

## Hot Stone Massage

Die Hot Stone Massage ist eine Massageform unter Zuhilfenahme von geheizten Steinen, meist basaltisch, die auf den Körper gelegt werden.



Die Steine werden dazu in einem Wasserbad auf eine Temperatur von ca. 60°C erwärmt und mit dem Massageöl eingerieben.

Ziel ist die Entspannung der Muskeln durch Wärme.

Die Hot Stone Massage wurde im gesamten asiatischen, pazifischen und amerikanischen Raum aus Urzeiten übermittelt.



## Schröpf-Massage

Schröpfen ist eine traditionelle Behandlungsmethode.

Dabei wird in so genannten Schröpfgläsern oder Schröpfköpfen ein Unterdruck erzeugt. Der Unterdruck wird durch Erhitzen der Luft im Schröpfkopf erreicht. Danach werden die Schröpfgläser direkt auf die Haut gesetzt.

Das Erhitzen erfolgt durch einen in Äther getauchten Wattebausch, der angezündet wird.

Nach der Behandlung ist eine länger anhaltende Wärme an den geschröpften Punkten zu spüren.

Schröpfen ist hilfreich bei

- Antriebslosigkeit
- Stresssymptomen
- zur Steigerung der Lebensenergie
- muskuläre Verspannungen
- mangelnde Durchblutung
- Ischias
- Bluthochdruck
- Migräne
- Asthma



## Fußreflexzonen-Massage

Bei der Fussreflexzonenmassage handelt sich um eine spezifische Drucktechnik, die an ganz genau festgelegten Reflexpunkten am Fuss ansetzt.

Dabei wird davon ausgegangen, dass die Reflexbereiche am Fuss Entsprechungen in allen Körperteilen aufweisen.

Durch die Stimulation der Reflexzonen werden Reaktionen in den entsprechenden Körpersystemen hervorgerufen, die eine Entspannung oder Anregung zur Folge hat.



## Brain Light

Es handelt sich bei dieser Therapie um eine sehr tiefe geistige und körperliche Entspannung. In dieser tiefen Entspannung kann unser Körper seine Selbstheilungskräfte mobilisieren und den Stress abbauen.

Über Kopfhörer erreichen Sie ausgewählte Musikklänge, denen je nach Programm bestimmte Tonfrequenzen nahezu unhörbar aufmoduliert sind. Diese können auch Suggestionen enthalten, die Sie zur Gewichtsabnahme, zur Raucherentwöhnung oder zum Lernen motivieren. Über eine Brille werden die akustischen Reize mit Lichtblitzen unterstützt. Auf diese Weise wird Ihr Unterbewusstsein sowohl akustisch als auch visuell angesprochen und das Abgleiten in störende Gedanken - wie es so oft bei der Meditation oder beim Autogenen Training beklagt wird - unterbleibt.

Sie erreichen also über die Brain-Light-Therapie Tiefenentspannung, Stressabbau und Stressresistenz, Lebensenergie und Vitalität, Kreativitäts- und Intelligenzsteigerung, größere geistige Klarheit und Beweglichkeit sowie Gedächtnissteigerung. Durch die Vielzahl der Programme können Sie sich außerdem eines Motivationstrainings zum Erlernen von Fremdsprachen, zur Steigerung der Konzentration und der Entwöhnung des Rauchens erfreuen.



## Detox Elektrolyse-Fußbad

Wir leben in einer Zeit, in der gesundheitliche Probleme zu einem großen Teil auf toxische Belastungen zurückgeführt werden können. Anwendungen, die sanft und intensiv zur Ausleitung von Schadstoffen beitragen, werden immer wichtiger für die Vorsorge und die Behandlung von Erkrankungen.

Das Detox System basiert auf einem elektrophysikalischen Verfahren, bei dem Wasser ionisiert wird. Ein prickelndes Gefühl ist oft bis in die tiefsten Zellschichten wahrnehmbar. Es deutet auf die mögliche Ionisierung des Körpers und den Impuls zur Ausleitung von Schadstoffen über die Organe hin. Gleichzeitig können Lymphfluss und Durchblutung gefördert werden. Eine körperschonende Methode, da sie ohne chemische Zusätze auskommt.

Schon die erste Anwendung verblüfft meist durch sicht- und spürbare Resultate. Wiederholte Anwendungen können die Basis zur schonenden und schnellen Regeneration des Körpers legen und zu einem neuen Körpergefühl voller Leichtigkeit und Vitalität verhelfen.

### Empfohlene Anwendungsgebiete:

- Leistungssteigerung, Leistungssport
- Übersäuerung
- Gelenkerkrankungen
- Stoffwechselerkrankungen
- Schwermetallbelastungen
- Allergien
- Schlafstörungen
- Cellulitis/Übergewicht
- Hautprobleme
- Muskelverspannungen
- Nervosität
- Hyperaktivität, auch bei Kindern

