

Business Massage - Tension Breaker®

**Gesundheitspraxis**  
Luisa Hochreutener Huber

# Business Massage

Kant. appr. Heilpraktikerin NVS im Kanton AR  
Tobelmüli, Wolfhalden, 9425 Post Thal

Polaritytherapeutin SHN  
Multergasse 14, 9000 St. Gallen

Telefon: 071 222 1 888  
Natel: 079 707 30 12  
[www.businessmassage.ch](http://www.businessmassage.ch)

- Anspannung
- Termindruck
- langes Sitzen
- anhaltende Bildschirmarbeit
- ständig steigender Leistungsdruck

Alle diese Aspekte erhöhen das  
Stresspotenzial und bringen  
auch hervorragende  
Mitarbeiter manchmal  
aus dem Gleichgewicht.

Vorteile der

# Business Massage



Die Business Massage regt die Durchblutung an. Dadurch werden verschiedene Systeme angeregt und aktiviert. Die wohltuende, stärkende und belebende Wirkung ist sofort spürbar und wirkt nachweislich auf:

- Wohlbefinden und Motivation der Mitarbeiter
- Produktivität und Kreativität
- Konzentrations- und Denkfähigkeit
- Stressabbau
- Immunsystem
- Muskelverspannungen und Spannungskopfweg
- Augenermüdung infolge Computerarbeit
- Verspannung und Schmerzen infolge Mikroverletzungen durch stereotyp wiederkehrende Arbeit am Computer
- Müdigkeit und Schlafstörungen
- Verdauungssystem

## Zielgruppe

Mitarbeiter und Führungskräfte

## Methode

Diese Massage ist eine Kombination aus der klassischen Massage und Akupressur am Kopf, Nacken- und Schulterbereich, Rücken, an Armen, Händen und Füßen. Business Massage ist optimal bei Muskelverspannungen, Kopfschmerz, Fehlhaltungen etc.

Die Massage dauert zwanzig Minuten, findet im Sitzen statt, ohne Öl und ohne Ausziehen der Kleider.

**Die erfrischendsten  
zwanzig Minuten  
seit es Massage gibt!**