

## 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.



## 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.



Anna Mittermaier

## Über mich:

Seit 2007 bin ich im Massage- und Wellnessbereich tätig und arbeite selbständig 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 samtigen 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 Ganzkörper-massage mit heißen Steinen, die eine wohltuende Tiefenentspannung bewirkt. Glatte Basalt- bzw. Lavasteine gleiten sanft oder ruhen auf eingöhlten Körper und entfalten somit ihre natürlichen, wärmenden und heilenden Eigenschaften.

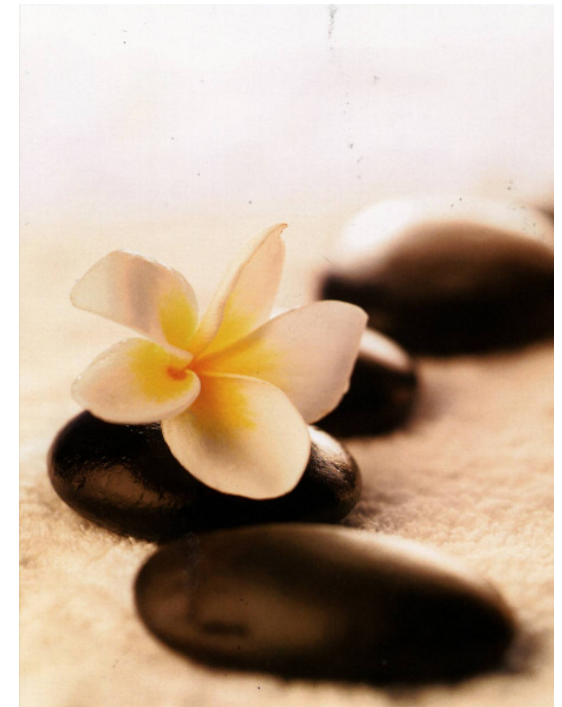


### **Biodynamic Cranial Touch / Stillness Touch**

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 Wiffling**  
**Tel. 08121/251876**  
**0176/89206005**  
**Email: [massage@kala-oase.de](mailto:massage@kala-oase.de)**

## ***Ganzheitliche Massagekunst***



***Ganzheitliche Massagen***  
***Lomi-Lomi-Nui***  
***Hot Stone***  
***Biodynamische Craniale***  
***Berührung***