



**Kursprogramm 2020**  
**Massageschule Bodyfeet Muttenz**

## Überblick

Kurstitel	Datum
Klassische Rücken-/Nackentherapie – Grundausbildung	Beginn laufend
Klassische Massage – Grundausbildung (Kurs 1)	Beginn laufend
Klassische Massage – Vertiefung (Kurs 2)	Beginn laufend
Klassische Massage – Anatomie in vivo – Befundaufnahme (Kurs 3)	noch nicht bekannt
Fussreflexzonenmassage – Grundausbildung (Kurs 1)	Beginn laufend
Akupressur für den Hausgebrauch	03.02.2020/17.02.2020
Lymphdrainage: Nacken und Kopf	25.03.2020/30.03.2020
Schröpfen für den Hausgebrauch	28.03.2020
Öle in der Massage	15.04.2020
Kopf - Tuina	27.04.2020
3 Top Griffe für eine einfache Rücken-/Nackentherapie	06.05.2020/11.05.2020
Kopfschmerz- und Migränetherapie	16.05.2020
Ohr-Reflex-Behandlung	25.05.2020
Fussreflexzonenmassage: Unterstützung im Alltag	17.06.2020/22.06.2020
Dorn-Therapie: Grundausbildung Teil 1	12.09.2020/13.09.2020
Kolonmassage	16.09.2020
Meridianbehandlung in der klassischen Massage	24.10.2020
Lumbalgie	26.10.2020/04.11.2020
Kopf - Tuina	09.11.2020
Dorn-Therapie: Grundausbildung Teil 2	14.11.2020
Wickel und Umschläge	21.11.2020
Schröpfen für den Hausgebrauch	28.11.2020

## Klassische Rücken-/Nackentherapie – Grundausbildung

Mit diesem Kurs ebnest du dir den Weg in die manuelle Körperarbeit. Ob für deine Familie, deinen Freundeskreis, als Unterstützung im Sportverein; viele Möglichkeiten stehen dir offen.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurs	7 Doppelstunden
Kurskosten	CHF 450.00 inkl. Unterlagen
Kurszeiten	Jederzeit innerhalb unserer Schulstunden in Muttenz

## Klassische Massage – Grundausbildung (Kurs 1)

Wir werden dich mit viel Geduld in die Technik der Massage einführen. Nach diesem Kurs kannst du die Klassische Massage wirkungsvoll anwenden.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurs	18 Doppelstunden
Kurskosten	CHF 980.00 inkl. Unterlagen
Kurszeiten	Jederzeit innerhalb unserer Schulstunden in Muttenz

## Klassische Massage – Vertiefung (Kurs 2)

In diesem Kurs baust du deine Kenntnisse, Erfahrungen und Fertigkeiten aus, so dass du eine wirkungsvolle Massage für prophylaktische Zwecke anwenden kannst. Wir begleiten und betreuen dich auf deinem Weg zur Prüfung Dipl. Gesundheitsmasseur.

Voraussetzung	Klassische Massage – Grundausbildung (Kurs 1)
Kurs	25 Doppelstunden
Kurskosten	CHF 1'160.00 inkl. Unterlagen
Kurszeiten	Jederzeit innerhalb unserer Schulstunden in Muttenz

## Klassische Massage – Anatomie in vivo - Befundaufnahme (Kurs 3)

In diesem Kurs lernst du, eine Befundaufnahme durchzuführen. Ein wichtiger Bestandteil erfolgreicher Behandlungen, stellt das Kennenlernen und die Palpation der Strukturen des Bewegungs- und Stützapparates, sowie das Zuordnen entsprechender Muskelschlingen/-ketten dar. Die dabei vermittelten Querdehnungen lassen sich gut in einen Therapieablauf integrieren.

