

Medical Wellness

Ayurveda Verwöhntag 130 €

Konstitutionsbestimmung, Vitalisierende Ganzkörper-
ölmassage, Marma - Gesichtsbildung mit Farb-
tiefenwärme, Svedana (Kräuter Schwitzbad)
Dauer: 2,5h

Ayurveda Atempause 110 €

Rückenmassage inkl. Kräuterauflage, Nacken-, Kopf-,
Gesichts- und Fuß-Massage. Anschließend ruhen Sie
noch einen Moment unter medizinischem Licht.
Ein besonderes Erlebnis. Nehmen Sie sich 2 Stunden
Zeit und fördern Sie Ihr inneres Gleichgewicht

Ayurveda-Wochenende 250 €

Erstkonsultation mit Konstitutionsbestimmung,
Ernährungsberatung,
Abhyanga (Ganzkörperölmassage),
Shirodhara (Stirnölguss),
Swedana (Kräuterschwitzkur),
Spectrochrom-(Farblicht-)Therapie
2 Tage, tägl. ca 2 Stunden,
auf Wunsch auch an Werktagen möglich.

Ayurveda Beauty / Anti Aging 60 €

Ayurveda Gesichtsmassage
mit Rosen- oder Lavendelstempeln

Marma Vital Gesichtsmassage 45 €

verjüngend, regenerierend, entspannend

Anti Stress Behandlung 60 €

Kopfmassage, Marma Gesichtsmassage,
Farbtiefenwärme, Crememaske, Handmassage

Mukabhyanga Lepa 75 €

Schönheitsbehandlung mit harmonisierender
Kopf-, Nacken und Gesichtsmassage, ayurvedische
Maske, Fußbad mit Himalayasalz,
Fußmassage mit Kräuteröl

**Aktuelle Angebote finden Sie unter
www.ayurveda-freiburg.de !**

Ayurveda Praxis Freiburg



Anja Scharmankowski

Ayurveda Therapeutin, Yogaübungsleiterin
Bewegungstherapeutin
Lehrerin der F. M. Alexandertechnik
Dozentin am Ayurveda Institut, Freiburg

Axel Schwendemann

Heilpraktiker
Ayurveda- und Yoga Therapeut
Dozent am Ayurveda Institut, Freiburg
und Heilpraktikerschulen

Ayurveda Medizin

Ayurveda Kuren

Naturheilkunde

Schmerztherapie

Medical Wellness

Ausbildungen / Seminare

Ayurveda Shop

Kontakt

Ayurveda Praxis Freiburg

Kaiser-Joseph-Straße 183, 79098 Freiburg

Tel.: 0761 – 70 78 498

Mobil: 0163 – 70 78 498

E-Mail: info@ayurveda-freiburg.de

Web: www.ayurveda-freiburg.de

Private Kassen möglich.



Ayurvedische Heilkunst

bildet mit ihrem sanften medizinischen
Konzept die Voraussetzung, um Krankheiten
vorzubeugen oder die Gesundheit wieder her-
zustellen. Sie lehrt, in Harmonie mit der Natur
und unserer Umwelt zu leben und Körper,
Geist und Seele in Einklang zu bringen.

Ayurveda Praxis Freiburg

Ayurveda Medizin

Ayurveda Kuren

Medical Wellness

Ausbildungen / Seminare

Naturheilkunde

Heilpraktiker

In unseren schönen Praxisräumen
im Zentrum von Freiburg bieten wir
Ihnen authentisches Ayurveda.



Das Gleichgewicht der vitalen Kräfte...



...genannt „**DOSHAS**“, bildet die Grundlage des Ayurveda. Jedes Dasha ist eine Kombination aus zwei Elementen: Vata (Luft und Äther), Pitta (Feuer und Wasser), Kapha (Erde und Wasser). Sind diese nicht im Gleichgewicht, rufen sie Krankheiten hervor.

Die ayurvedische Behandlung

zielt darauf ab, das natürliche Gleichgewicht der Doshas wiederherzustellen und auf diese Weise sowohl die Ursache als auch die Symptome der Krankheit zu beseitigen. Somit werden die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert und eine dauerhafte Regeneration eingeleitet.

Die ayurvedische Therapie

- nach eingehender Untersuchung auf die individuellen Bedürfnisse des Patienten ausgerichtet - beinhaltet medikamentöse, diätetische und physikalische Maßnahmen, die eine Wiederherstellung der Gesundheit einleiten und die Selbstheilungskräfte des Körpers aktivieren.

Ernährungsberatung, Lifestyleberatung.....80 €

Medizinische Konsultation + Anamnese.....110 €

Nachfolge-Konsultation.....60 €

Abhyanga - Die ayurvedische Ganzkörperölmassage



dient der Harmonisierung der Körperenergien und der Ausscheidung von Gewebsschlacken. Sie unterstützt den Körper in seinen Reinigungsprozessen und der Regeneration. Das Immunsystem wird gestärkt und die Selbstheilungskräfte aktiviert.

