



INSTITUT FÜR AYURVEDA
CRANIOSACRAL & MASSAGE PRAXIS

VATA MANAGEMENT light, medium, delight

„Gesundheit mit der Intelligenz der Natur“

Reinigungstage sind das Herzstück der ayurvedischen Medizin. Im Laufe des Lebens sammelt der menschliche Organismus Stoffwechselschlacken und Toxine an, die normale Ausscheidungsmechanismen nicht mehr beseitigen können. Diese schadhaften Substanzen beeinträchtigen den Stoffwechsel und rufen Befindensstörungen und Krankheitssymptome hervor. Durch ihre medizinische Ausleitung fördert man präventiv die Gesundheit und heilt Erkrankungen ursächlich.

Wir führen keine Standardtherapien durch, sondern behandeln jeden Kurgast individuell und liebevoll auf der Grundlage der klassischen Ayurveda- Lehre.

Durch viel Ruhe einen geeigneten Rahmen für diese Zeit des Rückzugs und der innerlichen Reinigung. Sie erhalten, jeweils persönlich auf Sie abgestimmt, Öl- oder Trockenmassagen sowie Wärmeanwendungen, Packungen oder ayurvedische Spezialbehandlungen.

Ihr Tag kann zu sanften Bewegungsübungen Yoga beginnen und schließt mit Momenten der Stille. Um auch die psychische Klärung zu erwirken, führen Sie selbständig Pranayama- Atemeinheiten durch.

Konsultationen mit verschiedenen Möglichkeiten im Institut sind angeboten oder bitte Persönlich Nachfragen, dieses Blatt wird weiter bearbeitet.