

Wohlfühlbehandlungen

Energetisierende Rückenmassage nach Rudolf Breuß

Es handelt sich um eine feinfühligke Rückenmassage mit Johanniskrautöl. Streichungen, Dehnungen und sanftes Massieren können gestaute Energien wieder zum Fließen bringen. Körperliche und seelische Blockaden werden sanft gelöst. Besonders wohltuend bei Nacken- und Rückenschmerzen aufgrund von Verspannungen und Fehlhaltungen.

Wohlfühlzeit: 30 min

30 €

Ganzheitliche Fußreflexzonenmassage inkl. basischem Fußbad

Unsere Füße tragen uns den ganzen Tag und durch unser Leben. Dabei vergessen wir Sie oft. Gönnen Sie Ihren Füßen eine Wohlfühlbehandlung, die zudem ausgleichend und vitalisierend auf den gesamten Körper wirkt..

Wohlfühlzeit: 50 min

45 €

Detoxing- Massage:

Der Körper wird durch ungesunde Ernährung, Stress, Bewegungsmangel und durch Umweltgifte ziemlich belastet. Eine Detoxing- Massage kann Abhilfe schaffen. Sie wirkt entschlackend und reinigend. Die Anwendung von exklusivem Perlmutterextrakt-Massageöl in Verbindung mit sanften Atemtechniken und tiefgreifenden, ausleitenden Massagebewegungen wirkt vitalisierend auf den Körper und bereitet ihn auf die nachfolgende durchblutungsfördernde Behandlung mit speziellen Massagecups vor.

Wohlfühlzeit: 60 min

60 €

Kräuterstempel- Massage

Zu Beginn wird der Körper mit hochwertigen, vorgewärmten Aromaölen sanft auf die Massage vorbereitet. Im Anschluss werden die warmen und duftenden Kräuterstempel einleitend mit sanften Klopfbewegungen, später mit ruhigen streichenden Bewegungen über die Haut massiert. Das angenehm warme Öl gepaart mit aromatischen Kräutern pflegt die Haut und entspannt Muskulatur, Bindegewebe und Nerven. Ein Erlebnis für alle Sinne.

Wohlfühlzeit: 60min

60€

Shiatsu – die Kunst der achtsamen Berührung

Shiatsu (jap.: Fingerdruck) ist eine in Japan entwickelte ganzheitliche Behandlungsmethode, deren Wurzeln in der Tradition der chinesischen Medizin liegen. Durchgeführt wird die Behandlung auf einem am Boden liegenden japanischen Futon (Baumwollmatte) am bekleideten Körper. Durch sanften Druck mit Daumen, Handballen oder Ellenbogen entlang der Meridiane (Energiebahnen) wird Einfluss auf die Lebensenergie (jap.: Ki) genommen. Shiatsu wirkt entspannend und ausgleichend. Es fördert das Wohlbefinden, aktiviert körperliche und geistige Beweglichkeit und unterstützt somit die individuelle Gesundheitspflege. (Das Tragen bequemer Kleidung aus Baumwolle ist von Vorteil.)

Wohlfühlzeit: 60 min

60 €

Naturheil- und Vitalpraxis im Hotel ACHAT Premium Zwickau

Behandlungszeiten

Montag	nach Vereinbarung	16.00 - 19.30
Dienstag		16.00 - 19.30
Mittwoch	nach Vereinbarung	
Donnerstag		16.00 - 19.30
Freitag	nach Vereinbarung	
Samstag	nach Vereinbarung	

Für die Vereinbarung von Terminen erreichen Sie mich unter folgender Nummer:

Mobil: 0171- 43 40 730.

Gönnen Sie sich Atempausen im hektischen Alltag!

Ich freue mich auf Sie.

Grit Baranick
Heilpraktikerin

Naturheil- und Vitalpraxis
im Hotel ACHAT Premium Zwickau
Leipziger Str.180
08058 Zwickau



*Sorge gut für Deinen Körper.
Er ist der einzige Ort auf Erden,
an dem Du leben kannst.*

Christian Morgenstern