

*Praxis für
Naturheilkunde
und
Ayurveda-Medizin*

Diagnose - Beratung - Therapie - Massagen

Eva-Maria Hauck
Heilpraktikerin und
Medizinische Ayurveda-Therapeutin

**Unterstützung bei der
Gewichtsreduktion**

*Altes Wissen und sanfte Medizin in einer
neuen und turbulenten Zeit*



Pfälzer-Wald-Str. 15

67551 Worms

(Heppenheim an der Wiese)

Tel. 0 62 41 - 20 99 53

Fax 0 62 41 - 26 80 89

Email: info@naturheilpraxis-hauck.de

www.naturheilpraxis-hauck.de

Termine nach Vereinbarung

Massagen bei Übergewicht

Massagen mit Öl oder Pasten sollten ein integraler Bestandteil des Gewichtsreduktions-Programms sein, wenn Sie mehr als 10 % ihres Gewichts verlieren möchten. Die Mehrheit der Personen, die sich einer Abnehm-Kur unterziehen ohne gleichzeitig die ayurvedischen Massagen in Anspruch zu nehmen, bekommen Hautfalten, Runzeln und die Muskulatur wird schlaff und baut ab. Sie sehen krank und alt aus. Sie sind enttäuscht, denn statt schlank und rank sehen sie verhärrt und vertrocknet aus.

Ayurveda bietet spezielle Massagen mit spezifischen Ölen und Kräutern an, die Sorge dafür tragen, dass diese Effekte nicht auftreten. Im Gegenteil, die Patienten sehen nach einer solchen Massage jünger und gesünder aus und fühlen sich auch so. Einige dieser Massagen mobilisieren und beschleunigen sogar das Verbrennen der lokalen Fettpölsterchen und unterstützen den Abnehmprozess dadurch, dass sie die Durchblutung und den Stoffwechsel anregen und die abgebauten Schlacken schneller den Körper verlassen können.

Ud'vartana = Ganzkörpermassage mit Kräuterpasten

Hier werden nach einer kurzen Ganzkörper- und Kopfmassage Kräuter und Öle kräftig in den Körper massiert. Diese Massage fördert sehr stark die Durchblutung und den Stoffwechsel, regt Kreislauf und Lymphfluss an und reinigt und entgiftet dadurch das Gewebe besonders effektiv. Fett wird abgebaut, Schlacken abtransportiert und die inneren Organe werden gestärkt. Das Hautbild wird straff, strahlend und weich. Die Ud'vartana ist besonders gut zur Fettreduktion und bei Cellulitis.

Massage 1 Std.

Garshan = Ganzkörpermassage mit dem Rohseidenhandschuh

Der ganze Körper wird hierbei mit einem Roh- bzw. Wildseidenhandschuh abgestrichen. Dadurch wird der Stoffwechsel und der Lymphfluss angeregt. Die Schlacken werden abgebaut. Die Garshan eignet sich vor allem bei Übergewicht und hilft, den Stoffwechsel zu verbessern.

Massage 40 Min.

Jambira-Sveda = Heiße Zitronenwickel

Bei dieser Therapie handelt es sich um eine ent-schlackende Behandlung, bei der der Körper mit kleinen heißen Kräuter-Zitronen-Stempeln abge-tupft und massiert wird. Die Haut wird gestrafft und vitalisiert und Fett abgebaut. Die Jambira-Sveda wirkt bei regelmäßiger Anwendung sichtbar gegen Cellulitis.

Massage 45 Min.

Svedana = Schwitztherapie

Eine anschließende Schwitztherapie in der Dampfbox intensiviert in vielen Fällen den Effekt der Massagen und fördert zusätzlich den Entgiftungs-, Reinigungs- und Heilungsprozess.

*Sofortige Vorteile von Gewichtsverlusten
sind:*

- Steigerung von Energie und Ausdauer
- Stärkung der Muskulatur
- Stabilisierung von Blutdruck und Kreislauf
- Verbesserung der Blutzucker und -fettwerte
- Stärkung der Immunabwehr
- Positive und gesunde Ausstrahlung
- Harmonisierung und Beruhigung des Nervensystems
- Ein neues Lebensgefühl und mehr Vitalität

Der Preis errechnet sich nach der Therapiezeit zuzüglich Nachruhen und beträgt 22,- € pro halbe Stunde.

Für eine ausführliche Beratung stehe ich Ihnen jederzeit zur Verfügung!