

Preise:

Alle Massagen mit Öl 60 min. € 65,-
90 min. € 90,-

Spezielle Therapeutenöle
je nach Aufwand & Wert €5,- bis € 15,-

Massagen ohne Öl 60 min. € 60,-

Russische
Honigmassage 50 min. € 50,-



Ruhe und Kraft durch Entspannung

AYURVEDA

Ayurvedische Massagen im Homeservice



Sabine Kellerhals

Yogalehrerin BYV und ärztl. gepr. YL, Yogatherapie
Yoga- u. Ayurveda Gesundheitsberaterin BYVG
Ayurveda Massage im Homeservice
individ. Einzelberatung, Kurse & Seminare

Kontaktadresse:

Ulmenstraße 6

82024 Taufkirchen

Tel.: 089 / 411 34 089

Mail: sabine.kellerhals@gmail.com

Abhyanga (ayurvedische Ölmassage)

- wirkt regenerierend und entspannend
- reinigt den ges. Organismus
- lockert Verspannungen auch auf geistiger Ebene
- löst Blockaden im Energiefluss
- gleicht Disharmonien aus
- klärt den Geist
- ist für alle Konstitutionen geeignet

Ich massiere mit ausgleichendem „Mitra“-Öl, für alle Konstitutionen geeignet und auf Wunsch auch mit Therapeutenölen der Fa. Seva bzw. Santulan

Garshan (ayurvedische Seidenhandschuh Massage)

- unterstützt die Gewichtsabnahme
- entschlackt
- strafft Problemzonen
- wirkt Stoffwechsel anregend und belebend
- lässt sich auch gut mit Abhyanga verbinden (20 min. Garshan, 40 min. Abhyanga)

Padasevana (Marmabehandlung der Füße, ayurvedische „Fußreflex“-Massage)

- stärken die Vitalpunkte der Füße (Marmas)
- tiefgehende Wirkung auf das gesamte Körper-Geist-Seele System
- unterstützt das Gleichgewicht der lebenswichtigen Vitalkräfte
- sanft und doch sehr intensiv
- auch als Edelsteinmassage möglich

Russische Honigmassage

- wirkt stark entsäuernd und entschlackend
- regt den Stoffwechsel an und unterstützt Gewichtsabnahme
- stärkt bei Schwächezuständen und Stressbelastungen
- verbessert das Hautbild bei Cellulite durch regelmäßige Anwendung
- verbessert das Hautbild
- vitalisiert und energetisiert
- löst bei regelmäßiger Anwendung auch hartnäckige Muskelverspannungen

AYTM AyurYogaThai Massage (= Passive Yoga)

- unterstützt die eigene Yogapraxis
 - wirkt je nach gewähltem Schwerpunkt vitalisierend oder beruhigend
 - verbessert die Flexibilität
 - zur Entwicklung und Verbesserung des Urvertrauens
 - verhilft zu guter Schlafqualität
- Bitte planen Sie anschließend eine Nachruhphase von mind. 15 min. mit ein.

