

# Honigmassage

---

Lust auf sinnlich-süße Wellness? Gleichzeitig möchten Sie dabei aber auch Ihren Körper von Schlacken befreien, ihn hochwertig pflegen und Ihren Organismus in Schwung bringen? Eine Honigmassage hat in vielen Kulturen eine lange Tradition und wird vor allem zur Entschlackung und Entgiftung des Körpers sowie zur ganzheitlichen Entspannung eingesetzt.

Honig ist seit Jahrtausenden als Schönheitsmittel und überlieferte Volksmedizin bekannt. Im Orient galt Honig bei den Frauen als Kosmetik - die Haut wurde zart und der Teint rein gehalten. Der griechische Arzt Hippokrates setzte Honig zur Wundheilung und Schmerzlinderung ein. Heute gibt ihm die moderne Wissenschaft Recht: Honig vereint mehr als 180 verschiedene Inhaltsstoffe in sich.

Die Honigmassage selbst stammt aus Tibet und Russland. Sie wird dort schon seit Jahrzehnten als Heilmassage und zur Entgiftung eingesetzt. Bei uns zählt sie zu den Wellness- und Entspannungsmassagen. Die Honigmassage entfaltet ihre hervorragende Wirkung von der Haut bis tief ins Gewebe. Sie löst Verspannungen, durchblutet, entgiftet, reinigt und pflegt den Körper.

## *Wann ist eine Honigmassage sinnvoll?*

Eine Honigmassage kann man fast immer anwenden: Sie lockert das Gewebe, regt den Stoffwechsel an, fördert die Durchblutung und verbessert die Ausscheidung über Haut und Nieren. Sie befreit den Organismus von Gewebeschlacken, Talg, Salzen und klebrigem Schweiß und pflegt die Haut mit einem der besten natürlichen Hautpflegemittel – dem Honig. Neben der Verbesserung des Allgemeinbefindens und der Leistungsfähigkeit ist die Honigmassage eine sinnvolle Anwendung:

- bei Verspannungen im Rücken- und Nackenbereich,
- für schönere Haut,
- zum Aufbau des Immunsystems,
- zur schnelleren Genesung bei Erkältungskrankheiten,

- als Begleitung von Reinigungskuren (Frühjahr / Herbst) oder Fastenzeiten,
- bei entzündeter Muskulatur,
- bei Kopfschmerzen oder Migräne,
- bei Cellulite,
- bei Schlafstörungen, Nervosität
- oder einfach zum Ausprobieren, es ist immer einen Versuch wert.

### *Wie genau wirkt eine Massage mit Honig?*

Durch die Massagegriffe in Kombination mit der Stimulation von Reflexzonen am Rücken können die zahlreichen Eigenschaften des Honigs zur Entspannung führen und positiv auf die Gesundheit wirken. Mittels einer speziellen Zupf- und Pumptechnik gelangt der Honig tief in das Gewebe hinein, das Bindegewebe wird tiefgründig gelockert und der Stoffwechsel aktiviert.

Die physischen Eigenschaften des Honigs binden Giftstoffe im Gewebe, die sich dort aufgrund mangelnder Ausscheidung über Nieren, Darm, Lunge und Haut festgesetzt haben. Sie werden zusammen mit überschüssigen Salzen, Talg und Hautschuppen durch saugende und pumpende Bewegungen tief aus der Haut herausgezogen. Dies erklärt die entschlackende Eigenschaft des Honigs.

Während der Honigmassage werden die Poren geöffnet und die Haut kann freier atmen. Dadurch können Sauerstoff und hochwertige Nährstoffe, wie etwa Vitamine, Mineralstoffe, Enzyme und Aminosäuren, direkt in die Zellen gelangen. Aufgrund der Inhaltsstoffe des Honigs hat die Honigmassage eine schmerzlindernde, beruhigende und desinfizierende Wirkung. Zudem ist im Honig der Botenstoff Acetylcholin enthalten. Ihm wird eine positive Wirkung im Hinblick auf das Lernen und die Erhöhung von Aufmerksamkeit nachgesagt.

Für die Honigmassage verwende ich 100% reinen, naturbelassenen Honig aus regionaler Bienenzucht - vom Deutschen Imkerbund e. V. geprüft.

Mit der speziellen Grifftechnik und den Eigenschaften des Honigs wirkt die Anwendung erst sanft aktivierend, dann stark durchblutungsfördernd und endet – wenn gewünscht – als intensive Behandlung, die mitunter ganz schön feuern kann.

### *Was ist nach der Massage zu berücksichtigen?*

Für die Zeit nach der Massage sollte man etwas Ruhe einplanen.

Trinken Sie im Anschluss viel – am besten Wasser oder ungesüßte Tees. Dadurch unterstützen Sie die entgiftende und entschlackende Wirkung der Honigmassage.

Die nächsten 24 Stunden nach einer Behandlung sollten auf die betroffenen Hautareale keine Reinigungs- und Pflegemittel aufgetragen werden. Reines Wasser wäscht die Haut am besten.

### *Was kostet eine Honigmassage?*

|                                    |          |
|------------------------------------|----------|
| Honigmassage Rücken (ca. 45 Min.)  | 54,- EUR |
| Honigmassage Gesicht (ca. 15 Min.) | 18,- EUR |