



... y bienestar

MASAJE FACIAL ENERGÉTICO

50 min/ 40 €

...Levanta el ánimo y la sonrisa

Nuestro rostro refleja nuestros sentimientos y pensamientos, es decir, nuestro estado. Este masaje estimula puntos energéticos importantes en el rostro y armoniza el flujo de energía en los meridianos, relaja los músculos del rostro y le da al rostro un aspecto relajado e iluminado. Usted se sentirá también relajado e iluminado.

MASAJE HAWAIANO -ENERGYFLOW

2 h / 80 €

... El rey de los masajes, que aporta energía y confianza

Se sentirá como un niño después de un masaje energético hawaiano. Agradables estiramientos, masaje dinámico de los tejidos, contacto cuidadoso, ritmo y tranquilidad son algunas características de este masaje tradicional. Mediante movimientos dinámicos pero suaves con los antebrazos y manos se facilita la eliminación de las tensiones y bloqueos. Un masaje energético Lomi Lomi nui Kahi Loa completo equilibra la energía vital, puede tener un gran efecto curativo y dura 2h.

MASAJE AYURVÉDICO MARMAR

25 min/ 25 €

... Deléitese con un masaje energético ayurvédico y encuentre el equilibrio.

Mediante un masaje suave y circular de los puntos Marma de energía se liberan las tensiones y se recupera el flujo armónico del Prana (energía vital). Con aceite de sésamo templado y aceite de almendras se nutre la piel, los tejidos conjuntivos y articulaciones. La piel se tersa, el cuerpo se purga y el alma se libera.

50 min/ 45 €

70 min/ 65 €

MASAJE DE BIENESTAR – DETOX

60 min/ 70 €

... La fuerza de la lava, la sal y las hierbas curativas de esta "Isla mágica" tienen un efecto depurador y protector.

¡No deje pasar esta experiencia de bienestar definitiva! Un relajante masaje con los saquitos de hierbas aromáticas y piedras de lava para desintoxicar, proteger y acariciar los sentidos. La aplicación regular puede aliviar los dolores reumáticos.



Buddhacasa

Estudio de Yoga y mucho mas

...Oasis para el alma

Bienvenido a Buddhacasa, la casa de buda en La Palma.

... Recargue energías y sienta cómo se libera el alma

En **Buddhacasa** le esperan unas manos curativas en un entorno protegido para el trabajo de sanación y exigentes en su bienestar.

Ubicado cerca de la Plaza La Glorietta en Las Manchas. En 15 minutos llegar al oasis para el alma desde Los Llanos, El Paso y Puerto Naos. Las citas se conciertan solamente por teléfono.



Su Terapeuta Annette Harnisch dar clases de Yoga desde 1985 y trabaja desde 1986 como Fisioterapeuta con terapia corporal y fisioterapia integral. Desde 1990 trabaja como Naturòpata en su propia consulta en Berlin con homeopatía clásica y constelacion familiar .

Desde 1994 hasta 1997 se formó en Energy Network (Berlín) como psicoterapeuta corporal:

Terapia constelacion familiar sistemática, psicoterapia corporal y masaje energético y biodinámico, danza energética según Michael Barnett (parecido a Biodanza), EnergíaTerapia según Barbara Ann Brennan.

Ha realizado prolongados viajes formativos para visitar a sanadores en China, India, Tailandia, Nepal, Hawái y Perú.

Cuenta con años de formación en homeopatía, psicosisntesis, programación neurolingüística, chamanismo, trabajo corporal y osteopatía biodinámica (4500 horas) que complementan su trabajo.

Annette Harnisch desarrollo desde 1998 una terapia integral para la columna vertebral.

Mas informacion www.Buddhacasa.com/es

All informations in english at www.Buddhacasa.com/en

Alle informationen auf Deutsch

www.Buddhacasa.com/de

annette harnisch

Naturòpata / Psicologo / Fisioterapeuta

Cita previa : Lu. - Vi. 10:00-17:00 h

Tel.: (0034) **616 53 04 85**



Buddhacasa

Estudio de Yoga

Masaje para cuerpo & alma



... Bienestar para el alma

Buddhacasa
Las Manchas cerca de la Plaza la Glorita

Cita previa: Lu. - Vi. 10:00-17:00 h
Tel.: (0034) **616 53 04 85**



...Yoga y Salud integral

YOGA Y CONSCIENCIA

...Relajandose en cada situacion de la vida

El fortalecimiento del Yo consciente a través del yoga es la clave para una salud plena, para mejorar la energía vital y alcanzar la felicidad. Utilizando técnicas de yoga activamos el flujo de energía de los meridianos y facilitamos el equilibrio de todos los órganos y el refuerzo de nuestro cuerpo para favorecer la curación espontánea. Alimentamos nuestra alma, vaciamos la cabeza, adquirimos una mejor posición en varios aspectos, aprendemos a cargarnos de energía, a liberarla y dejamos que la tranquilidad nos invada. Nos relajamos en cada Asana (postura) y con el ejercicio esa relajación se transfiere a la vida cotidiana. La clase de yoga en grupo de 90 minutos están estructuradas para tratar todos los órganos y se adaptan a las necesidades y posibilidades individuales de los participantes, por ejemplo, yoga orientado a la columna vertebral, las hormonas, el corazón, el entrenamiento de la consciencia, etc. Al finalizar se sentirá vivo, relajado y en equilibrio. También Puedo preparar para usted un programa de ejercicios a medida de 10 sesiones individuales.

