

[Mobilisierende Massage]

Klassische Massagetherapie in Rücken- oder Seitenlage

- ca. 20 Minuten 18 €
- ca. 30 Minuten 20 €
- 6 x 20 Minuten 95 €
- 10 x 20 Minuten 160 €
- 6 x 30 Minuten 110 €
- 10 x 30 Minuten 180 €

[Narbenmassage]

Bei der Narbenbehandlung wird durch eine Massage des Bindegewebes das Narbengewebe geschmeidiger und gleichzeitig die Durchblutung gefördert.

- Je nach Aufwand 20 bis 50 €

[Dorn-Therapie]

Die Dorn-Therapie ist eine Behandlungsmethode, bei der mit Hilfe sanfter Bewegungen der Gelenke und Wirbel eine Heilwirkung auf den gesamten Organismus erzielt wird.

- ca. 45 - 60 Minuten 50 €

[Marnitztherapie]

Bei dieser Tiefenmassage wird punktuell Muskulatur bearbeitet und der Bewegungsapparat behandelt. Diese Massage eignet sich vor allem bei orthopädischen Erkrankungen zur Mobilisation und Schmerzlinderung.

- ca. 30 Minuten 30 €

[Muskelfunktionstest]

Bei dem Muskelfunktionstest werden Fehlverhalten und Fehlstellungen festgestellt und analysiert, um Sie vor Rückenproblemen zu bewahren.

- Je nach Aufwand 30 bis 50 €

[Migräne- und Tinnitusmassage]

Spezielle Gesichts- und Kopfmassage zur Entlastung und Schmerzlinderung

- Je nach Aufwand 20 bis 50 €

[Lymphdrainage]

Zur Entstauung aller Ödemarten

- ca. 30 Minuten 25 €
- ca. 60 Minuten 50 €
- 6er und 10er Karten nach Absprache

[Schröpfmassage]

Bei der Schröpfmassage werden keine tiefen Hautverfärbungen (Hämatome) erzeugt, weil nur Verklebungen der Muskelfaszien gelöst werden.

- Je nach Aufwand 20 bis 60 €

[Fersenspornmassage]

Fersensporne sind schmerzhafte Verklebungen des Bindegewebes durch Überlastung, welche durch spezielle Massagegriffe gelöst werden können.

- ca. 30 Min. 25 €

[Schulung der Körperwahrnehmung]

Somatic Education ist eine gezielte Behandlungsmethode, um Körper und Empfinden ins Gleichgewicht zu bringen, denn so wie ich mich fühle, bewege ich mich auch.

- ca. 45 - 60 Minuten 40 bis 50 €

[Rückenschule]

In der Rückenschule lernen Sie nicht nur gezielte Kräftigungsübungen für die Muskulatur, um die Wirbelsäule zu stabilisieren, sondern auch das richtige Bewegen im Alltag.

- Einzelkurs Erwachsener ca. 60 Minuten 50 €
- Einzelkurs Kind ca. 60 Minuten 40 €

[Nordic Walking]

Beim Nordic Walking werden 90% aller Muskeln trainiert, Verbesserung der Ausdauer und des Herz-Kreislaufsystems.

- Einzelkurs ca. 60 Minuten 50 €

[Hausbesuche auf Anfrage]