



*Schenke dir selbst jeden Tag  
die schönsten Momente,  
und bade Körper, Seele und  
Geist in innerer Harmonie.*  
(Sarah Bernhardt)

Wir benutzen besondere Bio-Pflanzenöle (Sesam, Kokos) und Ghee zum Massieren. Öle unterstützen den Entschlackungs- und Entgiftungsprozess des Körpers über die Haut. Schlacken werden vom Öl aufgenommen und über die Haut abtransportiert. Die Haut wird durch die Öle auch genährt, geschützt und stabilisiert. Die entspannende Wirkung einer Massage wird durch warmes Öl (Erwärmung auf Körpertemperatur) noch verstärkt. Öle sind Nervennahrung von innen und außen.



### Dien-Chan\*-Gesichtsmassage, 60 Min. 65 €

Dien-Chan-Gesichtsreflexzonenmassage. Das menschliche Gesicht spiegelt jede Störung des Gleichgewichts und jede Stauung des Energieflusses im Körper und den Organen wieder. Die Methode bedient sich der Gesichtsdagnostik und der Akupressurpunkte im Gesichtsbereich, um Muskelverspannungen zu lösen, Schmerzen an verschiedensten Stellen des Körpers zu lindern und die Blockade des Energieflusses zu beheben. Sie fühlen sich ganzheitlich wohl, vital, frisch und ausgeglichen.

### Dien-Chan\*-Bodymassage, 60 Min. 65 €

Hilft dem Körper, gesund und entspannt zu bleiben. Die Körpermassage kann schnell Schmerzen lindern, Müdigkeit abwehren und Probleme wie Muskelverspannungen und steife Muskeln reduzieren.

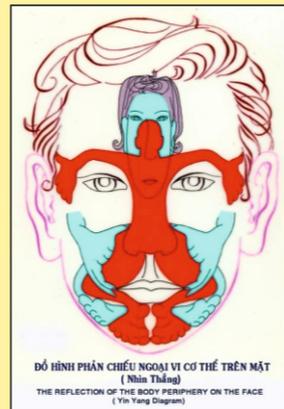
### Dien-Chan\*-Massage, 30 Min. 32 €

Rücken, Schulter, Nacken.

### Dien-Chan\*-Massage, 120 Min. 109 €

Gesichts- und Bodymassage.

\* Dien Chan ist eine in 1980 vom vietnamesischen Professor Bui Quoc Chau erfundene Therapiemethode. Es wird mit Händen und Massagewerkzeugen gearbeitet. Er ist ein erfahrener TCM-Therapeut und -Akupunkteur.



### Vita

Ausbildung zur Krankenschwester von 1996 bis 1999 in Hanoi / Vietnam.

### Abgeschlossene Seminare:

- Dien-Chan-Gesichtsreflexzonenmassage
- Gesichts- und Körpermassage
- Klangschalentherapie
- Indische Kopfmassage
- Ayurveda-Therapeutin
- Massage-Schröpfen
- Hot-Stone-Massage
- Aroma-Therapeutin



Tel.: +49 (0) 83 42 - 29 68  
Web: [www.Thoa-Massage.de](http://www.Thoa-Massage.de)  
E-Mail: [Info@Thoa-Massage.de](mailto:Info@Thoa-Massage.de)  
Facebook: Thoa's Wellnessmassage

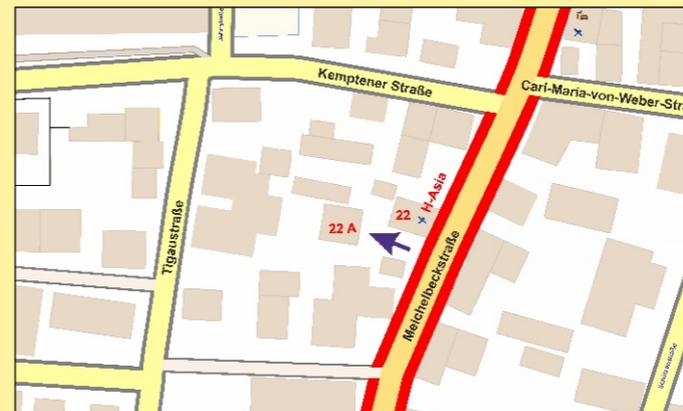
### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 9:00 - 18:00 Uhr  
Samstag: 9:00 - 12:00 Uhr  
Termine nach Vereinbarung

Thoa's Wellnessmassage • Inhaber: Thi Thoa Deibler  
Meichelbeckstr. 22 A • D - 87616 Marktoberdorf  
Einzelunternehmen • St.-Nr.: 125/210/50525

So finden Sie uns:

Quellen: OpenStreetMap / pixabay




# Thoa's Wellnessmassage

**Entspannung**

**Harmonie**

**Gesundheit**

*Lerne loszulassen,  
das ist der Schlüssel  
zum Glück*  
(Buddha)

Ich freue mich auf Sie!

Thoa

**Ayurveda** ist ein ganzheitliches medizinisches System, das in Indien entstanden und dessen Anwendung dort weit verbreitet ist. Das Wort „Ayurveda“ stammt aus dem Sanskrit und bedeutet „Wissenschaft des Lebens“. *Ayu* bedeutet so viel wie „Leben“ oder „tägliches Leben“ und *Veda* bedeutet „Wissen“. Seit über 5000 Jahren wird diese Heiltechnik täglich in Indien angewandt.

