



*Juliana Ayurveda*



## Die älteste ganzheitliche indische Heilmethode Körper ~ Geist ~ Seele

Ayurvedische Massagen wirken durch Marma-Vital-Punkten (Akkupunktur-Punkten) auf vielfältiger Weise auf unser Geist-Körper-System ein: So wird die Ausscheidung von Gift- und Schlackenstoffen angeregt, das Immunsystem gestärkt, die Gewebe und Organe erfahren eine tiefgreifende Regeneration.

Sie haben eine verjüngende Wirkung auf den gesamten Organismus, beleben den Kreislauf und verbessern die Verdauung. Stress wird abgebaut, Ausgeglichenheit und Entspannung werden gefördert. Eine strahlende, reine Haut und die Stärkung des Bindegewebes sind ebenfalls positive Effekte einer ayurvedischen Massage. Darüber hinaus werden Muskelverspannungen auf sanfte Weise gelöst und traumatische Erlebnisse, die sich im Muskel- und Skelettsystem festgesetzt haben, können befreit werden. Das gesamte Geist-Körper-System erfährt Reinigung und Erneuerung.



## ~ Ganzkörpertiefenmassage ~

Individuelle Ganzkörpertiefenmassage, welche auf die körpereigenen Doshas abgestimmt ist. Die Heilmethode führt zu innerlichem Ausgleich von Körper, Geist und Seele. Blockaden werden gelöst, das Lymphensystem sowie der Energiefluss im Körper wird aktiviert.

**2h / 120,00 Euro**

## ~ Rückenmassage ~

Die ayurvedische Massage wirkt durch abwechselnd sanfte und kräftige Ausstreichungen entschlackend und reinigend auf Körper und Geist.

**1h / 60,00 Euro**

## ~ Fußreflexzonenmassage ~

Diese sanfte indische Form der Fußreflexzonenmassage hat einen regenerierenden Effekt auf den ganzen Körper.

**1h / 60,00 Euro**

## ~ Intuitionsmassage ~

Klassische Ayurvedamassage. Stimulierung der Intuition über die Bauchölmassage. Immun- & Verdauungssystem wird angeregt, führt zu Entschlackung sowie Gewichtsreduktion. Stresszustände werden beruhigt.

**1h / 60,00 Euro**

## ~ Gesicht- & Kopfmassage ~

Die Gesichts- & Kopfmassage dient zur Erfrischung der vitalen Marma-Vitalpunkten. Hilft bei Kopfschmerzen, Migräne und verspanntem Kiefergelenk, löst verstopfte Nebenhöhlen und fördert die Durchblutung der Gesichtshaut, so dass Hautunreinheiten abklingen können.

**1h / 60,00 Euro**



## **Juliana Vaz**

Rennweg 53 D-79106 Freiburg

**tel** +49 (0) 761/ 155 336 33 **mobil** +49 (0) 173 / 295 08 69

**email** juliana-ayurveda@web.de

**www.juliana-ayurveda.de**