



# LEISTUNGSBESCHREIBUNG

## Allgemeines

Der menschliche Körper hat von Natur aus die Fähigkeit sich selbst zu heilen. Durch ungesunden Stress, Überbeanspruchung und Blockaden kann der Körper seine Selbstheilungskräfte nur eingeschränkt aktivieren und es kann zu Störungen und Blockaden kommen. Diese können Haut, Muskulatur, Bänder und Sehnen, Gelenke, Blut- und Lymphgefäße, innere Organe, Knochen, Nerven und auch den Energiefluss in den Meridianen (Energieleitbahnen) betreffen und in ihren Funktionen beeinflussen.

Dass Berührung durch Hände heilsam sein und Geborgenheit, Trost, neue Lebensenergie und Lebenskraft schenken kann, wissen wir seit unserer Geburt. Massage gehört zu den ältesten und ursprünglichsten Formen menschlicher Heilkunst und hat bis heute nichts von ihrer besonderen Wirkung verloren.

## Klassische Massage

Durch die klassische Massage (Ganz- oder Teilkörper) werden Gewebshormone freigesetzt, die schmerzlindernd und dadurch entspannend auf das Muskelgewebe wirken. Zudem werden auch die körpereigenen Entschlackungs- und Stärkungsmechanismen durch die vermehrte Durchblutung angeregt, das heißt Lymphfluss und Stoffwechselfähigkeit werden angeregt, Gewebverklebungen gelöst. Durch spezielle Grifftechniken wie Kneten, Streichen, Drücken und Walken wird der Körper belebt und angeregt, seine Selbstheilungskräfte werden aktiviert sowie eine Entspannung herbeigeführt. Ob kräftig lockernd oder entspannend, anregend oder belebend, regelmäßige Massagen wirken gleichermaßen wohltuend und gesundheitsfördernd auf Körper, Geist und Seele.



## Schröpfmassage

Bei der Schröpfmassage (Ganzkörper, Bauch-Beine-Po, Gesichts-Vakuum-Behandlung, Gelenks-Schröpfmassage) werden die Gläser am Körper „gezogen“, um den Lymph- und Blutfluss zu aktivieren. Abgelagerte Schlacken und Verklebungen zwischen den Muskelfasern können dadurch gelöst werden. Der Stoffwechsel wird angeregt, die Muskeln können sich entspannen. Eigens entwickelte Gläser für Ganzkörper, Gelenke, Narben, Gesicht und Hände ermöglichen hervorragende Ergebnisse. Der in den Gläsern entstehende Unterdruck führt zu einer starken Durchblutung der Haut und des Unterhautfettgewebes. Die in den Zellzwischenräumen abgelagerten Schlackenstoffe können gelöst und ausgeschieden werden.

Die Schröpftherapie zählt seit Jahrtausenden zu den wirksamsten Methoden der inneren Reinigung und Regeneration.

## Indikationen:

zum Entgiften und Entschlacken // zur Muskelentspannung // zur Narbenbehandlung //  
bei Migräne // bei Darmträgheit // gegen Cellulite und Schwangerschaftsstreifen //  
zur Erleichterung bei Rücken-, Schulter- und Gelenksbeschwerden

## Fußreflexzonenmassage

Dieser Art der Massage liegt das Prinzip zugrunde, dass es Reflexpunkte an den Füßen gibt, die jedem Organ bzw. jeder Drüse in der Struktur des Körpers entsprechen. Sie dient hauptsächlich der Anregung und Verbesserung der Nerven- und Organsysteme und aktiviert somit die Selbstregulation aller Körperfunktionen.

Die Reflexzonentherapie am Fuß ist eine alte Therapieform, die sich im Laufe von vielen Jahren aus altem Volkswissen zu einer exakt ausgearbeiteten Spezialmassage entwickelt hat. In den 50er Jahren kam diese Methode in den deutschsprachigen Raum und wurde durch Hanne Marquardt zur sanften und doch sehr wirksamen und anerkannten Spezialtherapie weiterentwickelt. Durch eine bestimmte Drucktechnik von außen wird der Energiefluss stimuliert und dadurch vom Fuß aus die jeweils zugeordneten Organe oder Körperteile beeinflusst. Jeder Muskel und jedes Organ kann nur optimal funktionieren, wenn eine gute Durchblutung gewährleistet ist. Über die Reflexzonenmassage können körpereigene Kräfte mobilisiert und in Gang gebracht werden.



## Manuelle Lymphdrainage

Die Manuelle Lymphdrainage ist eine komplexe physikalische Entstauungstherapie. Charakteristisch ist die sehr weiche, vorsichtige Grifftechnik. Sie regt die Lymphgefäße zu Mehrarbeit an. Ödeme werden dabei in Lymph-Abflussrichtung verschoben.

