



## Nieuwsbrief Special Valentijnsdag



*Al het moois van massage en yoga brengen wij voor jullie samen in deze nieuwsbrief met leuke events en wetenswaardigheden vanuit ons vakgebied. Wij wensen jullie veel leesplezier!  
Anneke en Ingrid*

**In het nieuwe jaar richten we** ons op bijzondere momenten voor een aangenaam verblijf in onze praktijk. Met **Valentijnsdag** voor de deur is het een uitgelezen moment om samen met je partner iets leuks te doen. Zo kun je bij ons een duo massage boeken om samen te genieten van de combi van massages die voorhanden zijn. En wil je iemand verrassen met een heerlijke duo of andere massage laat het ons weten, de cadeaubonnen liggen voor je klaar.

**Met duo massages is een nieuwe** samenwerking ontstaan die al geleid heeft tot leuke ervaringen en reacties zoals die van Natasja:

"Ik heb een duo massage als cadeautje van een vriendin gekregen. Ik kan zeggen dat deze beleving echt aan te raden is voor iedereen. We waren beide in een andere ruimte dat aan elkaar grenzende maar ook wel weer samen. Er was een fijne verbinding onderling en een heerlijke ontspanning. Dus ben je toe aan wat ontspanning of een leuk uitje met je man, vriend, vrouw, vriendin ik zou zeggen maak een afspraak..."  
Hoe leuk is dat! Samen met je partner, vriend of vriendin ben je welkom om tegelijkertijd te genieten van onze ontspannende en verwarmende massage van 1 of 1,5 uur.

Voor meer info en prijzen kijk op onze websites [www.praktijkzorgvliet.nl](http://www.praktijkzorgvliet.nl) en [www.in-ki.nl](http://www.in-ki.nl)

### **LaStoneTherapie**

Op het moment dat ik dit schrijf is het buiten koud, guur en stormachtig. Het perfecte moment voor een behandeling van LaStone. In de LaStoneTherapie wordt gewerkt met warme

basalt stenen en koel marmer. Deze wisselwerking is typerend voor de therapie en is ook niet te verwarren met hot stone massage. Op de website [www.praktijkzorgvliet.nl](http://www.praktijkzorgvliet.nl) wordt duidelijk uitgelegd waarom deze behandeling zo anders is. Er zijn twee behandelingen. De stonebody massage is een behandeling van 60 minuten waarbij vooral op de spieren wordt gewerkt. De stonenergy behandeling van 90 minuten bevat wat meer energiewerk waardoor je een laag dieper in jezelf gaat en daardoor ook een meer ontspannende werking hebt. Uiteraard is een 'gewone' hotstone massage ook altijd mogelijk.

### **Ayurvedische massage**

Bij Ingrid kun je terecht voor een van de oudste vormen van massages ter wereld, de ayurvedische massage. Een vorm van massage waarbij de drukpunten worden geactiveerd en de bloedcirculatie en het lymfesysteem op gang worden gebracht. Tijdens de massage wordt gebruik gemaakt van kruidenoliën die verwarmd worden aangebracht en er wordt middels drukpunten en energiebanen gewerkt waarbij de massage een activerende werking heeft. Enkele positieve effecten zijn het stimuleren van de bloedsomloop, de stofwisseling en het immuunsysteem. En daarnaast zorgt het voor verlichting bij gespannen spieren en spierpijn en bevordert geestelijke en lichamelijke ontspanning. Op de website [www.in-ki.nl](http://www.in-ki.nl) kun je kennis maken met de verschillende vormen van ayurvedische massages waaruit je kunt kiezen.

**De LaStoneTherapie & Ayurvedische massage kunnen ook onderdeel zijn van een duo massage.**

**Praktijk Zorgvliet & in-Ki Yoga, Gageldijk 96, 3566 MH UTRECHT**

**[www.praktijkzorgvliet.nl](http://www.praktijkzorgvliet.nl) & [www.in-ki.nl](http://www.in-ki.nl)**

**Anneke: [info@praktijkzorgvliet.nl](mailto:info@praktijkzorgvliet.nl) Tel. 06-22321433 / Ingrid: [mail@in-ki.nl](mailto:mail@in-ki.nl) Tel. 06-39457350**