

Musklers välbefinnande för ditt välbefinnande!

Efter 10 år så kände Hrönn Björnsson att hon ville vidareutveckla sin verksamhet och satsa på något nytt spännande att erbjuda sina kunder.

Det är full fart hos Hrönns Massage på Smögen när vi kommer på besök. Hrönn som har drivit sin verksamhet i dessa lokaler i närmare åtta år.

– Tiden går fort när man har kul, förklarar hon och skrattar gott. Det har varit en fantastisk tid och framför allt har det varit värmande med responsen och glädjen man får av alla sina härliga kunder.

Företaget har under åren erbjudit olika behandlingar där ibland klassisk massage och har dessutom haft spa kvällar till kunderna som hon med nya satsningen kommer att dra ner på.



– Massage är fantastiskt roligt men även fysiskt krävande och jag kände väl att jag behövde nya utmaningar. Visste inte riktigt vad jag var ute efter till att börja med. En antistresskurs lät intressant, men då jag kom i kontakt med Micke Dahlström som är grundare av KINOpraktik, som är en blandning av kiropraktisk och kinesisk filosofi med behandlingstekniker hämtade från Kinesiologi, Osteopati och Massgeterapi, tyckte han istället att jag skulle anmäla mig till en KINOpraktik kurs, steg ett. Jag blev inbjuden till Göteborg för en genomgång av vad behandlingen gick ut på. Det gjorde jag och sen så sa det bara klick, berättar hon. Jag kände direkt att det var något för mig efter första kursen när jag förstod att behandlingen verkligen var att hitta orsaken till att hitta problemet. Dessutom innebar det ett fysiskt engagemang från kunderna, vilket är något helt annorlunda än massage. Jag har gått fyra steg nu och är därmed *diplomerad KINOpraktik* terapeut, även steg fem är avklarad.

Behandlingen startar med ett muskeltest för att ta reda på vilka muskler som behöver "hjälp" och förstärkas för ett bättre fysiskt välbefinnande. Det gäller att behandla de svaga musklerna och skapa en bättre muskulär balans i kroppen. Det viktigaste i behandlingen är att återställa muskler kring leder och ledområden och att skapa normal rörlighet i leder och kroppen som helhet. Kunden behåller kläderna på vid muskeltestet och beroende på vad vi hittar så utförs KINOpraktik, berättar Hrönn.

– Då jag alltid har tränat själv och insett hur viktigt det är med fungerande muskler, så känns denna metod extra spännande. Det kräver en del av kunderna, då man måste vara aktiv och själv utföra rörelser för att förbättra muskulaturen. Man stämmer av efter några veckor och lägger upp program efter individuella behov.

Hrönn har två kollegor, Ransy och Caroline, som fortfarande erbjuder massage, men sedan introduceringen av den nya metoden lägger hon mer tid på KINOpraktik.

– Jag är även ute mer hos företagskunder, då det har blivit en större efterfrågan av de tjänsterna, men sedan är det mycket energi som jag lägger på den nya behandlingen. För att ytterligare förtydliga den nya inriktningen, så har jag designat om företagets logga och numera heter företaget Hrönns Massage & KINOpraktik, betonar hon stolt.

Musklers välbefinnande för ditt välbefinnande!

Efter 10 år kände Hrönn Björnsson att hon ville vidareutveckla sin verksamhet och satsa på något nytt spännande att erbjuda sina kunder.

Det är full fart hos Hrönn's Massage på Smögen. Hrönn som har drivit sin verksamhet i dessa lokaler i

närmare åtta år – Tiden går fort när man har kul, förklarar hon och skrattar gott. Det har varit en fantastisk tid och framför allt har det

varit värmande med responsen och glädjen man får av alla härliga kunder. Företaget har under åren erbjudit olika behandlingar, däribland klassisk massage, och har dessutom haft spakvillar för kunderna som hon med nya satsningen kommer att dra ner på.

– Massage är fantastiskt roligt men även fysiskt krävande och jag kände väl att jag behövde nya utmaningar. Visste inte riktigt vad jag var ute efter till att börja med. En antistresskurs lät intressant, men då jag kom i kontakt med Micke Dahlström som är grundare av KINOpraktik, en blandning av kinopraktisk och kinesisk filosofi med be-

handlingstekniker hämtade från kinesiologi, osteopati och massageterapi.

– Han tyckte att jag skulle anmäla mig till en KINOpraktikkurs, steg ett. Jag blev inbjuden till Göteborg för en genomgång av vad behandlingen gick ut på. Det gjorde jag och sen så sa det bara klick, berättar hon. Jag kände direkt att det var något för mig

Jag förstod att behandlingen verkligen var att hitta orsaken till problemet.

efter första kunden när jag förstod att behandlingen verkligen var att hitta orsaken till problemet. Dessutom innebär det ett fysiskt engagemang

från kunderna, vilket är något helt annorlunda än massage. Jag har gått fyra steg nu och är därmed diplomerad KINOpraktikterapeut, även steg fem är avklarat.

Muskeltest inleder

Behandlingen startar med ett muskeltest för att ta reda på vilka muskler som behöver "hjälp" och förstärkas för ett bättre fysiskt välbefinnande. Det gäller att behandla de svaga musklerna och skapa en bättre muskulär balans i kroppen. – Det viktigaste i behandlingen är att återställa muskler kring leder och ledområden och att skapa normal rörlighet i leder och kroppen som helhet. Kunden behåller kläderna på vid muskeltes-



SÖKTE NYA UTMANINGAR. Hrönn Björnsson i sin praktik.

tet och beroende på vad vi hittar så utförs KINOpraktik, berättar Hrönn.

– Då jag alltid har tränat själv och insett hur viktigt det är med fungerande muskler så känns denna metod extra spännande. Det kräver en del av kunderna, då man måste vara aktiv och själv utföra rörelser för att förbättra muskulaturen. Man stämmer av efter några veckor och lägger upp program efter individuella behov.

Hrönn har två kollegor, Ransy och Caroline, som fortfarande erbjuder massage, men

sedan introduceringen av den nya metoden ligger hon mer tid på KINOpraktik. – Jag är även ute mer hos företagskunderna då det har blivit en större efterfrågan av de tjänsterna, men sedan är det mycket energi som jag lägger på den nya behandlingen. För att ytterligare förtydliga den nya inriktningen, så har jag designat om företagets logga och namnet heter företaget Hrönn's Massage & KINOpraktik, betonar hon stolt.

Lotta Lindström