



# Sahaarha

In Balance mit **Ayurveda**



Ayurveda – Die indische Wissenschaft vom langen gesunden Leben ist eines der ältesten Gesundheitssysteme der Welt. Mit einer großen Bandbreite an Behandlungsmethoden hilft Ayurveda die Balance und Gesundheit in unserem Leben zu erhalten und zu erneuern. Die ayurvedischen Massagen wirken besonders wohltuend und ausgleichend. Sie werden mit warmen Ölen, speziell für die individuelle Konstitution, durchgeführt.



### Ganzkörpermassage

Warme, typgerechte Öle regen die Entgiftung und den Lymphfluss an.

60 min. für 45 €

### Kopf-/Gesichtsmassage

Haare, Kopf, Nacken, Schultern und Dekolleté werden mit Ölen verwöhnt und entspannt.

45 min. für 35 €

### Fußmassage

Durch die Ölung der Füße werden Anspannung, Stress und Hitze aus dem Körper geleitet.

45 min. für 35 €

### Rückenmassage

Massage mit Kräuterölen, die Verspannungen und Schmerzen ausgleicht.

45 min. für 35 €

### Stirnguss mit Gesichtsmassage

Ein Strahl aus warmem Öl schenkt den Zustand von tiefer Entspannung.

30 min. für 30 €

### Seidenhandschuhmassage/Kräuterstempelmassage

Durchblutung und Stoffwechsel werden angeregt.

45 min. für 35 €



Sabine Haarhaus

Zertifizierte Ayurveda-Wellness-Beraterin

Ayurvedische Babymassage

Im Nöckel 2 • 51647 Gummersbach • Tel. 0 22 61/6 48 88

In Lindlar auch in den Räumlichkeiten von:

Kosmetik im Fachwerkhaus

Ursula Becker-Schöllnhammer

Stolzenbach 16 • 51789 Lindlar • Tel. 0 22 66/80 95

[www.kosimfa.de](http://www.kosimfa.de)