

birgit prieschl-höller

booa

Bewusstsein | Entspannung | Ausgleich

Birgit Prieschl-Höller



Für ein ausführliches Erstgespräch nehme ich mir gerne Zeit, damit wir gemeinsam die geeignete Massage zusammenstellen können.

Mein Sortiment an Ölen habe ich selbst ausgewählt und wird immer wieder individuell auf die Bedürfnisse meiner Klienten abgestimmt. Ich freue mich auf die gemeinsame Zeit in meinem Massage - Institut.

Birgit

Mein Werdegang

1998 - 2001	Fachschule für wirtschaftliche Berufe in Rohrbach
2001 - 2003	Massagelehre bei Massage „Knackpunkt“, Falkner Elisabeth
Frühjahr 2006	Befähigungsprüfung
2003 – 2012	Hotel Guglwald
Mai 2012	Eröffnung des Instituts in Piberschlag
Februar 2019	Eröffnung des Instituts in Dambergschlag

Zusatzausbildungen

- Klangschalenthherapie nach Peter Hess
- Ayurveda
- Kinesio – Taping
- Cranio-Sacral-Therapie nach John E. Upledger
- Raindrop Technique nach D. Gary Young
- Babymassagekursleiter
- Arbeiten mit Lava – Shells
- Chakrenausgleich



KLASSISCHE GANZKÖRPERMASSAGE BZW. TEILMASSAGE

Diese Massage fördert die Durchblutung und löst Verspannungen. Es werden gezielte Dehnungen eingebaut, um hartnäckige Muskeln zu lockern. Auch empfehlenswert vor oder nach sportlichen Aktivitäten. Das passende Öl wird zuvor individuell ausgewählt.

Dauer: 60 bzw. 30 Minuten

Preis: € 50,- bzw. € 32,-

FUBREFELXZONENMASSAGE

Am Fuß des Menschen spiegelt sich unser Körper wieder. Durch das Aktivieren der einzelnen Zonen werden diese wieder besser durchblutet, das Immunsystem wird gestärkt und gerade in der heutigen, kopflastigen Zeit wirkt sie besonders wohltuend. Abschließend Fußmassage mit beruhigender bzw. aktivierender Fußcreme.

Dauer: 45 Minuten

Preis: € 40,-

LYMPHDRAINAGE NACH DR. VODDER

Das Lymphsystem wird durch gezielte Massagegriffe aktiviert – die Pumpleistung der Lymphgefäße wird angeregt. Wirksam bei angeschwollenen Körperregionen. Sehr sanfte Methode um eine Tiefenentspannung zu erzielen.

Dauer: 60 Minuten

Preis: € 50,-

MERIDIANMASSAGE, OHRPUNKTMASSAGE

Durch bestimmte Umstände bzw. Umwelteinflüsse gerät unser YIN – YANG Energiehaushalt oft aus dem Gleichgewicht. Ziel dieser Massage ist es, den Ausgleich wieder herzustellen.

Dauer: 60 Minuten

Preis: € 50,-



CRANIO-SACRAL-THERAPIE NACH JOHN E. UPLEDGER

Cranium = Schädel, Sacrum = Kreuzbein

Unter anderem bilden der Schädel und das Kreuzbein die Basis für das zentrale Nervensystem. Dieses kann z.B. nach Traumen, wie Geburtstrauma oder Kaiserschnitt, Schockerlebnisse, Unfällen, Schleudertraumen oder auch durch emotionale Disharmonien aus dem Gleichgewicht geraten. Diese können unangenehme Auswirkungen zur Folge haben.

Ziel der Behandlung ist die Wiederherstellung einer harmonischen, symmetrischen, kräftigen, aber ruhigen Ausbreitung des Cranialen Impulses über den gesamten Körper und dadurch Wiederherstellung des gestörten, körperlichen und seelischen Gleichgewichts. Eine sehr sanfte Technik am Kopf und entlang der Wirbelsäule, die zum Entspannen einlädt. Diese Behandlung ist unter anderem eine schöne Begleitung während der Schwangerschaft zur Geburtsvorbereitung bzw. auch nach der Geburt für die Mutter und das Neugeborene.

