

Weitere Informationen zu den Angeboten: **Massagen**

### ***Medizinische Massage***

Verschiedene Anwendungen wie Manuelle Schmerztherapie, Emmett-Technik, Manuelle Therapietechniken, Gelenkmobilisation, aktive und passive myofasziale Dehnung sowie Trigger - und Akupressurpunkte werden miteinander kombiniert. Dadurch lassen sich in kurzer Zeit optimale Resultate erzielen.

---

### ***Bindegewebsmassage***

Um eine dauerhafte Wirkung zu erzielen, empfehle ich Bindegewebsmassagen in regelmässigen Abständen. Sie kann gut mit anderen Massagen oder Methoden ergänzt werden. Die Bindegewebsmassage ist geeignet bei Verspannungen und überall, wo akute Krankheitsprozesse abgeklungen sind.

Wirkungsweise:

- Erkrankungen des Bewegungsapparates (Gelenke, Narben, Muskulatur, Frakturen und Kontrakturen)
  - Neurologischen Erkrankungen (MS, Parkinson, Kopfschmerzen, M.S, Polyneuropathien, periphere Nerven Lähmung, Psychosomatische Syndrome)
  - Erkrankungen innerer Organe (Nieren, Lungen, MDT, Leber-Gallenblase)
  - Durchblutungsstörungen
  - Hormonellen Störungen (Menstruationsbeschwerden, Schilddrüse, Bauchspeicheldrüse)
  - Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett
- 

### ***Sport Massage***

Sie steigert das Leistungsvermögen, beschleunigt die Regeneration und verringert das Verletzungsrisiko. Die Sportmassage wird individuell auf das Training und den Wettkampf ausgerichtet.

Wirkungsweise der Sportmassage:

- Schnellere Regeneration
  - Grössere Effektivität des Trainings
  - Wiederherstellung der Leistungsfähigkeit
  - Wettkampfvorbereitung
  - Psychische Entspannung
- 

### ***Schwangerschaftsmassage***

Bei einer entspannenden Massage tut Mamas nicht nur sich selbst etwas Gutes. Psychische Ausgeglichenheit, ein entspannter Körper sowie innere Harmonie und Ruhe haben eine positive Wirkung auf die Entwicklung des Babys und die bevorstehende Geburt. Grundsätzlich sind Massagen zu jedem Zeitpunkt der Schwangerschaft im Bereich der Hals- und Brustwirbelsäule sowie an Armen, Beinen und Füßen möglich. Massagen im unteren Rückenbereich werden im ersten Trimenon und gegen Ende der Schwangerschaft sowie bei Risikoschwangerschaften eher nicht angewendet und wenn, dann sehr vorsichtig und sanft. Bei normal verlaufender Schwangerschaft sind aber je nach Stadium Massagen der Lendenwirbelsäule ohne Bedenken möglich.

### ***Klassische Massage***

Die klassische Massage wird zur Regeneration und zu Heilzwecken nach ärztlichen Verordnungen eingesetzt. Sie wirkt vor allem auf den Bewegungsapparat. Auch sportliche Leistungen können erheblich verbessert werden.

---

### ***Fussreflexzonen Massage***

Sie ist geeignet bei:

Muskulären Verspannungen, Kopfschmerzen, rheumatischen Erkrankungen der Gelenke und der Wirbelsäule, lymphatischen Belastungen, Anfälligkeit zur Erkältung, Allergien, chronischem oder akutem Schnupfen, Verdauungsbeschwerden, Menstruationsbeschwerden, Schlafstörungen und zur Rehabilitation nach Krankheiten.

---

### ***Lymphreflexzonen am Fuss***

Geeignet bei:

Allgemeiner lymphatischer Belastung, nach Operationen, bei Abwehrschwächen, Allergien, chronischen Nasen-Nebenhöhlen-Infekten, Schlafstörungen und Kreislaufstörungen

---