sabrina blum

medizinische massage
naturkosmetik

bei dir sein!

fühl dich in meinen händen wohl!
die massage-therapien entspannen den körper.
die naturkosmetik-behandlungen verwöhnen die haut.
schalte ab, besinne dich auf dich und geh erholt heim.
die sonne wird dir ins gesicht strahlen!
und du lächelst.

massage-therapien

vor den massage-therapien gut zu wissen

bevor ich mit der massage-behandlung beginne, eruieren wir im gespräch deine beschwerden. danach definieren wir die passende methode. für hartnäckige leiden braucht es meist mehrere behandlungen.

meine massage-therapien sind bei den meisten schweizer krankenkassen unter der alternativen zusatzversicherung anerkannt.

bitte kläre deine rückvergütungen persönlich mit deiner versicherung ab. danke.

medizinische massage

60 minuten – 120 chf / 90 minuten – 180 chf

die klassische medizinische massage löst verspannungen, fördert die durchblutung, wirkt tonisierend und regt den stoffwechsel sowie verdauungsvorgänge an. sie begünstigt die sauerstoffzufuhr und den austausch zwischen den verschiedenen geweben des organismus. ideal nach körperlichen belastungen wie sport, aber auch bei stresssymptomen.

fussreflexzonentherapie

40 minuten – 110 chf

die fussreflexzonentherapie ist ein ganzheitliches heilverfahren. der mensch wird dabei holistisch betrachtet und behandelt. sie stellt den energiefluss wieder her, baut spannungen ab und lindert schmerzen.

lymphdrainage

60 minuten – 120 chf

die lymphdrainage ist eine massagetechnik, bei welcher der abbau von überschüssiger flüssigkeit, die sich im körper angesammelt hat, durch das unterstützen der lymphgefässe unterstützt wird. diese massageform kann hilfreich sein bei schwellungen, berührungsempfindlichkeit, infektionen, hormonungleichheiten oder bei müdigkeit.

wirbeltherapie nach dorn

60 minuten – 120 chf

die wirbeltherapie nach dorn ist eine sanfte methode, die zur behandlung von beschwerden des bewegungsapparates zum einsatz kommt. während der behandlung bringt man wirbel und gelenke mit gekonnten griffen in ihre richtige position zurück. dein aktives mitmachen ist gefragt.

naturkosmetik-behandlungen

vor den behandlungen gut zu wissen
bitte erscheine nach möglichkeit ungeschminkt und gönn dir nach der behandlung ruhe in der heimischen wohlfühloase.

plane zwei stunden zeit für dich ein. danke.

trockene oder fettige haut
145 chf
bei trockener haut verleihe ich dir eine nährende pflege. bei fettiger haut stellen wir das gleichgewicht mittels einer talgregulierenden crème wieder her.

frischekick
165 chf
ich gönne deiner haut eine revitalisierende multivitamin-behandlung, die kraftvolle wirkungsstoffe enthält und dir einen frischen teint verleiht.

couperose
145 chf
falls deine haut an gewissen stellen im gesicht hautrötungen oder äderchen ausweist, mildere ich die mittels einer passenden pflege. gut wäre, wenn du dieses produkt danach auch zu hause nutzt. die tube der naturkosmetik-marke phyts kostet 49 chf.

akne
125 chf / im abonnement à 6 für * 630 chf
akne taucht meist im teenageralter auf. um diese gerade in dieser wichtigen zeit nervende nebenerscheinung des hormonsystems einzudämmen, wende ich eine tiefenreinigung sowie die passenden produkte pro hauttyp an. idealerweise buchst du ein abonnement für mehrere behandlungen im abstand von je 7 bis 10 tagen, dessen preis ich reduziert habe (630 chf anstatt 750 chf für sechs behandlungen).

ich arbeite mit der naturkosmetik-marke phyts
die formulierungen sind zu 100 prozent natürlichen ursprungs, sie enthalten keine synthetischen konservierungs- oder farbstoffe. die gesamte linie ist gemäss den anforderungen des labels cosmébio zertifiziert. hergestellt werden die hautpflegeprodukte unter gerechten arbeitsbedingungen in cahors, frankreich.

was mir nebst diesen tollen facts gefällt?
die naturkosmetik-produkte riechen angenehm, ziehen rasch in die haut ein und sind preislich erschwinglich.

gern berate ich dich persönlich.

+41 (0)79 362 73 60 | erholt@sabrina-blum.ch | sabrina-blum.ch