



Die **klassische Massage** dient dazu, verspannte Muskelpartien zu lockern, die Durchblutung und den Stoffwechsel zu fördern, den Kreislauf, den Blutdruck, die Atmung

und die Psyche positiv zu beeinflussen sowie Schmerzen zu reduzieren. Unterschiedliche Grifftechniken, wie zum Beispiel Streichung, Knetung, Walken, Rollen, Lockern, Hacken, Klatschen, Klopfungen oder Reiben werden dabei von Therapeuten je nach gewünschter Wirkung angewendet.