

Entspannungsangebote:

Reikibehandlung 60min	50,-€
Reikimassage 90min	75,-€
Ganzkörpermassage 60min	50,-€
Wellnessmassage 90min	75,-€
Rückenmassage 30min	25,-€
Bauchmassage 30min	25,-€
Baby / Kindermassage 20min	15,-€
Chakrentherapie 45min	40,-€
Progressive Muskelrelaxation je Sitzung	12,-€

**Bei uns erhalten Sie auch
Geschenkgutscheine!**

Termine nach Vereinbarung:

Hotel- und Reiterhof Konle
Hofackerstrasse 20
73479 Ellwangen
Tel.: **07965 900 30**
Fax: **07965 900 331**
Mobil: **0172 730 27 52**
E-Mail: **info@konle.de**
Website: www.reiterhof-konle.de

Auf Ihren Besuch freut sich

Nina Suppes
Massagetherapeutin
Reikimeisterin / Lehrerin
Seminarleiterin
Progressive Muskelrelaxation
nach Jacobson



Massage für Sie und Ihn

„Vollkommen massiert...
Das Blut zirkuliert frei,
und man fühlt sich befreit von
einem enormen Gewicht: man
spürt eine Geschmeidigkeit und
Leichtigkeit, wie man sie vorher
noch nie erfahren hat...“
(Claude Savary)



Behandlungserläuterung



Rücken / Ganzkörpermassage

Diese beiden "klassischen" Massagearten bewirken eine Linderung von Schmerzzuständen durch Lösung von Muskelverspannungen; die damit verbundene gesteigerte Durchblutung des Gewebes fördert den Abtransport lokaler Stoffwechselprodukte.



Wellnessmassage

Durch die großflächige, leichte und langsame Behandlung von Rücken, Nacken und Gesicht wird eine tiefe Ganzkörperentspannung erzielt.



Reikimassage

Eine klassische Massage, welche durch Reikienergie unterstützt wird. Dadurch tankt Ihr Körper Lebensenergie. Die Muskeln entspannen sich intensiver. Es findet ein Energieausgleich statt.



Chakrentherapie

Die Anfänge der Chakrentherapie liegen mindestens 5000 Jahre zurück. Ihr Ursprung ist Indien. Im Laufe der Jahrtausende wurde die Therapie erweitert und wird heute überall auf der Erde angewandt. Die Chakren sind Körperstellen mit erhöhter Lebensenergie. Bei der Chakrentherapie wird der Energiefluss gestärkt und Energieblockaden aufgelöst.



Bauchmassage

Durch eine sanfte kreisförmige Massage des Dickdarms wird die Verdauung angeregt und eine Entspannung der inneren Organe erzielt.



Baby/Kindermassage

Blockadelösung auf eine sanfte Art durch Anwendung einer klassischen Massage (Alter 0-6Jahre)



Reiki

ist ein japanisches Wort für diese Lebensenergie und gleichsam der Name für eine uralte Entspannungsmethode, die es uns ermöglicht, die Übertragung dieser feinstofflichen Energie durch sanftes Auflegen der Hände zu verstärken. Ein Mensch, dessen Körper ausreichend und harmonisch von Lebensenergie durchströmt wird, erfreut sich körperlich, emotional und geistig bester Gesundheit.



Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson

Eine fortschreitende Entspannung einzelner Muskelgruppen. Sie wird in 16 Schritten erarbeitet und bildet den Grundstock für ein ausgeglichenes Wohlbefinden des Körpers. Es handelt sich hierbei um eine leicht erlernbare und effektive Entspannungsmethode. Grundgedanke: „Entspannen durch vorheriges Anspannen“