Voraussetzung	Dipl. Gesundheitsmasseur oder gleichwertige Ausbildung
Kurskosten	CHF 890.00 inkl. Unterlagen
Kursdaten	2 x 2 Tage von 9.00 – 17.00 Uhr (noch ausstehend)
Kursleitung	Katharina Eugster, Med. Masseurin EFA, Erwachsenenbildnerin

## Fussreflexzonenmassage – Grundausbildung (Kurs 1)

In diesem Kurs wird eine umfassende Ausbildung in der Reflexzonenmassage am Fuss angeboten. Die richtige Lagerung der Kunden und die korrekte Anwendung der Massage, mit allen dafür notwendigen Zonen, sind Hauptthema dieser Ausbildung.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurs	19 Doppelstunden
Kurskosten	CHF 1'080.00 inkl. Unterlagen
Kurszeiten	Jederzeit innerhalb unserer Schulstunden in Muttenz
Kursleitung	Katharina Eugster, Med. Masseurin EFA, Erwachsenenbildnerin

## Akupressur für den Hausgebrauch

Du erhältst einen Einblick in die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM). Dabei erfährst du, wie man mit wenigen Handgriffen eine Auswahl an kleinen Beschwerden (z.B.: Kopfschmerzen, Übelkeit, Schlafstörungen) einfach lindern kann.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurskosten	CHF 150.00 / Unterrichtsdauer 2 x 2 Stunden
Kursdaten	Montag, 03.02.2020 und 17.02.2020 von 19.00 – 21.00 Uhr
Kursleitung	Yves Allemann, kant. appr. TCM-Therapeut

## Lymphdrainage: Nacken und Kopf

Die Lymphdrainage wirkt entstauend sowie stärkend auf den Körper und das Immunsystem. Durch die Entspannung im Gesichtsbereich kann Kopfschmerzen und Migräne entgegengewirkt werden.

Voraussetzung	Für jedermann und für Therapeuten als Refresher
Kurskosten	CHF 220.00 / Unterrichtsdauer 6 Stunden
Kursdatum	Mittwoch, 25.03.2020 von 17.00 – 21.00 Uhr und Montag, 30.03.2020 von 19.00 – 21.00 Uhr
Kursleitung	Katharina Eugster, Med. Masseurin EFA, Erwachsenenbildnerin

## Schröpfen für den Hausgebrauch (mit Silikon-Schröpfköpfen)

Schröpfen ist ein einfaches Mittel, das bei Erkältung, Blockaden und Verklebungen des Bindegewebes gut angewendet werden kann. Die Behandlung ist einfach in der Handhabung und erstaunlich wirkungsvoll. Unter anderem werden folgende Themen behandelt: Behandlungsprinzipien, Schröpfkopfmassage sowie das Schröpfen bei Kindern.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurskosten	CHF 250.00 / Unterrichtsdauer 7 Stunden
Kursdatum	Samstag, 28.03.2020 von 8.30 -16.30 Uhr
Kursleitung	Yves Allemann, kant. appr. TCM-Therapeut



## Öle in der Massage

Massageöle können die Wirkung der Massage verstärken und sind somit hilfreiche Unterstützer bei jeder Behandlung. Die einfache Herstellung von verschiedenen Massageölen und deren Wirkung sind Thema dieses Kurses.

Voraussetzung	Für jedermann, sowie für Masseurin und Therapeuten geeignet
Kurskosten	CHF 170.00 inkl. Material / Unterrichtsdauer 4 Stunden
Kursdatum	Mittwoch, 15.04.2020 von 16.00 – 20.00 Uhr
Kursleitung	Dominique Lendi, Naturheilpraktikerin

## Kopf - Tuina

Tuina ist eine energetische, manuelle Massageform der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Sie wirkt sanft, beruhigend und ausgleichend. Du erlernst wirkungsvolle Griffe, Streichungen und Behandlungspunkte.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurskosten	CHF 120.00 / Unterrichtsdauer 2.5 Stunden
Kursdatum	Montag, 27.04.2020 von 18.30 – 21.00 Uhr
Kursleitung	Yves Allemann, kant. appr. TCM-Therapeut

