



# Villa Verde

Praxisgemeinschaft für ganzheitliche Heilmethoden



## AYURVEDISCHE HEILMASSAGEN

Die traditionelle ayurvedische Massage dient der Entspannung und fördert das Wohlbefinden. Mit warmen Ölen wird der Körper geölt und ausgestrichen. Harmonisch abgestimmte Massagetechniken lösen Muskelverspannungen, vitalisieren die Haut und beruhigen das Nervensystem. Der Körper wird zur Zellerneuerung und Heilung angeregt. Ayurvedische Kräuteröle unterstützen diese Prozesse.

Ich übe die Massagen intuitiv aus und lasse darüber hinaus meine Reiki-Energien und heilerischen Fähigkeiten mit einfließen. Spezielle Energiepunkte am Körper werden massiert und Blockaden im feinstofflichen Bereich können sich lösen.

### Abhyanga – Die Königin der Ölmassagen

Lass dich berühren! – Mit warmem Öl wird der gesamte Körper eingehüllt, kräftig massiert und sanft ausgestrichen. Die Massage führt in eine tiefe Entspannung.

70 Min. € **75,-**

90 Min. € **95,-**

### Mukabhyanga – Gesichts- und Oberkörpermassage

Lass dich verwöhnen! Eine einfühlsame Kopf-, Gesichts- und Oberkörpermassage, die das Nervensystem beruhigt, Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich löst und das Gesicht strahlen lässt.

45 Min. € **50,-**

60 Min. € **65,-**

90 Min. € **90,-**

Inkl. pflegender Gesichtsmaske aus hochwertigen und hautwirksamen Substanzen

### Pristabhyanga – Ayurvedische Rückenmassage

Abtauchen und loslassen! Die intensive und zugleich fließende Massage von Schultern, Rücken und Becken mit harmonisch abgestimmten Techniken löst tiefliegende Verspannungen.

45 Min. € **50,-**

60 Min. € **65,-**

(inkl. Beine)

### Padabhyanga – Ayurvedische Fußmassage

Pure Entspannung! Die wohltuende Massage der Füße und Beine hat eine kräftigende und zugleich beruhigende Wirkung. Der Energiefluss wird harmonisiert und Selbstheilungskräfte aktiviert.

45 Min. € **50,-**

inkl. Fußbad

60 Min. € **65,-**

### Ayurvedische Schwangerenmassage

Entspannung für Zwei! In der besonderen Zeit der Schwangerschaft eine einfühlsame, beruhigende und stärkende Massage in der Seiten- und Rückenlage.

60 Min. € **65,-**

### Jambira Pinda Sveda - Stempel-Massage

Mit einem von Hand hergestellten und gewärmten Kräuterstempel werden Rücken und Beine sanft ausgestrichen und intensiv massiert.

70 Min. € **80,-**

Die belebende und aktivierende Massage regt den Stoffwechsel und den Lymphfluss an.

### Ayurvedische Kräuter-Öle

Gerne wähle ich für Sie ein ayurvedisches Kräuter-Öl entsprechend ihrer Konstitution aus. Die Verwendung von hochwertigen ayurvedischen Kräuter-Ölen, vitalisiert auf einzigartige Weise die Körpergewebe und regt den Körper zur Entgiftung, Zellerneuern und Heilung an. Die Haut wird geschmeidig und bekommt einen frischen Ausdruck.

€ **5,-** pro Massage

### Ayurvedische Sitzsauna

Genießen Sie im Anschluss an Ihre Wohlfühlmassage ein heißes Dampfbad in der authentischen ayurvedischen Sitzsauna - Svedana genannt. Bei wohltuenden Dämpfen angereichert mit ätherischen Ölen erleben Sie die reinigende Wirkung der Schwitzbehandlung. Die Wirkung der Ölmassage wird verstärkt, Stoffwechsel und Entgiftung angeregt. Die Muskulatur kann wunderbar entspannen, während Sie einen kühlen Kopf bewahren.

15 Min. € **15,-**

**Gerne stelle ich Ihnen eine individuelle Behandlung speziell nach Ihren persönlichen Bedürfnissen zusammen. Sprechen Sie mich gerne an!**

Ich freue mich auf eine persönliche Terminabsprache:  
Simone Mandel 0173/2466233 • [simonemandel@alice.de](mailto:simonemandel@alice.de)



# Villa Verde

Praxisgemeinschaft für ganzheitliche Heilmethoden



## WEITERE ANGEBOTE

### Detox-Angebot

Lassen Sie sich verwöhnen und genießen eine Auszeit der besonderen Art!

