

SENTIDA PLUX-UITHOORN
(bij Amber Beautysalon)
Johan Enschedeweg 180
1422 DR Uithoorn

FITNESS OP MAAT
Saxen-Weimarlaan 56
1075 CE Amsterdam

Plux-Uithoorn: 0297 526 295
Fitness op Maat: 020 66 27 103
Mobiel: 06 523 77 958

E-mail adres: info@sentida.nl
Website: www.sentida.nl



SENTIDA
BEWUST IN BALANS

HET SPAANSE WOORD "SENTIDA" BETEKENT GEVOEL & GEWAARWORDEN

Voor bedrijven en particulieren biedt Sentida de volgende specialisaties:

KLASSIEKE & ENERGETISCHE HOLISTISCHE MASSAGE

Deze massage is geïnspireerd op lichaam en geest. De holistische visie houdt in dat de mens als geheel beschouwd wordt; lichaam, geest, emoties en contact met de omgeving zijn niet los van elkaar te beschouwen.

METAMORFOSE MASSAGE

De metamorfose massage helpt je om in jezelf naar binnen te gaan en daar te ontdekken wie je ten diepste bent.

FYSIOMASSAGE

Is een massage die door het geven van klassieke massagehandgrepen, effecten bewerkstelligt met een preventief, curatief of prepratief doel.

REIKI

Reiki gaat verder dan de massage. Via mijn handen wordt energie doorgegeven. Bij fysieke en mentale klachten kan dit voor sommige mensen veel verlichting brengen. Deze behandeling werkt rustgevend.

DE YUEN METHODE

De Yuen methode van de Chinese Energieke geneeskunde is een nieuwe visie op een Oude Helende Techniek.

VOETKATA:

Op meridiaanbanen en acupunctuurpunten op knieën, onderbenen en voeten worden ontspannende, intensieve massagetechnieken toegepast, die deze massage tot een ongekende weldaad maken.

STOELMASSAGE

Een massage met de kleren aan op een speciale massagestoel van ongeveer 20 minuten. Deze massage op een stoel (her)geeft je vitaliteit en energie. Ideaal voor bijvoorbeeld op de werkplek.

HOT STONE MASSAGE

Een intense, diepe, warmte massage met gebruik van Hot Stones (warme stenen), een weldaad is voor lichaam en geest.

TRIGGERPOINTMASSAGE

Triggerpointmassage is geen medische handeling, maar een massagetechniek die tot doel heeft specifieke pijn te verlichten. De triggerpointmassage zorgt al in enkele minuten voor verlichting.

**WILT U MEER WETEN GA DAN NAAR WWW.SENTIDA.NL
EEN AFSpraak KUNT U TELEFONISCH OF PER EMAIL DOEN**



SENTIDA

BEWUST IN BALANS



WWW.SENTIDA.NL

VOOR BEDRIJVEN EN PARTICULIEREN GESPECIALISEERD IN:

KLASSIEKE & ENERGETISCHE HOLISTISCHE MASSAGE - FYSIOMASSAGE
REIKI - STOELMASSAGE - METAMORFOSEMASSEGE - HOT STONE MASSAGE
TRIGGERPOINTMASSAGE - YUEN METHODE - VOETKATA

VESTIGINGEN: **PLUX UITHOORN & FITNESS OP MAAT**