

ayurvedische massagen @ home mit savitri

abhyanga (ayurvedische ölmassage)

- wirkt regenerierend und entspannend
- reinigt den gesamten Organismus
- lockert verspannungen auch auf geistiger ebene
- löst blockaden im energiefluss
- gleicht disharmonien aus
- klärt den geist
- ist für alle konstitutionen geeignet

garshan (ayurvedische seidenhandschuh massage)

- unterstützt die gewichtsabnahme
- entschlackt
- strafft problemzonen
- wirkt stoffwechselanregend und belebend

padasevana (marmabehandlung der Füße, ayurvedische fußreflex-massage)

- stärkt die vitalpunkte (marmas) der füße
- tiefgehende wirkung auf das gesamte körper-geist-seele system
- unterstützt das gleichgewicht der lebenswichtigen vitalkräfte
- sanft und doch sehr intensiv

bitte planen sie anschließend eine nachruhphase von 15 minuten ein.

savitri sabine kellerhals **yoga- und ayurveda gesundheitsberatung** **ayurvedamassagen**



abhyanga mit anfahrt	90 min.	€ 65,-
seva therapieöle nach qualität/ menge		€ 5,-/ € 10,-
garshan massage	60 min.	€ 52,-
garshan auch mit kurzabhyanga kombinierbar		
padasevana marmabehandlung	60 min.	€ 52,-

kontakt sabine kellerhals
telefon 089 / 411 34 089

ulmenstrasse 6 82024 taufkirchen
email sabinekellerhals@yahoo.de