

Massagen

Massagen gehören wohl zu den ältesten Heilmethoden dieser Erde.

Hierdurch wird speziell das Körpersystem entgiftet und es werden die Selbstheilungskräfte angeregt. Tiefe Ruhe und Entspannung stellt sich ein, wenn du es zulässt.

Folgende Massagen praktiziere ich:

Abhyanga – ayurvedische Ganzkörpermassage

Lomi-Lomi-Nui – hawaiianische Ganzkörpermassage

Fußreflexmassagen

ThaiYogaBodywork – prozessorientierte Körperarbeit