

OM SUND NATURTERAPI

Kropp og psyke henger sammen og speiler hverandre. Sund Naturterapi bruker enkle teknikker for å forløse spenninger og opplevelser som ligger lagret.

Sund Naturterapi ble startet i 1998 og har siden oppstarten vært drevet av Anne Britt Hollup.

Hollup har lang erfaring med ulike alternative behandlingsformer, kurs og workshops.

Referanser:
Falck Nutec Sotra og Bergen



SUND
Naturterapi

Sund Naturterapi
Skogsvågskiftet
5382 Skogsvåg

Telefon: 56 33 86 40
E-post: briholl@online.no



SUND
Naturterapi



SUND NATURTERAPI TILBYR DISSE TJENESTENE FOR DIN BEDRIFT

FOTSONETERAPI

Med fotsoneterapi menes en behandlingsform der en behandler soner og punkter på føttene med trykk massasje. Punktene/sonene reflekterer organer og andre deler av kroppen som stimuleres ved enkel trykk massasje.

COACHING

Zencoaching er en tilnærming til coaching og til livet som gir kraftfulle prinsipper og verktøy for selvinnsikt, utvikling og autentiske relasjoner - både på jobb og privat.

MINDFULLNESS I GRUPPE

Dersom bedriften ønsker, kan jeg tilby Mindfulness i gruppe. Det innebærer teknikker i avspenning og stressmestring i gruppe.

KLASSISK MASSASJE

Utøves ved rytmisk knaing og strekking av muskler. Dette påvirker blod- og lymfesirkulasjonen, øker hormonproduksjonen og utskillelsen og gjør musklene smidig og mer elastiske. Massasjen virker på hele kroppen.