



HOT STONE MASSAGE

Sie ist eine faszinierende Verbindung aus Massage, Energiearbeit und der wohltuenden Wirkung von warmen Basalt Steinen. Sie gleiten über Ihren Körper und lösen hartnäckigste Verspannungen und Schmerzpunkte. Gerade in der heutigen Zeit ist es wichtig, Körper, Geist und Seele anzusprechen.

Behandlungsdauer

ca. 40 - 90 Min.

HOT STONE MASSAGE

Die Therapie in Verwendung von erwärmten Steinen wurde bereits vor Christi Geburt in den Regionen Asiens von Heilern (Schamanen) angewendet. Heiler und Schamanen nutzten früher wie auch heute die heißen Steine zum Auflegen und Übertragen der Wärme vom Stein zum Körper. An verschiedenen Körperzonen, wie z.B. an den Verbindungspunkten des Blasenmeridians in Höhe des Kreuzbeins, indem auch aus ayurvedischer Sicht viele Vitalpunkte angesammelt sind, wird die Wärme (keine Hitze) als angenehm empfunden.



Die Ursprünge der Anwendung einer Massage mit heißen Steinen dürfte im alten Nepal, in Tibet und in Westchina verwurzelt sein. Oft wurden Therapien mit Heilkräutern kombiniert, um die Wirkung der Therapie zu verstärken.

Über Experimente des Massierens entdeckten Therapeuten die Anwendung mit erwärmten Steinen, die sich als wirkungsvoll erwies, um Muskelverspannung zu verringern und das Gleichgewicht von Yin und Yang im Körper wieder herzustellen.

Die Massage mit heißen Steinen hilft den Körper von Disharmonie zu entlasten, welcher durch z.B. Stress hervorgerufen wird. Die Hot-Stone Massage harmonisiert den Körper und gleicht das körpereigene Prana (Lebensenergie) aus, um Ihre Gesundheit wieder herzustellen und diese zu verbessern. Die Art der Massage mit erwärmten Steinen kann leicht und ruhig sein, oder tief und eindringend.