Diese besonders sanften sowie rhythmischen Massagegriffe regen den Strom der Lymphflüssigkeit an. Somit werden Stauungen beseitigt, Schlackenstoffe aus dem Bindegewebe gelöst. Stoffwechselstörungen können behoben und der Abwehrmechanismus wird unterstützt.

## Akupunkt-Massage (APM)

Die Akupunktmassage arbeitet als Regulationstherapie auf der Grundlage der chinesischen Energielehre und ist eine energetisch-ganzheitliche Behandlungsmethode. Hier werden Meridiane, darunter versteht man Bahnen, welche die Lebensenergie durch den Körper transportieren, mittels Massagestäbchen und weichen Handstrichen behandelt. Auf Basis der Yin-Yang-Meridiane wird in der Akupunkt-Massage das Gleichgewicht im menschlichen Energiehaushalt wieder hergestellt und Blockaden im Energieleitsystem werden gelöst.

Grundsätzlich versucht die Akupunkt-Massage das Übel an der „Wurzel“ zu fassen und den Ursprung eines Leidens aufzudecken. „Schmerz und Dysfunktion sind der Schrei des Körpers nach fließender Energie“, erkannte schon der Arzt Dr. med. Reinhold Voll, der Begründer der Elektro-Akupunktur.

## Ohr-Akupunkt-Massage (OAM)

Die OAM unterstützt jede andere Therapie wirkungsvoll.

Die Oberfläche der Ohrmuschel bildet eine Reflexzone, die auf alle Organe des Körpers wirkt. Die Untersuchung der Ohrreflexzonen liefert Erkenntnisse zur Akupunkt-Therapie von Schmerzen und Beschwerden oder Funktionsstörungen des gesamten Organismus.

Die Ohr-Akupunkt-Massage hat sich vor allem in jüngster Zeit zu einer effizienten Therapieform entwickelt. Durch gezieltes Drücken und Reizen schmerzhafter Zonen erreicht man das Lösen von Blockaden und somit eine Schmerzlinderung. Man kann die Funktion innerer Organe beeinflussen und auch auf psychische Problemstellungen Einfluss nehmen.



## Narbenentstören und Narbenpflege

Sowohl frische als auch ältere Narben können lokal Gelenks-, Muskel- und Fasziensfunktionen beeinträchtigen sowie Störfelder und Blockaden des Energieflusses im Meridiansystem darstellen und anderorts zu überempfindlichen, langwierigen und schmerzhaften Begleitern des Therapieprozesses werden, auch wenn sie ästhetisch unauffällig sind und nicht ursächlich mit den momentanen Beschwerden in Bezug zu stehen scheinen. Eine Narbe kann also den Energiefluss im Körper behindern oder gar unterbrechen und das kann natürlich unterschiedliche Auswirkungen haben. Im günstigsten Fall können örtliche Probleme auftreten wie z.B. Sensibilitätsstörungen. Im schlechtesten Fall kann eine Narbe ein krankmachendes Störfeld darstellen. Das Problem kann sich darüber hinaus an einer ganz anderen Stelle des Körpers zeigen.

**Die chinesische Medizin vergleicht eine Krankheit mit einem Baum:**

Der Stamm, die Zweige und die Blätter sind sichtbar. Das Wurzelwerk ist unter der Erde verborgen. Entsteht ein Problem im sichtbaren Bereich, so ist oft die Ursache im verborgenen Wurzelbereich zu suchen. Den Energieausgleich im Meridiansystem kann man als Wurzelbehandlung bezeichnen.

## Massagen im Betrieb

Betriebliche Gesundheitsförderung umfasst alle Maßnahmen von Arbeitnehmern und Arbeitgebern zur Verbesserung und Erhaltung von Gesundheit und Wohlbefinden. Gesunde, zufriedene, motivierte und produktive Mitarbeiter sind das Erfolgsrezept eines jeden Unternehmens und das wichtigste Kapital, wenn es darum geht, aktuelle und künftige Herausforderungen zu bewältigen. Betriebliche Gesundheitsförderung bzw. präventive Gesundheitsmaßnahmen im ganzheitlichen Sinne als Unternehmensstrategie hat genau das zum Ziel. Die betriebliche Gesundheitsförderung ist auch ein wichtiges Instrument, um die Gesundheit der Bevölkerung aufrecht zu erhalten. Somit entsteht eine dreifache Win-Situation - nämlich für die Arbeitnehmer, die Betriebe und die Gesellschaft.

Rücken-, Schulter- und Nackenschmerzen, Konzentrationsschwierigkeiten, Müdigkeit, Kopfschmerzen usw. sind oft auch auf die sitzende Tätigkeit am Computer zurückzuführen. Stress und Leistungsdruck führen oft zu Anspannung und Unzufriedenheit.

Nützen Sie also die steuerlichen Vorteile betrieblicher Gesundheitsförderung und kontaktieren Sie uns.