



MASSAGE UND
PHYSIOTHERAPIE-
OSTEOPATHIE

MASSAGE UND PHYSIOTHERAPIE- OSTEOPATHIE



Lefay SPA bietet spezialisierte Beratungen in den Bereichen
Massage und Physiotherapie, Osteopathie an.

01.

MASSAGE UND PHYSIOTHERAPIE

Eine physiotherapeutische Praxis, die auf einer Massage basiert, die bestimmte Regionen des Körpers stimuliert, um physiologische Aktivitäten zu verbessern. Sie besteht aus einer Reihe von verschiedenen Manövern, die durchgeführt werden, um Muskel- oder Gelenkschmerzen zu lindern, Verspannungen und Muskelermüdung zu lösen, das Volumen bestimmter Gewebe zu straffen und das psychische Wohlbefinden der Person zu verbessern.

STATISCHE HALTUNGSEINSCHÄTZUNG

MO / DO
€ 90,00**

FR / SO*
€ 99,00**



MASSOPHYSIOTHERAPIE-BEHANDLUNG

Fördert die Durchblutung, verbessert die Aufnahme von Sauerstoff und Nährstoffen und dient der Entschlackung. Die Behandlung hat eine entkrampfende Wirkung auf die Muskeln und lindert Muskel-, Rücken- und Nackenschmerzen.

MO / DO
€ 110,00
(40 Min.)

FR / SO*
€ 120,00
(40 Min.)



HALTUNGSVERBESSERTENDE MASSAGE DER MUSKELSTRÄNGE

Diese Massage ist besonders wirksam bei der Behandlung von Muskelsteifheit und Muskelverkrampfungen, auch bei chronischem Verlauf. Sie führt zu einer besseren Körperhaltung und einer Schmerzlinderung bei den Gelenkmuskeln.

MO / DO
€ 110,00**

FR / SO*
€ 120,00**

INDIBA ACTIV THERAPY (TECAR-THERAPIE)

Als physiotherapeutische Schönheitsbehandlung wirkt die Indiba Activ Therapy ausgleichend auf den Stoffwechsel der Zellen, verbessert die Mikrozirkulation, reduziert Ödeme, fördert die Absorption von Hämatomen und beugt dem Auftreten von Verwachsungen und Fibrosen vor, ist hoch wirksam bei der Behandlung von akuten Sportverletzungen und nach Operationen und eignet sich optimal zur Behandlung von Muskel- und Gelenkschmerzen.

Zervikalpathologie – Tendinopathien -
Rückenschmerzen - Bänderdehnungen

MO / DO
€ 70,00
(30 Min.)

FR / SO*
€ 76,00
(30 Min.)

Recovery (nach der Aktivität)

MO / DO
€ 130,00
(60 Min.)

FR / SO*
€ 142,00
(60 Min.)

02.

OSTEOPATHIE

Oberstes Ziel dieser Therapie ist die Förderung der Gesundheit durch Linderung der Schmerzen, die größere Beweglichkeit der Gelenke, die Behandlung körperlicher Beschwerden und die Beseitigung von Blockierungen zur Anregung des Nervensystems. Es ist eine Form der Alternativmedizin, die manuell ausgeführt wird und der Wiederherstellung des allgemeinen Gleichgewichts des Körpers, seinen Funktionen und dem allgemeinen Wohlbefinden dient. Die Osteopathie betrachtet den Menschen als Ganzes, als ein Gesamtsystem von Muskulatur, Skelett und inneren Organen, die mit den Nervenbahnen entlang der Wirbelsäule verbunden sind. Jeder Teil des Menschen (einschließlich der Psyche) hängt vom anderen ab und nur wenn jedes dieser Teile richtig funktioniert, funktioniert auch der Organismus als Ganzes.

OSTEOPATHISCHE BERATUNG

Anamnestiche und auswertende Analyse, um gegebenenfalls einen Behandlungsplan zu definieren. Sie wird sowohl vor einer Behandlung als auch als unabhängige Beratung empfohlen. Die gesammelten Informationen werden schriftlich festgehalten und danach werden dem Gast Übungen und Praktiken vermittelt, die seinen Gesundheitszustand verbessern können.

MO / DO	FR / SO*
€ 65,00**	€ 75,00**

OSTEOPATHISCHE HALSWIRBELSÄULENMASSAGE

Eine Behandlung für Personen, die sich seit längerer Zeit bestehender lästiger Muskelverspannungen der Halswirbelsäule entledigen, jedoch nicht auf eine angenehme

Massage verzichten möchten. Bei der Sitzung wird in erster Linie die Wiederherstellung einer ausgeglichenen Körperhaltung angestrebt, gefolgt von einer faszialen Spannungslösung der Halsmuskeln und einer osteopathischen Korrektur der von Dysfunktion betroffenen Wirbel, die häufig die Ursache der überaus lästigen Schmerzen in Nacken- und Schulterregion sind. Zur Entspannung der Muskulatur wird zum Schluss eine angenehme spannungslösende Massage durchgeführt, um auch die letzten Spannungen zu lösen.

MO / DO	FR / SO*
€ 125,00	€ 135,00
(45 Min.)	(45 Min.)

OSTEOPATHISCHE BEHANDLUNG

Die osteopathische Behandlung ist ein Prozess, der den Körper zur Wiederentdeckung seiner eigenen Harmonie führt, zur Integration von Körper, Geist und Seele, von Struktur und Funktion; dadurch wird die Selbstheilungskraft des Menschen reaktiviert. Da sie hauptsächlich auf den Skelettsystem wirkt, ist sie eher bei Problemen wie Sportverletzungen oder Rückenschmerzen angezeigt.

MO / DO	FR / SO*
€ 120,00 **	€ 130,00 **

CRANIO-SACRALE BEHANDLUNG

Die Cranio-Sacrale Osteopathie verdankt ihren Namen den knöchernen Strukturen, die das Nervensystem umgeben (Schädel und Kreuzbein) und das Gehirn und das Rückenmark schützen. Durch die Einwirkung auf diese Strukturen ist es möglich, sich mit dem Schädel-Rhythmus zu verbinden, der sich im ganzen Körper ausbreitet und die organischen Funktionen und den psychischen Zustand wieder harmonisieren. Diese sanfte und entspannende Behandlung eignet sich besonders bei Kopfschmerzen, Nackenverspannungen oder stressbedingten Problemen.

MO / DO	FR / SO*
€ 140,00	€ 150,00
(50 Min.)	(50 Min.)

* Feiertage eingeschlossen. Für weitere Informationen sehen Sie Nützliche Informationen

** Die Dauer kann je nach den individuellen Bedürfnissen der Gäste variieren.