



**Brigitte Wettstein**  
Esalen® Massage

Wie wirkt die Esalen®Massage?

Die ganzheitliche ESALEN®Massage mit ihrer strukturorientierten **Arbeit an Muskeln, Gelenken und Bindegewebe** (Faszien, Deep Bodywork) und meiner fokussierten Präsenz wird

Sie wunderbar **entschleunigen**, Ihnen mehr Beweglichkeit, Leichtigkeit, Freiheit, Vitalität, Klarheit, Entscheidungskraft und neuen Elan schenken.

Die ESALEN®Massage **entspannt** Ihre **Muskeln** und **lockert** die **Gelenke**, stimuliert Ihre **Blutzirkulation** und Ihren **Kreislauf**, regt Ihren Stoffwechsel an und gleicht das **Nervensystem** aus (Parasympathikus/Sympathikus) - das ist Entspannung und Wohlbefinden für Körper, Geist und Seele.

Positive Gedanken kommen im Fluss der Massage wie von selbst! All dies **fördert** Ihre **Selbtheilungskräfte**.  
Und tut einfach gut!

