OstseeLandLiebe

natürlich wohlfühlen

Hot Stone Massage

Die Warmsteinmassage (Hot Stone Massage) ist eine Massageform
unter Zuhilfenahme aufgeheizter Steine, meist aus Basalt,
die auf den Körper gelegt werden.
Die Steine werden dazu in einem Wasserbad auf eine Temperatur
von etwa 60 °C erwärmt.
Ziel ist die Entspannung der Muskeln durch Wärme.
Die Massage hat eine beruhigende Wirkung auf das Wohlbefinden,
den Kreislauf sowie das Herz.
Stressbedingte Symptome wie etwa Schlaflosigkeit können
dadurch gelindert werden.
Die Massage wirkt entspannend, sodass auch Schulter-
oder Nackenschmerzen reduziert werden.
Des Weiteren werden die Poren geöffnet.
Dies sorgt dafür, dass die Nährstoffe,
die in dem verwendeten Massageöl enthalten sind,
besser aufgenommen werden können.
Quelle:Wikipidia

Wohlfühlzeit ca. 60 min 75 €

Yvonne Puskeiler

Wellnesstherapeutin

www.ostseelandliebe.de