

TKZ-Zoneterapi

er en unik refleksterapi, som udføres ved lette tryk på føddernes under-/overside, en yderst behagelig behandling, som bringer dig til en afslappet tilstand og som aktiverer kroppens egne selvhelbredende kræfter. Zoneterapi har forbindelse til kroppens organer, nerver og muskler via energibaner. Der stilles diagnose ud fra kinesiske principper.

Det anbefales til både børn og voksne, hvis du har:

- ❖ Mave/tarmproblemer
- ❖ Hovedpine/migræne
- ❖ For travlt/stress
- ❖ Psykiske ubalancer
- ❖ Luftvejslidelser/astma
- ❖ Allergi
- ❖ Kredsløbssygdomme
- ❖ Forhøjet blodtryk
- ❖ Kolik
- ❖ Hormonelle lidelser
- ❖ Barnløshed
- ❖ Øre og øjensygdomme
- ❖ Ondt i lænd, ryg eller nakke
- ❖ Inkontinens/problemer med sengevædning
- ❖ Søvnproblemer
- ❖ Styrke immunforsvaret
- ❖ Hudlidelser
- ❖ Betændelsestilstande
- ❖ Lyst til at gøre noget godt for dig selv
- ❖ Lyst til at styrke kroppen generelt
- ❖ Eller ... sig til hvad der er dine udfordringer

Tibetansk neuro zoneterapi

Der tages udgangspunkt i posturologi (position/stilling) af kroppen. Der arbejdes både via energibaner samt nervebaner.

Det gir kroppen mulighed for at rette op på ubalancer, skævheder, nerver, som sidder i klemme og herved ikke kan forsyne muskler og organer optimalt.

- ❖ Skævheder i rygsøjle
- ❖ Neurologiske problemer
- ❖ Indlæringsvanskeligheder
- ❖ Koncentrationsbesvær
- ❖ Motoriske udfordringer
- ❖ Traumatiske oplevelser
- ❖ Piskesmæld
- ❖ Samt de samme gener som nævnt under TKZ-Zoneterapi

Lidt om mig ☺

Jeg er 42 år og mor til 3 børn, rolig, afbalanceret og en livsnyder, som elsker det levende liv og nuet. I nuet finder jeg ægtheden og mærker kærlighedens mange aspekter.

Jeg brænder virkelig for, at du som individ med dine relationer og dit virke kan lære at udleve dit fulde potentiale, med den mest frie, afbalancerede og kærlige følelse i krop, sind og sjæl, som det for dig er muligt. Hos mig er der fokus på det hele menneske. Jeg har klinik på min privatadresse.

Rikke Freiheit Bruun
Harald Damtofts Vej 153
Nr. Felding
7500 Holstebro
+4560299021
kliniklivetstrae@gmail.com
www.livetstrae.dk

RAB registreret (registreret alternativ behandler)
D-service (Sygeforsikringen Danmark)
Medlem af TKZ-foreningen (Traditionel kinesisk zoneterapi)

2010	200 timers anatomi og fysiologi
2010	100 timers sygdomslære
2011	Lægeeksamineret fysiurgisk massør
2011	Indisk hovedmassage
2012	TKZ-Zoneterapeut
2012	Tibetansk neuro zoneterapi 1
2012	Tibetansk neuro zoneterapi 2
2012	Skeletmobilisering
2012	MMT 1, 2 & 3 (Mørkeberg muskelterapi)
2012	Hvad kan fødderne fortælle 1
2013	BARS - Acces the Bars
2013	Kranio-Sakral Terapi 1, 2 & 3(KST)
2013	Ret Ryg og Nakke 1 & 2 (KST)
2014	Organmassage 1 (KST)
2016	ID Master coach i relationer, stress & mindfulness

Lidt praktisk om alle behandlinger

Jeg har tavshedspligt, hvilket giver dig en tryghed for et godt og sundhedsfremmende samarbejde.

1 lagen, 1 stort og 1 lille håndklæde medbringes hver gang.
(kan lejes for 25 kr. pr. gang)

Behandlingerne kan kombineres.

Efter behandling er det vigtigt med ekstra væske.

Livets Træ



TKZ-Zoneterapi

Tibetansk neuro zoneterapi

Lægeex. fysiurgisk massage

Kranio-Sakral Terapi

ID Coaching /

Relationer,

Stress & mindfulness

Fysiurgisk massage

Fysiurgisk massage er en dybdegående muskel-massage af hele kroppen, som ved forskellige massagegreb løsner ophobede affaldsstoffer, øger lymfe- og blodgennemstrømningen i musklen som herved får fornyet energi. Massagen virker både afslappende og afstressende på muskler, krop og sind. Via massage styrkes muskelfibre, kropsvæv og en større bevægelighed kan opnås.

Det anbefales til både børn og voksne, hvis du har:

- ❖ Muskelspændinger
- ❖ Smerter i arme/skuldre
- ❖ Ondt i nakke, ryg, lænd
- ❖ Hold i nakke, ryg, lænd
- ❖ Iskiasproblemer
- ❖ Hovedpine pga. muskelspændinger
- ❖ Tunge ben
- ❖ Lyst til udrensning af ophobede affaldsstoffer
- ❖ Lyst til at give dig selv et pusterum

Acces The BARS

BARS er en fantastisk behandling, hvis du føler dig begrænset i din verden af gamle følelser, tankemønstre og overbevisninger eller føler du sidder fast i tilværelsen.

