



## **Gua Sha: Chinesische Massage für Alle**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Gua Sha: Chinesische Massage für Alle

*Grit Nusser, Xiaoying Shang*

**Gua Sha: Chinesische Massage für Alle** Grit Nusser, Xiaoying Shang

 [Download Gua Sha: Chinesische Massage für Alle ...pdf](#)

 [Online lesen Gua Sha: Chinesische Massage für Alle ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Gua Sha: Chinesische Massage für Alle Grit Nusser, Xiaoying Shang**

---

132 Seiten

### **Kurzbeschreibung**

Dieses Buch ist eine einfache und nützliche Anleitung, wie Sie Gua Sha bei einer Anzahl häufiger Beschwerden anwenden können. In der traditionellen chinesischen Medizin ist Gua Sha eine einfache Methode zur Selbstbehandlung, erfolgreich bei vielen Krankheiten. Gua bedeutet Schaben, während mit Sha die Hautreaktion, die durch das Schaben hervorgerufen wird, bezeichnet wird. Aber auch in anderen asiatischen Ländern, wie Kambodscha, Vietnam, Laos, Thailand, Indonesien und Malaysia, ist diese Methode Teil der Volksmedizin. Dabei wird die angefeuchtete oder eingeölte Haut mit speziellen Schabern oder einem Kuhhorn gereizt. Sie können aber auch einen chinesischen Suppenlöffel aus Porzellan oder den Deckel eines Marmeladenglases o.ä. verwenden. Gua Sha soll als wichtige vorbeugende Maßnahme bei den ersten Anzeichen einer fieberhaften Erkrankung, bei Schmerzen und Verspannungen am Bewegungsapparat eingesetzt werden.

Download and Read Online Gua Sha: Chinesische Massage für Alle Grit Nusser, Xiaoying Shang

#D5UGX4BL0W1

Lesen Sie Gua Sha: Chinesische Massage für Alle von Grit Nusser, Xiaoying Shang für online ebookGua Sha: Chinesische Massage für Alle von Grit Nusser, Xiaoying Shang Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Gua Sha: Chinesische Massage für Alle von Grit Nusser, Xiaoying Shang Bücher online zu lesen. Online Gua Sha: Chinesische Massage für Alle von Grit Nusser, Xiaoying Shang ebook PDF herunterladenGua Sha: Chinesische Massage für Alle von Grit Nusser, Xiaoying Shang DocGua Sha: Chinesische Massage für Alle von Grit Nusser, Xiaoying Shang MobipocketGua Sha: Chinesische Massage für Alle von Grit Nusser, Xiaoying Shang EPub