



## Asiatische Fussreflexzonen-Massage

Bei der asiatischen Fussreflexzonenmassage handelt es sich um ein Jahrhunderte altes Naturheilverfahren zur Regeneration aller Organe, zur tiefen Entspannung und Gesunderhaltung des Organismus bis ins hohe Alter.

Alle Organe und Körperbereiche stehen über Meridiane mit unseren Fusssohlen in Verbindung und können mit Hilfe bestimmter Grifftechniken besser durchblutet werden. Unter teilweisem Einsatz eines traditionellen Holzmassagestabes werden deine Füße massiert und die Reflexzonen stimuliert. Durch harmonisch abgestimmte Grifftechniken und leichte Streichungen erfährst du tiefe Ruhe und Entspannung.

### Der Ablauf

Ich lege Wert auf ein kurzes Vorgespräch, in dem deine Befindlichkeit, besonders zu beachtende Gegebenheiten oder spezielle Empfindlichkeiten besprochen werden. Danach verwöhne ich dich mit einem wohlriechenden Fussbad zur Einstimmung auf die nachfolgende Massage.

Während der Massage lade ich dich ein, ganz nach deinen Bedürfnissen in Stille zu geniessen oder aufkommende Empfindungen, Bilder und Emotionen mitzuteilen. Für die asiatische Fussreflexzonenmassage verwende ich eine hochwertige, besonders sanfte und hautverträgliche Crème. Nach der Massage hast du Zeit, nachzuruhen und die Erfahrung auf dich wirken zu lassen.

Trinke nach der Asiatischen Fussreflexzonenmassage viel Wasser, um gelöste Schlacken aus deinem Körper zu spülen und so den in Gang gebrachten Reinigungsprozess zu vertiefen.