

WANNEER?

“Massage is al eeuwen oud. Het kan een therapeutisch effect of alleen een ontspannend effect hebben. Het verbetert de balans tussen lichaam en geest”.

Een massage is geschikt bij:

- ✓ Stress
- ✓ Spanning
- ✓ RSI (en het voorkomen en daarvan)
- ✓ Hoofdpijn
- ✓ Rug-, nek- en schouderklachten
- ✓ Spierpijn
- ✓ Verkrampde en pijnlijke spieren
- ✓ Preventief voorkomen van klachten
- ✓ Spijsverteringsproblemen
- ✓ Slechte doorbloeding
- ✓ Fibromyalgie enzovoorts

Maar ook als je verder prima in je vel zit.
Massage is kortom geschikt voor iedereen.

INFORMATIE OVER ECV PRAKTIJK



Praktijk voor Psychosociale therapie, Kinesiologie, EMDR, Dorn therapie, Fonoforese, CPSS, Auriculo, MIR methode, Familieopstelling, diverse trainingen, enzovoorts.

Lid van Vereniging Van Psychodiagnostisch Werkenden (VVP) en de Nederlandse Federatie Gezondheidszorg (NFG).

Adres: Westerstraat 54
1829 BP Oudorp/ Alkmaar

Ellen Verhaar- Vrede

I.: www.ecvpraktijk.nl

E: info@ecvpraktijk.nl

T: 06 – 38 10 10 92

DIVERSE MESSAGES

- . Chi Nei Tsang
- . Stoel
- . Breuss
- . Chakra Rugmassage
- . An Shen
- . Metamorfose
- . Kruidenstempel
- . Voetreflex
- . Triggerpoint



Chi Nei Tsang

Betekent letterlijk het bewerken van de energie van de organen d.m.v. een zeer diepe buikmassage. Chi Nei Tsang ontgift, brengt emotionele balans en bevordert het lichaamsbewustzijn.

Stoel

Een stoelmassage is de perfecte manier om snel te ontstressen! Tijdens deze massage worden rug, schouders, nek, hoofd, armen en handen gemasseerd. Er wordt geen olie gebruikt en je kan de kleding aanhouden.

Breuss

De Breuss-massage, die vooral gericht is op het verbeteren van de functie van de tussenwervelschijven.

Chakra Rugmassage

Met diverse energetische massagetechnieken wordt de energie in de chakra's in evenwicht gebracht. Hierdoor komt jouw energiesysteem beter in balans. Na afloop voel je je heerlijk ontspannen omdat de energie weer over je hele lichaam is verdeeld.

An Shen

An Shen massage is vooral gericht op een diepe rust en totale ontspanning van zowel lichaam als geest. Deze massage is een combinatie van Chinese Acupressuur en westerse massagetechnieken. Via de huid

kunnen we de meridianen en acupunctuurpunten activeren en zo het lichaam ondersteunen in het herstellen van zijn natuurlijke staat van balans.

Metamorfose

Metamorfosemassage is een hulpmiddel op weg naar bewustwording, genezing en spirituele groei. Een behandeling bestaat uit een zich steeds herhalende zachte aanraking van bepaalde plekken op de voeten, handen en het hoofd (de reflexzones van de wervelkolom, om precies te zijn).

Kruidenstempel

De kruiden bezitten reinigende, activerende en ontspannende eigenschappen. De kruiden ontslakken, regenereren en verzorgen de huid intensief. De kruidenstempelmassage stimuleert het lichaam om beter te functioneren en brengt het tegelijkertijd tot rust.

Voetreflex

Door het masseren van bepaalde zones op de voeten wordt de doorbloeding gestimuleerd. Voetreflexmassage leidt tot een betere gezondheid, vitaliteit en ontspanning van lichaam en geest.

Triggerpoint

Triggerpoints staan in de volksmond bekend als spierknopen. Het zijn eigenlijk zeer lokale

verkrampingen in spieren waar als gevolg van een gebrek aan doorbloeding en zuurstof een overgevoelige plek ontstaat. Van buitenaf zijn deze spierknopen voelbaar als pijnlijke harde bobbeltjes of strengetjes.

Ook voor Gua Sha, Cupping en Kinder MIR massage.

Tarieven

. Chi Nei Tsang	€ 50,00
. Stoel	€ 27,50
. Breuss	€ 27,50
. Chakra Rugmassage	€ 50,00
. An Shen	€ 50,00
. Metamorfose	€ 50,00
. Kruidenstempel v.a.	€ 50,00
. Voetreflex 1 ^e	€ 75,00
. Voetreflex vervolg	€ 50,00
. Triggerpoint 1 ^e	€ 50,00
. Triggerpoint onderhoud (max. 30 minuten)	€ 27,50

N.B.: Alle massages duren maximaal 1 uur. Behalve stoel, breuss en onderhoud met triggerpoint. Deze duren hoog uit 20-30 minuten.