



Physikalische Therapien

***"Die besten Gesundheitsmaßnahmen sind die,
die stärkendes auch Spüren lassen"***

(Sebastian Kneipp)

**Hier stehen die Heilkräfte Wasser, Luft, Licht und Ruhe im
Mittelpunkt der Therapie**

- Wickel, Umschläge, Auflagen, Packungen
- Wasseranwendungen
- Wasser als Reinigungs-, Lebens- und Heilmittel
- Washungen, Güsse, Bäder
- Kneipp-Anwendungen
- **leichte Massagen**
zur Entspannung und Kraftsteigerung
- Anwendungen mit Heilerde oder Holzkohle
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen
- Atemgymnastik, Atemübungen