

### **Upanahasveda**

(Ayurveda-Rückenmassage)

Es ist eine intensive Behandlung des Rückens und der Marma-Vitalpunkte mit Kräuteröl. Im Anschluss nährt eine warme Kräuterpackung die gesamte Wirbelsäule und die Bandscheiben.

### **Pinda Sveda**

(Kräuterbeutelmassage)

Die Kombination von heißem Kräuterbeutel und warmen Ayurvedaöl wirkt intensiv lösend auf starke Muskelverspannungen und Bewegungseinschränkungen des Bewegungsapparates. Besonders geeignet bei Schulter-, Nacken- und Rückenbeschwerden.

### **Padabyanga**

(Ayurveda-Fußmassage)

Sie ist eine äußerst wohltuende und entspannende Massagetechnik, die eine erneuernde und kräftigende Wirkung auf unseren ganzen Körper hat.

### **Ayurveda-Massage für Schwangere**

Die spezielle sanfte Massage für Schwangere unterstützt das Wohlbefinden, kräftigt den gesamten Stoffwechsel, macht das Bindegewebe geschmeidig und bildet damit eine gute Grundlage für die Geburt.

### **Ayurveda-Babymassage**

Diese Massage schenkt dem Baby Gesundheit und Freude, fördert das Wachstum und kräftigt das Immunsystem.

## **Ulrike Renner**

### **Heilpraktikerausbildung (1986-1989)**

Seit 1990 arbeite ich in eigener Praxis, als Heilpraktikerin. Meine Schwerpunkte sind Chinesische Medizin und Ayurveda.

### **Physiotherapieausbildung (1993-1996)**

Auslandserfahrung: Rehabilitationskliniken in der Schweiz und Schottland

Fortbildungen:

Manuelle Therapie (IAOM)

Manuelle Lymphdrainage (Földi)

### **Termine nach Vereinbarung**

Heilpraxis Ulrike Renner

Admiralstr. 21

10999 Berlin

Tel: 030.547 35 333

[mail@ulrike-renner.de](mailto:mail@ulrike-renner.de)

[www.ulrike-renner.de](http://www.ulrike-renner.de)

# **Heilpraxis**

**Ulrike Renner**



- **Chinesische Medizin**
- **Akupunktur / Tuina**
- **Ayurveda Ölmassagen**
- **Cranio Sakrale Therapie**
- **Manuelle Therapie**
- **Pflanzenheilkunde**

## Chinesische Medizin

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ist eine Jahrtausende alte Heilkunst, die den Menschen als eine Einheit von Körper, Geist und Seele betrachtet. Sie geht von einer universellen Lebensenergie, Qi genannt, aus, die in verschiedenen Leitbahnen verläuft. Ein Ungleichgewicht in diesem Energiefluss kann zu Krankheiten führen. Das Qi zu harmonisieren und die Selbstheilungskräfte zu stärken ist das Ziel der TCM.

Anhand eines ausführlichen Erstgesprächs und der genauen Betrachtung des Zungenbildes und des Pulses wird eine differenzierte Diagnose erstellt. Daraus wird ein individuelles Behandlungskonzept entwickelt und mit Ihnen besprochen.

In meiner Praxis biete ich an:

- Akupunktur
- Ohrakupunktur
- Schmerzbehandlungen
- Raucherentwöhnung
- Moxibustion (Wärmebehandlung)
- Schröpftechniken
- Ernährungsberatung
- Schwangerschaftsbegleitung

Für ein kostenloses Beratungsgespräch stehe ich gerne zur Verfügung

## Tuina Chinesische Massage Therapie

Tuina bezeichnet die traditionelle manuelle Therapie der Chinesischen Medizin. Sie umfasst neben einer Vielzahl von Massagetechniken, Akupressur, chiropraktische Manipulationen sowie aktive und passive Gelenkmanipulationen. Von besonderer Bedeutung für die Behandlung sind die Energieleitbahnen des Körpers, die Meridiane mit Ihren Energiepunkten.

Die Domäne der Tuina Therapie ist der Bewegungsapparat mit allen orthopädischen Erkrankungen und Verletzungen. Wie z.B.: WS-Syndrom, Schulter Arm Syndrom, Tenniselbogen, Sehnenscheidenentzündungen, Ischialgie, Bandscheibenvorfälle, Kniegelenksbeschwerden, Fußgelenksdistorsion, Lähmungen

Jedoch auch Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Tinnitus, Sinusitis, Menstruationsbeschwerden und Wechseljahrsbeschwerden können mit Tuina behandelt werden.

### Tuina Behandlung

- Schulter Nacken Tuina
- Tuina für den Rücken
- Tuina für Beine und Knie
- Ganzkörperbehandlung
- Kleinkind- und Kindertuina
- Schwangerschaftsbegleitung

## Pflanzenheilkunde

Von innen können Heilpflanzen als Tees oder Tinkturen die Wirkung von Akupunktur und Tuina unterstützen. Aber auch als Einzeltherapie, besonders bei chronischen Erkrankungen und zur Gesunderhaltung, ist das Trinken von Heilkräutertee sehr wirkungsvoll. Nach einer ausführlichen Anamnese wird die Kräuterrezeptur aus westlichen Heilpflanzen, für jeden Patienten individuell, zusammengestellt.

## Ayurveda

Der Begriff Ayurveda stammt aus dem Sanskrit und bedeutet »Wissen vom langen gesunden Leben«. Er bezeichnet ein ganzheitliches System der traditionellen indischen Medizin, welches den Menschen ganz individuell betrachtet. Das Ziel von Ayurveda-Behandlungen ist der Ausgleich der drei Körperenergien (Doshas) Vata, Pitta und Kapha und die Wiederherstellung der inneren Harmonie.

Nach einem persönlichen Beratungsgespräch können Sie zwischen folgenden Behandlungen wählen.