



## Mobile Massage Trainings & Seminare Gesundheitsprävention für moderne Firmen

### Ihre Gesundheit in guten Händen

**balance4body** ist der Servicepartner für Gesundheitsprävention in Ihrer Firma. Mit unserer mobilen Massage und/oder einem speziell entwickelten Entspannungsprogramm machen wir Ihre Mitarbeiter fit – **direkt in ihrer Firma.**

Keine weiten Wege, Wartezeiten oder Zeitverlust. Unser qualifiziertes Team aus Heilpraktikern, Physiotherapeuten, med. Masseuren und Entspannungstrainern – gibt Ihnen einen echten Trumpf in die Hand: **Mitarbeiter, die sich fit und leistungsfähig fühlen!**

Nehmen Sie mit **balance4body** die Gesundheitsvorsorge in Angriff. Wir besuchen Sie gerne regelmäßig in der Metropolregion Nürnberg. Natürlich kommen wir auch gerne als Massage-Highlight zu einem Gesundheitstag in Ihre Firma.

### Vorsorge ist besser als Nachspiel

Motivierte Mitarbeiter voller Energie, Vitalität und Tatkraft – machen Sie Realität aus Ihrer Vision.

Leistungsschwäche, Konzentrationsstörungen und Kopfschmerzen, als Folge von Verspannungen blockieren das Wohlbefinden. Nicht wenn wir unsere Therapievelfalt einsetzen. Die **balance4body Massage** ist eine wirkungsvolle Präventivmaßnahme gegen bürobedingte Krankheitsausfälle - Studien belegen deren Rückgang.

Investieren Sie in die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter und steigern Sie so Ihren Unternehmenserfolg. Unsere Leistungen sind für Arbeitgeber - übrigens zu 100% als freiwillige soziale Aufwendung steuerlich absetzbar.

Moderne Unternehmen haben gesunde, motivierte und leistungsstarke Mitarbeiter. **Sie sollten auch dazugehören!**



balance4body

**Stefanie Wolf-Schaffer**

Finkenweg 12  
90587 Obermichelbach

Telefon: 0911/78 76 941  
Telefax: 0911/78 76 942  
Mobil: 0179/50 20 211  
info@balance4body.de  
www.balance4body.de



Kooperationspartner  
der Techniker Krankenkasse

Weitere Informationen finden Sie unter  
www.balance4body.de



## Anti-Stress auf der Massagebank

Die **balance4body Massage** wirkt durchblutungsfördernd, dehnt, lockert und entkrampft verhärtete Muskelpartien im Schulter-Nackengürtel und unterem Rücken. Dabei wirkt die Massage schnell und effektiv. Hierfür arbeiten wir mit Elementen aus der Triggerpunkttherapie, dem Schröpfen und falls erforderlich auch mit Techniken aus der Osteopathie.

Diese Massage führen wir als Ganz- oder Teilkörpermassage auf einer portablen Massagebank durch. Dazu verwenden wir Massagegelotion oder Bioöle.

### Stuhlmassage

Wir massieren mit fernöstlichen Techniken über der Kleidung oder kombiniert mit klassischen Techniken direkt auf der Haut. Ob am Stuhl oder auf der Massagebank – der Effekt ist immer lockernd und vitalisierend.

Weitere Angebote mit vitalisierender Wirkung:  
**Dorn-Therapie oder Osteobalance:**  
Verschobene Wirbel werden zurecht gerückt und Blockaden behoben.

## Taping – Beweglichkeit und Flexibilität erhöhen

Taping ist eine ursprünglich japanische Behandlungsmethode, die bei Sportverletzungen, aber auch bei allen anderen Schmerzproblemen (starken Verspannungen) sowie in der Prophylaxe angewandt wird. Das Tape unterscheidet sich von herkömmlichen Klebeverbänden durch die Dehnfähigkeit (bis zu 140 % in der Länge) und Elastizität, vergleichbar mit der menschlichen Haut.

Anwendungsgebiete:

- zur Verbesserung der Muskelfunktion (Verspannungen), Schmerzreduzierung
- zur Unterstützung der Gelenke

### Entspannungstrainings

Mit Autogenem Training, Muskelentspannung nach Jakobson vermitteln wir Ihren Mitarbeitern Methoden, die den Stressabbau fördern und die Leistungsfähigkeit steigern.