Precio: clase de 90 min. en grupo: 35,-€ al mes, si pagan suelto 12,-€ la clase / 90 min.
Clase individual a 25,-€ / 1h

SHIATSU / DEDOPUNTURA

...Encontrar el equilibrio y recargar energías

Siguiendo los principios de la medicina tradicional china, se equilibra el flujo de energía en los meridianos mediante técnicas de acupuntura específicas. Así se restablece la salud a nivel corporal, emocional y mental. Incluso la musculatura más profunda se relaja, las articulaciones y vértebras se alinean y se estimula el sistema linfático. Se estimulan todos los órganos y se activa la capacidad de curación espontánea. Este masaje japonés dirigido tanto al cuerpo como a la energía está indicado para toda la familia para problemas de espalda, de articulaciones y enfermedades internas. El Shiatsu ha demostrado ser eficaz también para el drenaje linfático y como complemento físico en procesos psicoterapéuticos.

Solo espalda — 20 min/ 20 €
Entero — 60 min/ 35 €
completo con diagnosis — 90 min/ 50 €

TERAPIA SACROCRANIAL

...La fuerza de un suave contacto, el camino del éxito

60 min/ 50€

90 min/ 65€

El sistema craneosacral está ligado al nivel más profundo de la fuerza vital. Mediante un contacto muy suave y un profundo conocimiento de las conexiones corporales se vuelve a enderezar esqueleto, se relajan los órganos, los tejidos y los nervios para recuperar el equilibrio y la armonía general. Se propicia la relajación de los tejidos y fascias, de modo que las estructuras óseas recuperan su posición, aspecto que se refleja en el plano anímico.

Este suave trabajo corporal está indicado para el tratamiento de la sintomatología relacionada con el estrés. También es apropiado para **dolores de espalda, desvíos vertebrales y en las articulaciones, hernias discales, después de un accidente, en caso de migrañas, tensión maxilar, tensión del suelo pélvico, dolores menstruales** y mucho más.

MASAJE HARA - AWARENESS

Masaje del vientre

45 min/ 35 €

...En el origen de nuestra energía vital

libera los órganos del abdomen de las tensiones y sustancias nocivas acumuladas, además de armonizar, centrar y unir el Chi con la tierra. Este masaje se utiliza para tratar problemas digestivos y abdominales, problemas de las vías respiratorias, como refuerzo en ayunos terapéuticos, en caso de desequilibrio anímico. Tras un tratamiento Hara, se sentirá ligero y anímicamente equilibrado.

MASAJE INTEGRAL - ESALEN

... El arte de tocar

30 min/ 25 €

60 min/ 45 €

90 min/ 65 €

Suave presión, movimiento pasivo de articulaciones, trabajo estructural en los músculos y meridianos, presencia y atención son algunas de las características de este masaje completo con aceite. Se estimula la circulación sanguínea, la piel y los órganos internos, se relajan los músculos, los nervios y las articulaciones y se equilibra el flujo de energía. Se eliminan los bloqueos a nivel físico y emocional. Este masaje está indicado para estimular el drenaje linfático.



...Fisioterapia integral

REPOSITION DE LA MANDIBULA SACROCRANIAL

40 min/ 35 €

60 min/ 50 €

OSTEOPATIA

De la columna vertebral, los articulaciones, organos, del suelo pélvico, suave y integral.

20 min / 20 €

30 min / 30 €

60 min / 50 €

TERAPIA DE LA COLUMNA VERTEBRAL

...El arte de la alineación

60 min / 35 €

Por minimo 5 sesiones !

basada en la visión de la osteopatía de Upledger, la medicina tradicional china, la cinesiología y la terapia física biodinámica según Wilhelm Reich y Gerda Boyesen.

90 min / 50 €

Por minimo 3 sesiones !

La movilidad de la columna vertebral, especialmente la de la zona cervical, es muy importante para nuestra energía vital. Un desplazamiento o bloqueo de una vértebra puede provocar la aparición de diferentes síntomas físicos, neurológicos y psíquicos: depresión, miedos, problemas en diferentes órganos, dolores de espalda, hernias discales, dolores de cabeza, desvío de cadera, paso inseguro, etc. Para abordar el tratamiento integral de la columna vertebral y los síntomas anteriormente indicados.

MASAJE TERAPEUTICO COMBINADO

25 min / 26€

50 min / 46 €

75 min / 65 €

...Fisioterapia integral manual combinada en un agradable masaje con aceite

Un masaje de la columna vertebral según el método Dorn/ Breuß combinado con técnicas de osteopatía biodinámica, acupuntura y cinesiología para lograr una suave relajación de la columna vertebral y las articulaciones, adaptado individualmente a sus necesidades. Indicado para el tratamiento de dolores de espalda, hernias discales, patologías vertebrales, desvíos vertebrales o de articulaciones, ciática, síndrome de pinzamiento, así como enfermedades internas y neurológicas. Este masaje está especialmente orientado a la columna vertebral, eje central del cuerpo.

REFLEJOTERAPIA PODAL

30 min/ 25 €

60 min/ 35 €

90 min/ 45 €