Dauer: 60 Minuten

Preis: € 50,-

MASSAGEKOMBI

Individuell abgestimmte Massagetechniken werden in eine Behandlung eingebaut.

Dauer: 60 Minuten

Preis: € 50,-



ARBEITEN MIT KLANGSCHALEN NACH PETER HESS

„Der Ton der Klangschale bringt die Seele zum Schwingen. Der Klang löst Spannungen, mobilisiert die Selbstheilungskräfte und setzt schöpferische Energien frei“ – Peter Hess

CHAKRENPFLEGE MIT KLANGSCHALEN

Das Wort „Chakra“ bedeutet „das Rad“ und ist die Lehre von den menschlichen Energiezentren. Aus diesen Zentren werden unsere körperlichen, seelischen und geistigen Lebensprozesse gesteuert. In der fernöstlichen Vorstellung haben die Chakren großen Einfluss auf die Gesundheit des Körpers. Aus diesem Grund ist es wichtig, auch unser Energiezentrum im Gleichgewicht zu halten.

Bei der Chakrenpflege werden die Energiezentren mittels Anschlagen der Klangschalen, sanftes Atmen und verbaler Begleitung, gereinigt und ausgeglichen.

Dauer: 45 Minuten

Preis: € 50,-

KLANGMASSAGE

Hierbei handelt es sich um eine sehr wirksame Entspannungsmethode, bei der Klangschalen auf dem bekleideten Körper aufgelegt und durch sanftes Anschlagen zum Schwingen gebracht werden. Bereits nach einigen Behandlungen kann die ursprüngliche Harmonie erreicht werden. Es entsteht eine Basis für die Entwicklung von Selbstheilungskräften.

Dauer: 60 Minuten

Preis: € 55,-

KLANGSCHALENREISEN

Bei Bedarf veranstalte ich Klangabende. Zusammen werden wir eine Reise in unser Inneres machen, wobei die Klänge der Klangschalen den Raum füllen und ich diese Reise verbal begleite.



WIRBELSÄULENMASSAGE NACH FLEIG

Massage der oberflächigen und tieferen Rückenstrecker-muskulatur. Zu Beginn wird die Muskulatur neben der Wirbelsäule mit gezielten, angenehmen Griffen gelockert. Danach werden Mobilisation durchgeführt, bei denen dann die tieferliegende Muskulatur gelockert wird. Mit Johanniskrautöl wird zusätzlich die Durchblutung gefördert

Dauer: 60 Minuten

Preis: € 55,-

AYURVEDA

Ayurveda bedeutet „Das Wissen vom Leben“ und ist eine traditionelle indische Heilkunst. Entspannende, entschlackende Wirkung.

ABHYANGA (AYURVEDISCHE ÖLMASSAGE)

Zu Beginn wird das „Dosa“ des Klienten herausgefunden, um das dazu passende Öl zur Massage zu verwenden. Es werden lange, ausleitende Streichungen am gesamten Körper durchgeführt. Abgerundet wird diese wohltuende Massage, die mit warmem Öl durchgeführt wird, mit einer angenehmen Gesichtsmassage. Nach dem Nachruhen ist es wichtig zu duschen, damit die gelösten Schlackenstoffe vom Körper entfernt werden.

Dauer: 60 Minuten

Preis: € 58,-

RAINDROP TECHNIQUE NACH D. GARY YOUNG

Seit tausenden von Jahren arbeiten Menschen mit ätherischen Ölen, um den Körper zu unterstützen und die Balance wiederherzustellen. D. Gary Young hat sein umfangreiches Wissen über diese Öle mit den überlieferten Energietechniken der Lakota-Indianer vereint und daraus diese Behandlung entwickelt

Es werden verschiedene, aufeinander abgestimmte ätherische Öle entlang der Wirbelsäule aufgetragen. Diese werden sanft einmassiert und die Wirkung wird anschließend mit einer warmen Komresse am Rücken verstärkt.

