

## **THAI-SPA:** **Qualität, die Sie spüren!**



THAI-SPA wurde als Initiative thailändischer Masseurinnen mit der Intention, **Traditionelle Thailändische Massagen auf höchstem Niveau in Wien** anzubieten, gegründet. Qualifiziertes Personal mit Zertifikaten der berühmten Wat-Po Thai Traditional Medical School, dem Institute of Traditional Thai Medicine, der Tao Master School sowie Ausbildungen in überlieferten Familientraditionen hat so zusammengefunden. Strenge Aufnahmekriterien bei der Auswahl der Masseurinnen und stetige Weiterbildung gewährleisten höchste Massage-Qualität. Unterstützt wird dieses Massage-Team von einem beratenden Experten Team bestehend aus Ärzten, Masseuren und Thailandkennern. Mittlerweile konnte sich THAI-SPA als Geheimtipp für Kenner hochqualitativer thailändischer Massagekunst in Wien etablieren.

Stets beherzigen wir unser Leitbild:

**THAI-SPA: Qualität, die Sie spüren!**

**Traditionelle Thailändische Massage** oder **Nuad Bo-Rarn**, dessen Wurzeln mehr als 2500 Jahre zurückreichen Wurzeln, bedeutet übersetzt "heilsame Berührung". Als ihr Begründer gilt der nordindische Arzt Jivaka Kumar Bhaccha, ein Zeitgenosse Buddhas. Generationen von Mönchen entwickelten in den Königsstädten des alten Siams die Lehre der Massagekunst. Sie fanden eine Methode, wie man Körper und Geist mit punktuellen Griffen und Dehnübungen von Verspannungen, Kopfschmerzen, innerer Unruhe, Lähmungen oder Organbeschwerden befreien kann.

Die Methode versteht sich als ganzheitliches Heilverfahren und hat ihren Ursprung in der indischen Ayurveda- und Yoga-Lehre, ist aber auch durch Einflüsse aus der Traditionellen Chinesischen Medizin geprägt.

Die am häufigsten ausgeübte Form stellt dabei die **Original Nuad Ganzkörper-Massage** dar. Die Masseurin arbeitet mit dem Einsatz von Daumen, Handballen, Ellenbogen, den Knien und Füßen, was eine große Vielfalt an Druckstärken erlaubt. Dabei folgt die Masseurin einem System aus Akupressurpunkten und Energiebahnen, den sog. Sen-Linien. Zudem werden Stretchübungen, die aus dem Yoga stammen, durchgeführt. Traditionellerweise wird Nuad am Boden liegend mit einem Massageanzug bekleidet auf einer Matte ohne Öl durchgeführt. Häufig wird diese traditionelle Technik jedoch vom Europäer als zu kraftvoll empfunden, sodass THAI-SPA diese Technik als **THAI-SPA Nuad** an den europäischen Körper angepasst hat: zur Steigerung von Entspannung und Wohlbefinden werden im THAI-SPA zusätzlich ausgewählte naturreine Öle bei den Massagen verwendet. Das sanfte Dehnen von Muskeln, Sehnen und Bändern löst Blockaden, fördert Vitalität und geistiges Gleichgewicht, erhöht die Elastizität und bewirkt eine tiefe Entspannung. Der Energiefluss im

Körper verbessert sich, Beweglichkeit und Vitalität werden spürbar gesteigert. Um Schwerpunkte zu setzen oder wenn einmal wenig Zeit zur Verfügung steht, kann sowohl Original Nuad als auch THAI-SPA Nuad als **Teilmassage für Rücken und Beine** bzw. für **Kopf, Nacken und Schultern** eingesetzt werden.

Ergänzend wird häufig auch die **Kräuter-Stempel-Massage** auch **Samun Prai** genannt, eingesetzt. Dabei werden mit Heilkräutern (wie Plai, Tamarindenblättern, Gelbwurz, Kampfer, Zitronengras. u.a.) gefüllte Leinensäcke im Dampfbad erhitzt und mit rhythmischen Bewegungen am Körper angewendet. Dies lindert Schmerzen, fördert die Tiefenentspannung, lockert die Muskulatur und fördert die Ausscheidung von Schlacken aus der Haut.

**Traditionelle Thaiändische Fuß- und Bein-Massage Nuad Tao.** Dabei werden die Füße und Beine nach einem entspannenden Fußbad mit pflegenden Cremes und Ölen massiert und gelockert; danach die Fußreflexzonen mittels eines speziellen Holzstäbchens stimuliert. Emotionen und Stress lagern sich sehr häufig in den Waden ab, was dort zu Verspannungen und auch zu nächtlichen Wadenkrämpfen führen kann. Ebenso bei sportlicher sowie einseitiger körperlicher Belastung. Dies wurde in der Thaiändischen Fußmassage schon vor Jahrhunderten erkannt und deswegen besonders Augenmerk zusätzlich auch auf die Lockerung der Wadenmuskulatur gelegt. Verglichen mit einer herkömmlichen Fuß-Reflexzonen-Massage wird also hier wesentlich mehr massiert, was auch die intensivere Wirkung erklärt. Daher ist diese Massage-Form in Asien sehr beliebt und wird selbst von gestressten Managern häufig auch in der Mittagspause zur Erholung genützt. Die in Europa weitgehend unbekannteren Einsatzbereiche der Thaiändischen Fuß- und Bein-Massage umfassen:

- Stress und Anspannung (diese Massage bewirkt eine Verminderung von Stresshormonen)
- Energieausgleich v.a. bei „Kopfflastigkeit“ od. geistiger Anstrengung
- Spannungen und Schmerzen im Kopfbereich
- stehende Berufe
- unruhiger Schlaf (diese Massage bewirkt tieferen, erholsameren Schlaf)
- Freisetzung von Energie im ganzen Körper
- Ausscheidung von Ablagerungen und Giftstoffen
- Anregung des Blutkreislaufes, der Organ- und Drüsenfunktionen
- oder einfach nur als Gesundheitsvorsorge mit der Erfahrung mehrerer tausend Jahre

