

IL METODO DORN

Il metodo Dorn è un sistema non invasivo per il benessere e il riallineamento posturale della colonna vertebrale e delle principali articolazioni. Si avvale di tecniche gentili e di esercizi di auto aiuto che hanno lo scopo di correggere i disallineamenti posturali e articolari. E' utile nel trattamento di:



- Dolori alla schiena
- Scoliosi
- Eemicrania
- Dolori cervicali
- Disallineamento
- Dolori diffusi
- Posture croniche
- Blocchi Energetici
- Dolori lombari
- Sciatica
- Prevenzione

**PRENDI IL TUO APPUNTAMENTO
ORA !**

Per maggiori informazioni visita il sito:

www.dorn-method.com

Il Metodo di Dorn non sostituisce alcun trattamento



Contatto operatore certificato:

Margherita Scanavino

mail: margherita.scanavino@gmail.com

tel. +39 335 6191101

Sedi: Orbassano e Torino



FAI FELICE LA TUA SCHIENA!

Con i facili esercizi del Metodo Dorn



**Previene e vince
il mal di schiena,
mantieni in forma la
colonna vertebrale**

**IL DORN-METHOD
E MASSAGE BREUSS**

IL Metodo Dorn

Un metodo naturale e semplice ed esercizi per auto aiuto.

E' una disciplina bionaturale basata su principi biomeccanici di fisiologia del movimento. A questo si aggiungono le stimolazioni digitopressorie di alcuni punti energetici lungo i meridiani della medicina tradizionale cinese.

Sviluppato da piu' di 30 anni in Germania ideato da Dieter Dorn e diffuso in piu' di 20 paesi nel mondo con molti operatori specializzati.

Un metodo completo perche' considera tre importanti fattori:

- ◆ La prevenzione
- ◆ Il trattamento
- ◆ Gli esercizi di Auto-aiuto

Il professionista del Metodo Dorn è più che un operatore del benessere e' un consulente che consiglia le persone per prevenire i dolori alla colonna vertebrale

- ◆ Propone il trattamento Dorn (durata media 20 minuti)
- ◆ Insegna gli esercizi di auto-aiuto per mantenere nel tempo il benessere della schiena e delle articolazioni.

Come il metodo Dorn ci puo' aiutare

Il Metodo si avvale di tecniche gentili e di esercizi di auto aiuto che hanno lo scopo di correggere i disallineamenti posturali e articolari. Al movimento si aggiungono le stimolazioni digitopressorie di alcuni punti energetici lungo i meridiani della medicina tradizionale cinese.

Le correzioni dei disallineamenti sono fatte in maniera dinamica, utilizzando due fattori fondamentali: movimento dolce e lieve contro-pressione. Il movimento permette di oltrepassare la tensione muscolare, che tenderebbe altrimenti a mantenere in posizione la relativa articolazione, mentre la contro-pressione (effettuata con le dita) accompagna dolcemente l'articolazione stessa verso la posizione ideale (allineata).

Gli esercizi possono anche essere insegnati in classi di gruppo, con l'operatore come conduttore. Si dice infatti che il metodo Dorn si esegue "con" il ricevente e non "sul" ricevente.

Ecco perché si parla di metodo. Il Dorn non è semplicemente una sequenza di movenze, ma una vera e propria educazione di

“igiene vertebrale”.

Il Massaggio Breuss

Si tratta di un massaggio molto rilassante, dedicato interamente alla colonna vertebrale. Prende il nome dal suo creatore Rudolf Breuss, naturopata austriaco.

E' un massaggio delicato della schiena, volto a eliminare i blocchi psichici, energetici e fisici. Favorisce: il processo di rigenerazione e nutrimento dei dischi e migliora molti disagi del sistema locomotore.

Il massaggio Breuss ci permette di compensare la sete istintiva di contatto, essendo un trattamento molto delicato che pure arriva e trasmette messaggi benefici al nostro animo più profondo.

Il massaggio Bruess dona un piacevole benessere e rilassamento.

Segue di norma un trattamento Dorn e dura dai 20 ai 40 minuti.



Unisci AMORE, SAGGEZZA, e FEDE e crea qualcosa di perfetto...