



# KLASSISCHE MASSAGE

Die medizinische klassische Massage wird je nach Klient mit einer Sportmassage, Triggerpunkttherapie, Dorn Therapie oder Schwingkissentherapie ergänzt.

## *Sportmassge:*

Hier werden Ergänzungsgriffe angewendet und es werden auf die Bedürfnisse des Sportlers sowie die speziellen Probleme beim Sport eingegangen.

## *Triggerpunkttherapie:*

Triggerpunkte sind verkrampfte Stellen in der Muskulatur, welche für eine Vielzahl von Beschwerden verantwortlich sind. Das Ziel der Triggerpunkttherapie ist die Beseitigung sogenannter „myofaszialer Triggerpunkte“.

## *Dorn Therapie:*

Mit dem Daumen wird gezielt Druck auf einzelne Stellen ausgeübt, wobei auch die Wirbelsäule abgetastet wird. Die Behandlung geht ganz sanft zu, es werden keine Nervenleitungen beschädigt.

## *Schwingkissentherapie:*

Die Behandlung auf dem Luftkissen ist eine sanfte und effiziente Ergänzung zur klassischen Massage.