

Japanische Fingerdruckmassage, genannt auch an-mo, welche ebenso mit den Meridianen aus der traditionellen chinesischen Medizin - TCM arbeitet.

Shiatsu beabsichtigt in erster Linie, Krankheiten zu verhindern und - indem angeborene Selbstheilungskräfte geweckt werden - die Widerstandsfähigkeit des Körpers gegen Krankheiten zu entwickeln bzw. zu erhöhen. Übungen im do-in erhalten den Körper zusätzlich bei Gesundheit.