

Klassische Massagen

- ▶ **Vollmassage:** Medizin für Körper und Seele. Schmerzlinderung und Entspannung wird durch das Lösen der verkrampten Muskulatur erreicht.
- ▶ **Manuelle Lymphdrainage:** Die Lymphdrainage ist eine spezielle Massageform nach Dr. Vodder mit systematischer Anordnung und rhythmischer Folge von Drehgriffen, Schöpfgreifen, Pumpgriffen sowie stehenden Kreisen und Spezialgriffen.
- ▶ **Fußreflexzonenmassage:** Durch Druck auf Hautzonen an den Füßen sollen innere Organe und Körpersysteme über bestimmte Nervenreizungen (Reflexe) beeinflusst werden, um die Gesundheit zu fördern.
- ▶ **Unterwassermassage:** Die Unterwassermassage oder Unterwasser-Druckstrahlmassage wird gegen starke Verspannungen eingesetzt und mit Hilfe eines geführten und regulierbaren Wasserstrahls durchgeführt.
- ▶ **Kombi Massage**
Rücken + Fußreflex: Klassische Rückenmassage zur Entspannung und Schmerzlinderung bei verkrampter Muskulatur kombiniert mit einer Fußreflexzonenmassage zur Steigerung des Wohlbefindens des Stoffwechsels w. o. beschrieben.

Exotische Massagen

- ▶ **Aromaentspannungsmassage:** Entspannung pur im Mix aus Aromen & wohltuender Massage. Verlieren Sie sich in einem sinnlichen Mix aus Aromen und Essenzen. Sanfte, gleitende Massagestriche lassen Sie im Nu den Alltag vergessen. Ihre Welt sieht gleich wieder bunter aus.
- ▶ **E-Stone Energie Massage:** Energetisierende Massage des Rückens ausgeführt mit heißen Steinen und ausgewählten Aromaölen.

► **Hot-Stone Sensitive Behandlung:** Bei der Hot Stone Massage greift man auf die jahrhunderte alte Tradition zurück, welche besagt, dass die Zuführung von Wärme auf den Körper sehr heilungsfördernd wirken kann. Ursprünglich stammt der Leitgedanke zur Hot Stone Massage aus dem asiatischen Raum, wo man schon seit Jahrhunderten warme Steine in Kombination mit verschiedenen Kräuterölen zur wohltuenden Massage benutzt.

Doch die Hot Stone Massage in ihrer jetzigen Form besteht als Massagetechnik erst seit den letzten Jahren. Das Vorgehen bei der Hot Stone Massage schließt als Utensil tibetisches Kräuteröl mit ein. Dieses wird bei der Hot Stone Massage auf den Körper aufgetragen und mit speziellen Massage-Specksteinen wird nun der Körper nach einer Erwärmung dieser Steine an bestimmten Stellen, den so genannten Energiepunkten, kontaminiert.

Wirkung: Die Wärme, welche bei der Hot Stone Massage von den Speck-Steinen ausgeht, dringt in den Körper ein und beginnt damit, die Blutzirkulation anzuregen. Während dieser Prozedur wird der Patient umgeben mit leiser Musik, dem wohltuenden Duft des Öles und der wohligh umschließenden Wärme. Nach der Hot Stone Massage fühlt man sich seelisch und körperlich befreiter.

► **Ayurvedische Ganzkörpermassage:** (Streichmassage-Meridianmassage)

Bei dieser Massagetechnik wird der ganze Körper mit speziellen Ölen eingesalbt und mit einer besonderen Streichtechnik massiert. In den frühen Aufzeichnungen des Ayurveda werden die Ganzkörpermassagen als Mittel zur Förderung des Gleichgewichts, der Regeneration und Verjüngung für jeden Konstitutionstyp empfohlen.

Bekannte Indikationen: Vertreibt Müdigkeit – erhöht den Lymphfluss – hilft Stress abbauen – stärkt Venen und Arterien – fördert die Selbstheilungskraft – wirkt regulierend auf den Stoffwechsel – belebt das Bindegewebe und die Muskeln

► **Pantai Luar:** (übersetzt: "an neuen Ufern")

Bei der klassischen PANTAI LUAR-Behandlung wird der **Körper** zuerst mit warmen Ölen gesalbt, danach wird ein Kräuterstempel im gleichen Öl auf 120 Grad erhitzt und in sehr raschen Bewegungen über die Haut gezogen. Das täuscht den Thermorezeptoren eine Verbrennung vor, die jedoch nie stattfindet. Der Körper reagiert darauf mit unterschiedlichen Repair-Aktionen, die alle gleichzeitig stattfinden. Mit unvorstellbarer Geschwindigkeit werden beschädigte Zellen abgebaut, bestehende aktiviert und neue produziert. sogar Bindegewebsstrukturen werden gefestigt. Anfangs berührt der Kräuterstempel die Haut nur sehr kurz in blitzschnellen Längsbewegungen. Wenn er abgekühlt ist, geht die Massage in kürzere, rollende und ausdrückende Bewegungen über. Dabei werden die in Öl aufgelösten Inhaltstoffe auf die Haut aufgebracht. Währenddessen wirken die ätherischen Aromaöle direkt auf das limbische System, je nach Kräutermischung beruhigend, erheiternd oder vitalisierend, in jedem Fall aber entspannend.

