

---

## Wohlfühlmassage Erwachsene

### Genießen Sie eine entspannte Wohlfühlmassage!

Alltagsbedingte Verspannungen im Schulter-, Hals-, Arm- sowie Rückenbereich werden durch eine effektive und ganzheitliche Massagetechnik (nach Bruno Walter) spürbar gelöst.

Die Massage dient zur Lockerung der Muskulatur, mobilisiert Muskeln, Gelenke und die Wirbelsäule, Organe werden positiv stimuliert.

### Teilmassage 30 Min. 30,-€

(Rücken- oder Fußmassage) mit abschließender Gesichtsmassage\*

### Ganzkörpermassage 60 Min. 50,-€

(Rücken, Füße, Hände und Gesicht)

\*im Preis inbegriffen

## Kontakt

### Bettina Sedlmeier

Ahornweg 9  
83539 Pfaffing

Handy: **0151-235 544 80**  
(Tel. oder WhatsApp)

E-Mail: [bettina.sedlmeier@outlook.de](mailto:bettina.sedlmeier@outlook.de)

Internet: [www.bettinasedlmeier.de](http://www.bettinasedlmeier.de)

Termine nach Vereinbarung; Abend- und Wochenendtermine möglich.

Hausbesuche zzgl. Anfahrgeld:  
ab einer Entfernung von 5km 0,80 €/km

## Gutscheine

Sie suchen ein Geschenk?

Überraschen Sie  
mit einem **individuellen** Gutschein

Sprechen Sie mich an, ich berate Sie  
gerne.



## Wohlfühloase für Klein und Groß

Ein entspannter Mensch ist ein  
gesunder Mensch

Bettina Sedlmeier  
„zertifizierte Kursleiterin für Massagen  
nach Bruno Walter“

## Wohlfühlmassage in der Schwangerschaft

Gerade während der Schwangerschaft verändert sich der Körper der Frau.

Aus diesem Grund ist es umso wichtiger, dass Sie sich und Ihrem Baby die nötige Auszeit gönnen und die durch die Schwangerschaft bedingten Rücken- und Kopfschmerzen sowie Wasser-einlagerungen zu verringern.

### **Eine regelmäßige Massage in der Schwangerschaft schenkt Kraft und Entspannung.**

Die Massage (nach Bruno Walter) findet in Seitenlage oder im Sitzen statt und es wird mit hochwertigen Ölen massiert.

**Dauer: 60 Min. 65,-€**

## Babymassagekurse nach Bruno Walter

ab 4. Lebenswoche bis Krabbelalter

### **Kommen Sie und ihr Baby auf eine einfühlsame Reise in die Welt der Babymassage mit Ölen, Düften, Musik und Farben.**

Die harmonische Babymassage nach Bruno Walter stärkt die Bindung, gibt Vertrauen und ist eine Möglichkeit, optimale physische und psychische Entwicklungsvoraussetzungen für Babys zu schaffen - Koliken und Schlafstörungen können gelindert werden.

**3x 60-75 Min. 75,-€\***

(Kurse mit max. 4 Babys mit Mama oder Papa)

Einzelkurse oder Hausbesuche möglich:

**3x 60-75 Min. 95,-€\***

\*Preis inkl. Massageöl, Anleitung zu den Massagegriffen, Wasser und kleinen Snacks

## Kindermassagekurse nach Bruno Walter

von 3-9 Jahre

Kindermassage heißt, sich füreinander Zeit zu nehmen.

### **Besonders Kleinkinder sehnen sich nach liebevoller Berührung und Zeit mit Mama und Papa.**

Mit der Kindermassage können Sie dieses Bedürfnis auf eine wunderbare Weise erfüllen.

Der „Spaghettisieb“ fördert positive Selbstwahrnehmung, die „Bauchschaukel“ stärkt die Abwehrkräfte, der „Rückenkneifer“ entlastet und gleicht aus, das „Sandwich“ schult Konzentration und „Der Adler“ löst Blockaden.

Die Massage beruhigt und entspannt.

**Einzelmassage 30 Min. 25,-€**

**3x ca. 90 Min. 75,-€\***

**Elternkurse auf Anfrage  
(ohne Kinder)**