



מושב לכיש

טלפון: 072-2285498

לימור שאו שורש - מטפלת ברפואה משלימה, מתמחה בטיפול במים - וואטסו, שיטת שאו ללימוד שחיה, שחיית תינוקות, התעמלות בריאותית במים, טיפול בחדר מלח ועוד. מטפלת במגוון בעיות ונושאים כמו כאבי גב, כאבי ראש, כאבי שרירים, מתח ולחץ נפשי, פריצת דיסק, היריון, חוסר שינה, כאבים כרוניים, פיברומיאלגיה, דלקת פרקים, מחלות פרקים, פרקינסון, אסתמה, אלרגיות, חיזוק המערכת החיסונית ועוד. שיטת שאו - טכניקת אלכסנדר במים - מלמדת כיצד להגיע להרמוניה במערכת היחסים העדינה בין ראש-צוואר-עמוד שידרה וכיצד למצוא את האיזון הנכון בין מאמץ להרפיה. השיטה מיושמת בסגנונות חזה, חתירה, גב ופרפר. לימוד נשימה יעילה, גלישה ועצירה מהווים את הבסיס ליישום השיטה בסגנונות השחייה השונים. בעלת ניסיון משנת 1988.

לימור, מחברת הספר "אמנות השחייה" (swimming of art the) שיצא לאור באנגליה בשנת 1996 ולאחריו התפרסמה קלטת באותו השם. הספר תורגם לעברית בשנת 2006, מומלץ לכל מי שמעוניין להכיר ולהבין את השיטה ואת טכניקת אלכסנדר. הוא עוסק בסגנונות השונים, טיפול בפחד ממים ובבעיות נשימה. צרו עימי קשר טלפוני לקבלת יעוץ אישי. ניתן לפנות אלי בכל שעה באמצעות טופס יצירת הקשר. ~~~~~ מידע נוסף שיעניין אותך נמצא כאן ~~~~~

[אתר אינטרנט](#)
[שלח הודעה](#)
[שלח / שתף עם חבר](#)