

# UNSERE KLASSISCHEN MASSAGE- UND THERAPIEANGEBOTE

Oft sind Teile unserer Muskulatur schmerzhaft und verspannt. Die Ursachen dafür liegen unter anderem bei einseitigen Tätigkeiten oder bei Fehl- oder Überbelastungen in Beruf, Familie oder Freizeit.

Durch Streichen, Kneten und Dehnen wird die Durchblutung in der Muskulatur gefördert. Es gelangt mehr Sauerstoff in das Gewebe, Schlackenstoffe werden gelöst und über den Blutkreislauf wegtransportiert.

Massagen verwöhnen Körper und Seele. Die Sinneszellen melden die Berührungen an das Gehirn. Ängste, Stress und Verspannungen werden abgebaut, Schmerzen gelindert und das Immunsystem gestärkt. Dank Body Cushion liegen Sie bei uns besonders entspannt. Es entlastet die Wirbelsäule vollständig und erlaubt auch in Bauchlage jederzeit optimale Behandlungen.



## **Aromamassage**

Die Aromamassage ist eine harmonisierende Massage und wird mit spezifischen ätherischen Ölen kombiniert. Es werden sowohl körperliche als auch seelische Verspannungen gelöst.

## **Kinesiotaping**

Kinesiotape wird bei Verspannungen, Schmerzen oder auch als Prävention eingesetzt. Regt die Selbstheilungskräfte des Körpers an, schränkt aber die Beweglichkeit nicht ein.

## **Balinesische Massage**

Durch eine Kombination von Streichungen, Knetungen und Druckpunktmassage, wird die Muskulatur stimuliert und gelockert. Das hochwertige Kokosöl nährt die Haut und spendet Feuchtigkeit.

## **Colonmassage**

Dies ist eine Form der Massage des Bauchraums, die besonders auf den Dickdarm einwirkt. Angewendet wird sie bei der Behandlung von Darmproblemen.

## **Faszienmassage**

Diese Massage ist eine Behandlung des Bindegewebes. Dabei wird durch Druckstimulation versucht, Veränderungen von Gewebefasern zu behandeln. Damit wird dem Körper zur natürlichen Balance und Energieeffizienz verholfen.

## **Fussreflexzonenmassage**

Hierbei handelt es sich um eine gezielte Fernwirkung vom Fuss aus auf bestimmte Organe im Körper. Ziele der Fussreflexzonen-Massage sind die Harmonisierung der Organfunktionen und die Stärkung des Immunsystems. Die Selbstheilungskräfte werden dadurch aktiviert.

## **Hot Stone Massage**

Bei unserer Hot Stone Massage werden Körper und Geist in Einklang gebracht. Heisse Basalt Lavasteine gleiten eingeölt über den Körper. Dies führt zu einer tiefgehenden Entspannung. In Kombination mit einer harmonischen Massage können auch tief liegende Verspannungen gelöst werden.

## **Klassische Massage**

Sie dient zur Auflösung von Muskelverspannungen aller Art und zur Steigerung des Allgemeinbefindens. Mit der Massage wird eine optimale Durchblutung gewährleistet. Somit kann sich das beeinträchtigte Gewebe wieder regenerieren.

## **Kräuterstempelmassage**

Durch die Wärme der Stempel und kräftige Massagegriffe werden die Wirkstoffe der Kräuter und des Öls in die Haut massiert. Dadurch wird die Entschlackung gefördert und die tieferliegende Muskulatur entspannt.

## **Narbenentstörung**

Durch die manuelle Narbenentstörung werden die Selbstheilungskräfte angeregt, die Meridiane mit Energie versorgt, Verspannungen gelöst, die Beweglichkeit der Gelenke und die Organfunktion verbessert. Die Energie in Ihrem Körper kann mit der Zeit wieder fließen. Dies wirkt sich positiv auf Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit aus.

## **Schröpfen**

Das Schröpfen ist ein Naturheilverfahren, bei dem zur Therapie Schröpfköpfe verwendet werden. Ziel des Schröpfens ist es, die Selbstheilungskräfte des Körpers zu stärken. Bewährte Einsatzgebiete: Schmerzen allgemein, Verspannungen, Rheuma, Entzündungen, Migräne/Kopfschmerzen.

## **Sportmassage**

Dehnende und lockernde Griffe vor, während und nach dem Sport wärmen die Muskeln auf und verringern das Verletzungsrisiko.

## **Triggerpunkttherapie**

Am Rande der Muskeln können sich harte Punkte entwickeln, die unsere Bewegungsfunktion stören. Integriert in eine Massage können diese gelöst werden. Dabei treten nicht selten die Triggerpunkt-typischen Ausstrahlungsschmerzen in anderen Körperregionen auf. Diese verschwinden jedoch wieder mit dem Auflösen des Triggerpunktes.