

ZipZen - Trager® behandelingen met Satsavya Mertens -



Ervaar:

- * Verlichting bij neurologische klachten zoals oa rug-, schouders, nek en knie klachten.
- * **Leer omgaan** met Artrose - RSI - Fibromyalgie, Parkinson, MS en Reuma.
- * **Verlichting bij stress gerelateerde klachten** zoals Burn - Out, Hoofdpijn, Depressie, Insomnia, Onbalans.
- * Ondersteuning **bij Revalidatie** - Heling van opgelopen trauma in lichaam/geest.
- * **Voorkoming van** verkeerde lichaamshouding **voor jongeren - (computer)! en** voor ouderen - blijf recht- op lopen en ervaar balans.
- * Sporters, dansers en musici ervaren verbetering van prestaties - voorkom kwetsuren

Een Trager® behandeling bestaat uit 3 onderdelen:

Een deel met Mentastics®: We hervinden **voeling en verbinding** met je **lichaam** en je **natuurlijke houding**. We **ontdekken** de bewegingen die **jouw** lichaam nu nodig heeft om **relaxed** en **pijnvrij** te bewegen. De Mentastics neem je mee om na de behandeling de **ervaren heling** zelf verder te onderhouden en te verdiepen.

In het hands - on gedeelte op de massagetafel vind het lichaam door de unieke Trager moves zijn **natuurlijke vrijheid** weer. Zachte bewegingen en Reflex-Respons nodigen diepliggende patronen uit **los te laten**. Stress en stijfheid maken snel plaats voor **diepe ontspanning**, fysieke bewegingsvrijheid en mentale klaarheid.

In de slotfase wordt aandacht gegeven aan de **verankering** (Recall) van de ervaren **positieve lichaamservaring** van lichtheid en gemak die je daardoor steeds weer zelf kan oproepen en beleven.

Satsavya Mertens is erkend Trager® Practitioner met ruime ervaring. Haar passie is het delen van deze bijzondere zelf - helende methode met buiten gewoon goede resultaten in Nederland en in het buitenland.

www.zipzen.nl - **Jump into Health!**