

AYURVEDA

Die indische Wissenschaft vom langen und gesunden Leben hat ihren Ursprung vor ca. 4500 Jahren. Das Wort Ayurveda setzt sich zusammen aus Ayus (Leben) und Veda (Wissen) und bedeutet „das Wissen vom langen (gesunden) Leben.“



Gemäß dem Ayurveda besitzt der Mensch 3 Bioenergien, Doshas genannt, die das Wohlergehen des Menschen bestimmen. Diese werden Vata, Pitta und Kapha genannt.

Der Ayurveda kann gerade durch die Berücksichtigung dieser individuellen Bioenergien auf sehr gute Behandlungserfolge bei Stress, aber auch bei chronischen Erkrankungen wie Hautkrankheiten oder Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises zurückblicken.

AYURVEDISCHE BEHANDLUNGEN

Lernen Sie die heilsame Welt des Ayurveda kennen, genießen Sie die verschiedenen Behandlungen mit speziell auf Sie abgestimmten Ölen und Düften. Entfliehen Sie für eine Zeit dem Alltag und genießen Sie die anhaltende Wirkung dieses „Kurzurlaubs von der täglichen Routine“.

MOBIL

Mobile Anwendungen haben große Vorteile für Sie:

- ★ Sie ersparen sich lange Anfahrten und dadurch Zeit und Geld
- ★ Sie können in Ihrer vertrauten Umgebung entspannen
- ★ Sie müssen sich um nichts kümmern, ich bringe alles (auch Behandlungsliege oder -stuhl) mit
- ★ Nach der Behandlung können Sie direkt zu Hause weiter ruhen, die Entspannung wird nicht durch den Nachhauseweg unterbrochen

Ich freue mich darauf, zu Ihrem Wohlbefinden beitragen zu können.

★ **Abhyanga***

Dauer: 60 - 75 Min

Bei dieser traditionellen ayurvedischen Ganzkörpermassage wird der Körper in sieben Stellungen mit Öl gesalbt und massiert.

Durch die speziell abgestimmten Öle hat die Abhyanga eine stark verjüngende Wirkung auf den ganzen Körper und stärkt das Immunsystem. **58,- €**

★ **Ayurved. Schulter-Nacken-Massage..Dauer: 45 Min**

Die ayurvedische Schulter-Nacken-Massage wird mit einem speziellen ayurvedischen Öl durchgeführt, das entspannend und lindernd wirkt und zur Lockerung der Muskulatur beiträgt. Diese Anwendung kann im Sitzen oder im Liegen durchgeführt werden. **25,- €**

★ **Mukabhyanga**

Dauer: 30 Min

Die Massage des Gesichts wird mit einem entspannenden Öl durchgeführt und beruhigt ein angespanntes Nervensystem. Durch das Einbeziehen von Marmapunkten kommt es zu einer Verstärkung des Entspannungseffekts. **19,- €**

★ **Śiroabhyanga**

Dauer: 30 Min

Bei dieser Behandlung wird der Kopf mit einem abgestimmten Öl eingesalbt. Die leichte Massage von Kopfhaut, Ohren und Nacken wirkt sehr entspannend auf die Muskulatur und glättet die Gesichtszüge. **19,- €**

★ **Padabhyanga**

Dauer: 30 Min

Die Einölung der Füße ist sehr angenehm und schenkt sowohl angenehme Träume und als auch neue Kraft für den Alltag. Durch die Massage der Fußreflexzonen wirkt diese Massage stoffwechselaktivierend und entspannend zugleich. **19,- €**

★ **Garshana***

Dauer: 45 Min

Eine Massage mit Naturseidenhandschuhen fördert die Blutzirkulation und hilft, innerliche Schlacken loszuwerden. Ganz nebenbei beseitigt sie trockene Hautschüppchen und macht die Haut klar, zart und weich. **45,- €**

★ **Picichill***

Dauer: 75-90 Min

Beim Königsguss wird warmes, mediziniertes Öl über den Körper gegossen und anschließend mit sanften Streichbewegungen einmassiert. Diese Anwendung ist eine der wichtigsten Behandlungen bei Stress und innerer Unruhe **75,- €**

★ **Marma-Energiepunkt-Massage** *Dauer: 45 Min*

Die Marma-Energiepunkt-Massage unterstützt den Heilungsprozess bei vielen Krankheiten wie Gallenleiden, Herzproblemen, Problemen der Bauchspeicheldrüse, und sie beugt Erschöpfungszuständen vor. **35,- €**

