



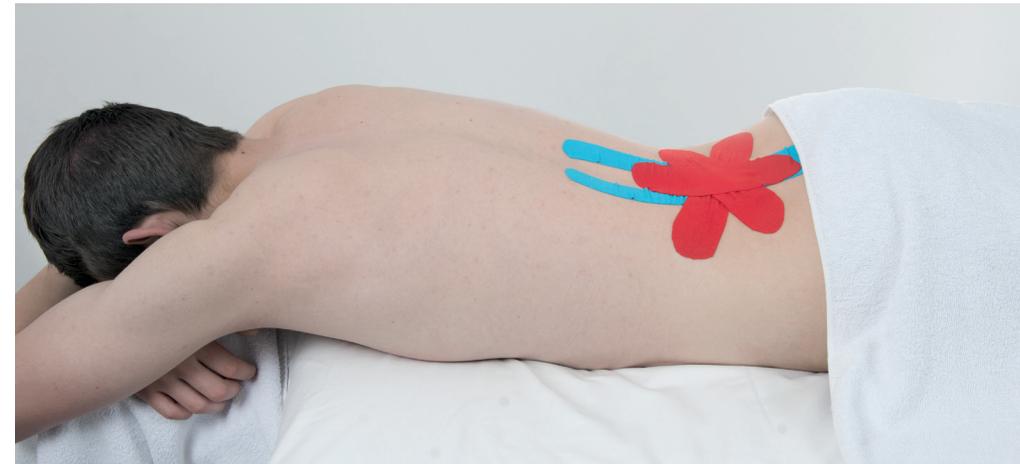
www.herkules-artwork.at

HERBERT ÖTTL, Heilmasseur und Sportmedizinischer Betreuer

ICH FREUE MICH AUF IHREN KONTAKT:

Telefon: 0676 / 658 46 23

4101 Feldkirchen/Donau, Lacken 58
e-mail: herbert@ihr-masseur.at



KINESIO-TAPING



Kinesio-Taping wurde von Dr. Kenzo Kase entwickelt, um die Patienten auch nach der Therapie noch zu unterstützen und einen langfristigen Therapieerfolg erzielen zu können. Mit den Tapes wird der Tonus der Muskulatur verändert und sie werden auch zur Korrektur von Fehlhaltungen und zur besseren Verschiebbarkeit von Fascien verwendet.
Anwendung: Bei Muskel- und Gelenksbeschwerden, bei Fehlstellung, Schmerzen durch Verspannungen (Impingementsymptomatik, Schulterinstabilität, Epicondylitis, Karpaltunnelsyndrom, Rhizarthrose, Hallux valgus, usw.)



MANUELLE LYMPHDRAINAGE



Neben dem venösen Abfluss verfügt der menschliche Körper auch über ein Lymphgefäßsystem, durch welches in etwa zwei Liter Lymphflüssigkeit am Tag abtransportiert werden. Durch die manuelle Lymphdrainage kann diese Abflussmenge um das Zehnfache gesteigert werden.
Anwendung: Bei Ödemen, nach Traumen (Brüchen, Bänderriss, Zerrung usw.), bei Blutergüssen, vor und nach Operationen – besonders im Gesicht (Zahn-Kiefer OP, Lifting) – um die Schwellung und Verfärbung zu verringern. Zum Entspannen und Wohlfühlen.



ZEIT ZUM WOHLFÜHLEN ZEIT FÜR SICH SELBST



Klassische Massage
Bindegewebsmassage
Fußreflexzonenmassage
Akupunkt-Massage
Kinesio-Taping
Manuelle Lymphdrainage





KLASSISCHE MASSAGE



Die klassische Massage kann auf eine lange Geschichte und Tradition zurückblicken. Leider ist diese Therapieform mit dem Aufkommen von Schmerzmitteln in den westlichen Ländern etwas in Vergessenheit geraten. Eine Schmerztablette ist billiger und wirkt auch oft schneller – aber damit behandelt man nur die Symptome und nicht die Ursache.

Anwendung: Bei Muskelverspannungen und -verkürzungen, bei schmerzbedingter Bewegungseinschränkung, zur Verstärkung der Durchblutung und zum Abtransport von Schlackenstoffen, zur Entspannung und zum Wohlfühlen.



BINDEGEWEBSMASSAGE



Die Bindegewebsmassage ist eine Reflextherapie. Unser Körper ist in Segmente unterteilt und jedes dieser Segmente wird von einem Spinalnerv versorgt. Durch einen Reiz im Bindegewebe wird eine reflektorische Reaktion in Muskeln, Organen, Gefäßen oder Knochen ausgelöst, welche einen Heilungsprozess einleiten kann.

Anwendung: Vorwiegend bei subakuten und chronischen funktionellen Störungen und Beschwerden. Bei Schmerzen, Verkrampfungen, Durchblutungsstörungen, Verdauungsproblemen und anderen vegetativen Regulationsstörungen.



FUSSREFLEXZONEN- MASSAGE



Im Fuß widerspiegeln sich der Mensch als Mikrosystem und somit auch die Probleme des Körpers. Durch gezielten Druck in den betroffenen Bereichen kommt es zu Reaktionen im Körper, welche in weiterer Folge zur Heilung führen können.

Anwendung: Grundsätzlich ist die Reflexzonentherapie bei allen Menschen anwendbar. Behandelbar sind beinahe alle Probleme; besonders bei Organstörungen, aber auch bei muskulären Problemen hat sich diese Therapie oft als wirksam erwiesen (Verdauungsprobleme, Stoffwechselstörungen, Hämorrhoiden, Allergien usw.).



AKUPUNKT-MASSAGE



Der menschliche Körper wird von zwölf Hauptmeridianen durchzogen. Jeder dieser Meridiane ist einem Organ zugeordnet. Bei der Akupunkt-Massage werden Blockaden entlang dieser Meridiane gelöst, die Energie wird wieder zum Fließen gebracht und somit das Gleichgewicht wieder hergestellt.

Anwendung: Bei Energielosigkeit und Mattheit, bei Burnout, um das allgemeine Wohlbefinden wieder herzustellen, als Schmerztherapie, bei Beschwerden mit dem Bewegungsapparat uvm.