**Aromamassage, 60 Min. 65 €**

Eine Massage, die das persönliche Wohlbefinden steigert und das Immunsystem stärkt. Die ätherischen Öle werden gezielt auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt. Der Lymphfluss, die Durchblutung und der Stoffwechsel werden angeregt.



**Kundalini-Rückenmassage, 45 Min. 49 €**

Diese besondere ayurvedische Rückenmassage löst Verspannungen und Energieblockaden. Somit werden nicht nur Rückenverspannungen, sondern auch Müdigkeit vorgebeugt. Besonders intensiv wirkt hier das ayurvedische Kräuteröl.

**Padabhyanga-Fußmassage, 30 Min. 32 €**

Diese Fußmassage vertreibt Müdigkeit, Taubheitsgefühle und Erschöpfung. Ein gesundes Nervensystem in der Wirbelsäule, und damit gute Reizleitungen zu allen Organen werden gefördert.

**Shiroabhyanga Kopfmassage, 30 Min. 32 €**

Die Shiroabhyanga vermehrt Prana. Die Ölmassage des Kopfes verhilft zu mehr geistiger und körperlicher Frische. Verspannungen und Müdigkeit werden gelindert, der Teint wird verbessert.

**Abhyanga\*, 60 Min. 65 €**

**Abhyanga\*, 90 Min. 95 €**

Diese Ganzkörper-Öl-Massage mit warmen pflanzlichen Ölen dringt tief in die Haut ein. Die Massage beruhigt die Nerven, löst Verspannungen und trägt zur Entgiftung bei. Dadurch kommt es zu einem hohen Wohlfühleffekt.

**Abhyanga\* intensiv, 120 Min. 129 €**

Zusätzlich mit Shiroabhyanga Kopfmassage.

\* Abhyanga bedeutet im Alt-Indischen so viel wie „große Einölung mit liebenden Händen“.

**Klangmassage, 10 Min. 10 €**

Gut geeignet als Abschluss von anderen Massagen.

**Klangmassage, 60 Min. 65 €**

Bei dieser Form der Klangschalenmassage werden neun Schalen um und auf den Körper des Klienten gestellt. Durch die harmonischen Klänge wird der Mensch in einen Zustand der Tiefenentspannung versetzt, der sich auf das Unterbewusstsein auswirkt, was die Lösung seelischer Probleme erleichtern und Stress abbauen kann.

**Klangmassage mit Vollmondschale und warmem Wasser für Rücken, 30 Min. 32 €**

Durch das Wasser in der Klangschale werden Verspannungen in Rücken, Nacken und Schulter reduziert.



**Klassische Bodymassage, 60 Min. 55 €**

**Klassische Bodymassage, 90 Min. 79 €**

Eine Massage hat nicht nur entspannende Wirkung, sondern wirkt sich auch positiv auf Ihr seelisches Wohlbefinden aus.

Körpermassage hilft dem Körper, gesund und entspannt zu bleiben. Sie hilft bei der Zirkulation des Blutes, fördert den Fluss der Lymphe und führt dazu, dass Giftstoffe aus den Zellen ausgeschieden werden, wodurch das körpereigene Immunsystem angeregt wird. Die Massagebewegungen regen außerdem das Kreislaufsystem an.

**Intensive Bodymassage, 120 Min. 109 €**

Mit Kopfmassage.



**Rückenmassage, 30 Min. 32 €**

Mit Schultern und Nacken.

Ganztägige Büroarbeit im Sitzen führt häufig zu einem schmerzenden Nacken mit verspannten Muskeln. Diese Massage lockert und entspannt die Muskeln und sorgt so für Wohlbefinden.

**Fußmassage, 60 Min. 55 €**

Mit Fußbad (ca. 10 Min.).

**Indische Kopfmassage, 45 Min. 45 €**

Die indische Kopfmassage umfasst nicht nur die Kopfhaut, sondern auch den oberen Rücken, den Nacken, die Schulter und das Gesicht. Verspannte Muskelpartien und der Nacken werden gelockert, die Durchblutung der Kopfhaut angeregt und Giftstoffe aus dem Körper abtransportiert.

**Hot-Stone-Massage, 75 Min. 69 €**

Die intensive Wärme der Basaltsteine bringt den Körper wieder in Harmonie und Gleichgewicht, aktiviert die Selbstheilungskräfte und steigert das Wohlbefinden. Die Kombination aus tiefgehender Massage und Wärme kann den Lymphfluss anregen. Muskelverspannungen und -verhärtungen können sich lösen. Besonders wohltuend bei Nacken- und Schulterschmerzen.

**Massage-Schröpfen, 60 Min. 65 €**

Schröpfen ist eine alternative Chinesische Medizin. Sie bietet mehrere Vorteile, darunter die Förderung der Durchblutung von Muskeln und Gewebe, Lockerung von Muskeln, Entgiftung, Versorgung der Zellen mit Sauerstoff und Nährstoffen.

Anstatt Druck auf die verschiedenen Körperstellen auszuüben, um zu Heilen, nutzt das Massage-Schröpfen die Saugwirkung von Kunststoffschalen, um Haut, Gewebe und Muskeln nach oben zu ziehen.

Es werden Schultern, Nacken, Rücken und Kopf massiert.

