

Massageangebot

Klassische Massage

Teilkörper	25 Minuten
Ganzkörper	50 Minuten
Ganzkörper	75 Minuten

Oberarme, Kopf und Kopfhaut
mit Ohren, Nacken, inklusive Halswirbelsäule,
eventuell Schultergürtel 30 Minuten

Gesäß, Beine und Füße,
untere Lendenwirbelsäule 30 Minuten

RückenIntensiv-Massage

verschiedene Techniken, individuell abgestimmt
25 Minuten
50 Minuten

Lymphdrainage nach Dr. Vodder

jeweils ein Bein, ein Arm, Kopf,
Gesicht, Rücken oder Bauch 30 Minuten

jeweils zwei Beine, zwei Arme oder Kopf
und Gesicht oder Rücken und Bauch 60 Minuten

Bandagierung eines echten Lymphödems

Bindegewebsmassage 50 Minuten

Ausgleichende Punkt- und Meridianmassage

("Akupunkturmassage", An Pi Mo Mai, APM)
inkl. Ohrbefund 50 Minuten

Fußreflexzonenmassage 50 Minuten

Stresskiller-Massage

Klassische Massage von Nacken, Halswirbelsäule,
Schultergürtel, Kopf und Stirn/Schläfen bis Kiefer,
mit ausgleichender Ohrmassage aus der TCM
50 Minuten



Hand-Werk

Bianka Ploß

gewerbliche Masseurin
freiberufliche Heilmasseurin

www.creatina.at

Marktstraße 6 (Hotel Rauriserhof)
5661 Rauris

+43 664 211 25 08
bianka.ploss@gmail.com

Termine nur nach
Vereinbarung möglich

Privatverrechnung oder mit Verordnung möglich
(mit Selbstbehalt, indirekte Verrechnung)



Hand-Werk



Klassische Massage

Lymphdrainage

Bindegewebsmassage

Fußreflexzonenmassage

Akupunktmassage

Klassische Massage

Milde bis sehr kräftige Massage nach Wunsch, bestehend aus knetenden, streichenden, drückenden, vibrierenden Griffen.

Sehr gut geeignet, um frische oder alte Verspannungen zu lösen, sowohl Oberflächliche als auch Tiefe. Regt sehr stark die Durchblutung der Muskulatur und der umliegenden Bindegewebsstrukturen an. Durch Anpassen der Arbeitsgeschwindigkeit wird auch eine mentale Entspannung oder sportliche Vorbereitung erreicht.

Lymphdrainage

Sehr ruhige schiebende und drückende bzw. drehende Griffe, sehr sanft bis mild.

Hilft bei Wassereinlagerungen (Ödemen) aller Art: durch Wärme, Venenprobleme, Veranlagung, Operationen, Veranlagung) (bei Lymphknotenentfernung nach bösartigen Tumoren am Besten mit Bandagierung).



Bindegewebsmassage

Nach Häfelin, Intensität mittel bis sehr stark.

Hier wird, anders als bei der herkömmlichen Bindegewebsmassage, zuerst die Qualität (dh Spannung) der Haut begutachtet und die Behandlung entsprechend aufgebaut. Somit sind weniger bzw. keine Fehlreaktionen zu erwarten.

Sehr gut bei Organproblemen (Wechseljahre, Verdauungsbeschwerden) und bei schlecht geheilten Narben (störende Narben), allgemeinem Unwohlsein oder Stresssituation.

Fußreflexzonenmassage

Intensität von mild bis stark.

Durch gezieltes Drücken der Zonen am Fuß können Störungen im Körper eingegangen und diese werden schonend verbessert. Durch den Einsatz von sedierendem Griff (beruhigend für die Zone) und tonisierendem Griff (anregend für die Zone) wird auf die Regulationen im Körper eingegangen und schonend verbessert.

Rücken Intensiv Massage

Die Rücken Intensiv Massage nach Salchenegger ist eine spezielle Form der Massage, die mit langen Streichungen beginnt. Vor allem die sehr großflächigen, aber dennoch intensiven Berührungen, lockern die Muskulatur und verbessern die Durchblutung erheblich. Ein spezielles Element der RückenIntensiv Massage ist die Schröpfglasmassage, mit der auch die bindegewebigen Schichten gelöst werden. Es entstehen dabei KEINE Blutergüsse. Intensiv bedeutet nicht automatisch auch schmerzhaft, es ist eine sehr angenehme Form der intensiven Massage.

Massage Shop

Gerne können Sie bei mir Naturkosmetik- und Körperpflegeprodukte der Fa. Styx erwerben. Alle Produkte werden nach strengen Qualitätskriterien entwickelt und produziert. Verwendet werden ausschließlich hochwertige, rein natürliche Rohstoffe von geprüften Lieferanten. Der Verzicht auf Tierversuche ist dabei ebenso selbstverständlich wie die Verwendung umweltfreundlicher, recycelbarer Verpackungen.