★ **Ernährungsberatung** *Dauer: pro 60 Min*

Hauptstandbein des Ayurveda ist die richtige, typgerechte Ernährung. Bei Störungen des Wohlbefindens und der Gesundheit wird eine spezielle Ernährung empfohlen, um die Bioenergien wieder ins Gleichgewicht zu bringen und damit die körperlichen und geistigen Störungen zu beseitigen. **35,- €**

* Diese Behandlungen beinhalten eine kurze Konstitutionsbestimmung vor der Erstanwendung. Bitte rechnen Sie ca. 30 Min. mehr Zeit ein!

PAKETE

Kleine Entspannung *Dauer: 60 Min*

Gesichtsmassage (Mukabhyanga) + Fußmasssage (Padabhyanga) **35,- €**

Große Entspannung *Dauer: 3 Std.*

Fußmassage (Padabhyanga) + Schulter-Rücken-Massage + Kopfmassage + Chakren-Energetisierung **75,- €**

Entschlackung *Dauer: insges.4 Std. an versch. Tagen*

Ernährungsberatung "Schlackenbefreiung" + Ganzkörperölung (Abhyanga) + Seidenhandschuhmassage (Garshana) **120,- €**

Sparpakete

- ☾ Alle Einzelanwendungen werden auch als 10-er Sparpakete angeboten. Sie können sich auch gern eigene Pakete zusammen stellen
- ☾ Erkundigen Sie sich auch nach dem „Angebot des Monats“!

Diese Preise gelten vom 1.4.2007 bis zum Erscheinen einer neuen Preisliste.



Ayurveda mobil



Zur Person

Christiane Pfeifer, Jahrgang 62.

Nach Biologie-Studium seit 2003
Ausübung klassischer ayurvedischer
Behandlungen

In Ausbildung zur Heilpraktikerin

Seminare in 'Frauenheilkunde im
Ayurveda', Autogenem Training,
sanfter Wirbelsäulenmassage nach
Dorn

Fortbildung in Pulsdiagnose und
Marma-Energiepunkt-Massage bei
Dr. Naveem K. Gupta, New Delhi
(Indien)

Seminar "Vom Geist des Ayurveda"
bei Dr. David Frawley, Kalifornien

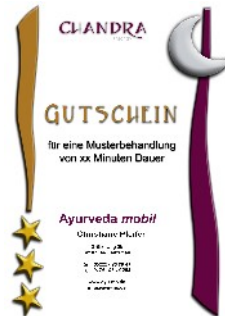
Mitglied im Arbeitskreis für Ayur-
veda-Therapeuten

"Im Ayurveda richten wir unser Augenmerk auf den steten Fluss in den Kanälen unseres Körpers, damit die Natur uns auf jeder Ebene der Existenz mit dem Nötigen versorgen und vom Unnötigen befreien kann".

(Robert E. Svoboda)

Weitere Angebote:

- ★ Ayurvedische Konstitutionsbestimmung
- ★ Ayurvedische Ernährungsberatung*
(auch in Verbindung mit Weight Watchers)
- ★ Ayurvedische Kochkurse
- ★ Ayurvedische Farbberatung
- ★ Vastu: Ayurvedische Wohnberatung
(Mutter des Feng Shui)
- ★ Ayurvedische Kräuterpäckungen
- ★ Kurse in Autogenem Training
- ★ Rasayana: die ambulante ayurvedische Verjüngungskur für
Innen und Außen



Geschenkgutscheine

Gönnen Sie auch Ihren Lieben
etwas Besonderes, zu Geburts-
tagen, Weihnachten oder ein-
fach einmal zwischendurch!
Fragen Sie mich nach speziel-
len Geschenkgutscheinen!

Ayurveda mobil

Ich biete klassische ayurvedische Behandlungen bei Ihnen zu Hause an in:

- ★ Bad Salzuflen
- ★ Lemgo
- ★ Lage
- ★ Detmold
- ★ Oerlinghausen
- ★ Asemissen
- ★ Leopoldshöhe
- ★ Bielefeld
- ★ Spenge
- ★ Enger
- ★ Hiddenhausen
- ★ Herford

Christiane Pfeifer

Grützeweg 2b
32107 Bad Salzuflen

☎ 05222 - 96 28 41

☎ 0174 - 98 14 258

www.ayu-mo.de

info@ayu-mo.de

