

## INFORMATIONEN ZU DER FUSSMASSAGE

### ENERGETISCHE FUSSMASSAGE

Bei der energetischen Fussmassage werden Schmerzpunkte und Blockaden wahrgenommen und sanft und respektvoll behandelt. Die achtsame Berührung steht im Zentrum der Massage.

### WAS WIRD MASSIERT?

Die Reflexpunkte an den Fusssohlen werden sanft gedrückt, der ganze Fuss, die Zehen, der Rist und die Unterschenkel werden in die Massage miteinbezogen.

### WIE WIRD MASSIERT?

Hauptsächlich werden sanft streichende, ausstreichende und kreisende Bewegungen durchgeführt. Für die Massage nutze ich ein Fett

### WIE WIRKT DIESE MASSAGE?

Durch die besonders sanften Streichungen mit dem warmen Fett wird der Blutkreislauf und der Energiefluss angeregt. Körper, Geist und Seele finden Ruhe.

Die Füsse fühlen sich anschliessend erfrischt und leicht.

Es entsteht ein Raum, in dem Du die Möglichkeit hast, den Alltag loszulassen und ganz im «Hier und Jetzt» zu sein.

Du wirst eingeladen dich fallen zu lassen - in die Stille und Ruhe einzutauchen.

Die energetische Fussmassage wirkt sehr wohltuend und löst Spannungen. Sie unterstützt das körperliche und seelische Wohlbefinden.

### WANN IST EINE SOLCHE MASSAGE SINNVOLL?

Bei Unruhe, Rastlosigkeit und Alltagsstress hilft sie dir, dich zu zentrieren und zur Ruhe zu kommen. In hektischen und stressvollen Zeiten ist diese Massage eine gute Möglichkeit, dich zu «Erden» und dir eine kleine Auszeit zu gönnen.

Auch für «kitzlige» Menschen ist diese Massage sehr angenehm.

WIE LANGE DAUERT EINE MASSAGE?

60 Minuten.

WIEVIEL KOSTET EINE MASSAGE?

Die Massage kostet 100- Fr.

Mit Studentenausweis, Schülerlegi oder Kulturlegi kostet es 90.- Fr.

WIE BUCHE ICH EINE FUSSMASSAGE?

Schreib mir direkt eine Nachricht an [sabinateuscher@bluewin.ch](mailto:sabinateuscher@bluewin.ch) oder über das Kontaktformular meiner Webseite.

Du kannst mich gerne auch anrufen, 079 293 04 02.

Bitte sprich auf das Tonband, falls ich deinen Anruf gerade nicht persönlich entgegennehmen kann. Ich rufe dich dann baldmöglichst zurück.

Ich freue mich auf deine Nachricht.

Beste Grüsse aus dem Atelier Oerlikon

Sabina Teuscher