Spezielle Massagen

Ganzkörper-Massagen

Thai Yoga Massage

Für alle Bewegungsfaulen

ca. 90 min 56 EUR

Die Wurzeln der Thai Massage liegen in der ayurvedischen Medizin Indiens. Die Traditionelle Thai Yoga Massage steht für eine thailändische Massagetechnik, die weitaus mehr bedeutet, als wir im westlichen Sinne unter Massage verstehen. Es ist eine Verbindung aus Akupressur, Dehnung (passivem Yoga), Energiearbeit und Meditation, die nach einem vorbestimmten Ablauf durchgeführt wird. So wie auch andere fernöstliche Behandlungsmethoden hat die traditionelle Thai Yoga Massage immer den gesamten Menschen im Blick. Auch hierbei geht es darum, Energieblockaden zu lösen, wobei der Körper gedehnt, ausgestrichen, geknetet wird und sich dabei entspannt. Mit den Fingern, Ellenbogen, Füßen und Knien werden die Energieknotenpunkte des Körpers bearbeitet. Durch Akupressur, Stretching und Stimulierung der inneren Organe kann ein lang anhaltendes körperliches Wohlbefinden erreicht werden. Die Massage wird traditionell auf einer Matte am Boden praktiziert, sodass sich Behandelter und Masseur auf gleicher Ebene befinden. Der zu Massierende bleibt dabei zunächst bekleidet. Deshalb sollte zu dieser Massage bequeme Kleidung mitgebracht werden.

Die Thai Yoga Massage wird in sanfterer und ruhiger Form ausgeübt, als man es von der klassischen Thai Massage her kennt. Die Folge ist eine Vitalisierung aller Körperbereiche. Sie kann die Beweglichkeit des Körpers fördern und die Bänder dehnen. Durch diese besondere Massageform kann Sauerstoff in jede Zelle des Körpers gepumpt werden und man fühlt sich wie neu geboren. Gut geeignet für Menschen die gerne Gymnastik machen wollen, sich aber nicht bewegen möchten oder leichte Bewegungseinschränkungen haben. Auch gut geeignet, wenn man sich mal ausgelaugt und ausgepowert fühlt.