Dauer: 60 Minuten

Preis: € 62,-

LAVA SHELLS

Man wird mit Venusmuscheln, die aus dem Südpazifik stammen, massiert. Diese werden erwärmt und so kann die Muskulatur in eine angenehme Tiefenentspannung kommen.

RELAXING HEAT MASSAGE

Ein unvergessliches Massageerlebnis für den ganzen Körper. Man fühlt, wie die warme Brise der Muscheln das exotische Kokosöl auf der Haut zum Schmelzen bringt, und kann dadurch seine Seele baumeln lassen.

Dauer: 75 Minuten

Preis: € 68,-

SHELLATSU

Zu Beginn der Massage wird besprochen, wohin die Aufmerksamkeit gerichtet werden soll. Somit stimuliert man unter anderem gezielt Akupressur- und Fußreflexpunkte, um die angespannten Muskeln zu Entspannen.

Dauer: 60 Minuten

Preis: € 58,-



INTUITIV-SENSITIV-MASSAGE

Bei dieser Behandlung werden die Elemente verschiedener Massagerichtungen zu einer harmonischen Einheit zusammengefügt. Jede Massage wird neu kreiert und ganz auf den Klienten abgestimmt. Jede Massage ist eine in sich abgeschlossene Anwendung, die den Menschen als Ganzes erfasst. Sie reicht vom Kopf, über Nacken, Schultern, Ober- Unterschenkel bis hin zu den Fußsohlen. Es werden Techniken wie Thai-Yoga, klassische Massage, Fußreflex, Shiatsu, Akupressur, etc. eingesetzt.

Dauer: 75 Minuten

Preis: € 55,-

CHAKRENAUSGLEICH

Unsere Aura kann durch verschiedene Umwelteinflüsse oder Dysbalancen aus dem Gleichgewicht geraten. Bei dieser Behandlung werden die Chakren wieder ins Lot gebracht und Disharmonien können beseitigt werden

Dauer: 60 Minuten

Preis: € 50,-



KINESIO TAPING

Die Kinesio Taping Methode® von Dr. Kenzo Kase ist eine gezielte Tape-Technik, um den natürlichen Heilungsprozess des menschlichen Körpers zu stimulieren und zu unterstützen. Gleichzeitig bietet die KinesioTaping® Methode der Muskulatur und den Gelenken Stabilität ohne Bewegungseinschränkung. Kann zb.: angewendet werden bei Gelenkschmerzen, Kopfschmerzen, Menstruationsbeschwerden, Lymphstauungen, Tennisellbogen, Hallux valgus, Achillodynie, Kapaltunnelsyndrom, uvm.

Dauer: 10-15 Minuten

Preis: € 10,- bis € 20,- (während der Massage: € 5,- bis € 15,-)

MASSAGEKURS FÜR PAARE

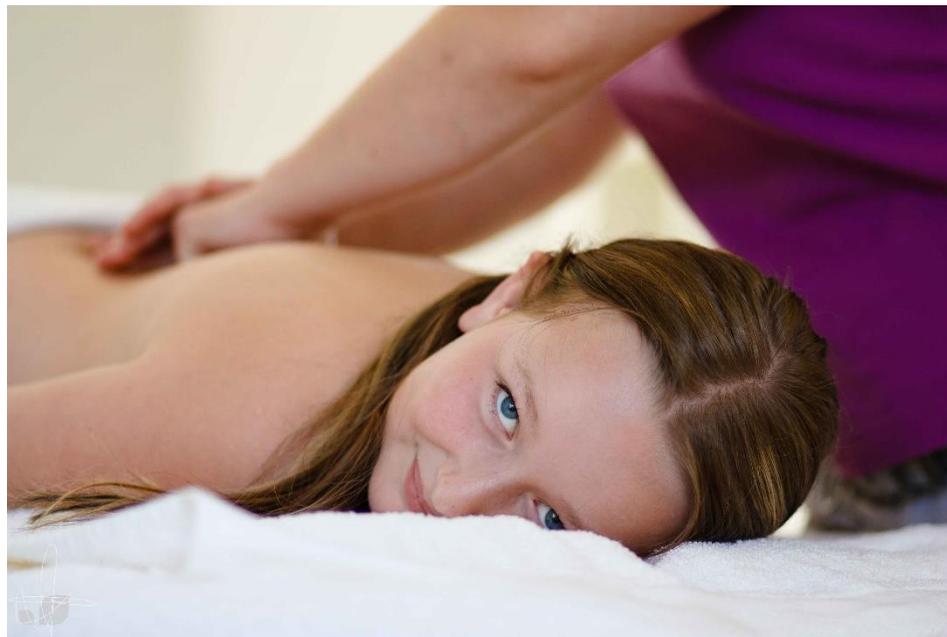
Auf Anfrage bin ich gerne bereit, Paaren grundlegende Massagegriffe zu lernen, damit sie sich auch zu Hause von ihrem Partner verwöhnen lassen können.