BARS er en meget blid behandling, hvor du ligger fuld påklædt på briksen og modtager lette tryk på hovedet. Du behøver ikke at sige noget.

Hvordan kan det blive nemmere?

Det anbefales til både børn og voksne.

Skeletmobilisering

Skeletmobilisering er en meget blid og nænsom behandling, som på en rolig og yderst effektiv måde i samarbejde med kroppen, kan løsne op for fast-låsninger i skelettet.

Det anbefales til voksne, hvis du har:

- ❖ Hold i nakken
- ❖ Hold i lænden
- ❖ Hold i ryggen
- ❖ Skulderproblemer
- ❖ Fastlåste led
- ❖ Piskesmæld
- ❖ Traumatiske oplevelser

Denne behandling er ikke kiropraktik, da det kun bør udføres af uddannede kiropraktorer.

ID Coaching / relationer, stress & mindfulness

Coaching er enormt virkningsfuldt når der er:

- ❖ Tillid mellem klient og coach
- ❖ Klienten har lyst og mod
- ❖ Klienten har tro og vilje

Med coaching er det muligt at;

- ❖ finde mere glæde og værdi i livet.
- ❖ kigge på sin egen rolle i samspelet med andre og sig selv
- ❖ minimere og afhjælpe stress / stress fyldte situationer
- ❖ nå de mål, som du før har haft svært ved at gennemføre
- ❖ finde modet til at være lige den du er og meget meget mere

Er du en af dem som synes at;

- ❖ livet er træls og hårdt...
- ❖ du er i konflikt med dine relationer...
- ❖ du ikke kan finde glæde i dagligdagen...
- ❖ din krop er fuld af uforklarlige smerter...
- ❖ du gerne vil forandre noget, men ikke kan finde vejen...
- ❖ du altid møder de samme problemer...
- ❖ du har nogle begrænsende leveregler...
- ❖ det altid er de andres skyld...
- ❖ du aldrig opnår en løsning...
- ❖ Eller noget helt andet som driller eller udfordrer dig...

Så kan jeg via coaching hjælpe dig med at;

- ❖ få perspektiv på din situation...
- ❖ opdage nye veje i dit liv...
- ❖ opdage hvad der er dit eget og hvad der tilhører andre...
- ❖ opdage hvad der forhindrer dig i at nå dine mål
- ❖ opdage hvad din kloge krop fortæller dig
- ❖ mm....

Jeg er uddannet fra ID Academy, v/ Ole Vadum Dahl, Silkeborg. Et 2 årigt grundigt, seriøst coach forløb hvor der er fokus på det hele menneske.

Coaching suppleret med fysisk behandling giver dig mulighed for at arbejde med både krop, sind og sjæl på et meget dybt og forløsende plan.

Kranio-Sakral Terapi (KST)

Kranio-Sakral Terapi (KST) er en meget blid og behagelig behandlingsform. Teknikken kom til Danmark i 1986 hvor blandt andet Trine Rosenberg var en af foregangskvinderne.

Kranio-Sakral systemet består af vores kranie, rygsøjlen og korsbenet samt centralnervesystemet. Det omfatter hjernen, rygmarven og rygmarvsnerverne inkl. hjernevæsken, der pumpes rundt, uden om hjernen. Denne pumpebevægelse kaldes KST-rytmen.

KST består af forskellige teknikker, som alle har "det blive tryk" som fællesnævner. Der arbejdes meget blidt på bla. hoved, nakke, ryg og korsben. Under behandlingen ligger du enten på ryggen eller maven.

KST har til formål at befri kroppen for spændinger, skævheder, således får muskler, nerver og organer optimale betingelser for at forsyne kroppen med ilt og næringsstoffer, samt aktivere kroppens eget regenereringssystem.

KST er en helt fantastisk og behagelig teknik til både børn og voksne til:

- ❖ Stress / psykiske ubalancer
- ❖ Hovedpine / migræne
- ❖ Fordøjelsesbesvær
- ❖ Svigtende koncentration
- ❖ Indlæringsvanskeligheder
- ❖ Hyperaktivitet
- ❖ Piskesmæld
- ❖ Smerter i nakke, ryg og lænd
- ❖ Søvnløshed
- ❖ Forhøjet blodtryk
- ❖ Skæren tænder
- ❖ Allergi og astma
- ❖ Menstruationsbesvær
- ❖ Svimmelhed

...fordi vi bliver klemt under fødslen; en fødsel kan være en hård rejse for et nyfødt barn, der klemmes, vrides og trækkes måske i det lille barn

...for at sænke kroppens stressniveau; v/ stress spænder vi op i muskler, og det giver mindre bevægelighed for vores hjerne, skelet og centralnervesystem

...fordi vor krop lider skade - igen og igen; v/ fald, vælte på cykel, fald på trappen, bliver påkørt, slag på hovedet etc