

Dari BEDRIJFSMASSAGE Gunung



STOELMASSAGE

Stoelmassage is een drukpuntmassage aan hoofd, schouders, nek, rug, heupen, armen en handen en speciaal ontwikkeld voor mensen met weinig tijd. De techniek is afkomstig uit de shiatsu, shiatsu betekent letterlijk vingerdruk. Bij de stoelmassage wordt geen olie gebruikt omdat de massage door de kleding heen gegeven wordt.

Stressbestendig zijn is een van de eigenschappen die u als werkgever van uw medewerkers verlangt. Maar natuurlijk wordt er hard gewerkt en natuurlijk zijn er stressfactoren.

Belangrijk is dat je de stress de baas bent, dat je met de spanningen kunt omgaan. Zolang spanning en ontspanning met elkaar in balans zijn is er niets aan de hand, per slot van rekening heb je spanning ook nodig om prestaties neer te zetten. Dari Gunung verzorgt bedrijfsmassage voor ontspanning en energie.

Wil jij ook een
bijzondere rendez
vous dag?

JOUW RENDEZ VOUS DAG

STOELYOGA

Stoelyoga geeft het brein de rust die het nodig heeft voor goed denkwerk en creativiteit. Even afstand nemen van de hectiek van de dag, ontspannen en weer opladen om de dag energiek te vervolgen. De oefeningen helpen je om stil te staan bij jezelf en te luisteren naar de signalen van je lichaam. Zo werk je preventief en word je eerder bewust van opgebouwde spanning en fysieke klachten.

Iedereen kan meedoen, er is geen fitheid vereist. Gewoon in werkkleding en op een stoel. Er is geen investering nodig, het kan gewoon plaatsvinden in een vergaderruimte of op de werkvloer.

Duizenden medewerkers hebben inmiddels de voordelen van yoga mogen ervaren. Denk aan stressvermindering, verbeterde bloedcirculatie, meer focus en innerlijke rust.

StoelyOGA
Nederland & Vlaanderen

**MET DE BEDRIJFSSTOELMASSAGE VAN DARI GUNUNG
DÁT WERKT VEEL BETER**