

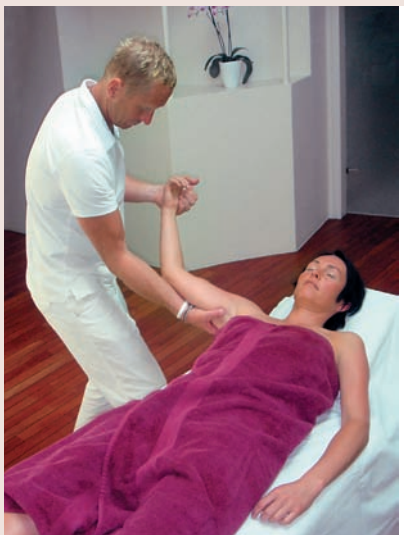
Neu entwickelt: die Triggerveda®-Massage

# Tief entspannt



*Zu Beginn der Triggerveda-Oxygen-Behandlung werden die Fußreflexzonen aktiviert und reiner medizinischer Sauerstoff über die Nase zugeführt*

*Die Massagekombination aus Ayurveda, Akupressur und Sauerstoff setzt auf tiefe Entspannung und die gezielte Behandlung von Schwachpunkten im Körper*



*Während der Massage werden aktive Triggerpunkte mittels Vibrationstechnik gelöst*

*Im neu eröffneten Spa des Hotel Schloss Mönchstein im Herzen Salzburgs, bietet Spa Manager Werner Bartl eine Massage-Kombination aus Ayurveda, Akupressur und Sauerstoff, die gezielt Beschwerden lindern soll*

Der Spa-Leiter des 5-Sterne-Luxusdomizils entwickelte aus seinen beiden Spezialgebieten gemeinsam mit einem Arzt das Triggerveda-Massage-Treatment. Dieses vereint die wirksamsten Elemente der Triggerpoint- und der ayurvedischen Massage, der Osteopathie und der Fußreflexzonenmassage. Die Methode basiert auf dem Einfühlungsvermögen des Therapeuten und exakt aufeinander abgestimmten Behandlungsabläufen unter Berücksichtigung der individuellen Bedürfnisse des Gastes. Die intensive und kraftvolle Massage bearbeitet zu Beginn die Fußreflexzonen, um Schwachpunkte im Körper zu lokalisieren. Danach werden gezielt mittels Vibrationstechnik aktive Triggerpunkte gelöst. Den Abschluss bildet eine ayurvedische Ganzkörpermassage mit typgerechten Ölen. Der Körper soll dadurch elastischer und beweglicher, der Geist ausgeglichener werden.

**Mit Sauerstoff gegen Verspannungen.** Zu Beginn des Treatments wird dem Gast für rund 15 Minuten reiner medizinischer Sauerstoff über die Nase zugeführt. Die verbesserte Sauerstoffversorgung soll Muskelverspannungen leichter lösen und die geistige sowie körperliche Erholung durch Senkung der Herzfrequenz steigern. Die tiefe Entspannung hat laut Werner Bartl willkommene Nebeneffekte: Sie wirkt positiv auf die Zellerneuerung und auch als Fat-Burner. „Für mich steht nicht die wohlklingende Behandlungsmethode im Vordergrund, sondern die körperliche und seelische Gesundheit des Menschen“, definiert Bartl seine Intention. Seine Berufung fand der ausgebildete Heilmasseur als Schüler von Gesundheitspapst Willi Dungl. Sein Können verfeinerte er später in Gesundheits- und Kurhotels in Niederösterreich und Spanien sowie zuletzt im Hotel Schloss Fuschl. □