



Aroma-Massage

Die Aromamassage ist eine sanfte, harmonische Massage mit Techniken aus der klassischen Massage. Sie wird aber mit weniger Druck und in einem langsamen und rhythmischen Tempo ausgeführt. Die wohltuende Heilkraft der 100% naturreinen ätherischen Öle entfaltet ihre Wirkung über die Haut ins Gewebe und den Blutkreislauf. Auch wirkt die Massage über den Geruchssinn im limbischen System, dem Bereich unserer Gefühle und Emotionen.

Diese ganzheitliche Massage wirkt gleichzeitig auf allen Ebenen - auf Körper, Geist und Seele und beeinflusst so eine Wiederherstellung der Harmonie als Ganzes.

Allgemeine Wirkung

- Steigert lokale Durchblutung
- Entspannt die Muskulatur
- Verbessert die Wundheilung
- Senkt Blutdruck und Pulsfrequenz
- Lindert Schmerzen
- Wirkt auf innere Organe über Reflexbögen
- Bringt psychische Entspannung
- Reduziert Stress
- Beeinflusst das vegetative Nervensystem
- Verbessert den Zellstoffwechsel im Gewebe
- Entspannt Haut und Bindegewebe
- Regt den gesamten Stoffwechsel an
- Regt das Lymphsystem an
- Selbstheilungskräfte werden angeregt
- harmonisierend, anregend, beruhigend, entspannend oder auch stimmungserhellend

Anwendungsbereiche

- Stress, Burnout, Erschöpfungszustände, Spannungszustände
- Schulter- und Nackenschmerzen
- Kopfschmerzen und Migräne
- Muskelschmerzen
- Prüfungsangst, Unruhe- und Angstzustände
- Schlafstörungen
- Wohlbefinden und Entspannung
- Sich selbst etwas Gutes tun

Kontraindikationen

Die Massage darf nicht angewendet werden bei Fieber, akuten Infektionen, Hautpilz und Tumoren (wegen der Anregung des Lymphsystems).