„BEA“ KINDER- UND BABYMASSAGE

Auch unsere Kleinen sollen nicht zu kurz kommen, denn auch sie werden schon oft mit Verspannungen und Blockaden geplagt. Individuell stelle ich gerne eine Behandlung zusammen, damit auch eure Liebsten wieder unbeschwert die Welt erkunden können. Bis 14 Jahre.

Dauer: 30 Minuten

Preis: € 28,-

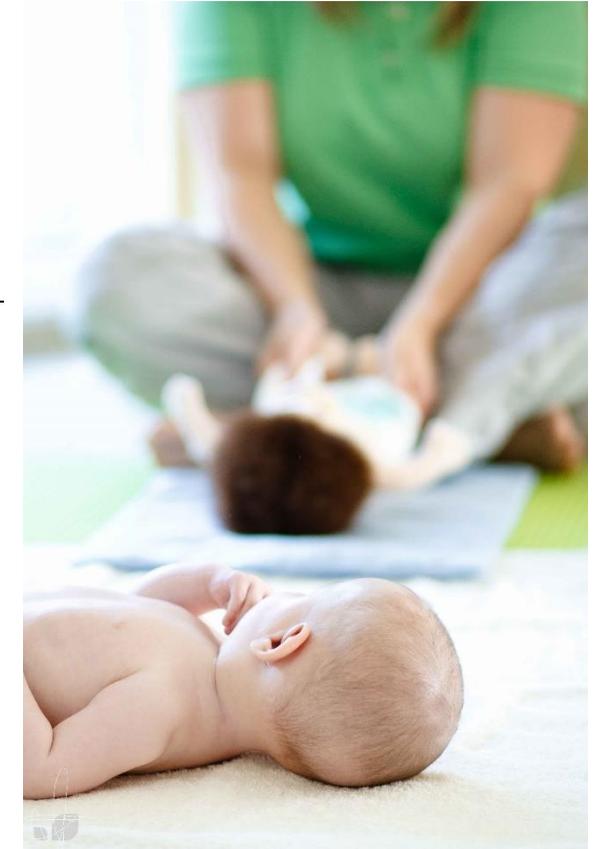


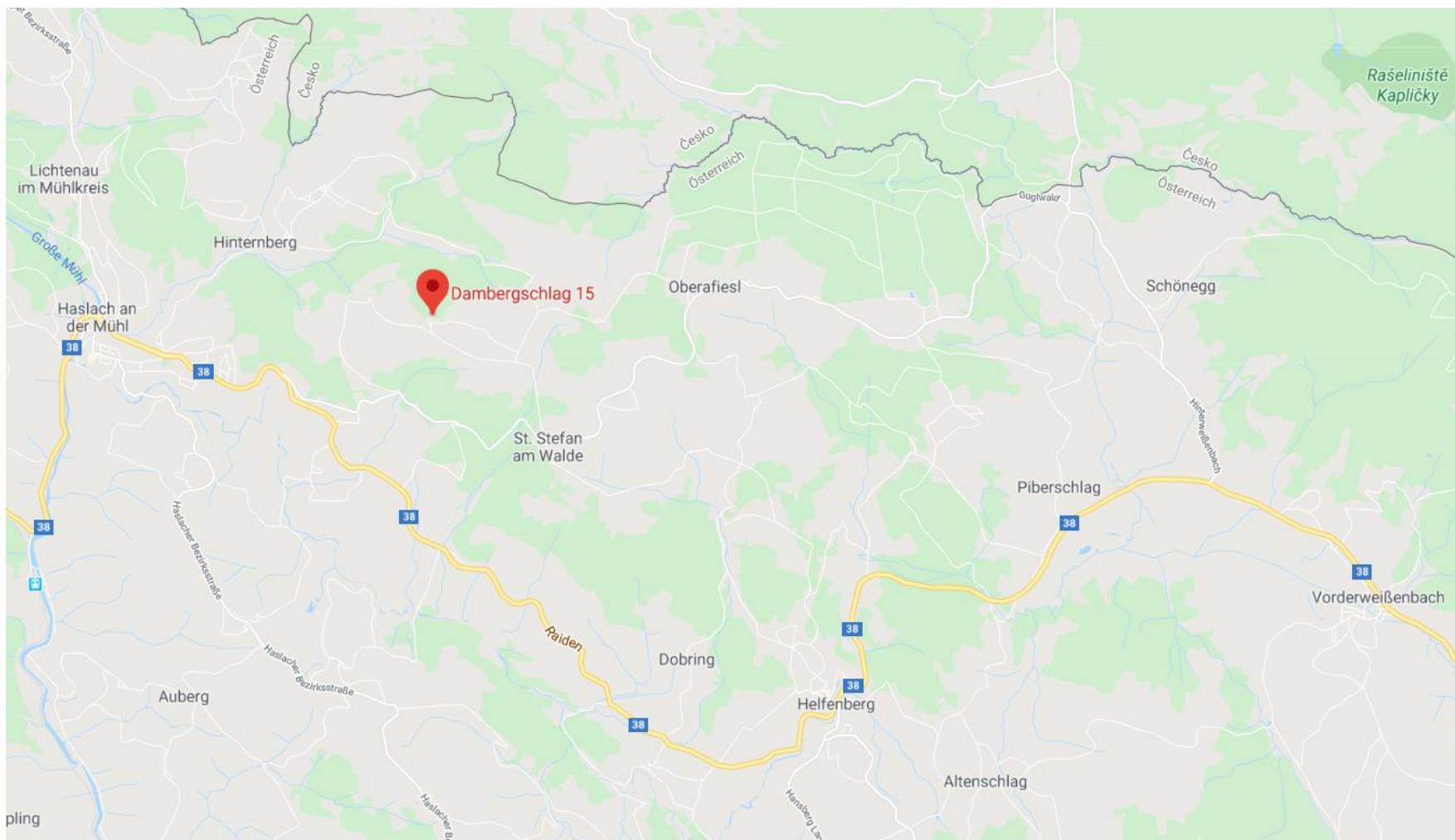
BABYMASSAGEKURS

Die Mütter bzw. Väter erlernen die indische Babymassage nach Frederik Leboyer. Mitunter werden auch Klangschalen und Griffe aus der Fußreflexzonenmassage eingebaut. Es kann auch die Babyzeichensprache erlernt werden. Es kann auch die Babyzeichensprache erlernt werden. Gemütliche Gruppe mit bis zu 4 Teilnehmer/Kurs. Die Termine gestalte ich nach Bedarf und Anfrage.

Dauer: 4 x 60 Minuten

Preis: € 80,-





Birgit Prieschl-Höller
bea

Bewusstsein | Entspannung | Ausgleich

Massageinstitut „bea“

Birgit Prieschl-Höller

Dambergschlag 15

4170 St. Stefan - Afiesl

0664/2267452

birgit@massage-bea.at

www.massage-bea.at