

REFUGIUM VITALIS

Praxis für Gesundheit
& Entspannung

Refugium Vitalis

Sabine Zahn
Gürzenichstr.25
D-50667 Köln

Tel. 0157 157 8860

Email: Refugium-Viatlis@web.de

Termine nach Vereinbarung

Schröpfbehandlungen mit dem PNEUMATRON

Individuelle Bewegungstherapien
Entspannungstherapien:

Progressive Muskelentspannung

Touchlife Massage - Bewusstheit für Körper und Geist

Gymnation (Gymnastik und Meditation)

Elektroakkupunktur und Moxatherapie

Aroma-massagen

Gesichts u. Kopfmassage (Mukabhyanga)

Entgiftung / Entschlackung mit basischer Ernährung und basischen
Körperanwendungen

Basische Salz-Öl-Massage

Gesichtsbehandlung mit *Nu Skin Galvanic Spa System*

Lebensberatung

Persönliches :

Sabine Zahn
Sport und Wellness -Therapeut

Mein Name ist Sabine Zahn. 53 Jahre alt, verheiratet und Mutter von 3 wunderbaren Kindern.

Ich arbeite hauptberuflich als Sport und Massagetherapeutin.

Seit 8 Jahren führe ich eine Praxis für Sport- und Reha Therapeutik, sowie Wellness Touchlife Entspannungsmassagen.

mit folgende Zusatzqualifikationen:

- Ausbildung zur Heilpraktikerin
- Ausbildung Lebensberatung mit haemopathischer Begleitung
- Ausbildung Schröpfmassagen mit dem Pneumatron
- Ausbildung Touchlifemassagen

- Zusatzausbildungen in Visagistik und kosmetischer Gesichtspflege

- Kursleiterin: progressive Muskelentspannung
- Kursleiterin: Bauch-Beine Po-Training
- Kursleiterin: Rückenschule nach Grönemeyer
- Kursleiterin: Training mit dem Staby (Balancetraining)

Anwendungen :

Basische Körperbehandlungen

Wertvolle Funktionsöle in Kombination mit *MeineBase*, dem basisch-mineralischen Pflegesalz, befreien die Haut von abgestorbenen Hautzellen und regen sanft die Durchblutung an. Ein samtiges Hautrelief ist das Ergebnis dieser Anwendung.

Aromaölmassagen

Das Anwendungsspektrum von Aromaölmassagen zur Regeneration, Harmonisierung und Kräftigung der Lebensenergien ist beinahe unerschöpflich.

Gerne nehme ich mir vor der Aromaölmassage die Zeit um gemeinsam mit Ihnen den Duft Ihrer Bedürfnisse und Wünsche sorgfältig auszusuchen.

Lassen Sie sich verwöhnen und erspüren die wunderbare Sinneswelt der Aromaölmassage.

Ganzkörperölmassage (Abhyanga):

Bei der Abhyanga werden Schlacken aus den Gewebzwischenräumen gelöst und der Körper wird durch die Anregung des Stoffwechsels und der Nierentätigkeit bei der Ausleitung von Giftstoffen unterstützt.

Auf mentaler Ebene erleben Sie ein Gefühl von Geborgenheit, Tiefenentspannung und Beruhigung der Gedanken.

Gesichts u. Kopfmassage (Mukabhyanga):

Diese wohltuende Massage entspannt Gesicht, Schultern und Nacken. Ihre Haare werden dabei mit verwöhnt. Sie fördert die Tiefenentspannung, entspannt die Brustmuskulatur, beugt vorzeitigem Haarausfall und Ergrauen vor.

Fußölmassage (Padabhyanga):

Diese Fußmassage kann so wertvoll wie eine Ganzkörpermassage sein, denn an den Fußsohlen befinden sich Reflexpunkte, welche alle Körperbereiche ansprechen. Es werden die Beine teilweise mit massiert um Muskelverspannungen, z.B. durch Tragen von Schuhen mit hohen Absätzen, zu lösen.

Preisliste :

Art der Behandlung	Dauer/Min	Preis/ €
<i>Basische Salz-Öl-Massage, Teilkörpermassage</i>	45	45
<i>Basische Salz-Öl-Massage, Ganzkörpermassage</i>	60	60

<i>Aromaölmassage, Teilkörpermassage</i>	45	45
<i>Aromaölmassage, Ganzkörpermassage</i>	60	55
<i>Aromaölmassage, Ganzkörpermassage</i>	90	80

<i>Ganzkörperölmassage (Abhyanga)</i>	100	85
---------------------------------------	-----	----

<i>Gesichts u. Kopfmassage (Mukabhyanga)</i>	60	55
--	----	----

<i>Fußölmassage (Padabhyanga)</i>	60	55
-----------------------------------	----	----

Stand : 10/2014