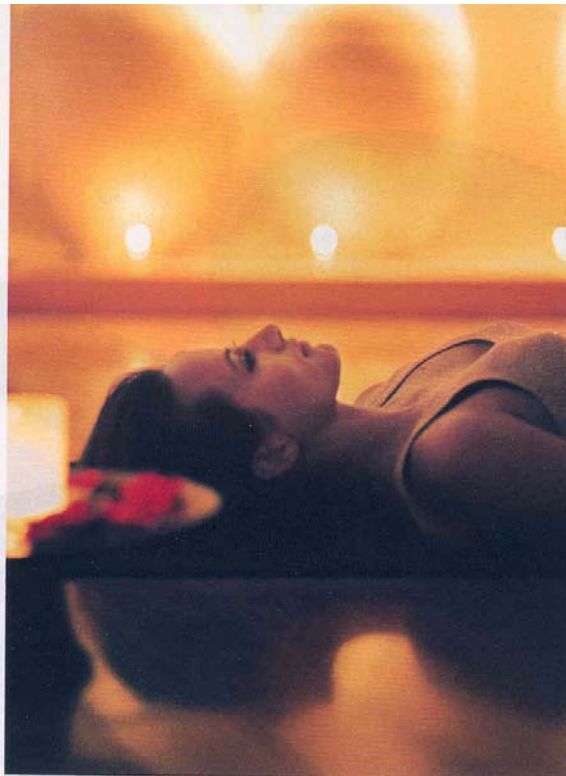


trend wellness

Entspannung auf Knopfdruck: Mit den neuen Chi-Liegen können Sie günstig und schnell zu einer Massage



Wie funktioniert die Chi-Liege?

Viele wichtige Druckpunkte, die die Grundlage für Akupunktur oder Akupressur bilden, befinden sich entlang der Wirbelsäule. Die Chi-Massageliege übt auf diese Punkte einen Reiz aus und stimuliert zudem die Muskulatur der Oberschenkel und Waden. In die Liege sind Massagekugeln aus Jade integriert, die zu kleinen Walzen zusammengefügt sind und sich optimal der Rückenstruktur anpassen. Die Walzen bewegen sich während der Massage langsam auf und ab und können so alle wichtigen Punkte erreichen. In den Jade-Kugeln sind Glühbirnen mit Helium eingebaut. Sobald sie warm werden, setzen sie einen Großteil ihrer Energie als Infrarotwärme frei. So soll sich die heilende Jade-Wirkung besser im Körper verteilen. Mit einer Fernbedienung kann die Intensität von Massage und Wärme gesteuert werden. An die Liege ist ein Münzautomat angeschlossen – ähnlich wie im Solarium. Jedoch dürfen Sie bei der Chi-Behandlung Ihre Kleider anbehalten. Die kürzeste Einheit dauert 20 Minuten und kostet 6 Euro.

Relaxen mit Jade

Mittags statt in die Kantine zur Chi-Massage gehen und sich eben mal verwöhnen lassen, ohne Praxisgebühr, Terminabsprache und lästiges An- und Ausziehen? Die neuen Chi-Massage-Studios machen es möglich. In vielen deutschen Städten können Sie sich dort 20 Minuten lang auf speziellen Ganzkörper-Massageliegen durchkneten lassen. Die vollautomatischen Liegen haben es in sich: Sie vereinen traditionelle fernöstliche Heil- und Entspannungsmethoden mit westlicher Technik.

Woher stammt die Methode?

Das Konzept basiert auf einer alten koreanischen Massagetechnik, die die Kraft des Jade nutzt. Der Stein gilt in Asien seit vielen Jahrhunderten als Heilmittel gegen viele körperliche Beschwerden. Die sogenannte Chi-Strahlung des Jade soll eine ähnliche Wellenlänge wie die der menschlichen Zelle haben und deshalb besonders wirksam sein. Diesen Jade-Effekt nutzt auch die von der deutschen Firma Syogra entwickelte Massageliege.



Tipp unter Freundinnen

HEILSTEINE

Wollen Sie mehr erfahren über die wohltuende Wirkung von Edelsteinen? Das Buch „Heilende Edelsteine“ (GU, über Amazon ab 4,85 Euro) informiert über die wichtigsten Heilsteine und gibt Tipps, wie man sie zu Hause anwenden kann.

Wo gibt's schon Chi-Massagen?

Außer in Metropolen wie Hamburg oder Berlin, wo bereits mehrere Syogra-Studios zu finden sind, kann man sich auch in kleineren Städten wie Rheine, Trier oder Bonn mit einer Chi-Massage verwöhnen lassen. In Leipzig wird im Herbst das 30. Center eröffnet. Typisch für die Syogra-Studios, die im Franchise-System geführt werden, ist ein asiatisch inspiriertes Ambiente. Die Liegen befinden sich in Einzelkabinen. Mehr Infos und Studio-Adressen: www.syogra.com

Was bringt die schnelle Massage?

„Eine professionelle Massage vom Physiotherapeuten kann die elektronische Liege zwar nicht ersetzen, doch gerade Alltagsbeschwerden wie Verspannungen lassen sich mit regelmäßigen Sitzungen lindern“, so der Iserlohrner Orthopäde und Chiropraktiker Dr. Wolfgang Kober. Denn die Druckmassage mit den warmen Jade-Kugeln hat eine direkte Wirkung auf Fehlstellungen der Wirbelsäule und lindert Schmerzen im unteren Rückenbereich, die z. B. durch zu langes Sitzen im Büro verursacht werden. Zudem fördert sie die Durchblutung des Bindegewebes und wirkt damit straffend.