

Tok Sen die Hammermethode

Tok Sen ist eine traditionelle Anwendung aus der thailändischen Massage- und Körperarbeit. Dabei werden spezielle Holzinstrumente eingesetzt, mit denen sanfte, rhythmische Klopf- und Schwingungsimpulse auf den Körper übertragen werden.

Die entstehenden Vibrationen können dazu beitragen, Muskulatur und Faszien zu lockern, die Körperwahrnehmung zu fördern und ein Gefühl von Entspannung und Beweglichkeit zu unterstützen. Die rhythmischen Impulse werden dabei nicht nur punktuell, sondern als angenehme Schwingung im umliegenden Gewebe wahrgenommen.

In der traditionellen Anwendung wird Tok Sen zudem mit dem Konzept der Energielinien (Sen) verbunden. Die Behandlung soll den Körper dabei unterstützen, Spannungen loszulassen und wieder mehr Leichtigkeit und Bewegungsfluss zu erfahren. Tok Sen kann eine wohltuende Ergänzung zu anderen Entspannungs- und Körperanwendungen sein – besonders dann, wenn Sie sich mehr Ruhe, Lockerheit und ein angenehmes Körpergefühl wünschen.

Spüren Sie die besondere Wirkung rhythmischer Schwingung und erleben Sie Tok Sen als eine achtsame Auszeit für Körper und Wohlbefinden.

