

Massagepraxis

Schmätterling



Ganzkörper – Massage:

Sind Sie müde oder verspannt?

Diese Massage lindert Verspannungen, lockert Muskeln und setzt einen Heilungsprozess in Gang, indem es Ihnen ein Gefühl für Ihr eigenes Wohlbefinden vermittelt.

Dauer: ca. 60 Minuten

Sport – Massage: (Beine, Rücken, Nacken)

Möchten Sie die Erholungszeit nach einer Wanderung oder einem ausgiebigen Skitag verkürzen?

Diese Massage hilft Ihnen, die müden Muskeln zu beleben.

Dauer: ca. 45 Minuten

Rücken – Nacken – Massage:

Langes Sitzen, schlechte Haltung und Stress wirken sich negativ auf unseren Körper aus. Diese Massage lockert verspannte und schmerzende Muskeln in der Rücken-, Nacken-, und Schultergegend. Sie fördert die Durchblutung und den Abtransport von Schlackenstoffen, die Verhärtungen und Kopfschmerzen auslösen können.

Dauer: ca. 30 Minuten

Fussreflexzonen – Massage:

Kein anderer Körperteil wird so vernachlässigt wie die Füße. Durch die spezielle Massage am Fuss wird eine bessere Durchblutung der Füße und aller Organe erreicht. Die Fussdruckmassage wirkt harmonisierend auf den gesamten Organismus und fördert die Gesundheit. Der Energiefluss wird wieder ins Gleichgewicht gebracht.

Dauer: ca. 60 Minuten

Reiki – die universale Lebensenergie:

Mit Reiki wird die heilende Energie durch das Auflegen der Hände spontan weitergeleitet. Reiki bringt Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht. Reiki fördert die „Selbsteilung“, kräftigt Körper und Geist, löst Blockaden, reinigt von Giften und stellt die Harmonie wieder her.

Dauer: ca. 60 Minuten

Triggerpunkte – Dehnungen:

Haben Sie Muskelschmerzen? Sind Ihre Muskeln verspannt? Ist sogar Ihre Bewegung eingeschränkt, oder hat Ihre Muskulatur Kraftverlust ?

Die Triggerpunkt-Therapie bewirkt, dass sich die Schmerzpunkte auflösen und sich wieder gesundes Muskelgewebe bilden kann. Sie löst Verklebungen im Bindegewebe.

Die Schmerzen werden gelindert, die Bewegungsfähigkeit verbessert und das Wohlbefinden wird gesteigert.

In Kombination mit einer Massage Ihrer Wahl: zusätzlich ca. 15 Minuten

Schröpfen:

Möchten Sie Ihr Immunsystem stärken?

Das Schröpfen hat einen positiven Einfluss auf Ihren Stoffwechsel. Die Durchblutung der Organe wird angeregt und deren Funktion verbessert.

Dauer: ca. 20 Minuten

Lomi Lomi:

Lomi Lomi ist eine traditionelle hawaiianische Ganzkörper-Massage mit Tiefenwirkung. Lomi bedeutet massieren, reiben, drücken, kneten und streichen.

Diese Massage ist eine wundervolle Möglichkeit, Körper, Geist und Seele in Harmonie zu bringen.

Dauer: ca. 80 Minuten

Manuelle Lymphdrainage:

Die Lymphdrainage unterstützt das Lymphsystem, indem sie den Lymphfluss beschleunigt. Sie beseitigt Lymphstauungen (Ödeme), regeneriert das Gewebe und kräftigt das Immunsystem. Die Behandlung wirkt wohltuend und entspannend.

Dauer: ca. 60 – 90 Minuten

Ohrkerzen – Therapie:

Die Ohrkerze ist ein altes Naturheilmittel. Die Behandlung wird bei Kopfdruck, Ohrensausen, Ohrschmerzen, Kopfschmerzen und Nebenhöhlenproblemen empfohlen. Die Ohrkerzenthherapie aktiviert den Stoffwechsel, den Lymphfluss und die Durchblutung des Ohrs.

Dauer: ca. 30 Minuten

Bachblüten - Therapie:

Die Bachblüten – Therapie ist eine einfache und natürliche Heilmethode. Dr. Bach fand intuitiv 38 Mittel, welche aus Blüten hergestellt werden. Von diesen Blüten wird die subtile essentielle Energie genutzt. Diese feinstoffliche Energie ist in der Lage, negative Gemütszustände wie Angst, Unsicherheit, Nervosität, Eifersucht, Verbitterung, Mutlosigkeit, Verzweiflung wieder ins Gleichgewicht, in Harmonie zu bringen.

Auf Ihre Anmeldung freut sich:

Astrid Gorsatt-Wenger
Dipl. ärztl. gepr. Masseurin

Tel.: 027 971 31 64
Natel: 079 362 57 59
Tel. Tennis u. Fitnesscenter: 027 971 36 66

Ich freue mich ihr Wohlbefinden zu fördern