

KLASSISCHE MASSAGE



entspannen,
lockern,
loslassen

Die Massage ist eines der ältesten Heilmittel, die auf Körper, Geist und Seele eine wohltuende Wirkung hat. Durch sanfte Berührung entspannen sich Haut, Muskulatur und Bindegewebe.

Die klassische, auch schwedische Massage genannt, findet unter anderem Anwendung als Heilmassage, Sportmassage, kosmetische Massage, Wellness Massage u.v.a.m.

Sie beinhaltet verschiedene Techniken, bei denen u.a. Druck und Zug aufs Gewebe ausgeübt wird, mit abwechselnden Streich-, Knet-, Vibrations-, Walk- oder Reibbewegungen. Es können auch Hackungen, Klopfungen oder Klatschungen eingesetzt werden. Als Reiz- und Regulationstherapie gehört die Massage in die Hände eines geprüften Therapeuten. Die Massage hat eine durchblutungsfördernde Wirkung und es wird der Lymphstrom angeregt; das wiederum kurbelt die Entschlackung und Entgiftung des Organismus an. Nicht zuletzt steht die wohltuende, entspannende Wirkung im Vordergrund, die es Körper, Geist und Seele erlaubt loszulassen und zu genießen.

therapeutische Anwendungsmöglichkeiten:

- Vorbeugung und Behandlung von Muskelverspannungen und Muskelverhärtungen
- rheumatische Beschwerden
- Wirbelsäulen und Gelenksbeschwerden
- Arthrosen
- Chronische Kopfschmerzen
- Stressabbau
- Durchblutungsstörungen
- Stressabbau
- Burnout Vorbeugung, u.v.a.m

Ganzheitliche- und Wellnessanwendungen:

- Regeneration und Erholung
- Tiefenentspannung

- Harmonisierung und Vitalisierung des gesamten Körpers
- Entschlackung und Straffung von Haut und Bindegewebe

Wellness Spezialanwendungen mit Elementen aus der klassischen Massage:

- Esalen™ Massage
- Lomi Lomi Nui
- Hot Stone
- Aromaölmassage
- Edelsteinmassage