



Wellness an Bord

Entspannen mit Regina Kaiser

www.knitsnknots.ch



Rücken-, Arm- und Handmassage

Löst Verspannungen, lockert die Muskulatur und fördert die Durchblutung. Eine wohltuende Behandlung für mehr Beweglichkeit und ein angenehmes Körpergefühl.

Manuelle Lymphdrainage

Eine besonders sanfte und entspannende Massagetechnik, die den natürlichen Abtransport von Flüssigkeit im Gewebe unterstützt. Sie kann Schwellungen reduzieren, das Wohlbefinden steigern und zu einer tiefen Entspannung von Körper und Muskulatur beitragen.

Neurogene Faszientherapie

Eine sanfte Behandlung zur Entspannung von Faszien und Nervensystem. Durch gezielte Techniken werden Spannungen im Körper gelöst und die natürliche Beweglichkeit gefördert. Besonders wohltuend bei Steifigkeitsgefühlen am Morgen oder Beschwerden nach längerem Sitzen, Stehen oder Liegen.

Therapiedauer: 50 Minuten

Kosten: 150 Franken

Sämtliche Massagen können auf unserem Xoyondo-Kalender gebucht werden.