

Amazing - Livsstil & Hälsa / Amazing Aroma

Amazing startades 2007 med kurser i Mental träning, Stresshantering och erbjöd även massagebehandlingar och coachning. Jag hade då utbildat mig till stresscoach och avspänningspedagog vid Skandinaviska Ledarhögskolan och aromaterapeut hos Ingrid Kutschbach, läste även medicinsk introduktion vid Uppsala Universitet. Jag har föreläst mycket om stresshantering, personlig utveckling, mental träning, livsstil & hälsa och även jobbat som jobbcoach.

När jag läste vidare till Mental tränare så drevs Biggest Winner igång som ett studieprojekt 2013 med kombinationen: mental träning, styrketräning och qigong. Ett kul och uppskattat projekt som levde vidare i några år. Fortfarande träffar jag folk på stan som berättar att de gör qigong varje dag eller tränar styrketräning fortfarande. Ibland kommer det fram gamla kunder som berättar hur den mentala träningen stärkt dem och att de gjort förändringar i sina liv som gett dem större livskvalitet. Det känns gott i hjärtat!

Jag utbildade mig till Ayurvedisk terapeut då jag ville förstå ayurveda och blanda ihop det med aromaterapi. Då utvecklades ayurvediska massageoljor och ansiktsprodukter som används i samband med ayurvedisk massageutbildning, senare blev jag massagelärare i ayurvedisk massage.

I flera omgångar har jag arbetat som spaterapeut på Asia Spa i Varberg med asiatiska behandlingar, yoga och qigong. En fantastisk miljö att arbeta i och att återkomma till som gäst.

2016 startade första gruppen blivande Aromaterapeuter. Utbildningen fortsätter och utvecklas, under 2020 introducerades utbildningen så smått till en onlineutbildning. Utvecklingen fortsätter och intresset för aromaterapi ökar i samhället. Fler vill göra sina egna kroppsprodukter eller jobba med rena ekologiska produkter. Att lära sig hur eteriska oljor påverkar vår hälsa och våra liv är oerhört intressant, vilket fler och fler upptäcker.

Länge funderade jag på att lära mig mer om gravidmassage, hur man ger en trygg och skön behandling för att underlätta graviditeten. Sagt och gjort - 2021 utbildade jag mig till gravidmassör i Stockholm hos John Carrier. Detta har naturligtvis även kommit till godo för mina massageelever som får större kunskap om massage för den gravida kroppen. En rolig del har blivit att utbilda det gravida paret i en enkel och avslappnande massage, där partnern får känna sig delaktig och behövd.

Under 2022 började jag fördjupa mig i produktformulering inom Aromaterapi hos Tisserand Institute, för att få större förståelse inom produktutveckling och säkerhet. Sedan har fördjupningskurserna i aromaterapi blivit fler och fler. Läs mer om dem [här](#)

Under åren har jag haft drygt 100 deltagare på mina massagekurser inom Aromaterapi och Ayurveda. Hur många som jag har hunnit massera kan jag inte räkna, men rejält många har det blivit under dessa 20 år som jag har hållt på.

Linda