

## Hot-Stones Massage



Seit mehr als 2000 Jahren nutzen Menschen die kurative Wirkung erwärmter Steine. In China, vor allem Hawaii, aber auch bei den Indianern verwendeten Heiler heisse Steine "Hot-Stones", um eine Vielzahl von Beschwerden zu lindern. Anfang der 90er Jahre entwickelte sich aus dieser Tradition eine neue begehrte Entspannungstherapie.

Die Hot-Stones Massage ist eine faszinierende Verbindung von Massage, Energiearbeit und der wohltuenden Wirkung heisser Steine.

Die Hot-Stones Massage bewirkt eine Anregung des Stoffwechsels, Lockerung verspannter Muskulatur, Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Organismus sowie eine allgemeine tiefe Entspannung von Körper, Geist und Seele.

## Preise

### Hot-Stones Massage

Ganzkörper 90 Min. Fr. 140.00

### APM-Therapie

Erstbehandlung 90 Min. Fr. 140.00

Nachbehandlung 60 Min. Fr. 90.00

### Fussreflexzonen-Massage

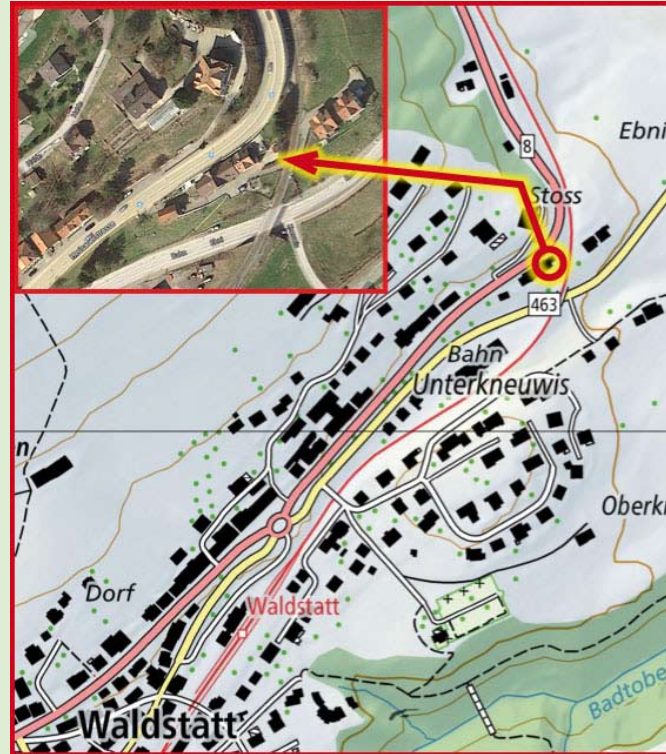
Erstbehandlung 90 Min. Fr. 140.00

Nachbehandlung 60 Min. Fr. 90.00

### Gesundheits Massage

Ganzkörper 60 Min. Fr. 90.00

Teilkörper 30 Min. Fr. 50.00



**Anna Röthlisberger**

Dipl. Gesundheitsmasserurin  
Stoss 5

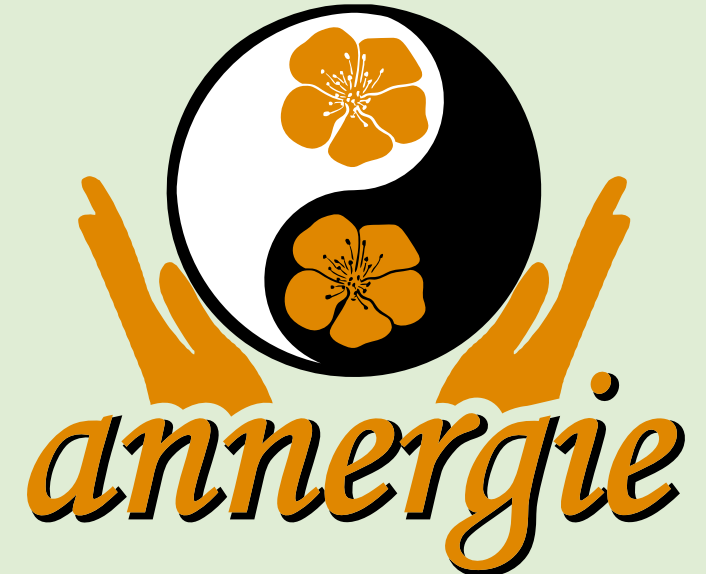
9104 Waldstatt

078 757 25 08

annergie@bluewin.ch

**www.annergie.ch**

Termine auf telefonische Voranmeldung



## APM-Therapie - Akupunkt-Massage

EMR-anerkannt



Die APM-Therapie umfasst die Akupunkt-Massage nach Penzel und Radloff. Sie ist eine der ältesten europäischen Meridiantherapien mit Wurzeln in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und der klassischen Akupunkturlehre. Ihr Ziel ist das Harmonisieren des Energiehaushalts. Die Meridiane werden mit einem Therapiestäbchen tonisiert, was zu einem Ausgleich zwischen energievollen und energieleeren Bereichen im Körper führt. Somit können Energiefluss-Störungen behoben und die Selbstheilungskräfte aktiviert werden. Mittels des sog. Ohrtaubbefundes (Ohrreflexzonen) kann über das Aufspüren von druckempfindlichen oder dumpfen Zonen ein direkter Rückschluss zu Fülle und Leere gemacht werden. Es zeigt sich genau, wo die Ursachen der Beschwerden und die damit zusammenhängenden energetischen Ungleichgewichte liegen.

