



Rücken Intensiv Massage

Die R.I.M. setzt sich aus den Techniken der Schröpfglassmassage, der Massage mit den Unterarmen, der Akupressur und der klassischen Massage zusammen

Die Rücken Intensiv Massage (R.I.M.) ist eine besonderer Form der Massage, die mit langen Streichungen beginnt. Es werden die Elemente der Unterarmtechnik mit denen der Schröpfglassmassage kombiniert.

Mit den Handflächen und den Unterarmen wird die Rücken, Nacken und Schultermuskulatur erwärmt, und auf die anschließende Schröpfglassmassage vorbereitet. Das Ergebnis durch die großflächige Berührung mit den Unterarmen, ist eine tiefe Entspannung und Regeneration.

Je nach Lokalisation der Verhärtungen und Blockaden arbeitet man sich in weiteren Schritten langsam in die tieferen Schichten der Nacken, Rücken, und Lendenmuskulatur vor.

Durch die erreichte Tiefenwirkung wird eine verstärkte Gewebedurchblutung hervorgerufen. Weiters wird durch diese Anwendung auch der Abtransport von Schlackenstoffen angeregt.

Durch die Intensität dieser Massage erreicht man eine Aktivierung des Energieflusses im Rücken, eine verbesserte Beweglichkeit der Wirbelsäule und des Kopfes, und ein absinken des Muskeltonus. Weiters fließt die Energie auch abwärts in die Beine aufgrund der Grifftechniken an den Glutaen.

Ein Wohlgefühl von Wärme und Behaglichkeit durchströmt den ganzen Rücken!

Rücken Intensiv Massage.....

ca. 50 min.....€ 46,00

Klassische Massage

Wie lange schon Massage angewandt wird, ist nicht genau bekannt. Es kann aber davon ausgegangen werden, dass sie vielen Naturvölkern, im Altertum, schon wie bei den Römern, in der Antike und zur Zeit der Pharaonen im alten Ägypten ähnlich wie die Bäderkultur zur Behandlung von Erkrankungen des Bewegungsapparates eingesetzt wurde.

Bei der klassischen Massage wird durch verschiedene Grifftechniken (Streichungen, Walkungen, Knetungen, Friktionen, Reibe-, Klopf- und Schüttelgriffe) die Muskulatur besser durchblutet, gelockert, gedehnt, entkrampft und der Stoffwechsel angeregt.

Massage ist ein Stück Lebensqualität

In der gegenwärtigen Zeit, die von Hast und Eile geprägt ist, wird es für einen großen Teil der Menschen immer wichtiger, einen Ausgleich zur körperlichen und psychischen Anspannung des Arbeitsalltags zu schaffen. Eine klassische Massage ist deshalb eine willkommene Oase der Entspannung und Erholung.

Klassische Ganzkörpermassage

Bei der Ganzkörpermassage werden Sie von Kopf bis Fuß verwöhnt!

Klassische Teilmassage

Bei der Teilmassage können Sie Füße, Beine oder Rücken verwöhnen lassen!



Ganzkörpermassage.....

50 min€ 44,00

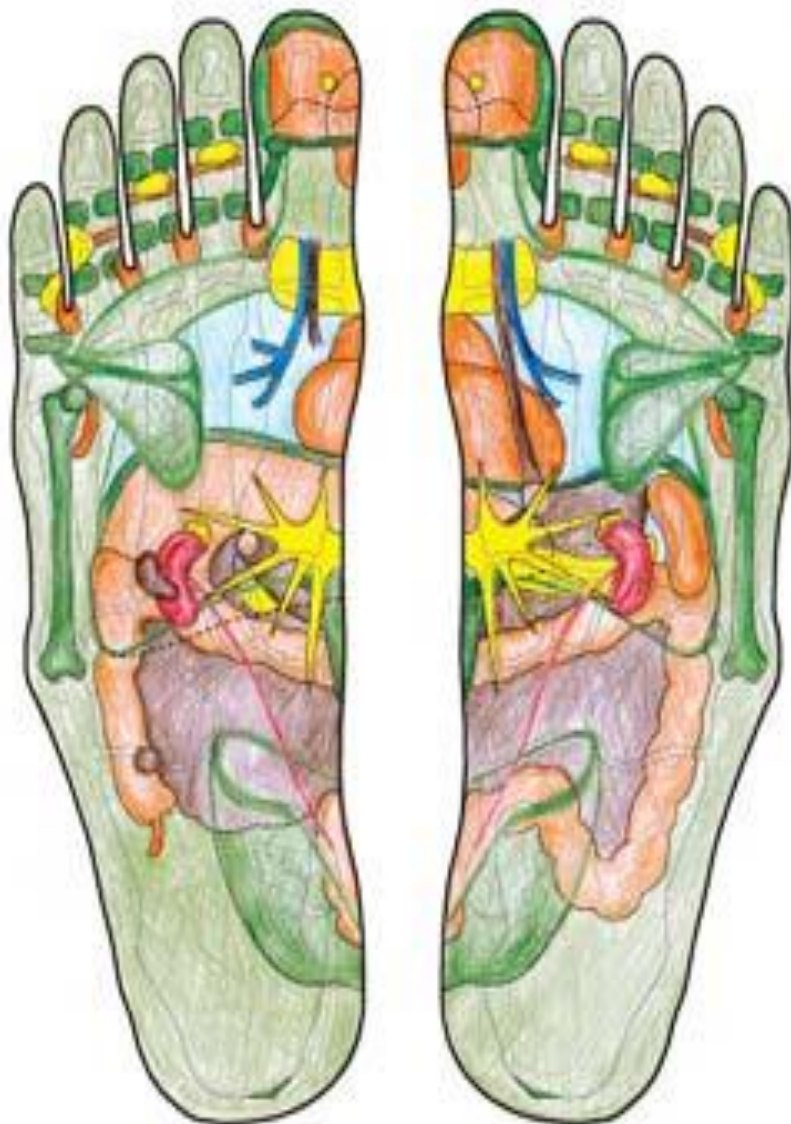
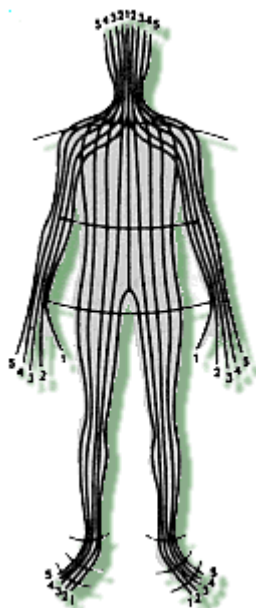
Teilmassage...(Rücken od. Beine)

