

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Transl](#)[View this email in your browser](#)

Afgelopen maand heb ik weer eens een band gemasseerd in de backstage van een concert venue.

Bandleiden hebben massages hard nodig. Door het bespelen van hun instrumenten (gitaar, bas, drums) staan zij vaak lang in 1 houding, waardoor de spieren en het bindweefsel zich aanspannen en spanning ontstaat.

Vlak voor de show maak ik de spieren los, zodat de bandleden klaar zijn om de show te stelen in de avond!

De mix die ik gebruik is Deep Tissue in combinatie met Fascia Release.

Ik ga diep op de triggerpoints in, maar laat de spieren ook ontspannen door een speciale rock en shake techniek, de “fluid touch”.

Ik speel met spanning en druk, stretch de spieren en laat deze weer los, hierdoor creëer ik ruimte in het lichaam en in de mind. De persoon op de massagetafel kan hierdoor diep ontspannen en de spierspanning loslaten.

Vind ik triggerpoints dan ga ik hier dieper op in en blijf een halve minuut tot een minuut op dit

[Subscribe](#)[Past Issues](#)[Transl](#)

beetje doorbloeden.

Zonodig herhaal ik dit een aantal keer, totdat spier weer zacht aanvoelt.

Het diepe werk, mix ik met diepe ontspanning door middel van het rocken en shaken van het lichaam.

Heb je ook zin in een Deep Tissue Massage gekregen nu?



Tarieven:

30 minuten € 35,-

60 minuten € 59,-

90 minuten € 79,-

Groet,

Subscribe**Past Issues****Transl**

Telefoon: 06-48902087

www.poweroftouchmassage.amsterdam

marcella@poweroftouchmassage.amsterdam

PS: als je de nieuwsbrief niet meer wilt ontvangen stuur me dan even een mailtje, dan haal ik je van mijn mailinglijst. Bedankt.

Maandagavond Blue Birds, Louise Wentstraat 186, Amsterdam

Woensdagavond Studio Veerkracht, Oostenburgervoorstraat 53, Amsterdam



Studio Veerkracht



Copyright © 2019 Power of Touch Massage, All rights reserved.

Want to change how you receive these emails?
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

