

# Hot-Stone-Massage bei Beauty & Wellness (Aktion 1/2006)

**Geheimtipp**

## HOT-STONE-Massage bei Beauty & Wellness

Gehören Sie auch zu den Menschen, die körperliche und geistige Höchstleistungen erbringen? Wünschen Sie sich kleine Erholungspausen für einen klaren Kopf?

Dann haben wir einen Tipp für Sie – die **Hot Stone Sensitive-Massage**. **Silke Lukas von Beauty und Wellness** empfiehlt die Massage mit den Vulkansteinen aus Hawaii, um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Diese Massage nutzt das asiatische Wissen um die Energieleitbahnen des Körpers. Durch die Energie der Steine und der Massagetechnik entsteht ein Massageritual für eine tiefe, mentale und körperliche Entspannung. Denn, erst wenn der Kopf zur Ruhe gekommen ist, kann auch der Körper folgen. Nacheinander werden die aufgewärmten Steine auf bestimmte Energiepunkte aufgelegt. Nach einer kurzen Ruhezeit mit den aufgelegten Steinen ist schon eine Entspannung spürbar. Das Gewicht der Steine wird nicht mehr wahrgenommen, und sie scheinen geradezu mit dem Körper zu verschmelzen. Jetzt beginnt die Massage, die mit den warmen Massagesteinen ausgeführt wird. Mal leicht und sanft, mal mit ihrem

ganzen Eigengewicht gleiten die Steine über den Körper. Am Bauch oder Nacken sinkt der Stein in die immer tiefer entspannte Muskulatur geradezu ein und lockert so die verspannte Muskulatur.

Alle Massagebewegungen sind großzügig und werden sehr langsam ausgeführt. Man kann wahrnehmen, wie sich die Steine auf den verschiedenen Körperzonen anfühlen. Mal wärmer, mal kühler oder leichter und schwerer. Häufig fühlt sich die bereits massierte Körperhälfte deutlich anders an. Irgendwie leicht und lebendig. **Diese Massage lädt zum Schweigen ein und ist eine Verabredung zwischen Körper und Seele.** Nach der Massage folgt eine Ruhezeit, die das neue Körpergefühl noch einmal richtig bewusst macht. Der Körper ist nun ganz leicht und der Kopf klar.

**Den Geheimtipp präsentierte Ihnen Erika Ketterle.**

*Beauty & Wellness*

*Silke Lukas*

*Alles! – Außer gewöhnlich.*

*Kosmetikstudio*

*Tannenweg 14*

*85283 Wolnzach*

*Tel. 08442/964540*

*www.kosmetik.wolnzach.biz*

