



**World
Watsu®
Week**

**Aktionstag „Aquatische Körperarbeit“
in der Katzenbuckel-Therme Waldbrunn
am Welt-Wasser-Tag 22.03.2019**

Am 22. März 2019, dem internationalen Tag des Wassers startet die Welt WATSU Woche. Auch in Katzenbuckel-Therme findet aus diesem Anlass ein Aktionstag statt.

Interessierte können WATSU (WasserShiatsu) kennenlernen und sich von ausgebildeten und kundigen Händen durch 35°C warmes Wasser bewegen und tragen lassen.

WATSU ist eine der Methoden der Aquatischen Körperarbeit (kurz: AKA). Dazu gehören auch die Methoden WasserTanzen (WATA), AquaRelax und Healing Dance. Sie können alle kombiniert werden und nutzen die heilende und entspannende Kraft des Wassers und der Bewegung. Die AKA hat sich mittlerweile in vielen medizinischen Bereichen bewährt und etabliert, so z.B. in der Schmerztherapie, Neurologie und Geriatrie. Menschen aller Altersklassen, Schwangere und Menschen mit körperlichen und geistigen Einschränkungen genießen die Leichtigkeit und Beweglichkeit im warmen Wasser. Elemente aus Massage, Gelenkmobilisation, Meridian- und Atemarbeit sowie Tiefenentspannung reduzieren Stress und erhalten die Gesundheit.

Die 3 Praktizierenden der Aquatischen Körperarbeit Katja Stoll, Karola Geier, und Susanne Mühlbacher-Jung bieten am 22.03.2019 von 12 – 15 Uhr und von 17.30 – 20.30 Uhr kostenlose Schnuppersitzungen an. Es können auch Sitzungen (30, 45 und 60 Minuten) gebucht werden.

**Bei Interesse wird um Voranmeldung gebeten bei der
Tourist-Info Waldbrunn unter 06274-928590**