



# MOBILITÄTS SCHMIEDE

## **Massage:**

Die Massage ist eine manuelle Reiztherapie. Durch verschiedene Massagegriffe werden, auch in Abhängigkeit der Intensität bei der Ausführung, unterschiedlichste Wirkungen erzielt: Steigerung der örtlichen Durchblutung, Regulierung Muskeltonus, Entspannung der Muskulatur, psychische Entspannung, Auswirkungen auf innere Organe.