

## NaturImpulse – Heilpraktikerin Heine

**Stefanie Heine** - Yurashi Therapeutin -  
Heilpraktikerin

Düsseldorfer Str. 253 - 40822 Mettmann  
Kolumbusstraße 8, 45472 Mülheim (Ruhr)  
(+49) 160 56 79 79 2

[hallo@heilpraktikerin-heine.de](mailto:hallo@heilpraktikerin-heine.de)  
[www.heilpraktikerin-heine.de](http://www.heilpraktikerin-heine.de)



## YURASHI – Die Therapie der sanften Berührung

Herzlich willkommen!

Erleben Sie die wohltuende Wirkung der japanischen Yurashi-Therapie, die Ihr körperliches Wohlbefinden fördern kann und durch sanfte Berührungen, Bewegungen und Dehnungen eine harmonische Balance und Leichtigkeit in den Körper bringt.

**Balance und Leichtigkeit - durch sanfte Berührungen, Bewegungen und Dehnungen.**

Über Yurashi:

Die Yurashi-Therapie basiert auf der Idee, den Körper durch behutsame Berührungen zu unterstützen, um Spannungen zu lösen und das Nervensystem zu regulieren. Vergleichbar mit dem sanften Wiegen eines kleinen Kindes, lädt die Yurashi-Behandlung den Körper ein, Verspannungen zu lösen und sich zu entspannen. Die sanften Berührungen signalisieren dem Körper, dass keine Schmerzen zu erwarten sind, und ermöglichen Anspannungen loszulassen. Die begleitenden Dehnungen helfen, Verspannungen in Muskulatur und Bindegewebe zu lockern.

Die Yurashi-Therapie ist daher eine ganzheitliche Methode, die tiefenentspannend auf Körper und Geist wirkt und die Selbstregulation des Körpers aktiviert.

Wirkung:

- Kann Stress reduzieren und Entspannung fördern
- Zur Unterstützung bei der Linderung von Schmerzen durch sanfte Berührung und Dehnungen
- Regulation des Nervensystems für verbessertes Wohlbefinden
- Ganzheitliche Methode für Körper und Geist

Warum Yurashi?

Die Yurashi-Therapie bietet eine einzigartige Möglichkeit, Körper und Geist in Einklang zu bringen. Die sanften Berührungen und Bewegungen helfen dabei, Stress abzubauen und die natürliche Selbstheilung des Körpers zu fördern. In meiner Praxis steht das Wohl meiner Patientinnen und Patienten im Mittelpunkt, und die Yurashi-Therapie hat sich als effektives Mittel erwiesen, um diesen Anspruch zu erfüllen.