



## Ayurveda Ganzkörperölmassage - Abhyanga

Die Ayurveda Abhayanaga Massage ist entspannende Ganzkörpermassage.  
Mit fließenden, gleichmässigen Bewegungen kann der Körper wunderbar entspannen und positiv beeinflusst werden.  
Sie schenkt ein vertieftes Verständnis für die körperlichen und psychischen Veränderungen.

Abhyanga ist eine der ältesten Behandlungsformen und ihr Ursprungsland ist Indien wie auch Sri Lanka.

Mit komplexen Massagezyklen und den sanften filigranen Kreisungen wie Ausstreichungen, wirkt diese Massage Stress reduzierend und schenkt neue Lebenskraft.  
Es ist eine sehr wohltuende, ausgleichende, harmonische und entspannende Ölmassage.

### Körper

Mit fließenden, gleichmässigen Bewegungen wird der Körper positiv beeinflusst.  
Rücken,- Ischiasbeschwerden, Wadenkrämpfe, Ödeme werden gelindert.  
Die Behandlung wirkt auch wohltuend auf die Organe. Sie schenkt dem Körper Ruhe, innere Harmonie und eine positive Wirkung für die Seele und den Geist.