## 3 Top-Griffe für eine einfache Rücken-/Nackentherapie

Du wirst in die wunderbare Arbeit der Massage eingeführt. An zwei Abenden findest du einen einfachen Einstieg in die Massagewelt.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurskosten	CHF 150.00 / Unterrichtsdauer 2 x 2 Stunden
Kursdaten	Mittwoch, 06.05.2020 und Montag, 11.05.2020 von 19.00 – 21.00 Uhr
Kursleitung	Katharina Eugster, Med. Masseurin EFA, Erwachsenenbildnerin

## Kopfschmerz- und Migränetherapie

Leben ohne Kopfschmerzen! Die Kopfschmerz- und Migränetherapie erzeugt sofort eine wohltuende Entspannung. Mit dieser Therapie kann eine nachhaltige Wirkung erzielt werden, damit die Beschwerden weniger häufig und weniger intensiv auftreten. Mittels Massage und Energieverteilung über die Meridiane im Nacken-, Kopf- und Brustbereich lernst du, wie du prophylaktisch vorgehen kannst. Die Selbsthilfeübungen können helfen, sich im Akutfall Linderung zu verschaffen.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurskosten	CHF 260.00 / Unterrichtsdauer 7 Stunden
Kursdatum	Samstag, 16.05.2020 von 09.00 – 17.00 Uhr
Kursleitung	Sandro Aeschbach, Dorn-Therapeut

## Ohr-Reflex-Behandlung

Das Ohr ist eine Reflexzone, mit der alle Organe beeinflusst werden können. Das Ohr ist aber auch Ausdruck der Seele und kann daher Einfluss auf den ganzen Körper nehmen. In diesem Kurs erlernst du, wie du mit wenigen Griffen einzelne Zonen sanft beeinflussen kannst.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurskosten	CHF 120.00 / Unterrichtsdauer 3 Stunden
Kursdatum	Montag, 25.05.2020 von 18.00 – 21.00 Uhr
Kursleitung	Yves Allemann, kant. appr. TCM-Therapeut

## Fussreflexzonenmassage: Unterstützung im Alltag

In diesem Kurs erhältst du einen Einblick in die Wirkungsweise der Fussreflexzonenmassage. Mit den verschiedenen Griffen kannst du dir selbst oder Angehörigen helfen.

Voraussetzung	Für jedermann sowie für Therapeuten geeignet
Kurskosten	CHF 180.00 / Unterrichtsdauer 2 x 2.5 Stunden
Kursdaten	Mittwoch, 17.06.2020 / Montag 22.06.2020 von 18.15 – 20.45 Uhr
Kursleitung	Katharina Eugster, Med. Masseurin EFA, Erwachsenenbildnerin

## Dorn-Therapie: Grundausbildung Teil 1

Die sanfte Wirbeltherapie nach Dorn ist eine sanfte aber wirkungsvolle Gelenk- und Wirbel Behandlung. Sie dient vor allem der Gesundheitsvorsorge und als Anleitung zur Selbsthilfe.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurskosten	CHF 370.00 / Unterrichtsdauer 10 Stunden
Kursdaten	Samstag, 12.09.2020 von 09.00 – 17.00 Uhr Sonntag, 13.09.2020 von 09.00 – 12.00 Uhr
Kursleitung	Sandro Aeschbach, Dorn-Therapeut

## Kolonmassage

Die Kolonmassage ist eine besondere Form der Massage des Bauchraumes, welche die Darmtätigkeit anregt und unterstützt. Sie wird vor allem bei chronischer Verstopfung, Blähungen und Krämpfen angewendet und kann eine wirkungsvolle Alternative zur Behandlung mit Abführmitteln sein. Als positiver Nebeneffekt wird das vegetative Nervensystem harmonisiert.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurskosten	CHF 150.00 / Unterrichtsdauer 4 Stunden
Kursdatum	Mittwoch, 16.09.2020 von 16.00 – 20.00 Uhr
Kursleitung	Dominique Lendi, Naturheilpraktikerin

## Meridianbehandlung in der klassischen Massage

Du wirst die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) mit den wichtigsten Erläuterungen und die 12 Meridiane kennen lernen. Du lernst, wie man einfache Behandlungsmethoden nach TCM in der Massage anwenden kann.