130 Min. € **135,-**

Ihr Ayurveda-Erlebnis startet mit einem basischen Fußbad welches den Körper zur Entsäuerung anregt. Eine kräftige Garshan-Massage mit Rohseiden-Handschuhen kurbelt den Stoffwechsel an und bereitet die Haut auf die nun folgende Abhyanga vor. Bei dieser ayurvedischen Ganzkörpermassage mit einem ausgewählten Kräuteröl lösen sich tief liegende Muskelverspannungen. Die Haut wird vital und der Körper zur Entgiftung und Zellerneuerung angeregt. Nach der Massage erleben Sie die ayurvedische Sitzsauna, die den gesamten Entgiftungsprozess zusätzlich unterstützt.

Zum Abschluss genießen Sie einen ayurvedischen Detox-Tee.

### Energetische Heilbehandlung

Das Auflegen der Hände ist der Ursprung allen Heilens. Mediale/energetische Heilarbeit basiert auf einem ganzheitlichen Welt- und Menschenbild. Es schließt die unterschiedlichen Ebenen, also die physische, psychische, seelische und spirituelle Ebene mit ein. Das sensitive Auflegen der Hände kann den Gesundungsprozess unterstützen und die Selbstheilungskräfte können aktiviert werden. Das Anschauen der eigenen Lebensthemen und deren Klärung kann Ursachen von Krankheiten auflösen. Dies geschieht ganz im Vertrauen auf das Göttliche und die zur Verfügung stehende universelle Lebensenergie.

60 Min. € **80,-**

Es geschieht immer nur das, was die Seele des Heilers und des Klienten zulässt. Die Behandlungen erfolgen in Achtsamkeit, Liebe sowie im Vertrauen und Respekt gegenüber dem Klienten und der geistigen Welt. Wenn sich in unserem Inneren etwas bewegt, kann auch im Außen Veränderung stattfinden.

### Geomantie für Zuhause – In heilen Räumen leben

Während einer geomantischen Haus- oder Wohnungsuntersuchung werden bei einer Begehung alle energieraubenden Faktoren mittels radiästhetischer Instrumente, wie Ruten oder Pendel und mit Hilfe der mir eigenen medialen Wahrnehmung aufgespürt.

**Grundpreis:**

Dauer ca. 1-2 Std.

**200 – 400€\***

\*Preise je nach Umfang

Linksdrehende Wasseradern, linksdrehende Abstrahlungen und Verwerfungen, bauliche Unregelmäßigkeiten, um nur einige zu nennen, sind Störfaktoren, die das Energiefeld der Erde empfindlich beeinträchtigen und ein niedriges Energiepotential nach sich ziehen. Niedrige Energiepotentiale begünstigen wiederum Elektromog und andere Strahlungsemissionen. Diese Störfaktoren beeinflussen ein Raumklima nachhaltiger negativ, als es vielen Menschen bewusst ist.

Die Folgen eines gestörten Lebensumfeldes reichen von Kraft- und Energielosigkeit, Streit und Disharmonie, Schlaflosigkeit bis hin zu chronischen oder sogar lebensbedrohlichen Krankheiten.

Sich aus der Untersuchung ergebende Energetisierungsmaßnahmen werden unverzüglich durchgeführt. Alle Beeinträchtigungen werden nachhaltig beseitigt und vormals abbauende Energien in aufbauende umgewandelt. Feingefühlige Menschen und auch Haustiere spüren die Veränderungen sofort.

### Ayurvedische Gesundheitsberatung

Grundlage für die Beratung zur ayurvedischen Ernährung und Lebensführung ist eine Konstitutionsbestimmung. Mit der individuellen Ermittlung des Biotypus (Vata, Pitta, Kapha) erhalten Sie Hinweise für eine gesunde Ernährung und ein Leben in Balance nach ayurvedischen Prinzipien. Die richtige Auswahl, Qualität und Zubereitung von Nahrungsmitteln, Kräutern und Gewürzen entsprechend der eigenen Konstitution fördert die Gesundheit und steigert das körperliche Wohlbefinden.

ca. 120 Min. € **160,-**

Sie erhalten eine individuelle Beratung, einen für Sie persönlich erstellten Therapieplan sowie ein ayurvedisches Kochbuch.

Ich freue mich auf eine persönliche Terminabsprache:  
Simone Mandel 0173/2466233 • [simonemandel@alice.de](mailto:simonemandel@alice.de)

Villa Verde • Dorfstraße 10 • 22113 Oststeinbek-Havighorst • [www.villaverde-oststeinbek.de](http://www.villaverde-oststeinbek.de)