



Rätt utförd ger thaimassagen avslappning samtidigt som man blir pigg.

Foto: DAVID GROSSMAN

# Thaimassage ger kropp och själ semesterkänsla

**KURS. Svenskarna har fått upp ögonen för thaimassage och allt fler utbildar sig nu i den uråldriga tekniken med anor flera tusen år bakåt i tiden.**

– I thaimassage behandlar man inte bara en del av kroppen. Det finns variation och ett helhetsgrepp som tilltalar mig, säger Ann Gustafsson som tar en kurs hos Thaimassage center.

Det är kanske inte så konstigt att thaimassage fått fäste här med tanke på att 220 000 svenskar varje år åker till Thailand. I Bangkok och på de flesta semesterorterna finns det erbjudanden om thaimassage i nästan varje gathörn.

Även i Sverige har allt fler personer öppnat salonger, inte minst många thailändska kvinnor som ser en chans att försörja sig.

– Tyvärr är det inte alla som gör massagen på rätt sätt. Det leder tyvärr till att besökarna bara provar massagen en gång, säger Tina Lee Möller, grundare av Thaimassage center.

## Avskräcker många

Undertecknad som "genomled" en behandling på erkänt institut i Bangkok har också avskräckts. Det kändes mest som avancerad tortyr.

Tina skrattar igenkännande.

– Det är för att thailändarna inte fattar hur stela många västerlänningar är.

## Ger avslappning

Om thaimassage utförs på rätt sätt ska man känna sig avslappnad och avstressad. Massagen kan beskrivas som en kombination av olika behandlingsformer, som stretching, yoga, den japanska shiatsu och akupressur.

– En del påverkas också psykiskt. Ibland kan man nästan känna sig som en terapeut, säger Tina.

De elever som kommer till hennes kurser är i första hand intresserade av att starta egen verksamhet.

Kurserna finns i fyra steg där första steget är grunderna som gör att man klarar av att utföra en behandling i en timme.

I de sista stegen lär Tina ut hur specifika medicinska problem ska behandlas, som huvudvärk eller ischias. Man lär sig även en del om anatomi som vanligtvis inte ingår i thaimassage.

## Och sedan är man full-lärd?

– Det blir man nog aldrig. Jag har utbildat mig i snart tio år och kan definitivt inte allt.

David Grossman

## Utbildning i tre steg

**Thaimassage center.** Kurs steg 1, grundkurs fem dagar. Pris 5 500 kronor. Fortsättningskurs steg 2, 5 500 kronor, steg 3, 3 950 kronor.

**Axelssons gymnastiska institut** börjar i vinter en introduktionskurs i thaimassage som är tre dagar lång. Pris 2 500 kronor.

**Är man intresserad** av att prova på thaimassage finns Tina Lee Möller och Axelssons på Stockholmsmässan Allt om Hälsa den 24–26 november.



Massagen är en blandning av olika behandlingar, till exempel stretching.

## Du måste själv vara smidig i kroppen

För att passa som thaimassör ska man vara smidig och inte ha problem med att sitta på huk länge. Man behöver inte vara stark eftersom man använder sin egen kroppsvikt i behandlingen.

**God känsla** i händerna och förstås social kompetens krävs eftersom man har nära kontakt med kunderna. **Den som blir masserad** har kläder på och det krävs ingen olja i traditionell thaimassage.



”Utan mina två år på IHM hade jag aldrig fått det här jobbet”

THOMAS PETERSSON  
SALES & BRAND MANAGER  
SMART NORDIC

## IHM ger dig en rivstart i karriären!

Ansök till våra Kvalificerade Yrkesutbildningar (KY) på heltid med yrkespraktik.

- IHM Affärssekonom 22 januari 2007
- IHM Redovisningsekonom 19 februari 2007
- IHM Marknads- och kommunikationskoordinator 19 mars 2007
- IHM Företagssäljare Hösten 2007
- IHM Affärsinriktad Projektledare Hösten 2007

Utbildningarna är kostnadsfria och berättigar till studiemedel

**Informationsmöten om våra KY-utbildningar:**  
Måndagen den 27 november kl.12.00- 13.00 och  
Fredagen den 15 december kl.09.00- 10.00 på  
IHM Business School, Warfvingesväg i Stockholm.

Anmäl dig på [www.ihm.se](http://www.ihm.se) eller ring 0200-24 00 24



Utbildningar inom marknadsföring, ledarskap, kommunikation och ekonomi

## Platser kvar på kursen?

Annonsera under Kurs och utbildning, måndagar i Stockholm City.

Annonsbokning: Filippa Reinius, 506 563 43/50.

Välkommen att sitta in i vår värld

**Gå ett år i gymnasiet utomlands utan att förlora ett skolår hemma!**

På den spanska solkusten ligger Svenska Skolan i Fuengirola.

**Du läser motsvarande kurser och ämnen som Du skulle ha gjort hemma.**

**Vi tar emot gäststudenter i alla tre årskurserna.**

Svenska Skolan /El Colegio Sueco, Apartado 118, 29640 Fuengirola, Spanien

Tel. 0034-952-475076 • Fax 0034-952-584587

[www.svenskaskolancostadelsol.net](http://www.svenskaskolancostadelsol.net)

## PRIVATLEKTIONER

I engelska, tyska, franska och svenska

Hjälp med uppsatser och specialarbeten

Erfaren, välutbildad lärare.

TEL 08-658 54 34

## AnhörigTerapeut, Alkohol- & DrogTerapeut eller SpelTerapeut

3 års halvfartsutbildningar på Steg 1 nivå, kognitiv inriktning, start i mars

**CEAN** Utbildning AB

Tel: 08-462 98 14  
[www.ceanutbildning.se](http://www.ceanutbildning.se)  
Högbergsgatan 30A på Södermalm i Stockholm

## JENSEN gymnasium

– för dig med ambitioner

Har du höga ambitioner och tycker om att arbeta med mål och delmål? Tycker du att det verkar vettigt att träna regelbundet, både mentalt och fysiskt, för att må bra och lyckas? Då passar du på JENSEN gymnasium.

Läs mer om våra åtta program på [www.jensengymnasium.se](http://www.jensengymnasium.se)

### Välkommen på Öppet hus!

Norra i Vasastan  
Tulegatan 44

Onsdag 22/11 kl 18-20  
Lördag 2/12 kl 12-14

Södra på Södermalm  
Katarina Bangata 79

Lördag 25/11 kl 12-14  
Onsdag 6/12 kl 18-20

Västra på Kungsholmen  
Gjörwellsgratan 26

Onsdag 29/11 kl 18-20  
Lördag 9/12 kl 12-14

[www.jensengymnasium.se](http://www.jensengymnasium.se)  
08-450 22 00

JENSEN education  
VINNARE AV STOCKHOLM STADS  
KVALITETSPRIS 2005 OCH 2006

En del av JENSEN education  
**JENSEN** gymnasium  
TRÄNING FÖR VERKLIGHETEN

Världens bästa skola  
-uppsätstävling för elever  
i årskurs 9  
Prisutdelare: Ola Skinnarmo