

Ganzheitliche Massagen

Berührung für Körper und Seele
Mehr als nur Massage

Fließende Massagestriche verbinden sich mit tiefen Griffen. Sanfte Berührungselemente vereinen sich mit Ruhephasen. Innere Aufmerksamkeit, Schutz und Achtsamkeit sind die Basis für den Dialog mit Ihnen.

Ein liebevoll eingerichteter Raum, Infrarot-Wärmelampen, sanfte entspannende Musik und ein Vorgespräch sind der perfekte Rahmen zum Loslassen, Genießen und Kraft schöpfen.

Termine und Kosten

Termine nach Vereinbarung, ich freue mich auf Ihren Anruf.

Ganzheitliche Massage (60 Min)	je
und Biodyn. Craniale Berührung	65 €
Lomi Massage (90 Min)	je
und Hot Stone Massage	85 €

(Stand März 2023)

Individuelle Angebote, Gutscheine und weitere Informationen erhalten Sie auf Anfrage.
*Nach Wunsch wird das Massageöl mit natürlichen ätherischen Aromaölen Ihrer Wahl angereichert.



Anna Mittermaier

Diese Massagen fördern:

- Auflösen von körperlichen Spannungen
Loslassen
Stressverdauung
körperliches Wohlbefinden
positive Lebenseinstellung
- Emotionale Intelligenz
zulassen und auflösen zurückgehaltener Gefühle
Selbstvertrauen
innere Stabilität
- Psychosoziales Gleichgewicht
Berührung als seelische Nahrung
- Spiritualität
Transpersonale Erfahrungen

Regelmäßige Massagen sind eine Form der Gesundheitsvorsorge. Sie unterstützen die Aktivierung der Selbstheilungskräfte, regenerieren die eigene Leistungsbereitschaft und ermöglichen Selbsterkenntnis und Neuorientierung.

Über mich:

Seit 2007 bin ich im Massage- und Wellnessbereich tätig und arbeite selbstständig als Massagetherapeutin.

Ausbildung u.a. in:
Biodynamic Cranial Touch
Giorgia Milne, Hamburg 2019 - 2023
Hawaiianische Massagekunst / Lomi-Massage
nach Kahu Abraham
Hot Stone Massage
Ho'okipa Massageschule, München 2015 -2018
Heilpraktiker psych., München 2015 - 2016
Easalen-Massage / Seitenlage
by Ray Swartley, 2008 -2011
Massagetherapie / Fußreflexzonenmassage
In-Touch Massageschule, Hamburg, 2006
Reiki I, II und III
Usui System of Natural Healing
The Reiki Alliance, Murnau, 1992; 1996

Lomi Lomi Nui / Lomi-Massage

Lomi-Lomi-Nui bedeutet: „drücken, kneten und reiben“, aber auch „mit den samtenen Pfoten einer zufriedenen Katze berühren“. Die Verdoppelung des Wortes erhöht seine Bedeutung um ein Vielfaches. Nui heißt „wichtig, einzigartig, groß“. Eine Massage, die einzigartiges Wohlbefinden vermittelt.

Lomi entstammt einer naturorientierten Kultur und ist eine Massagekunst aus den Tempeln Hawaiis. Geboren aus dem Kahuna-Wissen (Kahunas: hawaiianische Meister) um die unmittelbare Verwobenheit und gegenseitige Beeinflussung von Körper, Geist und Gefühl. D.h. in der Lomi-Massage verbindet sich ein ganzheitliches Menschenbild mit Massagekunst in achtsamer Begleitung.

Lomi-Massageritual

Ein ritueller Aspekt kann besonders Unterstützung bei Veränderung und Neuorientierung bieten.



Hot Stone Massage / Lomi Pohaku

Die Hot-Stone Massage ist eine Ganzkörpermassage mit heißen Steinen, die eine wohltuende Tiefenentspannung bewirkt. Glatte Basalt- bzw. Lavasteine gleiten sanft oder ruhen auf eingeöhlten Körper und entfalten somit ihre natürlichen, wärmenden und heilenden Eigenschaften.

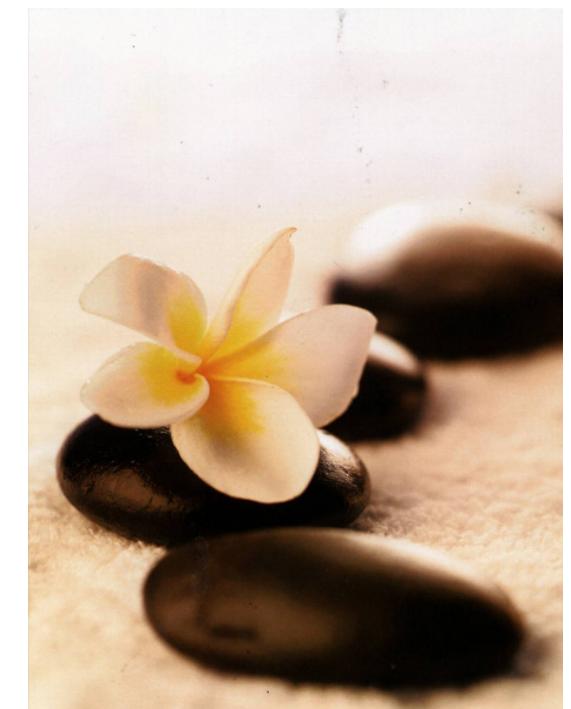


Biodynamic Cranial Touch / Stillness Touch

Eine ruhige, behutsame Behandlungsart mittels sanfter Berührungselemente, die an bewusster Verbindung zur Ganzheit (=Gesundheit), innerem Bauplan und körpereigener Intelligenz, anknüpft, was tiefe Regeneration, Stressabbau und umfassende Heilung einlädt und bewirkt. Geistige Klarheit, seelische Harmonie und körperliches Wohlbefinden sind die Folge.

Anna Mittermaier
Kranerberg 4 (Seiteneingang)
85457 Wifling
Tel. 08121/251876
0176/89206005
Email: massage@kala-oase.de

Ganzheitliche Massagekunst



Ganzheitliche Massagen

Lomi-Lomi-Nui

Hot Stone

**Biodynamische Craniale
Berührung**