

Lakshmi Ayurveda Studio

Massageanwendungen im Studio

- **Abhyanga** -
Ganz-Körper-Ölmassage, nährend, beruhigend, entspannend
Dauer 90 Minuten 75 Euro
- **Padabhyanga** -
Fußmassage, erdend, regenerierend, flexibilisierend
Dauer 60 Minuten 45 Euro
- **Prsthabhyanga** -
Rückenmassage, vitalisierend, ausgleichend, regenerierend
Dauer 60 Minuten 45 Euro
- **Mukhabhyanga** -
Kopfmassage, regenerierend, pflegend, nährend
Dauer 60 Minuten 45 Euro
- **Udvaartana** -
Kräutermassage, entschlackend, vitalisierend,
Dauer 60 Minuten 45 Euro

Terminvereinbarungen :

Lakshmi Ayurveda Studio

-Bereich der BIWH UG-

In der Lache 8

63683 Ortenberg

Tel. 06046 94 17 41

www.biwh.de

Lakshmi Ayurveda Studio



Herzlich Willkommen!

Lakshmi Ayurveda Studio

Ayurveda

„Das Wissen vom Leben“

Ayurveda ist die älteste bekannte, noch heute angewandte Heilkunst der Welt. Der Ayurveda betrachtet den Menschen als Ganzes, untrennbar verbunden mit der Natur und dem Universum.

Mit Empfehlungen zu einer richtigen Ernährung und einer Lebensweise entsprechend der eigenen Konstitution unterstützt durch Ölmassagen begleitet der Ayurveda uns auf unserem Weg zu innerer Harmonie und Ausgeglichenheit für ein gesundes und langes

Leben voller
Lebensfreude.



„Harmonie und Ausgeglichenheit
für Körper und Geist“



Ayurveda Massagen



Massagen gehören zu den Grundpfeilern der Ayurveda-Therapie. Besonders die Ölmassagen nähren, pflegen und stabilisieren die Haut und wirken sich günstig auf den Alterungsprozess aus.

Vor einer Massage betrachten wir gemeinsam bei einer Tasse wohltuenden ayurvedischen Kräutertee Ihre ganz persönliche Konstitution. Darauf abgestimmt verwende ich für die Massagen ausgesuchte, hochwertige Kräuteröle.

Jeder Massage folgt eine Nachruhezeit zwischen 10 und 20 min. Danach wird mit warmen Kompressen das Öl vom Körper genommen und Sie kleiden sich in aller Ruhe an.