► **Pantai Herbal:** Gesichts- und Dekolletebehandlung

► **Qi- Gesichtsmassage:** Mit dieser Gesichtsmassage verbinden wir Yin + Yang zu einer harmonischen Einheit. Sie vereint die besten Massagetechniken aus West und Fernost: Die physikalische Stimulans aus der westlichen Massage, die durch Druck kneten und reiben erfolgt, wird dabei mit der Akupressur kombiniert, die aus der östlichen Medizin kommt und den Energiefluss des Körpers stimuliert. Die Massage berücksichtigt vor allem die Energiepunkte (sog. Tsubos), die für Schönheit und Wohlbefinden sorgen.

Wirkung: Stärkt die Blutgefäße und macht sie wieder elastischer – aktiviert und fördert die Spannkraft der collagenen und elastischen Fasern – steigert die natürliche Fähigkeit zur Selbsterholung der Haut – reduziert Hautunreinheiten bis zu 50 % - glättet die Haut.

Spezialmassagen

► **Antistressmassage:** Verschiedene Massagetechniken, mal zart, mal kräftiger, – aber immer wohltuend – lösen auf sanfte Weise körperliche Verspannungen und innere Blockaden. In Kreisen massierende Fingerkuppen stimulieren die Nervenendpunkte. Innere Ruhe und Gelassenheit stellen sich durch Atemübungen spürbar ein, neue Energie durchströmt den Körper. Durch eine ruhige und sanfte Entspannungsmusik aus dem Hintergrund verfallen Sie in einen Zustand tiefster Entspannung.

► **Bürstenmassage:** Unter Bürstenmassage wird das Bürsten mit Naturfasern oder Luffa-Handschuhen des Körpers verstanden. Mit kreisförmigen Bewegungen von der Fußsohle an wird über den Fußrücken, den Knöchel, den Unter- / Oberschenkel, die Hüfte und den Po bis hin zum Herz massiert. Danach werden Finger, Arme und Schultern gebürstet. Diese Massagetechnik wirkt sich sehr kreislaufanregend und durchblutungsfördernd aus.

► **Azidose Massage inkl. Schröpfen:** Schröpfen, auch als manuelle Vakuum-Massage bekannt, ist ein Entgiftungs- oder Ausleitungsverfahren, um schädliche Säfte und Schleime, die sich im Körper befinden zu vermindern. Infolge dessen kann ein Durchblutungsmangel des Gewebes reduziert werden, Verkapselungen von Zellen können geknackt und Haut kann gestrafft werden.

► **Garshsan-Behandlung: Massage mit Seidenhandschuhen**

Die traditionelle ayurvedische Garshan-Massage ist eine Trockenmassage mit Seidenhandschuhen. Die sanfte Stimulierung der Haut und des Bindegewebes regen den Stoffwechsel und den Kreislauf an. Somit erfolgt ein schnellerer Schlackenabbau und die Vorbeugung und Reduzierung von Cellulite werden unterstützt.

► **Ohrkerzenbehandlung:** ...

Indianische Feuer – Zeremonie: angenehm sanft und sofort spürbar wohltuend

Die Ohrkerzen werden noch heute in Handarbeit aus naturbelassenen Inhaltsstoffen auf Basis einer alten Original-Rezeptur angefertigt. Wertvolle Honig-Extrakte, eine ätherische Salbeiessenz, 100 % reines Bienenwachs, zerstoßene traditionelle indianische Heilkräuter, vor allem Salbei u. Buschkamille, Beta-Karotin-Vitamin A u. ein pestizidfreier Baumwollstoff sind die Hauptbestandteile dieser Ohrkerzen.

Anwendungsbereiche: *Die Ohrkerze wird traditionell zur Reinigung u. Harmonisierung der verschiedenen Energiefelder des Menschen und auch zur Ausleitung negativer Energie eingesetzt. Den mod. Menschen mag dies verwundern, doch die Ohrkerze stammt noch aus einer Zeit, in der Therapie und Religion eine selbstverständliche Einheit bildeten. Die Original-Hopi-Kerzen sind zu den klassischen Ausleitungsverfahren zu rechnen und bei vielen Beschwerden im Kopfbereich erfolgreich anzuwenden. Das lymphatische System und der Stoffwechsel können über intensiv-lokale, aber angenehme und völlig schmerzfreie Art der Wärmeanwendung günstig beeinflusst werden. Ein Druckausgleich der Nebenhöhlen wird erzielt und die Durchblutung im gesamten Kopfbereich gefördert. Anzuwenden sind die Ohrkerzen bei Hörsturz, Tinnitus, Drehschwindel, Erkältungen im Kopfbereich*

► **Japanische Thermie:** *„THERMIE“ basiert auf der Tradition der japanischen Kräuterheilkunde. Verwendet werden dazu in Stäbchen gepresste Heilkräuter und Mineralien. Diese Stäbchen werden zum glimmen gebracht und mittels einem speziellen Instrument über die Hautoberfläche geführt.*

Wirkung: *Durch das spezielle Kräuteraroma und die Wärme wird die Durchblutung gefördert – der Körper wird entschlackt und entgiftet – durch die Wärme und die gleichzeitig stattfindende Massage werden sowohl Muskeln als auch Bindegewebe gelockert – die Heilkräuter der Thermie-Stäbchen regen das Lymphsystem an – der Säure-Basen-Haushalt` und `damit der PH-Wert werden ausgeglichen*

➤ **Thalassobad:** *wirkt mit den Inhaltsstoffen des Meeres entschlackend, regenerierend, hautpflegend und entspannend. Bei irritierter und geschädigter Haut (Schuppenflechte, Psoriasis) ect.*

➤ **Cleopatrabad:** *besonders hautpflegend - entspannend*