Die APM-Therapie hat als ganzheitliche Therapiemethode einen besonderen Stellenwert bei der Behandlung von:

- Funktionellen Störungen, z.B. Verdauungsstörungen, hormonellen Störungen, Herz-Kreislauf-Problemen etc.
- Störungen des Bewegungsapparates, z.B. Fehlhaltungen, Bewegungseinschränkungen, rheumatischen und degenerativen Erkrankungen etc.
- vegetativen Störungen, z.B. Unruhe, Nervosität, Reizdarm, Reizblase etc.
- Schmerzen jeder Art, z.B. Schmerzen nach Operationen, chronischen Schmerzen, neuralgischen Schmerzen etc.

## Fussreflexzonen-Massage

EMR-anerkannt



Die ca. 5000 Jahre alte Fussreflexzonen-Massage ist eine regulierende und ausgleichende Behandlung, die den ganzen Körper, Geist und Seele positiv beeinflusst. Sie bringt die Energien wieder ins fließen und harmonisiert blockierte Energien. Es wird eine Verbesserung aller Organe und Gewebefunktionen erreicht. Die Zonen am Fuss stehen mit den Organen in Wechselbeziehung. Diese Massage fördert die Selbstheilungskräfte und das Wohlbefinden des Menschen.

Die Behandlungen helfen:

- Für das allgemeine Wohlbefinden
- Zur Revitalisierung der Kräfte und Energien
- Zur Prophylaxe
- Zur Entspannung / Stressabbau
- Um gezielt Beschwerden zu lindern
- Verbesserung sämtlicher Organfunktionen

## Gesundheits-Massage



Die Gesundheits-Massage dient nur sekundär der Entspannung. Vorrangig ist sie dazu entwickelt worden, Muskelverspannungen am ganzen Körper zu lockern und so die Beweglichkeit und das Wohlbefinden wieder herzustellen. Prinzipiell wirkt die Gesundheits-Massage durch ein Zusammenspiel von gezieltem Druck und der durch die Reibung entstehende Wärme.

Da muskuläre Verspannungen auch eine psychische Ursache haben können, ist die Gesundheits-Massage auch für den psychosomatischen Bereich sehr gut nutzbar und es werden in diesem Teil der Medizin gute Erfolge erzielt. Die Gesundheits-Massage kennt fünf Handgriffe die jeweils eine Phase der Massage bezeichnen. Darüber hinaus ist die Massage sowohl als Ganzkörpermassage als auch Teilmassage verfügbar.