



## **Zum Behandlungsablauf – Was Du vielleicht im Vorfeld wissen möchtest:**

Wie bereits beschrieben, drückt sich der Preis für eine Behandlung bei mir durch ihre Dauer aus. Die Behandlungen selbst stehen für sich, ich erlaube mir nicht, sie verschieden zu bewerten. Im gemeinsamen Gespräch wird sich die für Dich richtige Behandlung finden!

Bitte komme pünktlich, nicht überpünktlich zur Behandlung. Die vereinbarte Behandlungsdauer bezieht sich auf die reine Behandlung. Vor- und Nachruhe bzw. Gespräch gehören nicht dazu. Das bedeutet, dass Du für Deine Terminplanung etwas Zeit dazuzählen musst. Bitte plane im Anschluss an die Behandlung nicht sofort einen weiteren Termin ein. Das würde das Ergebnis der Behandlung unschön in den Hintergrund drängen.

Bitte sage Deinen Termin spätestens 24 Stunden vor dem vereinbarten Termin ab. Termine, die nach dieser Frist abgesagt werden, müssen leider berechnet werden.

Bitte beachte, dass es sich hier um ein gesundheits-praktisches Angebot handelt, nicht um ein therapeutisches. Ich versichere Dich jedoch, dass ich mich mit all meiner Kompetenz vertraulich und behutsam behandeln werde.

**ShenDo Shiatsu** ist eine Behandlungsform, bei der Dein Körper in bekleidetem Zustand mal gedehnt, mal auf verschiedenen Akupressur-Punkten einzelnen berührt wird. Es ist sehr entspannend, tiefgehend und berührt auf verschiedenen Ebenen. Ich empfehle hier gerne auch eine 5-er Folge zu buchen, wenn Du ein konkretes Thema, eine spezifische Symptomatik verändern magst.

Die **Frauenmassage** ist eine Massageform, die insbesondere darauf abzielt, das hormonelle Gleichgewicht im weiblichen Körper zu unterstützen. Hier wird am unbekleideten Oberkörper behandelt (Nacken, Schultern, Rücken und Bauch). Sie ist besonders wirksam bei Menstruationsbeschwerden, Kinderwunsch und Wechseljahresbeschwerden. Auch hier ist eine Behandlungsfolge von 5 oder mehr Behandlungen durchaus sinnvoll.

Die **Energetische Gesichtsmassage** wird ebenfalls in angekleidetem Zustand ausgeführt. Es gibt zwar einen kleinen Körpergruß (leichte Berührungen an Oberkörper, Beinen und Füßen), Hauptaugenmerk der Behandlung sind aber Gesicht und Kopf. Feine punktuelle und streichende Berührungen entspannen die Gesichtsmuskulatur und den Kopf und sind somit auch ganzheitlich entspannend.

Die **Vitalmassage am Fuß** wird ebenfalls im angekleideten Zustand durchgeführt. Hier wird über die Behandlung/Massage von speziellen Reflexzonen- und Akupressurpunkten am Fuß der ganze Körper erreicht und vitalisiert.

Die **Teilkörpermassage** ist eine Massage der Nacken-Schulter-Partie und des gesamten Rückens. Sie ist sehr wohltuend bei klassischen Verspannungen durch Computerarbeiten oder einseitiges Arbeiten mit Armen und Händen.

Die **Ganzkörpermassage mit warmem Öl** lehnt sich an die ayurvedische Massage an. Über den ganzen Körper werden Streichungen - mal aktivierend

mal beruhigend - mit warmem Öl durchgeführt. Diese Massage ist sehr erholsam und hilft, den Körper zu entschlacken und revitalisieren.

Ich freue mich auf Dich – Namasté Deine Ellen

ShenYoga – Ellen Truxius – Am Starzenbach 13, 85283 Wolnzach

[Ellen@personal-shiatsu-yoga.de](mailto:Ellen@personal-shiatsu-yoga.de) – 0176 202 67 974