

Redaktion: Christine Hartmann

Massage durch Wasserdruck

Lust auf eine Massage der etwas anderen Art? Bei der Hydromassage werden Sie nicht im klassischen Sinne "massiert". Diese Behandlung kommt ganz ohne Masseur aus! Der Name sagt es bereits: Bei der Hydromassage (griech. Hydro = Wasser) sorgt Wasserdruck für die massierende Wirkung.

Wirkungsweise

Das Wissen um die heilsame Wirkung von Wasser wurde dank modernster Technik weiterentwickelt und findet sich heute in der Hydromassage wieder. So gilt diese Methode in ihren unterschiedlichen Formen und Anwendungen nicht nur als äußerst wohltuend und entspannend, sondern auch förderlich bei verschiedensten Beschwerden. Muskuläre Verspannungen und andere Symptome können mit regelmäßiger Anwendung deutlich gelindert werden.

Doch auch, wer keine gesundheitlichen Aspekte im Sinn hat, wird diese Massageform zu schätzen wissen: Die Wärme und der angenehm sanfte Wasserdruck sorgen für eine spezielle Stimulation, die durch andere Methoden kaum zu erreichen ist. Bei dieser Behandlung kann man sich zurücklehnen und genießen. Durch das Fehlen eines aktiven Masseurs können auch nervöse oder sehr sensible Menschen schnell zu einem Zustand der inneren Ruhe finden. Ablenkung und äußere Reize werden auf ein Minimum reduziert. Deshalb wird die Hydromassage z.B. auch in Reha-Kliniken als wirkungsvolle Maßnahme geschätzt. Darüber hinaus kann eine gezielte Hydromassage in bestimmten Problemzonen für eine lokale Durchblutungssteigerung bis in tiefere Gewebsschichten sorgen. Diese Durchblutungssteigerung und die Lockerung der Muskulatur machen die Behandlung somit zu einer unterstützenden Maßnahme bspw. bei Rückenschmerzen, aber auch anderen Beschwerden der Stütz- und Haltungsmuskulatur.



Die Wasserbettliege

Spezielle Wasserbettliegen ermöglichen eine effektive und sehr bequeme Form der Massage: Das angenehm warme Wasser wirkt indirekt - es befindet sich hier im Inneren der Massageliege und kann in unterschiedlichen Programmen und Stärken reguliert werden. Der Behandelte kann dabei bequem bekleidet auf der Liege Platz nehmen und es sich gemütlich machen. Nach Programmstart beginnt die Hydromassage, bei der das in der Liege befindliche Wasser stimulierenden Druck auf gewünschte Partien oder den gesamten Körper ausübt.

Infobox

Genießen Sie nach dem Sport die wohltuende Hydromassage auf einem Hydrosessel oder einer Wellnessliege exklusiv im Sporttreff Premium-Club Mainz. Unser fachkundiges Personal steht Ihnen stets beratend und unterstützend zur Seite. Weitere Infos oder Termine für ein kostenfreies Probetraining gibt es unter 06131-362272, per Email an info@sporttreff-mainz.de oder im Internet www.sporttreff-mainz.de.

Quelle	FRIZZ – Mainz	Medienart	Print
Ausgabe	02/16	Erscheinungsweise	Monatlich
Seite	32	Reichweite	20.000
Subjekt	Massage durch Wasserdruck	Redaktion	Christine Hartmann

SPORT  TREFF

Premium-Club Mainz