

HERZLICH WILLKOMMEN

Ich freue mich über Ihr Interesse und stelle Ihnen auf den folgenden Seiten die verschiedenen Massagen und deren Wirkung vor.

DER BEGRIFF CENOTE

Ein Cenote (span.; Mayathan ts'o'noot) ist ein dolinenartiges Kalksteinloch, das durch den Einsturz einer Höhlendecke entstanden und mit Süßwasser gefüllt ist. Der Begriff stammt von den Maya der mexikanischen Halbinsel Yucatán. (Quelle: wikipedia.org)

Ich verbinde mit dem Begriff Cenote Frische, Klarheit und Erholung von der heißen, hektischen Umgebung.

Gönnen auch Sie sich eine Auszeit!

ULRICH RODE

- Studium Anglistik und Sport
- Trainer Leistungsschwimmen
- Rückenschullehrer (mit Lizenz)
- Anti-Stress-Relax-Trainer (mit Diplom)
- Ausbildungen in autogenem Training und Massagen
- Ergonomieberater für betriebliche Gesundheitsförderung



MASSAGEN UND BEHANDLUNGEN

VEREINBAREN SIE EINEN TERMIN UNTER:

CENOTE
Ziegelweg 28
41199 Mönchengladbach
Tel.: 02166 145948
Mobil: 0173 5191880
E-Mail: kontakt@cenote-ulrich-rode.de
www.cenote-ulrich-rode.de

ODER IM "LIKE A WOMAN" STUDIO
Quadtstraße 30
41189 Mönchengladbach
Tel.: 02166 6762422

ICH FREUE MICH AUF IHREN BESUCH.
ULRICH RODE

CENOTE

MASSAGE · RÜCKENSCHULE · BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG



ENERGETISCHE MASSAGE

Erhöhen Sie Ihre Belastbarkeit im täglichen Leben und verbessern Sie Ihre Konzentrations- und Lernfähigkeit. Bei der energetischen Massage wird das natürliche Gleichgewicht des Körpers wieder hergestellt.

- kann sowohl an Teilgebieten des Körpers als auch ganzkörperlich angewendet werden
- auch vorbeugend zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit und gegen den täglichen Stress
- unterstützend zu anderen Therapieformen bei Kopf-, Nacken- und Rückenproblemen, Augen-, Kiefer- und Gelenksbeschwerden

Verwöhdauer: 60 Minuten
Investition: 45,- €

© iStockPhoto.com/MarsBars



ASIATISCHE FUSSPUNKTMASSAGE

Durch sanften Druck auf verschiedene Zonen der Füße werden Beschwerden im ganzen Körper gelöst und das Wohlbefinden gesteigert. Der Energiefluss wird positiv stimuliert.

Verwöhdauer: 30 Minuten
Investition: 30,- €

MASSAGE AUF DEM MASSAGESTUHL*

Einmal kurz Durchatmen für den Körper, oder eine kurze Behandlung bei schmerzenden Gelenken.

- auch Hausbesuche oder Massagen in Firmen (ab 3 Personen)

Verwöhdauer: 10 Minuten
Investition: 9,- €

* im like a woman-Studio, Quadstraße 27

HOT STONE MASSAGE

Genießen Sie vom ersten Augenblick an die von den Steinen ausgehende, entspannende Wirkung. Ätherische Öle ergänzen die Massage und pflegen die Haut. Stress wird allmählich abgebaut, der ganze Körper entspannt und wird angenehm durchwärmt.

Verwöhdauer: 90 Minuten
Investition: 80,- €



© iStockPhoto.com/MarsBars

KRÄUTERSTEMPELMASSAGE

Die Kräuterstempelmassage verbindet die Vorzüge einer Massage mit wohltuender Wärme und der heilenden Wirkung ausgewählter Kräuter. Genießen Sie die Wirkung dieser entschlackenden und entspannenden Ganzkörpermassage.

Verwöhdauer: 60 Minuten
Investition: 60,- €

AROMA MASSAGE

Nehmen Sie sich eine Auszeit, lassen Sie sich von wertvollen Ölen verwöhnen und steigern Sie Ihr Wohlbefinden. Eine ganzheitliche Wellnessbehandlung für den Körper und die Sinne.

Verwöhdauer: 60 Minuten
Nachruhezeit: 15 Minuten
Investition: 60,- €



© Jonas Glaubitz - italia.com