**Exklusiv im THAI-SPA** wird auch die **Chi Nei Tsang Detox-Massage**, die nur sehr erfahrenen Masseurinnen vorbehalten ist, angeboten. Das THAI-SPA Team wurde von einer der weltbesten Masseurinnen im Einzelunterricht ausgebildet und zertifiziert. Die Chi Nei Tsang-Massage wurde lange Zeit als Geheimtechnik in den Klöstern Asiens zur Entgiftung und Verjüngung ausgeübt. Trotz der Öffnung des Westens zu fernöstlichem Gedankengut hin, ist sie in Europa noch weitgehend unbekannt geblieben. Chi Nei Tsang heißt wörtlich übersetzt „mit der Energie der Inneren Organe arbeiten“. Dieses Massagesystem wird am Bauch - mit der Nabelregion als Speicherzentrum von Stress, Spannungszuständen und fehlgeleiteter Energie - durchgeführt.

Blockaden in diesem Gebiet manifestieren sich oft als Symptome und Krankheiten an anderen Stellen des Körpers: der Bauchbereich stellt somit ein weiteres wichtiges Reflexzonensystem dar!

Die inneren Organe im Bauchbereich stehen gemäß der taoistischen Lehre in direktem Zusammenhang mit bestimmten Emotionen, die wiederum Krankheiten begünstigen (können). Durch die Massage bestimmter Punkte in diesem Bereich wird der Energiefluss zu den Organen angeregt. Emotionale Blockaden, Knoten sowie Verhärtungen speziell in den organumgebenden Bindegeweben können so gelöst werden. Verwendet werden bei dieser Technik erwärmte Öle und spezielle Kräuterstempel, was zusätzlich ein angenehmes

Wohlgefühl entstehen lässt, das den gesamten Körper durchströmt. Diese kurmäßige Anwendung kann helfen, die Degeneration von Organen und Geweben aufzuhalten und deren Zustand zu verbessern und zu stärken. Auch als Unterstützung bei der Gewichtsabnahme und Fasten bietet sie sinnvolle Unterstützung. Die Anwendung von Chi Nei Tsang lässt sich wunderbar mit anderen Massagetechniken, wie Nuad oder Traditioneller Thailändischer Fußmassage, verbinden.

### **Vom THAI-SPA Team entwickelte Techniken:**

#### **Anti-Stress-Massage:**

Diese vom THAI-SPA Team entwickelte Kombination verschiedener Griffe und Techniken vereint unsere jahrelange Erfahrung mit den uralten asiatischen Traditionen. Sie ist besonders für jene Menschen geeignet, denen im Alltag viel abverlangt wird. Als Ganzkörpermassage mit warmen Ölen und herrlich duftenden Essenzen ist sie deshalb so wirksam, weil sie maßgeschneidert an die individuelle Situation des Einzelnen angepasst wird. Verwendet werden dabei spezielle entlastende Punkte auf den Sen-Energielinien, um gezielt Stress abzubauen, seelische und körperliche Verspannungen zu lösen und dabei die Alltagsorgen loszulassen.

Eine der häufigsten Auswirkungen von Stress ist zweifellos ein Gefühl des Unbehagens oder der Gereiztheit aufgrund ständiger Muskelverspannungen. Die Folge sind unangenehme, ja sogar schmerzhafte Empfindungen. Die Anti-Stress-Massage schenkt Tiefenentspannung und steigert durch das Freisetzen der ursprünglich blockierten Energien merklich die Vitalität. Dadurch wird es auf angenehme Weise möglich, abzuschalten und sich von der Alltagshektik zu lösen!

#### **THAI-SPA Gesichts-Massage mit GOLD:**

Diese im THAI-SPA entwickelte Luxus Gesichtsbildung mit 24 Karat Gold ist für Damen und Herren gleichermaßen geeignet!

Die Haut wird dabei durch ein sanftes Peeling mit natürlichen Produkten und einer schonenden Reinigung für die Behandlung vorbereitet und erfrischt.

Die anschließende Gesichtsmassage mit Aloe Vera führt zum Energieausgleich über Meridianlinien und spezielle Akupressurpunkte; regt die Durchblutung an, lockert die Muskulatur und macht die Haut weich.

Danach wird eine straffende Kräutermaske aufgetragen, während deren Einwirkzeit eine Kopf-, Nacken- und Schulter-Massage über ca.15 Minuten erfolgt.

Nach erfolgter Reinigung wird 24 Karat Blattgold mittels hochwertigen Ölen und einer sanften Gesichtsbildung in die Haut einmassiert.

Diese einzigartige Kombination bewirkt eine schnellere Regeneration der Zellen, mindert Falten und strafft die Haut. Stoffwechsel und Feuchtigkeitsgehalt der Haut verbessern sich spürbar, Durchblutung und Lymphe werden angeregt.

Insgesamt ein frisches Erlebnis für eine wunderschön strahlende Haut, das dem Gesicht seine vitale Ausstrahlung zurückbringt!

Weitere beliebte Massageformen sind die **Aromaöl Verwöhn-** sowie die **Hot-Stone** und die **Synchron-Partner-Massagen**.

**THAI-SPA Nuad Massagen**  
**Laudongasse 69/1**  
**1080 Wien**  
**Tel.: 409 24 24**  
**website: [www.thai-spa.at](http://www.thai-spa.at)**

**Unsere Öffnungszeiten:**  
**Montag - Freitag: 10:00 - 21:00**  
**Samstag: 11:00 - 20:00**