



# Massageangebot

\*Ganzkörpermassage: wohltuende Massage für den ganzen Körper. Eine Ganzkörpermassage beinhaltet eine Massage des Gesichtes, des Dekolletés, der Arme, des Bauches, der Beine und des Rückens. (nach Wunsch kann ein Teil weggelassen werden und dafür andere intensiver behandelt werden)

50min.~60€

\*Teilkörpermassage: wohltuende Massage am Rücken oder beider Beine oder beider Arme

25min.~35€

50min.~60€

\*Gesichtsmassage: Verspannung beginnt im Gesicht. Das Lösen der Gesichtsmuskulatur ist eine sehr entspannende Massage und bringt spürbare Erleichterung.

25min.~40€

\*Fuß-oder Handreflexzonenmassage: über den Fuß und die Hand ist der ganze Körper reflektorisch erreichbar, weil es zu jedem Organ eine Verbindung zu einem Teil am Fuß und an der Hand gibt. Durch eine Massage dieser Reflexpunkte am Fuß oder an der Hand können die Organe stimuliert werden. Zudem gilt die Anwendung als sehr entspannend.

25min.~40€

50min.~65€

\*Sportmassage: intensive, in die Tiefe wirkende Massage von Armen, Beinen und Rücken zur schnelleren Regeneration der Muskulatur nach körperlichen Anstrengungen(Abwandlungen wie z.B. nur Rücken & Beine möglich)

50min.~70€



**\*Bindegewebsmassage:** auch durch Verklebungen im Bindegewebe oder durch zu wenig Spannung im Bindegewebe können sich Störherde im Körper bilden. Durch die Bindegewebsmassage kann ein gleichmäßiger Tonus geschaffen werden was zum allgemeinen Wohlbefinden beisteuert.

25min.~40€ (Teilkörper)

50min.~65€ (Ganzkörper)

**\*Lymphdrainage:** aktiviert das Lymphsystem, wodurch Ablagerungen und angestautes Wasser im Körper besser abtransportiert werden können.

Demnach ist dies eine entstauende Anwendung

25min.~40€

50min.~65€

**\*Physiotherapie:** ist eine Therapieform, die den physiologischen Bewegungsapparat, sowie die Funktionsfähigkeiten des Körpers erhalten oder wiederherstellen möchte. Durch die Physiotherapie können akute, aber auch chronische Beschwerden durch gezielte manuelle Techniken behandelt werden. Das heißt sie ist besonders wertvoll bei Muskelverletzungen, Gelenksbeschwerden, akuten Problemen oder bei Bewegungseinschränkungen.

55min.~75€

**\*Persönlicher Gesundheits-Check:** individuelle Befundung in Hinsicht auf die Muskulatur, Gelenke und der Knochen.

Anhand dieser Untersuchung und durch ein vertrautes Gespräch über die jeweiligen Lebensumstände (Beruf, Hobbys, etc.) wird ein Beratungsgespräch geführt wie man sich am besten von Verletzungen und Abnutzungen schützen kann und je nach dem auch Übungen gezeigt, die zum Ausgleich beitragen und den Menschen im Gleichgewicht halten.

50min.~75€

**\*NEU: Den Druck des Alltags abgeben und vergessen**

Mit dieser Massagetechnik werden die Verspannungen durch spezielle Griffe, sowie auch durch Rhythmus und Schwingung über den Kopf und die Füße abgegeben. Sie kommen dabei in einen tiefen Entspannungszustand und können somit vollkommen abschalten.

Behandlung von Schulter, Nacken, Kopf und Füßen: 50min.~ 70€

Behandlung von Rücken, Schulter, Nacken, Kopf und Füßen: 75min~85€

