

Das Ayurvedapraxis - Team :



Carola Schmidt

Heilpraktikerin, Ayurvedatherapeutin und medizinische Ayurvedaspezialistin, Klangtherapie, Bachblüten und energetische Medizin, Mitglied bei VEAT
www.naturpraxcs.com



Nirmala Beate Langenstrassen

Ayurveda Gesundheitsberaterin (BYVG), Yogalehrerin (BYV), staatl.gepr.Masseurin, manuelle Lymphdrainage, Thai-Bodywork Fußreflexzonen-therapie und Energiearbeit.

Ayurvedische Einzelbehandlungen

Alle ayurvedischen Anwendungen haben eine ausgleichende, harmonisierende Wirkung auf das Energiesystem. Sie stärken, entgiften und regenerieren die Gewebe des Körpers und wirken dadurch verjüngend und revitalisierend. – Für die Ölanwendungen werden ausschließlich hochwertige und angenehm duftende, traditionell hergestellte medizinierte Sesam-Kräuteröle, in Kombination mit pflanzlichen Ölen (vorw. Sesamöl) in Bio-Qualität, verwendet. Jeder Behandlung geht ein kurzes Vorgespräch voraus (zur Abklärung von Indikation bzw. Kontraindikation).

Um Ihren Wunschtermin möglichst zu erfüllen, buchen sie bitte frühzeitig an der Rezeption!

Ayurvedische Gesundheits – Beratung

Anamnese – Konstitutionsbestimmung – Pulstest, mit umfassender individueller Beratung zur Ernährung und Lebensweise inklusive schriftlicher Empfehlungen.

2 x 60 min. 90 €

Nahrung für die Nerven – Balsam für die Seele

Die aufgeführten Behandlungen wirken primär entspannend, beruhigend, schmerzlindernd, nährend und nervenstärkend. Zu empfehlen bei Stressbelastung, Schlafstörungen, körperlicher und psychischer Anspannung, innerer Unruhe und nervöser Erschöpfung.

A1 Abhyanga-relax

Sanfte entspannende Ganzkörperölmassage mit warmem Kräuteröl, welches nährend und stärkend auf alle Gewebe wirkt

60 min. 70 €
90 min. 95 €

A2 Shirodhara (Ölstirnguß)

Nach einer einleitenden Nacken und Gesichtsmassage wird körperwarmes Sesamöl in fließenden Bewegungen über die Stirn gegossen.

60 min. 75 €

A3 Abhyanga mit Shirodhara (Ölstirnguß)

90 min. 110 €

A4 Shiroabhyanga – relax

Kopf-Gesicht und Nackenmassage mit nervenstärkendem Kräuteröl

50 min. 60 €

A5 Mukabhyanga

Entspannende Gesichtsmassage inkl. Nacken, Dekoltee und kurzer Fußmassage, mit hautpflegendem Kräuteröl, in Kombination mit Edelsteinmassage und kleinem Stirnguß

50 min. 60 €
70 min. 85 €

A6 Padabhyanga

Angenehme Fußmassage inkl. Waden und Knie; mit Fußbad

50 min. 60 €

A7 Shiroabhyanga – Padabhyanga Kombination

60 min. 70 €

A8 Pinda – Sveda – relax

Wärmende Kräuterstempel-Ölmassage mit relax- Kräutern mit anschließendem Entspannungs-Kräuterbad

60 min. 75 €
90 min. 100 €

A9 Entspannendes Rosen oder Lavendelblütenbad

Nur im Anschluß an eine Ölmassage

30 min. 30 €

A10 Klangmassage mit Klangschalen

Auf den bekleideten oder zugedeckten Körper werden die Klangschalen gelegt und sanft angeschlagen. Die obertonreichen Frequenzen wirken ausgleichend, tiefen-entspannend und harmonisierend.

