



## TOUCLIFE® MASSAGEN

Abgestimmt auf Ihre individuellen Bedürfnisse

Das Behandlungsmuster einer TouchLife Massage ist stets individuell. Die Massage richtet sich nach ihrem Befinden, ihren Wünschen und Bedürfnissen. Ob die Bereiche Rücken, Beine, Bauch, Arme, Kopf oder Füße einzeln oder unterschiedlich kombiniert massiert werden, ob intensiver oder nur sanfter Druck von Ihnen gewünscht wird, oder ob Sie in bestimmten Bereichen besondere Behandlung brauchen, all das wird vor und während der Massage mit Ihnen abgestimmt.

## WIRKUNG DER TOUCHLIFE® MASSAGE

Erfahren Sie die kraftvolle Wirkung der Berührung.

Eine TouchLife Massage hilft bei muskulären Verspannungen, Stress, Nervosität und Schlafstörungen.

Sie ist eine der effektivsten Möglichkeiten zur Regeneration, regt den Stoffwechsel und das lymphatische System an und ist ein idealer Begleiter bei Fastenkuren und Entschlackung.

## TOUCLIFE BEDEUTET:

- > pure Verwöhnung - gönnen Sie sich eine Belohnung oder einen kleinen Urlaub
- > Wohlbefinden und Vitalität.
- > Bewusstheit für Körper und Geist.
- > Prävention und Gesundheitsvorsorge

Die fünf Pfeiler der TouchLife® Massage

## Aufbau einer Massage nach der Methode TouchLife fünf Pfeilern:

MASSAGETECHNIKEN | GESPRÄCH | ENERGIEAUSGLEICH | ATEM | ACHTSAMKEIT

## MASSAGETECHNIKEN

Das Grundrepertoire setzt sich aus über einhundert Massagetechniken, Akupressur- und Lockerungstechniken zusammen.

## GESPRÄCH

Eine TouchLife Massage ist intensiv und tiefgehend. Deshalb steht vor jeder Massage ein ausführliches Gespräch, in dem sich der Praktiker auf das Wesen und die Bedürfnisse des Klienten einstellen kann. Aus diesem Gespräch ergibt sich eine gezielte Konzentration auf einzelne, besonders belastete Körpersegmente oder anspruchsvolle Massagekombinationen. Am Ende jeder Sitzung steht ein weiteres Gespräch an, das Raum für Reflexionen bietet.

## ENERGIEAUSGLEICH

Der menschliche Organismus hat eine energetische Dimension. TouchLife spricht das Energiefeld direkt an und bewirkt einen Energieausgleich. Dies geschieht durch die Massage selbst sowie auch durch spezielle, ruhende Haltegriffe ohne Druck, Streichen oder andere physische Einwirkungen. Diese Energetisierung geht oftmals Hand in Hand mit einem bewussten Geisteszustand und tiefer Entspannung.

## ATEM

Um einen befreiten Atemfluss und das innere Loslassen zu begünstigen, passen sich die Massagegriffe vom Druck und Tempo her dem Atemrhythmus des Empfangenden an. Der Atem vertieft sich, was oft mit tieferer Entspannung einhergeht.

## ACHTSAMKEIT

Während der Zeit ihres Aufenthalts in meiner Praxis widme ich Ihnen meine volle Aufmerksamkeit. Für die Zeit der Massage gilt dies ganz besonders. Durch diese geschulte Konzentration gewinnen auch alle Techniken eine besondere Intensität und Verfeinerung.

## EINZELKARTE

Behandlungsdauer 90 min. | reine Massagezeit 60 min. 72,00 €

Behandlungsdauer 60 min. | reine Massagezeit 45 min. 68,00 €

Ganzkörpermassage Behandlungszeit 90 min. 85,00 €

## MEHRFACHKARTEN

3 er Karte      Behandlungsdauer 90 min.      205,00 €

3 er Karte      Behandlungsdauer 60 min.      195,00 €