

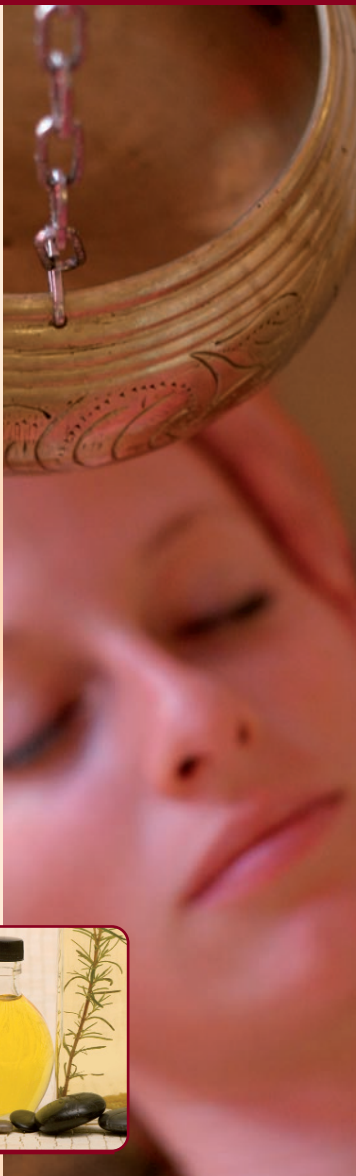
**... und doch so
viele mehr.**

Ayurveda

Ayurveda ist eine sanfte, traditionsreiche Behandlungsart, die Ihre Ursprünge vor 4000 Jahren in der altindischen Hochkultur hat. Die Anwendungen sind natürlich und nicht invasiv. Ayurvedische Massagen mit Öl werden traditionell als Snehana bezeichnet: die Behandlung der liebenden Hände und Herzen.

Eine der intensivsten Behandlungen im Ayurveda ist Shirodhara. Etwa zwei Liter warmes Öl ergießen sich dabei in einem sanft bewegten Strahl auf die Stirn. Die Haut glättet sich, Verspannungen der Kopfhaut und innerer Streß lösen sich auf. Ein tiefer Zustand von Gelöstheit stellt sich ein.

In meiner Wellnesspraxis können Sie diese besondere Form der Entspannung genießen. Ich biete verschiedene traditionelle Ayurveda-Behandlungen an, die auch in Ergänzung zu Ihrer bisherigen Kosmetik ihre wunderbare Wirkung entfalten können...



*Wenn es um Ihre
Gesundheit und
Schönheit geht, habe
ich meine Hände
im Spiel.*

Monika Krack

Monika Krack
- Wellnesspraxis der besonderen Art -

Fasanenweg 15
32108 Bad Salzuflen

Fon 05222 - 9239310
Fax 05222 - 9239311

info@wellnesspraxis-monikakrack.de



*Wellness der
besonderen Art*



www.wellnesspraxis-monikakrack.de


Monika Krack

Entspannung. Schönheit. Gesundheit.

Wellness...

Schönheit – Gesundheit – Wohlbefinden

Wie eine Blüte spiegelt Ihr Antlitz den Zustand Ihres Selbst. Umsorgt werden, den eigenen Körper spüren, Düfte wahrnehmen, schönen Klängen lauschen und menschliche Wärme fühlen... all das erzeugt ein wohliges Gefühl von Geborgenheit, Glück und Lebensfreude – das man Ihnen ansehen wird. Denn Kosmetik umfasst nicht nur Farbe...

Fernöstliche Wellness

Die Einheit von Körper, Geist und Seele steht im Mittelpunkt fernöstlicher Philosophien und ist somit Grundlage des modernen Wellness-Gedankens. Erleben Sie in meiner Wellness-Praxis die Vorzüge ganzheitlicher Techniken und steigern Sie Ihr seelisches und körperliches Wohlbefinden.

Verwöhnen und Pflegen

Wählen Sie aus einer Vielzahl hochwertiger Wohlfühl- und Behandlungsangebote – gleich ob Sie Stress und chronische Leiden lindern, Ihren seelischen Energiehaushalt ausgleichen, oder den Körper entschlacken und entgiften möchten. Individuelle und professionelle Beratung hilft Ihnen auf dem Weg, verborgene Energien zu wecken und neue Lebensfreude zu finden.

Kraft...

...erwächst aus Harmonie – doch jeder schöpft diese aus verschiedenen Quellen. Entsprechend vielfältig sind daher die Behandlungsmethoden, die ich Ihnen in meiner Wellnesspraxis anbiete.

Verschiedenste traditionsreiche Therapien, Massagen und Anwendungen werden in unterschiedlichen Kombinationen eingesetzt – entsprechend Ihren persönlichen körperlichen und seelischen Belastungen. So können Spannungen gelöst und Selbstheilungskräfte geweckt werden. Massagen über die körpereigenen Reflexionspunkte, Energie- und Klang-Massagen, Edelstein-Massagen oder auch OPI-Ohrkerzen-Entspannungs-Behandlungen sind nur wenige der vielfältigen Möglichkeiten, die ich dabei anwende.

Beratung ist der Anfang von Allem. Meine langjährigen Kunden wissen es.

In keinem Bereich bekommen Sie von mir "irgendetwas". Meine Beratungen gehen auch über die unmittelbaren Anwendungen hinaus.

So kann ich Ihnen beispielsweise mit Ernährungsberatungen bei der Gewichtsreduktion oder bei der Rauchentwöhnung helfen, die wir mit gezielten Behandlungen in meiner Praxis unterstützen.

...und Einklang.

Eine meiner individuellen Behandlungsmethoden konzentriert sich auf die Kunst des **Jin Shin Jyutsu**. Jin Shin Jyutsu heißt übersetzt die Kunst des Schöpfers durch den mitfühlenden Menschen. Die Essenz von Jin Shin Jyutsu ist, sich selbst zu erkennen und zu helfen, denn Jin Shin Jyutsu erweckt das Bewusstsein für die einfache Tatsache, dass alles, was für die Harmonie und das Gleichgewicht mit dem Universum benötigt wird, in einem selbst liegt.

Jin Shin Jyutsu ist ein Weg, die Lebensenergie ohne Medikamente oder externen Substanzen ins Gleichgewicht zu bringen. Durch einfache Handauflegeabfolgen wird Ihren Körperzonen wieder Energie zugeführt. Disharmonien und Blockaden werden gelöst, die Lebensenergie kommt wieder ins Fließen. Seelische und körperliche Harmonie und Gesundheit stellen sich ein.

*In einem gesunden Körper
wohnt ein gesunder Geist.*

