



Seit 50 Jahren

Hannes Steiger, Masseur und Autor mit ganz besonderem Fingerspitzengefühl!

Bad Tatzmannsdorf, 6. April 2022 | In besten Händen: seit 50 Jahren versieht Hannes Steiger seinen Dienst als Heilmasseur im REDUCE Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf. Nach einer Studienreise in China wurde die Akupressur seine Leidenschaft. Dieser Thematik widmete er sich in seinen Büchern – wo er Hilfe zur Selbsthilfe mit gezielter Punktmassage gibt. Sein jüngstes erschienenes Buch ist ein Gesamtwerk seiner Anleitungen.

Weit über 300.000 Massagen hat Hannes Steiger in den Fingern und seinen Wissensschatz gibt er gerne weiter. Zum Beispiel in seinen Büchern oder in Kursen über die Selbstanwendung der Akupressur. Akupressur bedeutet wörtlich übersetzt „Punkte drücken“. Bei dieser uralten Heilmethode aus der Traditionellen Chinesischen Medizin werden bestimmte Punkte, sogenannte Akupunkturpunkte nicht genadelt, wie dies in der Akupunktur üblich ist, sondern gedrückt beziehungsweise massiert.

„Selbstmassage ist Medizin für Körper und Seele“ erklärt Hannes Steiger. *„Sie wirkt durchblutungsfördernd und entspannend und kann gegen viele Alltagsbeschwerden wie Kopf-, Rücken-, Muskelschmerzen, Kreislauf-, Verdauungs- und Schlafstörungen, aber auch präventiv zur Stärkung des Immunsystems eingesetzt werden“*. Die Methode zur Selbstmassage von Hannes Steiger erfordert keine großen Vorkenntnisse, sie kann ganz individuell angewendet werden, wo und wann man möchte und gerade Zeit hat. Zum Beispiel kann die Selbstmassage bei der Morgenroutine eingebunden werden oder man kann sich am Abend nach einem langen Tag gemütlich und in Ruhe massieren. Auch kleine Pausen während der Arbeitszeit eignen sich besonders gut für kurze Nackenmassagen.

Die Massage zählt zu den ältesten, natürlichen Heilmethoden der Menschheit. Bis heute haben sich verschiedenste Massagetechniken etabliert, deren gemeinsames Ziel es ist, Verspannungen zu lösen, Schmerzen zu lindern und die Selbstheilungskräfte des Organismus zu stärken.

Hannes Steiger ist ein echter Experte in der Kunst der heilenden Massage. In seiner langjährigen Tätigkeit im REDUCE Gesundheitsresort Bad Tatzmannsdorf seit nun 50 Jahren gelingt es Hannes Steiger immer wieder auf humorvolle Art und Weise Menschen für einen achtsamen Umgang mit dem Körper zu begeistern. Seine bereits erschienen Bücher fügen sich nun mit dieser Ausgabe zu einem wertvollen Gesamtwerk zusammen. Mit all seiner Lebenserfahrung und all seinem Wissen und der intensiven Bereitschaft, Menschen durch seine Anleitungen zur Selbstmassage wertvolle Hilfestellung zu vermitteln. Der Leser ist eingeladen, zu experimentieren und auf spannende Art und Weise, das körperliche und mentale Wohlbefinden zu verbessern.

Hannes Steiger zeigt auf, wie wichtig es ist, den Fokus auf sein eigenes Körperbewusstsein und der damit notwendigen Selbstfürsorge zu lenken. *„Wir sind sehr dankbar und stolz, dass er mit seiner wertvollen Erfahrung und seinem unermüdlichen Engagement unserem Unternehmen gegenüber als langjähriger Mitarbeiter so verbunden ist“*, so Geschäftsführer Andreas Leitner.

Landesrat Dr. Leonhard Schneemann schließt sich den Glückwünschen an und gibt einen kleinen Rückblick zur gemeinsamen Zusammenarbeit im REDUCE Gesundheitsresort. *„Diese war geprägt durch ein hohes Maß an Loyalität und dadurch, dass der Name Hannes Steiger sehr bekannt und mit Bad Tatzmannsdorf sehr eng verbunden ist. So wurden unter anderem auch Kontakte zur chinesischen Botschaft gemeinsam gepflegt.“*, so Leonhard Schneemann.

REDUCE

GESUNDHEITSRESORT BAD TATZMANNSDORF

WWW.REDUCE.AT



Bücher, Workshops & Vorträge

Die Bücher und sein neuestes Werk mit dem Titel „Der gezielte Druckpunkt – die gezielte Selbsthilfe“ sind im Eigenverlag erschienen und persönlich bei ihm hannes.steiger@gmx.at oder im Hotelshop im Reduce Hotel Vital um EUR 19,- erhältlich. Aber auch bei entspannten Workshop-Wochenenden (nächster Termin 14. – 16. Oktober 2022) erlernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Workshops von Hannes Steiger alle Grifftechniken zur Selbstmassage. Darüber hinaus gibt Hannes Steiger auch im Reduce Kultursaal laufend interessante Vorträge zum Thema Akupressur.

Presseinformation
Alexandra Klucsarits
Marketingleitung
Kurbad Tatzmannsdorf GMBH
Am Kurplatz 2 | 7431 Bad Tatzmannsdorf
marketing@reduce.at