

wellness – gutschein



für

von

für eine Hot Stone Massage, Dauer 90 Minuten

Die Verwendung von speziellen Steinen in der Körperarbeit hat in den verschiedensten Regionen der Welt eine uralte Tradition. Man findet diese Arbeit in den indianischen Kulturen Nord- und Südamerikas, in Polynesien, Hawaii und im asiatischen Raum. Wiederentdeckt für die Wellnessbranche erfreut sich die Hot Stone Technik heute größter Beliebtheit. Die Philosophie hinter der Technik betrachtet den Menschen aus ganzheitlicher Sicht und mißt der Chakren- und Meridianlehre, wie auch der Heilwirkung der Steine große Bedeutung bei.

Während auf einem Areal (zB Rücken, Nacken, etc.) warme Steine langsam ihre Wärme an den Körper abgeben, arbeite ich parallel dazu an einem anderen Areal (zB an den Beinen). Zuerst wird der Körper mit manuellen Streichungen eingeölt, gefolgt von Steinstreichungen im Meridian- bzw. Muskelverlauf. Sodann bearbeite ich die Muskulatur mit Techniken der klassischen Massage und beende mit speziellen Hot & Cold Stone-Streichungen im Meridianverlauf um wieder zu aktivieren.

Diese liebevolle Sitzung ist ein Genuß für Körper, Geist und Seele und bewirkt eine einzigartige Tiefenentspannung wie auch eine Unterstützung der Stoffwechselforgänge im Körper.

bei Arno Sammer

Praxis für Massage, Energie- und Körperarbeit

Ferchergasse 16/12, 1170 Wien

Terminvereinbarung: 0676-529 59 17

e-mail: mail@arnosammer.com

www.ArnoSammer.com