60 min. 50 €
30 min. 25 €

Nur im Anschluß an eine der o.g. Massagen

A11 Entspannungstraining/Meditation/Energiearbeit – Einzelstunde

60 min. 50 €

Vitalität und Energiefluß – Abbau von Blockaden

Die aufgeführten Behandlungen sind kraftvoller und dynamischer, neben der Entspannung wirken sie auch belebend auf alle Körperfunktionen, insbesondere die Marmapunkte und Nadis (wichtige Energiepunkte und Bahnen auf der Körperoberfläche) werden stimuliert. Der Kreislauf, Lymphfluß und die Durchblutung werden sanft angeregt, muskuläre Verspannungen und Blockaden können dabei gelöst werden.

B1 Abhyanga – vital

Ganzkörperölmassage mit mittelstarkem Druck und dynamisch fließenden Streichungen, mit warmen Kräuteröl 60 min. 70 €

B2 Kytta Lepa

Intensive Rückenmassage mit anschließender durchblutungsfördernder Kräuter-Wärmepackung, hilfreich bei Schmerzen und Verspannungen 50 min. 60 €

B3 Udvartana - vital

Hautpflegendes Ganzkörper-Peeling mit belebenden und nährenden Kräutern, Gewürzen und Ölen 50 min. 60 €

B4 Garshana

Sanft belebende Ganzkörpermassage mit Rohseidenhandschuhen 50 min. 60 €

B5 Shiroabhyanga – vital

In Sitzposition ausgeführte, sanft- energetisierende Ölmassage von Nacken, Hals und Kopf, stärkend für Sinne und Gehirn 30 min. 40 €

B6 Thai – Yoga Massage

Ayurvedic Body-Work auf dem Futon, am bekleideten Körper mit sanfter Bewegung, tiefer Dehnung und rhythmischem Druck (Akupressur) entspannend, energetisierend und blockadenlösend 70 min. 70 €
90 min. 90 €

B7 Yogatherapie – Einzelstunde

Individuell auf Konstitution und Befindlichkeit abgestimmt, mit schriftlicher Anleitung 60 min. 60 €

Leichtigkeit und Frische durch Detox und Stoffwechsellanregung

Die aufgeführten Behandlungen wirken vorrangig entgiftend, entschlackend und gewebe-reduzierend. Sie regen die Durchblutung, den Lymphfluss und die natürlichen Reinigungsfunktionen des Körpers an, wirken hautstraffend und unterstützen die Gewichtsabnahme.

C1 Abhyanga - detox

Ganzkörperölmassage mit mittlerem bis kräftigem Druck und dynamischen Streichungen, mit warmem Kräuteröl kombiniert mit Kurz-Garshana	50 min.	65 €
	70 min.	80 €

C2 Garshana

Dynamische Ganzkörpermassage mit Rohseidenhandschuhen	50 min.	60 €
---	---------	------

C3 Garshana + Honigmassage

Am Rücken wird zusätzlich eine entgiftende und durchblutungsfördernde tiefenwirksame Honigmassage ausgeführt	60 min.	70 €
--	---------	------

C4 Udvartana - detox

Hauptpflegendes Ganzkörper-Peeling mit aktivierenden und gewebereduzierenden Kräutern und Gewürzen	50 min.	60 €
--	---------	------

C5 Pinda-Sveda - detox

Wärmende Kräuterstempel-Ölmassage mit entschlackender und hautstraffender Wirkung	60 min.	75 €
mit anschließendem Kräuter-Basenbad	90 min.	100 €

C6 Detox – Bauchmassage

Entgiftende Organ und Tiefengewebssmassage	40 min.	50 €
--	---------	------

C7 Detox – Fußmassage + Fußbad

50 min.	60 €
---------	------

C8 Ushma Svedha

Entschlackendes Aromadampfbad in der Sitzkabine, wird im Anschluß an eine Ganzkörpermassage ausgeführt.	20 min.	15 €
---	---------	------

Weitere therapeutische Ayurveda-Anwendungen auf Anfrage !