

Holistisk massasje:

Holistisk massasje bygger på klassisk svensk vevsmassasje, og er videreutviklet med et fokus på meditativ tilstedeværelse og helhetsfølelse. Timen tilpasses hver enkelt.

30/45/60/75/90 min 500/700/900/1050/1200 kr

Holistisk gravid massasje:

I denne timen ligger du på siden hvis du trenger det, og i halvveis sittende stilling mot slutten av timen. Vi bruker Maria Åkerberg sin gravidolje Lovely Mother Oil, som du også kan kjøpe i butikken. Den er mild med en søtlig aromaterapeutisk blanding, og god ift. å forebygge strekkmerker.

60/75/90 min 1000/1150/1300 kr

Aromamassasje:

Her brukes holistisk massasje, evt. lettere berøringsmassasje som teknikk, og oppvarmet olje med eteriske oljer. Om vinteren og ellers på forespørsel bruker massøren også oppvarmede kluter og håndklær underveis i timen. Det brukes mer olje enn i andre timer, da hovedfokuset er på aromaterapi, og massasjen blir derfor noe lettere selv om du velger holistisk massasje som grunnteknikk.

45/60/75 min 800/1000/1150 kr

Psychic massasje:

Denne timen innledes med måling av resonans og energi. Resonans gir et øyeblikks bilde av hvor du og behandleren kan kommunisere på et mer subtilt nivå, og energi viser hvor i ditt energisystem (og dermed også hvor i kroppen) du er aktivisert. Disse målene brukes delvis intuitivt og delvis bevisst til å utforme massasjen, som ikke nødvendigvis dekker hele kroppen eller er synkron fra side til side slik de fleste andre typer av massasje timer er. Det er et hovedfokus på respekt, og at ingenting skal endres. Du er god nok som du er, og vi søker heller å utvide komfortsonen enn å presse opp knuter eller spenninger i kroppen. Dersom du ønsker å ta med deg et tema inn i timen, har vi en kort innledende samtale om det.

75min 1050 kr

Hot Stone massasje:

Dette er en fast sekvens som enten varer i 60-75 min (inns್ಮoring med olje og massasje med lava stener) eller 1t 40-50 min (inns್ಮoring med olje, og like mye manuell massasje som med stener). Tidsbruk avhenger av kroppslengde og størrelse, slik at timen i praksis er tilnærmet lik for alle. Den er spesielt god for revmatikere, og for alle som ønsker bedre varme og sirkulasjon. Dersom du er gravid, har høyt blodtrykk, hjerte/karsykdom eller en alvorlig sykdom skal du ikke velge denne timen. Vi anbefaler at du tenker på å drikke ekstra veske / helst vann det siste døgnet før, inntil 30-40 min før timen, da får du økt effekt.

60-75 min / 1t40-50 min 1200/1650 kr

