



MAITRI
YOGA &
AYURVEDA
CENTER

GENUSS PUR FÜR DICH

TRADITIONELLE AYURVEDA-GANZKÖRPERMASSAGE
MIT WARMEN HOCHWERTIGEN
THERAPEUTISCHEN KRÄUTERÖLEN

75 Minuten zum Kennenlernpreis von 60 EUR
inkl. Vorbesprechung und Nachruhen

Reservierung per WhatsApp/SMS: Anna +43 650 812 5555

ABHYANGA - DIE KÖNIGIN DER AYURVEDISCHEN ÖLMASSAGEN

Die ayurvedische Ganzkörperölmassage Abhyanga ist ein Erlebnis - warmes Öl fließt über deine Haut und fachkundige Hände massieren dich einfühlsam, energetisierend und berührend. Auch Kopf und Gesicht werden einbezogen.

Aus gutem Grund wird die Abhyanga als „Königin der Ölmassage“ bezeichnet und ist die wichtigste und am häufigsten praktizierte Massage-Anwendung in einer Ayurveda-Kur. Die Behandlung verbessert die Blut- und Lymphzirkulation, mobilisiert die Entschlackung, entspannt die Muskulatur, unterstützt bei Schalflosigkeit und Stressabbau, entgiftet den Körper – und ist dabei natürlich auch eine pflegende Wohltat für deine Haut.

MAG. ANNA NARLOCH-MEDEK, BAKK.



verdankt ihre Yoga & Ayurveda Erfahrungen zahlreichen Reisen und zertifizierten Ausbildungen in Indien, Österreich und im EU-Raum:

- Ashtanga Yoga (500 RYT), Pre- & Postnatallyoga, Yoga für Senioren
- Yoga, Achtsamkeit & Meditation für Kinder und Jugendliche
- Ayurveda Gesundheitscoach für Kinder, Ayurveda Köchin
- Leiterin von Kinderyoga Ausbildungen mit Ayurveda-Schwerpunkt (Yoga Alliance zertifiziert)
- Ayurveda Therapeutin, Ayurveda Wohlfühpraktikerin i.A.

Gründerin und Eigentümerin des **MAITRI Yoga & Ayurveda Centers** im Herzen des Servitenviertels in der **Berggasse 17/4, 1090 Wien.**