

# Massage für kopflastige Workaholics

*Für Menschen, die nicht und nicht locker lassen und sich nur schwer entspannen können, hat ein Kärntner eine spezielle Methode entwickelt.*



Ein Österreicher hat kreiert, was in Asien unlängst für den „Spa Asia Treatment of the Year Award“ nominert wurde: Die Haki-Methode, die speziell für kopflastige Menschen und gestresste Workaholics entwickelt wurde, die nicht und nicht locker lassen können. „Zu mir kamen im Laufe der Zeit viele die infolge von Überlastung, Stress, Sorgen und falscher Haltung im Büro massive Schulter- und Nackenschmerzen hatten. Für diese Menschen habe ich in mehr als drei Jahren Entwicklungsarbeit diese Methode geschaffen“, sagt Harald Kitz, Therapeut für physikalische Entspannungstherapie, Rückenbeschulter und Erfinder von Haki (abgeleitet von Harald Kitz).

## Nervensystem wird harmonisiert

Es handle sich dabei um eine Art Massage, bei der der Klient am Rücken liege, der Nacken- und Kopfbereich werde wechselseitig massiert und mit extra dafür komponierten pharmazeutischen Ölen behandelt. „Mit rhythmischen Druck-, Streich- und Schwingbewegungen werden Nerven- und Muskelsystem harmonisiert und so Ausgeglichenheit und innere Ruhe erreicht“, behauptet Kitz.

„Eine hervorragende Methode, die dem Problem Rücken- und

Nacktenverspannungen viel näher kommt als eine herkömmliche Massage“, meint der Internist Dr. Hannes Pichler, bis zu seiner kürzlichen Pensionierung Leiter der internen Abteilung am Landeskrankenhaus Hartberg.

„Aus meiner Sicht ist Haki Ergänzung oder Vertiefung der cranio-sacralen Therapie, die wir in Hartberg im Rahmen der Physiotherapie durchgeführt haben und die den ganzen Menschen

## „Eine hervorragende Methode gegen Rücken- und Nackenverspannungen.“

Internist Dr. Hannes Pichler

und insbesondere den durch Stress schwer überlasteten Bewegungsapparat einbezieht.“

„Mittels Haki können Verspannungen und damit verbundene Mangeldurchblutung und Minderversorgung der Muskulatur erkannt, behandelt und Schmerzen damit gelindert oder ganz zum Verschwinden gebracht werden“, urteilt Dr. Martina Hörmann, Tur nusärztin im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Graz.

„Über die Heilwirkung von Haki getraue ich mich nichts zu sagen, denn es gibt keine wissenschaftliche Untersuchungen dazu“, sagt der Landarzt Dr. Wolfgang Ort aus Leutschach, „allerdings kann ich aus eigener Erfahrung sagen, dass Harald Kitz wirklich ein begnadeter Massneur ist und ich viel von ihm und seiner Methode habe.“

## „Haki-Packages“

Kitz selbst behauptet: „Fast jeder Mensch schaufelt Probleme in den Kopf und in den Nackenbereich. Genau da muss man anpacken. Meine Methode greift dort ein, wo andere aufhören.“

Der 33-jährige Kärntner verkauft seine patentierte Methode an wenige ausgesuchte Hotels in Österreich, Deutschland, der Schweiz und Asien in Lizenz und schult daselbst die Therapeuten.

Neben seiner Schulungstätigkeit massiert er auch noch selber regelmäßig Gäste, in Österreich nur im Hotel Hochschober auf der Kärntner Turracher Höhe. Dort werden vom 16. bis 23. September und vom 7. bis 21. Oktober spezielle „Haki-Packages“ geboten ☎ 04275/82131. (CT)

www.haki.cc  
www.hochschober.at

Harald Kitz massiert nach der von ihm erfundenen Haki-Methode.

Harald Kitz