Voraussetzung	Für jedermann, Kenntnisse in Massage von Vorteil
Kurskosten	CHF 250.00 / Unterrichtsdauer 7 Stunden
Kursdatum	Samstag, 24.10.2020 von 08.30 – 16.30 Uhr
Kursleitung	Yves Allemann, kant. appr. TCM-Therapeut

## Lumbalgie

Die Anatomie von LWS, Sacrum, Ilium und der Muskulatur wird repetiert. Pathologische Kenntnisse über Lumbalgie, Lumbago, SIG-Blockade, Diskushernie und degenerative Veränderungen sowie Behandlungsmöglichkeiten in der Massage, Triggerpunkte und Viszerale Zusammenhänge sind Themen dieses Kurses.

Voraussetzung	Dipl. Gesundheitsmasseur, Therapeut, oder gleichwertige Vorbildung.
Kurskosten	CHF 280.00 / Unterrichtsdauer 2x4 Stunden
Kursdaten	Montag, 26.10.2020 / Mittwoch 04.11.2020 von 16.00 – 20.00 Uhr
Kursleitung	Katharina Eugster, Med. Masseurin EFA, Erwachsenenbildnerin

## Kopf - Tuina

(Siehe Kursbeschreibung im April)

Kursdatum	Montag, 09.11.2020 von 18.30 – 21.00 Uhr
-----------	--

## Dorn-Therapie: Grundausbildung Teil 2

Hier lernst du weitere wirkungsvolle Griffe. Fehlstellungen von Wirbelkörpern können sicher beurteilt und korrigiert werden. Behandlung von Säuglingen und Kleinkindern (Durchführung an Puppe).

Voraussetzung	Dorn-Therapie: Grundausbildung Teil 1
Kurskosten	CHF 260.00 / Unterrichtsdauer 7 Stunden
Kursdatum	Samstag, 14.11.2020 von 09.00 – 17.00 Uhr
Kursleitung	Sandro Aeschbach, Dorn-Therapeut

## Wickel und Umschläge

Wickel und Umschläge sind hilfreich bei verschiedenen Beschwerden. Mit Mitteln aus dem Haushalt können einfach und schnell Wickel und Umschläge hergestellt werden. Du erlernst die Wirkungsweise und die Einsatzgebiete von Wickel und Umschlägen.

Voraussetzung	Für jedermann, keine Vorkenntnisse notwendig
Kurskosten	CHF 250.00 / Unterrichtsdauer 7 Stunden
Kursdatum	Samstag, 21.11.2020 von 9.00 – 17.00 Uhr
Kursleitung	Dominique Lendi, Naturheilpraktikerin

## Schröpfen für den Hausgebrauch (mit Silikon-Schröpfköpfen)

(Siehe Kursbeschreibung im März)

Kursdatum	Samstag, 28.11.2020 von 8.30 – 16.30 Uhr
-----------	--

## Der Weg, der zu dir passt. Bodyfeet MuttENZ

Für weitere Auskünfte oder Detailinformationen ruf uns einfach an oder sende eine E-Mail. Gerne informieren wir dich auch bei einem persönlichen Gespräch über unser Angebot.

Wir freuen uns, dich schon bald im Bodyfeet in MuttENZ zu begrüßen.

### Bis bald – im Bodyfeet

Katharina Eugster und Team

Massageschule Bodyfeet MuttENZ  
Hauptstr. 22  
4132 MuttENZ  
Tel. 061 461 68 10  
[muttENZ@bodyfeet.ch](mailto:muttENZ@bodyfeet.ch)