

Toen dansdocent en masseur Julien Patterson zijn twee passies samenvoegde, ontstond een nieuwe massagestijl. De dansage voer je uit op de favoriete klanken van je cliënt, die je door de aanraking en muziek meeneemt in de massage. Het resultaat? "Mensen komen in een flow, het maakt emoties los en cliënten ervaren de massage als verkwikkend. Een cliënt zij eens: 'ik heb met je meegedanst'."



Dansage

Julien Patterson geeft al negen jaar dansles en masseert nu ruim drie jaar professioneel. Het idee voor de dansage ontstond spontaan, tijdens een dancefeest waar hij met een aantal masseurs was om de gasten te masseren. "Ik begon te bewegen op de muziek en masseerde op een ritmische manier. Dat trok veel publiek en voor de persoon op de tafel voelde het erg verkwikkend. Na die positieve reacties ben ik deze stijl verder gaan ontwikkelen door te bedenken welke technieken erbij passen. De dansage - een samentrekking van dansen en massage - is voor een deel gebaseerd op de Hawaïaanse lomimassage."

FEELING

Mensen kunnen vooraf of ter plekke aangeven wat hun favoriete muziekstijl is, van jazz tot dance, van salsa tot pop-rock. "Door mijn danservaring ken ik het ritme en de maten van muziek. Ik voel muziek aan en maak ter plekke een choreografie waarbij diverse massagetechnieken aan bod

komen. Ik vind dat je wel een beetje feeling voor muziek en beweging moet hebben als je deze massage wilt geven, maar dat is te leren! Daarom wil ik graag workshops dansage geven aan professionals."

PATROON

De massage is intuïtief en creatief, maar niet geheel gebaseerd op improvisatie. "Er zit wel een patroon in de bewegingen. Dat patroon is gebaseerd op de muziek die je op dat moment beluistert. Ik begin de massage rustig en bouw het op, net als een nummer ook een opbouw heeft met een refrein en coupletten. Degene die op tafel ligt, danst als het ware met me mee: je hoort de muziek en voelt de bewegingen. Je zintuigen worden geraakt en dat zorgt voor extra ontspanning. De massage is ook te geven over de kleren heen, maar op de blote huid is het effect wel iets beter omdat je dan vrijer over het lichaam kunt bewegen."



"Julien wil de dansage door middel van cursussen en workshops overbrengen op andere masseurs en geïnteresseerden. Hij beert je dan niet alleen de techniek, maar ook het soepel bewegen rondom de tafel of de massagestoel. "Hoe je staat en beweegt tijdens de massage, je houding, kan door middel van dans verbeterd worden." Meer weten? Kijk op: www.onmyway.nl.

STAP-VOOR-STAP

Julien begint zijn massage door druk te geven door de handdoek heen: daarmee laat hij de cliënt kennismaken met zijn handen. Vervolgens laat hij de handdoek af of iets lager, zodat de rug is ontbloot. Dan brengt hij de olie aan op het ritme van de muziek (foto 1). Vanaf dat moment laat Julien zijn cliënt niet meer los: van begin tot eind houdt hij huidcontact. "In feite is de hele massage één aanraking." Julien begint bij het hoofd (foto 2) en geeft druk vanuit de rug richting de onderarm en de benen (foto 3). Van daaruit maakt hij een halve cirkel om zo met zijn lichaam vanuit de onderarm te kunnen masseren richting de nek (foto 4). "Je leert met souplesse om de tafel of de massagestoel heen te bewegen, en de massage als één vloeiende beweging te laten beleven". Tijdens de dansage maakt Julien veel gebruik van de onderarmen voor een verlichtend effect (foto's 5 en 6). Daarnaast gebruikt hij ook zijn knokkels om dieper te masseren. Het resultaat is een stevige ontspanningsmassage.

"Daardoor is deze ook geschikt voor mensen met klachten aan de onderrug of de schouders."

INTENSIEF

Het accent ligt op het gebruik van de onderarmen, maar ook andere technieken komen aan bod, zoals masseren met de duimen, handen en knokkels (foto 7). "Het is een intensieve massage voor de masseur, maar er zijn ook technieken om in de muziek even je rust te nemen. Zoals lange effleurages met de hand en onderarmen (foto 8)." De dansage begint met rustige nummers, bouwt op met de wat snellere muziek en sluit ook weer af met een langzamer nummer voor een natuurlijke opbouw (foto 9). In totaal duurt de massage een half uur, op locatie een kwartier. De dansage leent zich goed om op locatie, tijdens feesten en evenementen, te geven. Julien: "Mijn droom is om de dansage tijdens een festival op Ibiza met een groep masseurs te geven."