

IMMANUEL MEDIZIN ZEHLENDORF
Naturheilkunde · Rheumatologie · Handchirurgie



IMMANUEL
DIAKONIE

Den Rücken stärken

Programm zur Entspannung und
Unterstützung des Rückens



Den Rücken stärken

Programm zur Entspannung und Unterstützung des Rückens

Ein Anstieg des Vata Doshas in der kälteren Jahreszeit macht sich oft mit Schmerzen und Spannungen im Rückenbereich bemerkbar. Das Programm mit mehreren aufeinander abgestimmten Behandlungen dient der Kräftigung des Rückens und dem Lösen von Blockaden. Es umfasst drei Behandlungstage mit jeweils zwei bis drei Behandlungen, die nach einer ärztlichen Konsultation individuell auf Sie zugeschnitten werden.

Beispielanwendungen:

- Ärztliche Kurzkonsultation mit Konstitutionsbestimmung und Pulsdiagnose
- Ayurvedische Rückenmassage (*Pristhabhyanga*) mit auf Ihre Konstitution abgestimmten kostbaren Kräutern
- Ayurvedische Kräuterbeutelbehandlung (*Pinda Sveda*)
- Lokale Ölanwendung mit Teigring (*Kati Basti*), wirkt schmerzlindernd und blockadelösend
- Ayurvedisches Dampfbad (*Svedana*)
- Nachruhezeit
- Individuelle Ernährungsberatung und/oder Einzelcoaching zur Integration von gesunder Ernährung, Bewegung und Entspannung in den Alltag
- Einzel-Yoga-Unterricht
- täglich Kräutertee

Durchschnittliche Behandlungs- und Beratungszeit

pro Tag: 150 bis 180 min

Wert € 674 · Aktionspreis € 599

Für Rückfragen und Terminvereinbarungen:

zehlendorf@immanuel.de

Tel. (0 30) 34 40 97 76 -10

Immanuel Medizin Zehlendorf

Kompetenzzentrum für Naturheilkunde

Clayallee 225 A · 14195 Berlin-Zehlendorf