









## **Schwangerschaftsmassage**

Kurs / Workshop

# Schwangerschaftsmassage

In einer unkomplizierten Schwangerschaft ist eine Massage eine wohltuende Möglichkeit, um dich zu entspannen und deine körperlichen Veränderungen während dieser besonderen Zeit zu unterstützen. Dein Körper leistet viel, und es ist ganz normal, dass du Rückenschmerzen verspürst, deine Beine schwer werden und deine Beweglichkeit eingeschränkt ist – schließlich trägst du zusätzliches Gewicht.

Eine Schwangerschaftsmassage kann verschiedene Beschwerden lindern und dir helfen, dich besser zu fühlen. Sie kann zur:

- Linderung und Lösung von Verspannungen, insbesondere im Schulter-, Nacken- und Rückenbereich
- Entlastung der beanspruchten Gelenke beitragen
- Minderung von Kopfschmerzen und Schlafstörungen beitragen
- Stress und Anspannung reduzieren
- Verbesserung der Hautelastizität beitragen
- Unterstützung einer gesunden Körperhaltung bieten
- Verbesserung der Durchblutung beitragen
- Reduzierung von Wassereinlagerungen, insbesondere in den Beinen, beitragen

Buche Dir bei einer ausgebildeten Physiotherapeutin eine Massage. Sie selbst ist Mama und kennt die Schwachstellen des Körpers während oder nach einer Schwangerschaft. Lass dich verwöhnen und nutze die 30 min als Power-me-Time für Körper und Geist. Männer sind natürlich auch herzlich Willkommen.

30 Minuten Schwangerschaftsmassage 49€

Bitte denke daran, den <u>Anamnese-Fragebogen Schwangerschaftsmassage</u> für die erste Massage ausgefüllt mitzubringen. Erscheine bitte auch 5 Minuten vor dem Termin, um sicherzustellen, dass diese administrativen Aufgaben nicht in die Massagezeit fällt und somit die tatsächliche Massagezeit verkürzt wird.

Was?

Wann?

**Art des Angebots** 

Termin(e)

Kurs / Workshop





### **Link zum Angebot**

Weiter zum Angebot

### **Kursleitung/Ansprechperson**

Janine Lorenz

#### **Alter des Kindes**

vor der Geburt

# **Anmeldung**

## **Anmeldung erforderlich**

Ja

## **Weitere Angaben zur Anmeldung**

#### So buchst Du Dir Deinen Termin!

Drücke den Button "Buche deinen Termin", im Kalender suchst Du Dir deinen passenden Termin, ab für Montag oder Dienstag. Nach erfolgreicher Buchung bekommst Du eine Buchungsbestätigung

**Buche deinen Termin** 

## **Kosten des Angebots**

1 x 30 Minuten / 49 €

#### Anbieter"

## Wo?

#### **Studio Janine Lorenz**

Landgrafenstraße 50 53842 Troisdorf

# Trägerschaft

#### Art des Trägers

Freier Träger (privat-gewerblich)

# **Durchführende Organisation**

## Janine Lorenz - ganzheitliches Gesundheitstraiining für Frauen

Saturnstraße 25 53842 Troisdorf

## Name Kontaktperson

Janine Lorenz

#### **Telefon**

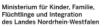
0177 / 318 80 69

#### **Email**

info@janine-lorenz.de

Bundesstiftung
Frühe Hilfen







### **Link Anbieter**

Weiter zur Homepage des Anbieters

## **Alle Angebote dieses Anbieters**

Andere Angebote dieses Anbieters



