

Traditionelles Schröpfen

Beim Schröpfen entsteht durch den Unterdruck im Schröpfglas ein sanfter bis intensiver Reiz auf Haut und darunterliegendes Gewebe. Dadurch werden Haut, Bindegewebe und Muskulatur gezielt angesprochen und die lokale Durchblutung angeregt.

Der gesetzte Reiz kann dabei helfen, Spannungen zu lösen, Gewebe beweglicher und die eigene Körperwahrnehmung bewusster zu machen. Je nach angewandter Schröpftechnik werden die Gläser punktuell gesetzt oder über die Haut bewegt, wodurch unterschiedliche Reize auf das Gewebe entstehen.

In der Traditionellen Chinesischen Medizin wird Schröpfen zudem mit dem Fluss von Qi und der Wirkung entlang der Meridiane in Verbindung gebracht. Es wird traditionell eingesetzt, um Blockaden zu lösen und den freien Fluss im Körper zu unterstützen.

Schröpfen kann so eine intensive und zugleich wohltuende Körpererfahrung sein – mit dem Ziel, mehr Leichtigkeit, Beweglichkeit und Entspannung zu erfahren.

