

Gesund, fit und schön

— Die Ai-Praxis TCM führt Akupressur-Behandlungen durch —

Die Ai-Praxis TCM bietet den Kunden ein umfassendes Gesundheitsangebot. In Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Zürich finden ab Mai neue Kurse für Seniorinnen und Senioren statt.



Die Gesundheitslehre nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) stammt aus dem alten China und erlebt zurzeit in Europa und Amerika einen

Aufschwung. Die Ai-Praxis TCM in Kloten stellt die Gesundheit und den Menschen mit seiner eigenen, inneren Schönheit ins Zentrum. Wer Qigong oder Tai-Chi regelmässig ausübt, stärkt seine Gesundheit und bleibt dadurch fit und schön. Die Atem- und Bewegungslehre wird in China bis ins hohe Alter und als Gesundheitsprävention praktiziert. Die kontemplativen Bewegungen schonen die Gelenke, bauen die Muskeln auf, regulieren die Herzfrequenz und wirken sich positiv auf das Nerven- und Hormonsystem aus. Die Kurse werden von der Qigong-Lehrerin Sharon Aemmer geleitet und finden in persönlicher Atmosphäre tagsüber und abends statt. In Zusammenarbeit mit Pro Senectute Kanton Zürich unter Telefon 058 451 51 00 oder bei Sharon Aemmer

erhältlich. Die Akupressur- und Tuina-Behandlungen werden in der Regel über einer leichten Bekleidung ausgeführt. Mit speziellen Techniken wie zum Beispiel Drücken, Streichen, Ziehen, Schütteln, Stossen, Reiben, Zupfen wirkt Michael Aemmer gezielt auf den Energiefluss seiner Kunden und somit auf deren Gesundheit und Wohlbefinden ein. Seniorinnen und Senioren erhalten vergünstigte Konditionen und werden auf Anfrage auch ausserhalb der Ai-Praxis von ihm behandelt.

Auf den •Fit & Schön•Spezialseiten finden Interessierte einen 20-Franken-Gutschein, den sie beliebig einlösen können.

(Eing.)

Ai Praxis TCM & Qi Gong-Schule, Rebweg 13, 8302 Kloten, Tel./Fax: 044 803 30 30, www.ai-tcm.ch.