



**Daniela Schönauer**  
**Massagepraxis**  
**Tristelstrasse 19**  
**9497 Triesenberg**

**Tel.: +423 262 50 43**  
**mobile: +41 77 420 88 65**  
**daniela@schoenauer.li**  
**www.schoenauer.li**

# Massagen

## **Fussreflexzonenmassage nach Ingeborg Steiner**

Der Fussreflexzonenmassage liegt das Prinzip zugrunde, dass der ganze Körper im Fuss eine zugeordnete Stelle hat. Mit Reflex wird die Antwort des Körpers auf einen Reiz bezeichnet. Die Reflexzonen am Fuss werden gezielt massiert und so entsprechende Bereiche und Funktionen des Körpers stimuliert. Auch wird mittels Akkupressur-technik auf ganz bestimmte Energiebahnen, -punkte und zentren eingewirkt, welche mit Organsystemen verknüpft sind. Dadurch kommt es zu einer Aktivierung in den Meridianen, im Gewebe und der Lymphe. Es werden Schlackenstoffe ausgeleitet und Blockaden gelöst. Diese Behandlung wirkt auf die körperliche, emotionale und seelische Ebene und aktiviert die Selbstheilungs-kräfte im Körper. Die Massage wird mit Aura Soma Ölen durchgeführt.

**60 Min. Fr. 95.-**

## **Klassische Massage**

Schon vor langer Zeit wussten die Menschen um die wohltuende Wirkung der Massage. Die klassische Massage beinhaltet verschiedene Techniken, bei denen u.a. Druck und Zug auf das Gewebe ausgeübt wird, sei das nun mit Streich-, Knet-, Vibrations-, Walk- oder Reibbewegungen. Bei der Massage werden der Blut- und Lymphstrom angeregt; damit wird der Körper entschlackt und entgiftet. Auch Verspannungen und Verkrampfungen der Muskulatur lassen sich mit gezielter Massage lösen. Diese Behandlung wird mit hochwertigen Ölen wie Mandel-, Oliven- oder marrokanischem Arganöl durchgeführt.

**Relax Rückenmassage 30 Min. Fr. 55.-**  
**Relax Rücken- Nackenmassage 40 Min. Fr. 75.-**  
**Relax Beine- Rücken- Nackenmassage 60 Min. Fr. 95.-**

## **Intensiv Rücken-Nackenmassage mit Schröpfkopfmassage und Triggerpunktbehandlung**

Im Rahmen einer Rücken-Nackenmassage wird zuerst mittels einer Schröpfkopfmassage das Gewebe tiefgehend durchblutet. Lokal begrenzte, druckempfindliche Verhärtungen in der Muskulatur, sogenannte Triggerpunkte, werden erfasst und durch eine bestimmte Fingerdrucktechnik gelöst.

**60 Min. Fr. 119.-**

## **Dorn Wirbelsäulenbehandlung mit Breuss Rückenmassage**

Die Wirbelsäule erfüllt die statische Aufgabe, den Körper zu stützen. Gleichzeitig dient sie als schützender Kanal für die Nervenstränge. Aus den Wirbellöchern austretende Nervenpaare können durch einen verschobenen Wirbel gestört werden, was neben Schmerzen auch eine mangelnde Funktion des entsprechenden Organes nach sich ziehen kann. Waagrechte Beckenlage und gleiche Beinlänge sind Voraussetzung für eine aufrechte Wirbelsäule. Herausgerutschte Becken- Knie- oder Sprunggelenke können Ursache sein für Wirbelverschiebungen, die mit gezieltem schmerzlosem Griff wieder repositioniert werden. Verschobene Rückenwirbel werden ertastet und sanft in ihre Position gedrückt. Die Methode nach Dorn geht von Dieter Dorn aus und resultiert aus vielen Jahren des Helfens und der Erfahrung. Breuss Massage: Im Anschluss an die Dorn-Behandlung folgt eine spezielle Rückenmassage mit wohltuender und entspannender Wirkung.

**60 Min. Fr. 119.-**