

Krátce o kraniosakrální terapii...

Jedná se o jemnou dotykovou regenerační, relaxační a autoregulační metodu, během níž dochází k uvolnění samoléčebných vnitřních sil člověka. Náš systém nalézá cestu ke ztracené rovnováze.

Název terapie je odvozen z latinských názvů pro lebku (cranium) a kost křížovou (sacrum).

Pro koho je KST vhodná?

Pro dospělé všeho věku, těhotné ženy i děti.

Kdy může KST pomoci?

- při přetížení a stresu, únavě a poruchách spánku
- při depresích
- při bolestech hlavy
- při hormonální nerovnováze, PMS
- při bolestech kloubů a páteře
- při poruchách trávení, bolestech žaludku
- při dýchacích obtížích, astmatu, alergiích
- při potřebě posílit imunitu, vitalitu organismu
- při rekonvalescenci po operacích a úrazech
- během těhotenství, při přípravě na porod
- jako terapie po traumatickém porodu pro matku i dítě
- jako podpora procesu osobního růstu, může pomoci „probudit se“

KST je terapie, která nemůže ublížit. Vhodně doplňuje, ale nenahrazuje kvalitní lékařskou péči.

Jak KST probíhá?

Klient si po krátkém rozhovoru s terapeutem lehne oblečený na lehátko, vnímá jemné doteky na končetinách, trupu a hlavě. Ošetření trvá většinou 60-90 minut. Počet ošetření je individuální, doporučuje se několik ošetření s odstupem jednoho až dvou týdnů.

Přijďte si během podzimu KST vyzkoušet za ochutnávkovou cenu 200 korun.