

## 🌸 Preise

Für deine Behandlungen komme ich im Raum Wien und NÖ gerne mit meinem Behandlungstisch zu dir nach Hause.

Basisches, ionisiertes ECAIA-Wasser aus dem mineralischen Wasserionisierer von Sanuslife, angereichert mit dem wertvollen Nahrungsergänzungslösungsmittel, Zitrone+ von Young Living, sind dabei inklusive.

Craniosacral Balancing (60 Minuten) 30 Euro  
Preis während meiner Ausbildung

Raindrop Wellness (80 Minuten) 80 Euro  
3-er Block Treuepass (statt 240 Euro) 180 Euro



Ab August 2019 kann ich dir meine Behandlungen samstags, nach Vereinbarung, bei Steindesign Regine Weber, Lobkowitzplatz 3, 1010 Wien (Nähe Oper), anbieten.

Anmeldung telefonisch oder gerne auch per E-Mail.

## Gut zu wissen

Private Zusatzversicherungen bieten unter Umständen für alternativmedizinische Behandlungen Rückvergütungen an.

Bitte kontaktiere diesbezüglich deinen Versicherungsberater!

## 🌸 Aromatherapie

Ätherische Öle duften nicht nur gut, sondern sie wirken auch! Unsere Nase ist direkt verbunden mit dem "limbischen System", einer Schaltzentrale für unsere emotionalen Regungen und dem vegetativen Nervensystem. Durch die Wirkung des Duftes können sich Blockaden und psychische Altlasten lösen. Es kommt zu einer Verbesserung des emotionalen Wohlbefindens, zu Abbau von Stress und zur Stärkung des Immunsystems.

## 🌸 Kontakt

Es würde mich freuen, dich auf deinem Weg der präventiven Gesunderhaltung deines Körpers begleiten zu dürfen.

Bei Fragen stehe ich dir sehr gerne zur Verfügung.



**Alexandra Nahodil**  
Humanenergetikerin  
Raindrop Praktiker  
Dipl. Craniosacral Praktiker,  
ärztlich geprüft (i.A.)

E-Mail: alexandra.yl@gmx.at  
Mobil: 0699/170 70 704



Young Living Vertriebspartnerin  
Enroller ID: 14905220



# Alexandras Cranio 4 Life



**Mensch, sei gut zu deinem  
Körper, damit deine Seele  
Lust hat, darin zu wohnen.**

## ✿ Craniosacral Balancing

Craniosacral Balancing ist ein manuelles Verfahren mit Ursprung in der Osteopathie. Wichtiges Merkmal ist die sanfte und ruhige Berührung, die eine Harmonisierung des gesamten Energiesystems bewirkt. Diese ungemein effektive Methode balanciert die rhythmischen Eigenbewegungen des Körpersystems aus und gibt dem Körper die Chance, sich selbst von Schmerzen und Blockaden zu befreien.

Das craniosacrale System umfasst die knöchernen Strukturen und die Hirn- & Rückenmarkshäute mit dem Liquor (Flüssigkeit). Die Gehirn-Rückenmarksflüssigkeit zieht sich vom Schädel (alt.gr. CRANIO) bis zum Steißbein (lat. SACRUM).



Craniosacral Balancing stellt ein Bindeglied zwischen Schulmedizin und Alternativmedizin dar.

Mit Hilfe von Craniosacral Balancing holst du dir deinen „Flow“ zurück und hilfst deinem Wohlfühl auf die Sprünge. Der Körper kann so seine Geschichte erzählen, Altes loslassen und zu neuen Erkenntnissen und Wohlfühl beitragen. Durch die Aufmerksamkeit können sich mentale und physische Blockaden in deinem Körper von selbst lösen.

## ✿ Anwendungen

### Erwachsene

- Peitschenschlagsyndrom, Skoliose
- Kopfschmerzen & Migräne, Kreuz- & Nackenschmerzen
- Störungen des Hormonhaushaltes
- Zähneknirschen
- Tinnitus
- Erschöpfungszustände & Burn-Out
- Gesundheitsprophylaxe

### Kinder und Jugendliche

- Konzentrations- und Lernstörungen
- Aggressionen
- Begleitung bei Zahn- und Kieferfehlstellungen
- Hyperaktivität
- Bronchitis, Ohrenentzündungen
- Fehlhaltungen, schnelle Wachstumsschübe

Durchgeführt wird die Craniosacral Sitzung auf einem Behandlungstisch in Alltagskleidung. Der Craniosacral Praktiker ertastet nun unter sanftem Druck der Schädelknochen den craniosacralen Impuls. Zarte Griffe entlang der Wirbelsäule und am Kreuzbein, des Brustkorbs, am Becken, an den Beinen und das Mobilisieren im Bereich eines bestimmten Organs folgen. Blockaden oder ein Ungleichgewicht des craniosacralen Rhythmus werden so lokalisiert und wieder in Einklang gebracht.

Es werden ausschließlich die Selbstheilungskräfte des Menschen angeregt. Diese Art von „nicht invasiver Behandlung“ kann und will die schulmedizinischen und physiotherapeutischen Therapieansätze nicht ersetzen, sondern soll eine perfekte Ergänzung bieten!

## ✿ Raindrop Wellness

Stell dir vor, du versinkst in einem wohligen Gefühl der Entspannung, dem Gefühl umsorgt und verwöhnt zu werden, während duftende Öle wie Regentropfen auf deinen Rücken fallen. Zart, mit einer federleichten Berührung und mit rhythmischen Griffen werden die „Therapeutic Grade Essential Oils“ in deine Haut eingestrichen.

Ätherische Öle besitzen die Fähigkeit, die Zellmembran zu durchschreiten und verbreiten sich daher sehr rasch im Blut und im Gewebe. Nach etwa 20 Minuten sind die Wirkstoffe im Blut feststellbar. Dort wirken sie etwa eine Woche lang.



### Öle, die verwendet werden

Oregano, Thymian, Basilikum, Zypresse, Wintergrün, Majoran, Aroma Siez, Pfefferminze und Valor werden auf und neben der Wirbelsäule getropft und sanft eingearbeitet.

Zwischen den verschiedenen Essenzen werden energetisierende Feder- und Fächer-Streichungen mit den Fingerspitzen durchgeführt.