
ONTSPANNING

De behoefte om elkaar lichamelijk aan te raken is al net zo oud zolang er mensen op aarde zijn. In de meer oosterse beschavingen heeft het aanraken een normale plaats in het dagelijkse leven ingenomen.

Maar overal ter wereld is er behoefte aan tederheid en ontspanning. Door middel van massage krijgt het aanraken van een lichaam een extra dimensie. Zeker als dit op een fijne en verantwoorde wijze plaats vindt.

Sinds lange tijd zijn er al vele massage technieken ontdekt en verder ontwikkeld. De techniek die de NOM toepast is gericht op ontspanning van lichaam en geest.

De ontspanningsmassage is een wapen tegen stress en vermoeidheid. Ook na een sportieve inspanning is het goed toeven op een massagetafel voor het ontvangen van een fijne ontspanningsmassage.

De massage zet aan tot een betere doorbloeding van het spierweefsel en reiniging van het lichaam. Zij bevordert daarmee de gezondheid en geeft ons een heilzaam gevoel.

Niet voor niets is in Nederland een toename te bespeuren om zelf een ontspanningsmassage te kunnen geven.

NATURISTISCHE MASSAGE

De masseur en massé [degene die de massage ontvangt] zijn beiden bloot. Met het bloot zijn vervagen alle rangen en standen en zo komen de masseur en massé tot een wederzijdse gelijkheid. Indien op de juiste wijze toegepast kent het naturistisch masseren een extra waarde toe aan het naturisme en wordt het als een vanzelfsprekendheid ervaren.

DE MESSAGES VAN DE NOM

In verband met de westerse opvattingen over massage heeft de NOM gekozen voor de klassieke massage. Overigens wordt in Nederland de klassieke massage als basis toegepast binnen de ontspannings- en sportmassage. Onze masseurs zijn dan ook volgens de klassieke ontspanningsmassage opgeleid. Hetgeen inhoudt dat er zowel met strijkingen danwel met spierknedingen het lichaam wordt verwerkt. De masseurs van de NOM zijn allen naturist en zijn aangesloten bij de vereniging. De NOM draagt zorg voor een juiste opleiding zodat een correcte en ontspannende massage gegeven kan worden.

Naast het realiseren van een fijne ontspanning tijdens de massages van de NOM, wil de vereniging graag het masseren bevorderen binnen het naturisme. Wij geven dit op de volgende wijze vorm:

- het geven van demonstraties
- het verzorgen van massages tijdens evenementen
- het geven van cursussen

DE NOM EN NATURISME

Een van de doelstellingen van de NOM is om de massage binnen het naturisme uit te dragen. Om een goede basis daarvoor te verwezenlijken is de NOM aangesloten bij de NFN.

De NOM onderschrijft dat Naturisme een levenswijze in harmonie met de natuur is en dat de gemeenschappelijke naaktheid als vanzelfsprekendheid is ten behoeve van het bevorderen van respect voor elkaar en eerbied voor natuur en milieu.

KOM IN DE WERELD VAN DE NOM

Veelvuldig komt het voor dat wij iemand voor de eerste keer masseren. Regelmatig horen we dan: “had ik dit maar eerder gedaan”.

De NOM is vanaf 1999 al werkzaam binnen het naturisme en begint steeds meer bekendheid te krijgen.

De NOM is er voor jou, of het nu gaat om een cursus of onze aanwezigheid op een evenement.

Voor het ontvangen van informatie kan je ons bereiken via ons mailadres en/of de website.

E-mailadres: secretariaat@nom-massage.nl

Website: www.nom-massage.nl

De NOM is ingeschreven bij de Kamer van Koophandel onder nummer 30169434.

LEREN MASSEREN

Ieder jaar organiseert de NOM beginnerscursussen klassieke massage. Er kan in verschillende groepen gewerkt worden. Van 6 tot 14 personen. Wij passen het aantal docenten aan. De locatie is altijd bespreekbaar.

In een ontspannen en gezellige sfeer wordt de cursist het masseren geleerd. De cursus bestaat uit voornamelijk praktische handelingen, die op een naturalistische wijze met gebruik van massagetafels wordt uitgeoefend.

Om tegemoet te komen aan een ieders wens zijn er diverse mogelijkheden:

- huiskamergroep, 6 tot 8 personen
- grote groep, 8 tot 14 personen
- herhalingscursussen, 6 tot 14 personen

Bij bovenstaande wordt de locatie in overleg vastgesteld.

- cursussen in verenigingsverband
- demonstraties tijdens uw verenigingsactiviteiten

Hierbij wordt van jullie eigen accommodatie gebruik gemaakt.

Ontspanning

Massage

Naturisme

Vereniging de NOM

E-mailadres: secretariaat@nom-massage.nl

Website: www.nom-massage.nl