

Dit is een eenvoudige en minder lang durende versie van de klassieke Shiatsu massage. De stoelmassage werkt preventief om vooral spanningsklachten als gevolg van stress of een slechte werkhouding te voorkomen. Deze massage zorgt voor rust en ontspanning. Vooral van de nek, schouders, rug, hoofd, handen en armen.

Tijdens de stoelmassage oefent de masseur druk uit op een reeks acupressuurpunten waar de interne energiehuishouding verstoort kan zijn. Tevens worden ook de spieren en gewrichten gemobiliseerd. Eventuele blokkades worden opgeheven en de doorbloeding gestimuleerd. De stoelmassage ontspant spieren, gewrichten en andere lichaamsdelen die sterk onderhevig zijn aan stress of een verkeerde werkhouding.