

AYURVEDA

Die Kunst des Berührens



>> Genuss für die Sinne – Balsam für die Seele.<<

Ayurveda bezeichnet eine Jahrtausende alte indische Naturheilkunst. Sie basiert auf Harmonie und Ausgewogenheit von Körper, Geist und Seele.

Ein wesentlicher Teil dieser Heilkunde ist die Gesundheitsvorsorge. Die beruhigenden ayurvedischen Massagen lenken die Aufmerksamkeit auf unser Inneres. Tiefe Entspannung wird empfunden, stressbedingte Beschwerden werden gelindert.

Achtsame Hände verwöhnen den Körper mit warmem Öl und regen eine sanfte Entgiftung, Zellerneuerung, Regeneration und Heilung des Körpers an. Die verwendeten Öle sind von höchster Qualität, aus kontrolliert biologischem Anbau und sind auch für Allergiker geeignet.

Ich bin Martina Kloke, gelernte Physiotherapeutin und ausgebildet in ayurvedischer Massage (Europäische Akademie für Ayurveda Birstein).

Ich möchte Ihnen das wohltuende Ayurveda mit meinen Massagen näher bringen.

AYURVEDA

Die Kunst des Berührens



ABHYANGA :: *Ayurvedische Ganzkörpermassage*

Diese ausgleichende Kopf-, Gesichts- und Ganzkörpermassage regt die Selbstheilungskräfte an und fördert die Entgiftung – der Körper regeneriert, entspannt und wird mit neuer Energie belebt.

MUKABHYANGA :: *Kopf-, Gesicht- und Oberkörpermassage*

Die Massage nimmt positiven Einfluss auf die Psyche, fördert tiefe Entspannung, wirkt durch die Behandlung der Energiepunkte beruhigend, harmonisiert den Organismus und lässt Sie erstrahlen.

UPANAHASVEDA :: *Entspannende Rückenmassage*

Verspannter Rücken erfährt durch spezielle Kräuteröle Linderung und wohltuende Entspannung. Energiepunkte und -bahnen werden stimuliert und gehalten, Blockaden gelöst. Verschiedene Wärmeanwendungen, Auflagen und Packungen unterstützen besonders verspannte Bereiche auf effektive Weise.

PADABHYANGA :: *Vitalisierende Fußmassage*

Mit warmen Ölen werden die Füße und Waden bis zu den Knien sanft ausgestrichen, geknetet und durch integrierte Druckpunktmassage vitalisiert. Wohlig-warme Kompressen runden dieses Verwöhnerlebnis ab.

UDVARTANA :: *Stoffwechsellanregende Ganzkörpermassage*

Massage mit speziellem Peeling aus Kräuterpulvern und -pasten bringt Lebendigkeit in müde Körper, macht die Haut seidenweich. Die ideale Unterstützung beim Fasten und bei Gewichtsreduktion.

GARSHAN :: *Ganzkörpermassage mit Rohseidenhandschuhen*

Lange, sanfte oder kraft- und energiegeladene Griffe aktivieren den Energiefluss, zugleich wird Entspannung und Wohlbefinden gefördert. Wirkt anregend auf Stoffwechsel und Lymphsystem, speziell geeignet bei Übergewicht und Cellulite.



Alle Massagen finden im Gesundbrunnen
Pestalozzistraße 1 • 28844 Weyhe statt

Rufen Sie mich gerne an 0421/478 67 57 und
0179/200 48 05 oder mailen Sie an info@martinakloke.de

Weitere Infos unter
www.martinakloke.de

Martina Kloke
Ayurveda · Yoga · Eltern-Kind