

Mirja Knell

Gesundheitspraktikerin DGAM / Coach

Nachbarsweg 47

45481 Mülheim an der Ruhr

Tel.: +49 177 8240894

Mail: coachmirjaknell@gmx.de

www.coachmirjaknell.de



Manchmal spürt man sofort, dass sich etwas richtig anfühlt. So ging es mir während meiner Ausbildung in klientenzentrierter Gesprächspsychotherapie nach Rogers, die ich 2017 erfolgreich absolviert habe, als ich Yurashi kennenlernte.

Schon durch sehr achtsame, sanfte Berührungen und kleine Impulse kann Yurashi dabei unterstützen, Verspannungen und Schmerzen zu lösen, die Beweglichkeit zu verbessern und das Körperbewusstsein zu stärken.

Der Name sagt bereits viel über die Methode aus: „Yurashi“ bedeutet so viel wie wiegen – ähnlich wie eine Mutter ihr Kind behutsam schaukelt.

Dabei entsteht eine besondere Harmonie, die ein Gefühl von Geborgenheit vermittelt. In dieser Atmosphäre können sich Anspannungen und die damit verbundenen Schmerzen auf sanfte Weise reduzieren und auflösen. Die Berührungen sind leicht und frei von Druck und setzen feine, heilsame Impulse, die unser Nervensystem positiv beeinflussen.

Ich kann nur empfehlen, Yurashi einmal selbst zu erleben und diese angenehme Behandlungsform kennenzulernen. Sie bietet eine großartige Möglichkeit, Körper und Geist zu entspannen.