25 min€ 23,00



Fußreflexzonen massage

Die Reflexzonenmassage am Fuß (RZF) ist eine Behandlungsform, die sich im Laufe von vielen Jahren aus altem Volkswissen zu einer exakt ausgearbeiteten Therapie entwickelt hat. Sie hat zwar ihren Ausgangspunkt am Fuß, bewirkt jedoch mehr als eine übliche Fußmassage. Durch die RZF wird gesamthaft eine Verbesserung gestörter Organ- und Gewebefunktionen des Menschen erreicht. Sie gehört in den Bereich der Komplementärmedizin, die die Selbstheilungskräfte des Menschen fördert und nicht einseitig seine Symptome und Krankheiten bekämpft. Sie kann als eigenständige Behandlung oder in Kombination mit anderen Methoden angewendet werden.



Etwa um 1912 widmete sich ein amerikanischer Arzt, Dr. William Fitzgerald, dem überlieferten Erfahrungsschatz. Um Zusammenhänge zwischen Körper und den Füßen aufzuzeigen, erstellte er eine vertikale Einteilung von 10 Körperzonen, die den Menschen in ein gleichmäßiges Rasterbild einordnen. Durch jahrelange Beobachtungen wies er nach, dass in der jeweiligen Längszone am Körper angeordnete Organe, Gewebe und Systeme in der gleichen Körperzone am Fuß, als Mikrosystem verkleinert, therapierbar sind.

**Kommen Sie bitte in bequemer
Kleidung mit lockerer Hose!**

Fußreflexzonenmassage.....

40 min€ 35,00



Manuelle Lymphdrainage

Die Lymphdrainage ist bis vor 50 Jahren ein Stiefkind der Medizin gewesen, obwohl es schon erste Beschreibungen und Erkenntnisse des Lymphgefäßsystems vor dem 16. Jhdt. gegeben hat. Die ML wurde von Dr. Emil u. Estrid Vodder in Frankreich in den dreißiger Jahren des 20 Jhdt. entwickelt.

Was ist das eigentlich - manuelle Lymphdrainage ?

Das Besondere an der Lymphdrainage sind die auspumpenden und entleerenden Kreisbewegungen der Hände bzw. der Finger mit sehr geringem Druck.

Das Lymphsystem, das im ganzen Körper vorhanden ist, beginnt zwischen den Geweben. Im Gegensatz zum Kreislaufsystem, das bekanntlich arterielles und venöses Blut führt, ist das Lymphsystem mit 15 Litern (!) Flüssigkeit ein eigenständiges Gefäßsystem. Vom kleinsten Lymphgefäß unter der Haut bis zur Einmündung in den venösen Teil des Kreislaufsystems unter dem Schlüsselbein vergrößert sich der Umfang der Gefäße. Das Gefäßsystem fließt immer durch die zugehörigen Lymphknoten, in denen u. a. Abwehr- und Reinigungsprozesse stattfinden.

Die ML wird hauptsächlich eingesetzt bei:

- Lymphstauungen mit Flüssigkeitsansammlungen im Gewebe wie z. B. leichten Lymphödemem
- Schwellungen bei rheumatischen Erkrankungen im Bereich der Gelenkkapsel,
- nach Verletzungen (Sportverletzungen)
- Blutergüssen
- Infekten des Nasen-Rachenraumes
- Nachsorge bei Krebs
- zum entgiften und entschlacken
- zur Stärkung der Immunabwehr
- zur Gewebstraftung zb.: bei Cellulite

Oder einfach zum Wohlfühlen und entspannen!



Manuelle Lymphdrainage.....

50 min.....€ 46,00

Manuelle Lymphdrainage.....

25 min.....€ 23,00