



*Raum schaffen  
für wohltuende  
Berührungen*

*Ihr Stadt-Oase Team*

## MASSAGEN

### IN DER STADT-OASE

#### KONTAKT:

Stadt-Oase  
Praxisgemeinschaft  
1. Stock  
Mainzer Landstr. 90  
60327 Frankfurt  
Tel. 069-74 308202  
mobil: 0178-89 56 425  
@: kontakt@stadt-oase.net

Internet: [www.stadt-oase.net](http://www.stadt-oase.net)

Gegen Abend oder am Wochenende  
gibt es meist freie Parkplätze in der Umgebung,  
Parkhaus: Hauptbahnhof Nordausgang  
Fußweg vom Hauptbahnhof: nur 5 Minuten

### **Ganzkörper Massage**

Bei einer Ganzkörpermassage werden alle Körperbereiche mit Öl massiert; großflächiges Ausstreichen wechselt mit pointierten und Verspannungen lösenden Klopf- und Knet-techniken ab. Ein Tee oder ein Kaltgetränk schliessen die Behandlung ab.

**45 min: 40 Euro**

**60 min: 50 Euro**

**75 min: 70 Euro**

(inkl. Vorgespräch, Nachruhezeit und Getränk)

### **Hot Stone Massage**

Die schwarzen Basaltsteine werden erwärmt und auf Ihren Rücken gelegt. Die Hot Stone Massage wird mit einer Ganzkörpermassage kombiniert. Die Behandlung löst Muskelverspannungen. Mit ruhiger Musik. Zum Abschluss genießen Sie einen Tee oder einen erfrischenden Fruchtsaft Ihrer Wahl.

**Dauer: 75 min**

**Preis: 70 Euro**

(inkl. Vorgespräch, Nachruhezeit und Tee)

### **Lomi-Lomi Massage**

Bei dieser hawaiianischen Berührungskunst wird der Körper zu Musik mit langen rhythmischen Strichen von Kopf bis Fuß berührt und bewegt. Massiert wird mit warmem Öl, den Unterarmen und den Händen. Langsame, sanfte Massagestriche fließen über den ganzen Körper - im Wechsel mit dynamischen und kraftvollen Berührungen.

**Dauer: 75 min**

**Preis: 70 Euro**

(inkl. Vorgespräch, Nachruhezeit und Tee)

### **Ayurveda Abhyanga**

Bei der sanften Abhyanga Anwendung wird mit viel Öl gearbeitet. Sie wirkt verzügend und harmonisiert die Körperenergien, sorgt für eine gesunde Ausstrahlung und einen lebendigen Gesichtsausdruck, die Verbesserung der Blutzirkulation und die Stärkung der körperlichen Leistungsfähigkeit.

Je nach Konstitutionstyp (Vata, Pitta, Kapha) werden die Öle ausgewählt.

Hinweis: da wir derzeit keine Duschmöglichkeit bieten können, wird mit etwas weniger Öl als bei der klassischen Abhyanga Anwendung gearbeitet. Nach der Massage wird das Öl mit einem Handtuch abgetupft.

**Dauer: 75 min**

**Preis: 70 Euro**

(inkl. Vorgespräch, Nachruhezeit und Tee)

### **Tiefengewebsmassage**

Eine Tiefengewebsmassage orientiert sich an der Bewegungseinschränkung der Faszien, die den ganzen Körper umhüllen. Sie wirkt lösend und kann darunterliegende Strukturen aus Blockaden befreien. Besonders empfohlen bei Rückenschmerzen, Migräne oder Menstruationsbeschwerden.

**Dauer: 30 min / 60 Min**

**Preis: 30 Euro / 50 Euro**

### **Periostmassage**

Die Periostmassage (Knochenhautmassage) setzt kräftige Impulse an sensiblen Knochenhautregionen des Kopfes. Eine spezielle Migränetherapie nach Kern liegt der Technik zugrunde, dabei werden Knochenhaut und Bindegewebe durchblutet und regeneriert. Migräne oder Spannungskopfschmerzen lassen sich dabei wirksam reduzieren.

**Dauer: 30 min / 60 min**

**Preis: 30 Euro / 50 Euro**

### **Fußreflexzonen Massage**

Die Fußreflexzonenmassage geht davon aus, dass sich auf den Fußsohlen bestimmte Zonen befinden, von denen feste Verbindungen (Reflexwege) zu den übrigen Körperregionen bestehen. Wie auf einer Landkarte sollen sich alle Organe auf den Fußsohlen wiederfinden. Die Technik ist eine punktuelle Druckmassage an den Füßen, Sie können die Fußreflexmassage bekleidet genießen.

**Dauer: 30 min / 60 min**

**Preis: 30 Euro / 50 Euro**

### **Schwangerschaftsmassage**

Bei einer Schwangerschaftsmassage achten wir je nach Schwangerschaftsmonat auf die gute Verträglichkeit der Massagegriffe. Die Bauchlage wird vermieden, es bieten sich sehr sanfte Methoden an, um das stark beanspruchte Muskelgewebe im Lendenwirbelbereich, bzw. des Rückens, sanft zu lockern und einen evt. Beckenschiefstand zu korrigieren.

Gönnen Sie sich die Auszeit, wir verwöhnen Sie fachkundig!

**Dauer: 60 min**

**Preis: 50 Euro**

### **Cranio Sakral**

Eine Cranio Sakral Behandlung bringt auf subtile Weise Lösung von Blockaden und Anspannungen. Der Liquor, der zwischen dem Cranium (Schädelknochen) und Sakrum (Kreuzbein) pulsiert, wird angesprochen und intensiviert. Die Methode wird empfohlen bei Migräne, Tinnitus und Rückenschmerzen.

**Dauer: 60 min**

**Preis: 50 Euro**

### **Gutscheine & Sonderkonditionen:**

Gerne senden wir Ihnen gegen Vorabüberweisung eines Gutscheinwerts von mindestens 30 € einen Gutschein zu, kontaktieren Sie uns per Mail oder Telefon!

### **Kennenlernangebot:**

Für Neukunden bieten wir 3 Behandlungen Ihrer Wahl für 100 Euro an, gerne senden wir Ihnen hierzu einen Gutschein zu. Nicht übertragbar.

### **Treue-Angebot:**

5 oder 6 x eine 75-minütige Behandlung à 250 / 300 €, nicht übertragbar.

### **Die Behandlerinnen:**

**Manuela Gozo** ist als medizinische Masseurin in einer Massagepraxis beschäftigt, in der Stadtoase entfaltet sie ihre Qualitäten als passionierte Wellnessmasseurin. Mit heißen Steinen, einer Ganzkörpermassage oder Lomi-Lomi Anwendung schafft sie ein unvergessliches Erlebnis für ihre Kunden.

**Thea Burgbacher** bringt ihre Kenntnisse aus den Bereichen Osteopathie, Meridianlehre, u.v.m. auch im Wellnessbereich ein. Dabei ertastet sie zielsicher die verspannten Körperstellen und befreit störende Blockaden. Die energetisierenden Techniken führen in eine tiefe Entspannung lassen den Alltagsstress leicht vergessen.

Kontaktmöglichkeiten und weitere Infos finden Sie unter [www.stadt-oase.net](http://www.stadt-oase.net)