doch nicht nur als Therapie, sondern auch als Weg zu Entspannung, Körperbewusstsein, innerer Ruhe und einem harmonischen Einklang zwischen Körper und Geist ist Jahara eine beeindruckende Methode, die weltweit immer mehr Anhänger findet.

Ab jetzt auch in Göttingen, einem privilegierten Standort. Denn neben Bad Langensalza ist das Badeparadies Eiswiese das einzige deutsche Bad, das Jahara anbietet.

arena info

Jahara im Badeparadies Eiswiese

Holger Meier

Tel.: 0551 – 30560652
Mobil: 0179 – 4205012
holger-meier@t-online.de
www.shiatsu-comes2you.com
www.jahara.de

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag: 11 bis 21 Uhr
Samstag: 14 bis 19 Uhr
Sonntag: 11 bis 17 Uhr

Preise:

20 Minuten Jahara: 17 Euro
45 Minuten Jahara: 32 Euro



Göttingen-Shop

Ausgefallene Geschenkideen für Göttingen-Fans, Freunde, Verwandte, Bekannte, Gasteltern, Geschäftspartner ...

Nur bei uns erhalten Sie die „Pro City“-Gutscheine, die Sie in über 70 Geschäften einlösen können. Unser Ticket-Service bietet Karten für Konzerte und andere Veranstaltungen.

Viele Göttingen-Artikel, wie Zaubertasche, Glas-Gänseliesel, Shopper und Fotokalender, gibt es bei uns im Göttingen-Shop.

Wir beraten Sie gern!



Göttingen

Stadt, die Wissen schafft

Tourist-Information Altes Rathaus, Markt 9, 37073 Göttingen
Telefon 0551 / 4 99 80-0, Fax 0551 / 4 99 80-10
tourismus@gottingen.de, www.gottingen-tourismus.de



Göttingen-Shop
dirket im
Alten Rathaus

Öffnungszeiten
Mo-Fr 9.30-18.00
Sa 10.00-18.00



Fit und gesund durch den Winter!

3 Monate trainieren für nur 55,- Euro monatlich

Die Promotio Mitgliedschaft für die kalten Monate:

- Keine Aufnahmegebühr
- Sportärztlicher Eingangsscheck
- Individueller Trainingsplan
- Umfangreiches Kursangebot
- 1x monatlich Massage inkl. Moorbehandlung gratis

Blackbit - Neue Werbung



Nur 3 Monate Vertragslaufzeit
Das Angebot gilt bis zum 31. Dezember 2008

Die Promotio Vorteile:

- ✓ Eigener Arzt
- ✓ Reha und Fitness unter einem Dach
- ✓ tergumed®-Rückenzentrum
- ✓ Zentrum für gesundes Abnehmen
- ✓ Kostenlose Parkplätze



Promotio GmbH
Kasseler Landstraße 25b
37081 Göttingen
Tel.: 0551 | 999 04 10
fitness@promotio.com
www.promotio.com

Promotio!
Gesundheit. Fitness. Wohlbefinden.

