



Tao Zen Wellness  
Ihre Massage für Körper, Geist und Seele

Marco Kühn • Loh 7 • 65199 Wiesbaden • Tel.: 0611 / 8904676 • Mobil: 0151 / 52925115 • E-Mail: [info@taozenzwellness.de](mailto:info@taozenzwellness.de) • Web: [www.taozenwellness.de](http://www.taozenwellness.de)

## Hot-Stone-Massage

Laut der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) gibt es im Körper Energiebahnen, die sogenannten Meridiane. Über diese Bahnen fließt die Lebensenergie „QI“ (sprich „Tschi“). Es gibt 12 Hauptmeridiane, die jeweils mit einem Organ verbunden sind.

Bei einem gesunden Menschen kann die Lebensenergie ausreichend und frei fließen.

Bei der Hot-Stone-Massage werden die Meridiane durch auflegen und bewegen der aufgeheizten Steine gezielt und sanft aktiviert, wodurch der Energiefluss angeregt werden kann.

### Ablauf

Die Massage besteht aus rund 20 Massagegriffen und dauert 90 Minuten + 10 Minuten Nachruhen. Wobei nach ca. 45 Minuten eine kleine Pause und dann ein Wechsel von Bauch- in Rückenlage durchgeführt wird. Bei dieser Massage ist es notwendig, dass Sie sich bis auf Slip/Unterhose vollständig entkleiden. Bei dieser Anwendung wird in der Regel auch der Brustbereich, bis auf das Drüsengewebe (Brustwarzen und Warzenvorhof), komplett mit einbezogen.

Ich möchte Sie daher auf darauf hinweisen das Ihre Intimsphäre für mich oberste Priorität hat. Ich werde versuchen nur den Bereich aufzudecken, der gerade massiert wird. Während Sie sich auf die Massageliege legen, schirme ich Sie gerne mit einem Handtuch ab.

Der Körper wird erst eingeölt und dann platziere ich auf den 12 Hauptmeridianen jeweils einen Hot-Stone, danach werden Sie wieder zugedeckt und dürfen ca. 5 Minuten ruhen. Die eigentlichen Massagegriffe werden mit verschiedenen großen Steinen durchgeführt. Die Temperatur der Steine beträgt zwischen 50 und 60° C