



Entspannung & Regeneration

Zur Entspannung und Regeneration kombiniere ich verschiedene Massage- und Behandlungstechniken.

Ich freue mich Dich kennenzulernen und Dich auf Deinem Weg zu mehr Gesundheit und Vitalität zu unterstützen.

Mein Service für Dich:

- Massagetechniken: Klassische Massage / Aroma-Massagebehandlung / Akupressur (NMT) & Faszien Behandlung / Chair Akupressur
- genügend Zeit zwischen den Terminen, damit Du in Ruhe ankommen und gehen kannst
- ein Beratungsgespräch, welche Massage Deinen gesundheitlichen und momentanen Bedürfnissen entspricht
- Verwendung ausgesprochen hochwertiger biologischer Öle je nach Bedarf und Ziel
- entsprechende Räumlichkeiten in entspannter und ruhiger Atmosphäre.

Mobile Massage zu Hause

- Möchtest Du Entspannung in Ihrer gewohnten Atmosphäre geniessen oder Zeit sparen? Alle Massagen aus meinem Angebot sind auch zu Hause anwendbar.
- Mit eine Mobile Massageliege oder einem Massagestuhl komme ich zu Dir nach Hause, in Deine gewohnte Umgebung.
- Eine mobile Massageliege und weiteres notwendige Material bringe ich ebenfalls mit.

Mobile Massage am Arbeitsplatz

Kurze aber intensive Entspannungsphasen fördern diesen Effekt und wirken sich zudem positiv auf die Gesundheit aus.

Möchten Sie Ihren Mitarbeitern etwas Gutes tun, und Sie langfristig gesund und leistungsfähig erhalten?

Dann senden Sie mir Ihre gezielte Anfrage per Mail wellbalance@vtxnet.ch für Ihre Firma. Gerne erstelle ich Ihnen ein individuelles Angebot.

Methoden- Beschreibung

- **Aroma – Massagebehandlung**

Bei der **Aroma- Massagebehandlung** werden verschiedene reine therapeutische-ätherische Öle und Ölmischungen verwendet und in einer bestimmten Reihenfolge und Technik im Bereich der Wirbelsäule und die Fuß, Hand oder Ohrreflexzonen aufgetragen und mit sanften Bewegungen eingearbeitet. Es handelt sich dabei um eine äußerst wirksame Methode, welche die Rückenmuskulatur entspannt und die Reflexzonen stimuliert.

*ich verwende ausschließlich hochwertige und naturreine biologische Öle von **DoTerra**

50 Min CHF 80.--



- **Klassische Massage**

Die **Klassische Massage** ist eine Form der Gewebestimulation gegen verschiedene Beschwerden. Die Berührungen haben zum einen eine direkte körperliche Wirkung, in dem sie verkrampfte Muskulatur dehnen und entspannen, die lokale Durchblutung steigern und den Zellstoffwechsel anregen.

30 Min CHF 55.--

60 Min CHF 100.—

- **Akupressur Massage auf dem Massagestuhl**

Chair Massage ist eine moderne, zeitsparende Behandlungstechnik auf der Grundlage der chinesischen Energielehre. Die Akupressur-Technik bringt Ihre Lebensenergie wieder in Fluss. Sie wirkt ausgleichend, energetisierend und hat die gleichen Wirkungsmechanismen wie die Akupressur. Es wird über der Kleidung an Schultern, Rücken, Nacken, Hüften, Armen, Händen und Kopf behandelt.

20 Min CHF 40.--

- **Akupressur – (NMT) -Nadi Muskeltherapie & Faszien Behandlung**

Nadi Muskeltherapie ist eine von Yoga-Meister entwickelte Manuelle Therapie. Nadi Muskeltherapie basiert auf dem Verständnis der menschlichen Anatomie, Muskelketten und myofasziale Verbindungen, Wissen der Meridiane der chinesischen Medizin, Nadis und Sen-Energielinien.

Über **Energiekanäle (Nadis)** und über die Faszien Verbindungen werden der Bewegungsapparat und alle inneren Organe mit Energiefluss koordiniert. Alle Störungen in einem System haben Auswirkung auf das andere und beeinflussen Mobilität, Stabilität, Kraftübertragung, Schmerzwahrnehmung, Verhärtungen, Überdehnungen, Verklebungen, Verdrehungen und sogar geistige Ausgeglichenheit.

Einseitige Körper-Belastung, falsche Haltung und Bewegungsmuster, seelische Erschütterungen, schmerzhaftes Erinnerungen und emotionale Konflikte führen zu Blockaden in diesem Netzwerk.

NMT hilft Spannungen auf allen Ebenen (körperliche, mentale, emotionale, geistige) aufzulösen und so zu einem Gleichgewicht und Heilung zu helfen.

30 Min CHF 55.--

60 Min CHF 100.--