

## Ito-Thermie

basiert auf der Tradition der japanischen Kräuterkunde. Verwendet werden dabei in Stäbchen gepresste Kräuter und Mineralien, die in einem speziellen Instrument zur Anwendung kommen. Die Wärme die dadurch dem Körper übertragen wird, bewirkt eine tiefe Entspannung in Körper und Geist. Die Kräuterwirkstoffe und die Wärme fördern die Durchblutung und Entgiftung des Körpers. Das autonome Nervensystem wird balanciert, die Verdauung reguliert und die Schlafbereitschaft verbessert. Das Energiesystem des Körpers wird ausgeglichen und Yin/Yang in einen harmonischen Fluss gebracht. Ito Thermie öffnet den Zugang zu tiefer Meditation.

Ito-Thermie kann als Sitzung erfahren werden und auch für die Eigenanwendung von jedem selber erlernt werden.

Mehr Infos unter: [www.ito-thermie.at](http://www.ito-thermie.at)