

### **AMM-AKUPUNKTUR MERIDIAN MASSAGE**

Die AMM ist eine energetische Massagetherapie, die auf der chinesischen Medizin/Philosophie basiert. Sie entspricht einer Akupunktur ohne Nadeln, bei der die Meridiane (Energieleitbahnen) und Akupunkturpunkte mit einem Massagestäbchen nachgezogen und gedrückt werden. Ziel ist es dabei, die Energie (Qi) gleichmäßig zu verteilen, den Energiefluss anzuregen und diesen schließlich in Schwung zu halten. Diese Technik wird häufig ergänzt durch Moxa, unblutiges Schröpfen und Schaben (Gua-Sha)

Dauer ca. 50 Min.

54,-- EUR

### **UNBLUTIGES SCHRÖPFEN**

Beim unblutigen Schröpfen gelangt durch Sog (durch Vakuumpumpen oder Gummisauger) viel Blut in das entsprechende Hautareal, wodurch sich kleine Einblutungen bilden können, die sich nach wenigen Tagen wieder zurückbilden. Das Schröpfen findet vor allem Anwendung zur Verbesserung der Durchblutung und des Energieflusses. Leider dürfen wir diese Behandlung nicht anwenden, wenn Sie blutverdünnende Mittel einnehmen.

Dauer ca. 25 Min.

33,-- EUR

### **MOXA**

Die Moxibustion ist eine der ältesten chinesischen Behandlungsmethoden. Hierbei wird beim Verbrennen einer Beifußzigarre Hitze erzeugt, die dann zur Behandlung energiearmer Körperbereiche oder an Akupunkturpunkten genutzt wird. Sie wird häufig bei Verspannungsschmerzen, Husten und klassischen „Kälteerkrankungen“ wie z.B. Blasenentzündungen angewendet. Keine Angst, Ihre Haut bleibt unversehrt !

Dauer ca. 25 Min.

35,-- EUR

### **ENERGETISCHES TAPEN**

Preis je nach Zeitaufwand und Tapeverbrauch zwischen 10,-- und 30,-- Euro



**Willkommen im Lindenhäus!**  
**Hier werden Sie von erfahrenen PhysiotherapeutInnen ganzheitlich behandelt - wir nehmen uns Zeit und lassen Herz und Expertise durch unsere Hände sprechen.**

**\*Preisliste gültig ab 01.03.2024. Alle bisherigen Preislisten somit ungültig\***

**Das ist unser Angebot (Montag bis Freitag):**

### **KLASSISCHE RÜCKENMASSAGE**

Unsere klassische Massage für Rücken, Schultern und Nacken, gerne gehen wir besonders auf Ihre individuellen „Problemzonen“ ein.

Dauer ca. 20 - 25 Min.

**26,-- EUR**

### **INDISCHE KOPFMASSAGE**

Wird bei voller Bekleidung **IM SITZEN UND OHNE ÖL** durchgeführt.

Behandelt werden oberer Rücken und Oberarme, Nacken, Kopf/Kopfhaut und

Akupressurpunkte im Gesicht. Das ist gerade für Menschen, die „zu viel denken“, an Schlaflosigkeit oder Spannungskopfschmerzen leiden, oder einfach nur „viel um die Ohren“ haben der willkommene Auslöser einer tiefen muskulären und geistigen Entspannung.

Dauer ca. 20 - 25 Min.

**24,-- EUR**

Dauer ca. 40 - 45 Min.

**46,-- EUR**

### **KLASSISCHE GANZKÖRPERMASSAGE**

Dauer ca. 70 Min. (inkl. Nachruhe)  
Wohlbefinden von Kopf bis Fuss!

81,-- EUR

### **AROMAÖL GANZKÖRPERMASSAGE**

Wir verwenden hochwertige Bio-Aromaöle von Jophiel.

Dauer ca. 70 Min. (inkl. Nachruhe)

84,-- EUR

### **KLEINE LOMI LOMI MASSAGE**

Fließende Hawaiianische Intensivmassage der Körperrückseite. In liebevoller innerer Haltung werden mit Unterarmen und Händen sanfte und kraftvolle Massage- und Gelenksbewegungen ausgeführt.

Dauer ca. 50 Min. (inkl. Nachruhe)

60,-- EUR

### **ENTSPANNUNGSMASSAGE NACH BREUSS**

Bei dieser sanften, langsamen Massagetechnik entlang der Wirbelsäule unterstützt wärmendes Johanniskrautöl tiefe Entspannung, einen verbesserten Stoffwechsel im Bereich der Bandscheiben und das Gefühl eines „aufrechteren“ Rückens.

Dauer ca. 40 Min. (inkl. Nachruhe)

49,-- EUR

## **CRANIOSAKRALTHERAPIE**

Diese sanfte manuelle Methode beeinflusst das craniosakrale System (erstreckt sich vom Schädel bis zum Becken). Ziel ist eine verbesserte Körperfunktion. Die Craniosakraltherapie ist besonders für chronische Wirbelsäulenbeschwerden, Kopfschmerzen, neurologische und stressbedingte Probleme, aber auch für Kinder mit Lernschwierigkeiten geeignet.

Dauer ca. 75 Min. (inkl. Nachruhe)

81,-- EUR

## **FUSSREFLEXZONENMASSAGE**

Wird zwar an den Füßen gemacht, wirkt aber auf den gesamten Organismus! Reflexpunkte an den Füßen stehen mit Körperteilen und inneren Organen in Verbindung und werden von Therapeutenhänden stimuliert - dadurch kann der Körper ins Gleichgewicht gebracht werden und aus sich selber heraus wieder gesunden.

Dauer ca. 50 Min. (inkl. Nachruhe)

57,-- EUR

## **SHIATSU**

Shiatsu ist eine uralte japanische Lebenskunde. Sie geht davon aus, dass der Körper von der Lebensenergie, dem Qi, durchströmt wird, die in den 12 Meridianen fließt. Ist dieser Energiefluss gestört oder blockiert, können Beschwerden, Verspannungen und Stress entstehen.

Durch sanfte Berührungen, Druck und Dehnungen entlang den Meridianen kann das Qi „geweckt“ und so auch Ihre natürlichen Selbstheilungskräfte aktiviert werden.

Ebenso helfen Ihnen lockernde Mobilisationen der Gelenke Tiefenentspannung und Wohlbefinden zu erleben.

Dauer ca. 60 Min. (inkl. Nachruhe)

70,-- EUR