

Waarom massage?

Massage ontspant lichaam en geest. Stress en allerlei fysieke ongemakken kunnen erdoor verminderen. Massage koestert en zorgt voor een moment van rust en aandacht.

Na een massage voel je je vrijer, lichter en weer een beetje nieuw.

Iedereen kan intuïtief aanraken en masseren. Maar wil je goed leren masseren en vertrouwen krijgen in wat je doet, dan is het prettig om een goede basiskennis te hebben van massagetechnieken.

Deze leer je tijdens de basismassage cursus. De cursus is zowel bedoeld voor beginners als voor mensen die al massage-ervaring hebben.

Wat is rebalancing?

Rebalancing is een diepgaande vorm van lichaamswerk. Het ondersteunt je meer bewustzijn te brengen in je lichaam, gevoelens en gedachten.

Het ontspant en brengt ruimte.

Door aanraken, voelen en gesprek krijg je een directer contact met jezelf.

Het kan een ontdekkingsreis zijn in hoe je vrijer en zelfbewuster in het leven kunt staan.

Basiscursus

In de basiscursus leer je een volledige ontspannings-massage te geven, met technieken van rebalancing. Het is een heel fysieke, langzame en intensieve massage, die veel aandacht schenkt aan de manier van aanraken.

Je leert diep in de spieren en weefsels te masseren, de gewrichten te ontspannen en zachte massage. Je leert om te werken vanuit ontspanning; onder andere door je eigen lichaam zo efficiënt mogelijk te gebruiken en jezelf te blijven voelen. Hierdoor ben je als geveer na de massage zelf ook verkwikt en energiek.

Er wordt ook ruim aandacht gegeven aan de kunst van het ontvangen van de massage.

In het begin van de cursus krijg je een fraai cursusboek en amandelolie, aan het einde een certificaat van deelname.

Start cursus

De basiscursus start in september 2011. (bij voldoende aanmelding)

De eerste les is een kennismakingsles (op 13 sept. en 15 sept.) waarna je kunt besluiten of je de cursus wilt volgen.

Kosten: kennismakingsles € 35,- (inclusief koffie, thee en massageolie)

2011: dinsdagochtend 13 sept.

(12 ochtenden 1x per week) Tijd : 09-00-

12.00 uur. 2011: 15 sept. donderdagavond.

(12 avonden 1x per week) Tijd : 19.30 -

22.30 uur. Kosten: hele cursus € 295,-

Inschrijven

Je reserveert een plaats voor de kennismakingsles door je aan te melden bij Jannet Middelkamp.

Het lesgeld voor de kennismakingsles is 35 euro, kan contant betaald worden voor aanvang van de les. Besluit je na de kennismakingsles de hele cursus te volgen betaal je het resterende bedrag (€ 260,-) contant op de tweede les of per bank vóór de tweede les, nummer 33.81.11.603. De genoemde bedragen zijn incl. 19% btw.

Een bevestiging en nadere informatie krijg je toegestuurd.



Massagecursus

De cursus wordt gegeven door Jannet Middelkamp. Ze is een ervaren gediplomeerde rebalancer, en heeft een eigen praktijk in Zeewolde.

Individuele sessies

Naast de basiscursus massage geeft zij ook individuele sessies voor rebalancing®, massage en therapie. Rebalancing® behandelingen worden door de meeste (aanvullende) zorgverzekeraars vergoed. Op dinsdagavond worden er lessen bewustbewegen gegeven. De lessen zijn gericht op ontspanning en ademhaling. (vanuit de Rebalancing en yoga)
tijd: avond, 20.00- 21.30 uur
U kunt altijd bellen voor meer informatie of een afspraak. (zie nummer achterkant folder)

Jannet Middelkamp is Rebalancing®
therapeut en sportdocent.

Ze volgde de opleiding bij stichting Rebalancing, school voor lichaamswerk en bewustwording in Groningen en HBO medische basisvakken.

De praktijk is aangesloten bij de VNT
(Vereniging Natuurgeneeskundig
therapeuten)
PRN (Platvorm Rebalancing
Nederland)

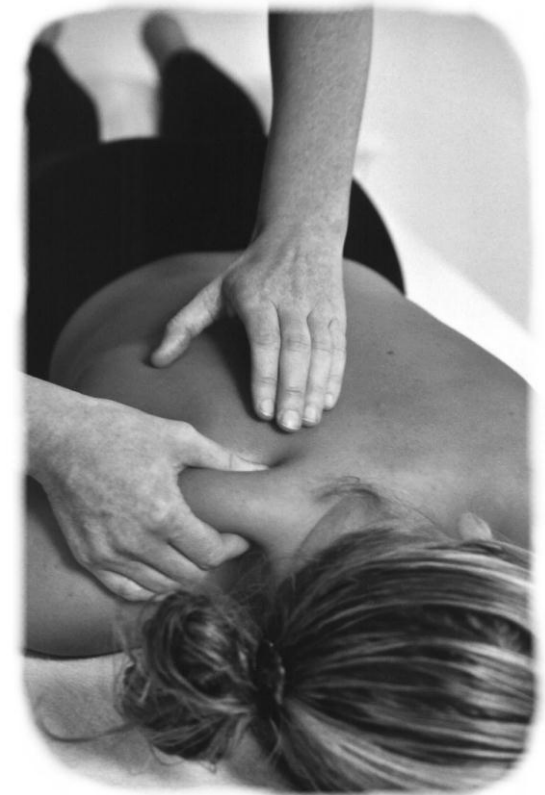


Voor meer informatie of vragen kun je
haar bereiken:

Jannet Middelkamp
Almereweg 4
3891 ZP Zeewolde
Mobiel 06-46343921
jannet.middelkamp@online.nl
www.rebalancingdekern.nl

Basiscursus massage met Rebalancing® technieken

Zeewolde 2011



De Kern
Praktijk voor
Rebalancing®
lichaamswerk en
bewustwording