



Ayurvedische  
Schwangerenmassage

**SURYA AYURVEDA- UND YOGAPRAXIS GbR**

im Gesundheitshaus am Drögen-Hasen  
Drögen-Hasen-Weg 32 · 26129 Oldenburg  
Tel. 0441 7703080 · Mobil: 0178 1697228

[www.ayurveda-surya.de](http://www.ayurveda-surya.de)

**AYURVEDA- UND  
YOGAPRAXIS**



Surya

Stand: 09/2010. Irrtümer, Angebots- und Preisänderungen vorbehalten.



# Ayurvedische Massage für Schwangere

## Altes Wissen über die Pflege in der Schwangerschaft



Die Frau wird in der aus Südindien stammenden Kalari Tradition besonders geehrt, denn sie ist die Personifizierung der Shakti Devi – der kreativen und schöpferischen göttlichen Kraft.

Die schöpferische weibliche Kraft gilt als Ursprung allen Lebens. Die Frau als Person besitzt die Fähigkeit Leben auszuformen. So ist das Heranwachsen eines Menschen im mütterlichen Leib der göttliche, schöpferische Zustand schlechthin.

Die Frau als werdende Mutter steht vielen Veränderungen und neuen Herausforderungen gegenüber – körperlichen, emotionalen und psychischen.

In Indien besitzen die Frauen traditioneller Familien ein über viele Jahrhunderte gewachsenes Wissen um sich gegenseitig zu unterstützen.

Die ölige Massage ist ein wesentlicher Bestandteil der Pflege in der Schwangerschaft. Sie ist wichtig um den Körper geschmeidiger zu machen, so dass er den rasanten Veränderungen nachgeben kann, ohne übermäßig strapaziert zu werden, zu „reißen“.

Die eigene Körperwahrnehmung wird durch die Massage verbessert und die inneren Bewegungsvorgänge harmonisiert.

**Die intensive Zuwendung reduziert Stress, wirkt ausgleichend auf die emotionalen Wogen und stärkt das Selbstbewusstsein.**

Die ayurvedische Schwangeren-Massage ist eine sehr sanfte, individuelle Massage und kann bei einer gesunden Schwangeren während der ganzen Schwangerschaft durchgeführt werden.

### Rückenmassage für Schwangere

Dauer: 20 Minuten

**30 EUR**

### Ganzkörpermassage für Schwangere

Dauer: 60 – 90 Minuten (je nach Wohlfühlempfinden der Schwangeren)

**65 – 90 EUR**