Regelmäßige Ölmassagen beruhigen das Nervensystem, bauen Erschöpfung und Stress ab, verhelfen zu einer Tiefenentspannung und verbessern den Schlaf.

Ayurveda Massagen geben neue Lebenskraft, regen den Energiefluss an und verleihen strahlendes Aussehen.

Abhyanga - Ganzkörpermassage.....75 €

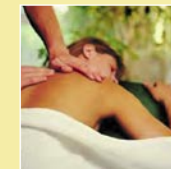
Angebot: 6 Massagen (statt 450 €).....420 €
- innerhalb von 6 Monaten -

Behandlungen:

Abhyanga	75 €
Ayurvedische Ganzkörperölmassage	
Angebot: 6 Abhyanga-Massagen statt 450 € nur	420 €
Synchronmassage	110 €
mit medizinisierten Kräuterölen (2 Behandler/innen)	
Shirodhara – Königlicher Stirnölguss	
mit Kopf- und Fußmassage.....	75 €
mit Shirodhara Kurzabhyanga (30 min).....	90 €
mit Ganzkörperölung - Abhyanga.....	110 €
Thalodal	80 €
druckvolle, kräftige Sportmassage	
tiefgreifend, wirkt auf sämtliche klassische Marmas	
Marmamassage	90 €
Bei tiefliegenden Blockaden und Verspannungen	
sowie psychosomatischen Beschwerden	
Udvarthana	80 €
Pulvermassage	
aktivierende, anregende Massage mit Kräuterpasten	
Padabhyanga	35 €
Fußmassage, besonders bei Stress oder Schlafstörungen	
Shiromandana	45 €
Kopfmassage bei Haarausfall und zur Sinnesorganstärkung	
Garshan-Seidenhandschuhbehandlung	60 €
schwungvolle, anregende Trockenmassage	
Pinda Sveda	90 €
Stempelmassage mit heißen Zitronen/Kokos-Wickeln	
zur Reduktion von Gewebe und Orangenhaut	
zur Schmerztherapie	
Ayurveda Rückentherapie	
Rückenmassage mit medizinisierten Ölen.....	55 €
mit Kräuterauflage/heißen Wickel.....	69 €
Kardivasti	80 €
sanfte Rückenbehandlung	
bei Lendenwirbelsäulen-, Ischias- und Nervenschmerzen	
Lepa	15 €
Heiße Kräuterwickel	
Svedana	15 €
Kräuterschwitzbad zur Entgiftung	
Akshitarpana	55 €
sanfte Augenbehandlung mit Ghee, incl Gesichtsmassage	
Nasya	55 €
reinigende Spezialtherapie für Kopf und Nasennebenhöhlen	
incl Gesichts-, Nackenmassage	

Die Power von Panchakarma

Reinigung von innen - auf ayurvedisch



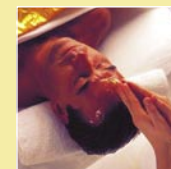
Panchakarma (5 Handlungen) reinigt, verjüngt, entschlackt, beugt vor und revitalisiert - buchstäblich ein Jungbrunnen.

Eine Regeneration, die nicht nach wenigen Tagen verfliegt, sondern dauerhaft ist: Körper und Geist finden zu einem neuen Gleichgewicht. Vitalität, neue Leistungsfähigkeit und anhaltende Gesundheit sind das Resultat. Gerade bei chronischen Krankheiten kann Entgiftung die Grundlage für eine effektive, weiterführende Therapie sein.

Die Stärke der Panchakarma-Therapien liegt auf dem Gebiet der folgenden chronischen Erkrankungen:

- **Chronische Schmerzen**
- **Rheumatischer Formenkreis**
- **Magen-, Darmbeschwerden**
- **Allergien, Autoimmunerkrankungen**
- **Burnout-Syndrom, chronische Erschöpfung**
- **Migräne, Spannungskopfschmerz**
- **Depressive Zustände, etc.**

Ambulante Kuren



Unsere ambulanten Kuren sind angelehnt an die klassischen Panchakarma Kuren, die sehr zeitintensiv sind und nur stationär durchgeführt werden können.

Wir bieten verschiedene ambulante Kuren zur Entgiftung oder zur Regeneration an. Der Therapieablauf wird individuell nach Ihren Bedürfnissen bestimmt! Täglich etwa 2 Std.

Konstitutionsanalyse/Diagnostik,
Stoffwechsellagernde Ölmassagen,
Ayurveda Spezialtherapien,
Farblichttherapie, Vitalwellentherapie,
Ausleitungsverfahren,
Swedana-Schwitzbad

z. B.: 5 Tage, etwa 2 Std. tägl.580 €

Weitere Informationen zu unseren Kuren finden Sie im Internet unter www.ayurveda-freiburg.de .