

Traditionele Indiase hoofdmassage (Shiroabhyanga), in India "Champi" genoemd, is bij veel lichamelijke en psychische klachten in te zetten.

Bij regelmatige toepassing kan deze massage uw energieniveau aanzienlijk verbeteren.



www.mertinamassage.nl

ed@mertinamassage.nl

MertinaMassage Purmerend

Praktijk voor
Ayurvedische massages
en
Klassieke massages

J.F. Kennedyplein 6 2e etage
1443 EC Purmerend
Tel.: 06-30416096

ed@mertinamassage.nl
www.mertinamassage.nl



ShiroAbhyanga

**Traditionele Indiase
Hoofdmassage**



**Praktijk voor
Ayurvedische en Klassieke
Massages**

In onze Westerse maatschappij zitten wij vaak in ons hoofd. Onze energie raakt daardoor geblokkeerd, waardoor het niet vrij door ons lichaam kan stromen. Daardoor kunnen wij last krijgen van bijvoorbeeld stress, hoofdpijn, spierpijn en niet optimaal functionerende darmen. Indiase hoofdmassage kan hierbij helpen. Deze massage werkt ontspannend en ruimtegevend, zowel lichamelijk als geestelijk.

Tijdens een Indiase hoofdmassage wordt het hoofd met al haar marma-punten, (energiecentra) gemasseerd. De nadi's (energiekanalen) worden daarbij opengezet en vrijgemaakt waardoor blokkades kunnen worden opgeheven. De prana (levensenergie) kan zo weer beter stromen.

www.mertinamassage.nl
ed@mertinamassage.nl

Spanning en emoties kunnen hierdoor worden losgelaten, wat niet alleen geestelijk een bevrijdende uitwerking kan hebben, maar ook lichamelijk

Ook de nek, schouders en armen worden gemasseerd, wat zowel een ontspannende als een energiegevende invloed kan hebben.

Door deze massage ontstaat warmte en komt energie in beweging die het zelfhelend vermogen van de mens stimuleert.

Een diepe ontspanning, een betere bloedcirculatie en een verdieping van de ademhaling zijn hiervan het gevolg.



www.mertinamassage.nl
ed@mertinamassage.nl

Binnen de ayurveda hoort hoofdmassage tot de dagelijkse routine. In India wordt deze vorm van massage onder familieleden gedaan, maar ook bijvoorbeeld bij de kapper.



Bij **Mertinamassage** kunt u naast de hoofdmassage ook terecht voor andere ayurvedische massages en behandelingen.

Kijk voor meer informatie op de site of stuur een e-mail.

www.mertinamassage.nl
ed@mertinamassage.nl