



MASSAGEPRAXIS  
**RÜCKENWIND**

## Angebote

Klassische Massage	30 Min. 35,- €
Ganzkörpermassage	50 Min. 55,- €
Aromaöl-Rückenmassage	30 Min. 37,- €
Aromaöl-Ganzkörpermassage	50 Min. 62,- €
Präventive manuelle Lymphdrainage	30 Min./60 Min. 40,- €/75,- €
Präventive sanfte Techniken aus der manuellen Therapie und Osteopathie für Schulter/Nacken/Rücken	30 Min. 35,- €
Liebscher & Bracht Übungsanleitung	30 Min. 40,- €
Kinesio-Tape mit Vorgespräch (je nach Aufwand)	25,- € bis 35,- €
Kinesio-Tape in der Behandlung	10,- €
Paketpreise:	
5x / 10x klassische Massage	30 Min. 150,-€/290,-€
5x / 10x manuelle Lymphdrainage	30 Min. 180,-€/350,-€

Stand 06-2024. Preisanpassungen vorbehalten.

## Geschenkgutscheine

Mach deinen Liebsten eine Freude und überrasche sie mit einem Geschenkgutschein für eine Behandlung deiner Wahl. Ab sofort in der Praxis erhältlich.



MASSAGEPRAXIS  
**RÜCKENWIND**

*Deine Quelle,  
um mit Schwung  
und Leichtigkeit  
ein bewegtes Leben  
zu genießen!*

**im KÖRPERGEFÜHL  
Iburger Straße 1  
49170 Hagen a.T.W.**

**TERMINVEREINBARUNGEN:  
0176-45636429**

**info@massage-rueckenwind.de  
www.massage-rueckenwind.de**



Massagepraxis Rückenwind steht für die Unterstützung deines Wohlbefindens und einer ausgeglichenen Work-Life-Balance.

Mit dem Wind im Rücken läuft es sich beschwingter, leichter und man kommt schneller an sein Ziel. Nach einer Behandlung bei mir wirst du dich motivierter fühlen und ich gebe dir eine positive Leichtigkeit mit, damit du dich deinen Zielen mit mehr Schwung und Energie nähern kannst.

Hektik, Reizüberflutung, Termine und ständige Erreichbarkeit sind unsere täglichen Begleiter. Da ist es umso wichtiger, sich Zeit für sich selbst zu nehmen.

Ohne Schmerzen hast du mehr Raum deine Aufmerksamkeit auf dich zu lenken und kannst dich weiterentwickeln. Nimm dir Zeit auf dich selbst und deinen Körper und Geist zu achten.

Jeder Mensch ist einzigartig – und so wird er auch von mir behandelt. Ich gehe auf deine Empfindungen und Anliegen ein und berücksichtige deine Gedanken und Gefühle.

Nur ein gesunder Körper ist leistungsfähig!

Nimm dir Zeit für dich und buche gerne einen Termin bei mir.

Ich freue mich auf dich!

# Hallo,

ich bin Birgit Westerbusch, verheiratet und wir leben in dem wunderschönen Hagen am Teutoburger Wald.



Als zertifizierte Masseurin mit langjähriger Erfahrung in einer Physiotherapie-Praxis biete ich verschiedene Massagetechniken an, die auf deine individuellen Bedürfnisse und Ziele abgestimmt sind. Ich begleite dich gerne auf deinem Weg zur aufrechten Haltung, Entspannung, Regeneration oder schmerzfreien Bewegung.

Möchtest du Übungen oder Techniken erlernen, die du zu Hause anwenden kannst, um bewegter deinen Alltag zu meistern? Auch hier habe ich eine Lösung für dich.

Ich freue mich, wenn ich dir helfen kann, Schmerzen zu lindern, Stress abzubauen oder deine Beweglichkeit zu verbessern. Lass es uns mit einer Prise Leichtigkeit angehen!

Egal, ob du eine „Auszeit“ benötigst oder akute Beschwerden gelindert haben möchtest, wir finden den passenden Ansatz.

## Neu bei Rückenwind

**Ab sofort biete ich Übungsanleitungen und bald auch Gruppen-Kurse für Liebscher & Bracht ® an:** Einfache und effektive Dehnübungen für den ganzen Körper bilden das Herzstück dieser Schmerz-Selbsthilfe. Ergänzt werden die Übungen durch Rollen und Drücken, um Muskeln und Faszien gezielt anzusprechen, die durch einseitige Bewegung vernachlässigt wurden. Bewegung ist der Schlüssel zur Schmerzfreiheit und ermöglicht es, in jedem Alter fit und beweglich zu bleiben. Menschen, die diese Übungen schon kennen, konnten bereits am eigenen Körper erfahren, was Bewegung alles bewirken kann. Und vielleicht gehörst auch du dazu!

