לימור שאו שורש - טיפול בכאב והורדת מתח ולחץ בדרום



מושב לכיש

אזור השפלה

טלפון: 072-2285498

לימור שאו שורש - מטפלת ברפואה משלימה, מתמחה בטיפול בכאב ובהורדת מתח ולחץ בעזרת טיפול במים - וואטסו, שיטת שאו ללימוד שחיה, התעמלות בריאותית במים, טיפול בחדר מלח ועוד. לימור היא מחברת הספר "אמנות השחייה"(swimming of art the) שיצא לאור באנגליה בשנת 1996. הספר תורגם לעברית בשנת 2006.
הוא מומלץ לכל מי שמעוניין להכיר ולהבין את השיטה ואת טכניקת אלכסנדר. הספר עוסק בסגנונות השונים, טיפול בפחד ממים, טיפול בכאב, בבעיות נשימה ועוד. מטפלת במגוון בעיות ונושאים כמו כאבי גב, כאבי ראש, כאבי שרירים, מתח ולחץ נפשי, פריצת דיסק, היריון, חוסר שינה, כאבים כרוניים, פיברומיאלגיה, דלקת פרקים, מחלות פרקים, פרקינסון, אסתמה, אלרגיות, חיזוק המערכת החיסונית ועוד.שיטת שאו - טכניקת אלכסנדר במים- שיטה זו מלמדת כיצד להגיע להרמוניה במערכת היחסים העדינה בין ראש-צוואר-עמוד שידרה וכיצד למצוא את האיזון הנכון בין מאמץ להרפיה. השיטה מיושמת בסגנונות חזה, חתירה, גב ופרפר. לימוד נשימה יעילה, גלישה ועצירה מהווים את הבסיס ליישום השיטה בסגנונות השחייה השונים.בעלת ניסיון משנת 1988.

צרו עימי קשר טלפוני לקבלת יעוץ אישי.~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~
מידע נוסף שיעניין אותך נמצא כאן
~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~

בקר באתר
שלח הודעה
~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~