



Massagen

im Panthera Lady's Gym
für Jedermann-/frau

Teilkörpermassage

Ganzkörpermassage

Sportmassage

Fussreflexzonenmassage

Triggerpointmassage

Lymphdrainage

Hot-Stone-Bodymassage

Physikalische Methoden

Lassen Sie sich von uns verwöhnen...



Sarah Nyffenegger

078 820 07 58

Ausbildung

- Abschluss kaufmännische Angestellte
7-jährige Tätigkeit im Sekretariat
(Baunebenbranche) bis 2005
- Gesundheitsmasseur Mai 2005/06
- Triggerpointmassage Juni 2006
- Hot Stone Massage Workshop Februar 2007
- Klassische Massage nach EMR Richtlinien
2006/2007

Angebote

Teilkörpermassage
Ganzkörpermassage
Sportmassage
Triggerpointmassage
Hot-Stone-Bodymassage (CHF 115.-)

Massagezeiten

Montag – Mittwoch	08.00 – 20.00
Donnerstag	08.00 – 17.00
Freitag	08.00 – 18.00

Preise

30 min.	CHF 49.-
60 min.	CHF 85.-

Unsere Massagen sind von den meisten Krankenkassen anerkannt (Zusatzversicherung).



Cornelia Rohrer

078 642 60 31

Ausbildung

- Abschluss kaufmännische Angestellte
5-jährige Tätigkeit (Gemeindeverwaltung und Immobilienverwaltung)
- klassische Massage nach EMR Richtlinien
April 2007
- Fussreflexzonenmassage September 2007
- Dolo-Taping Kurs
- In Ausbildung zur med. Masseurin FA SRK
(März 2008 - März 2010)

Angebote

Teilkörpermassage
Ganzkörpermassage
Fussreflexzonenmassage
Lymphdrainage
Physikalische Methoden (Fango, Wickel, Dampfkompresen...)

Massagezeiten

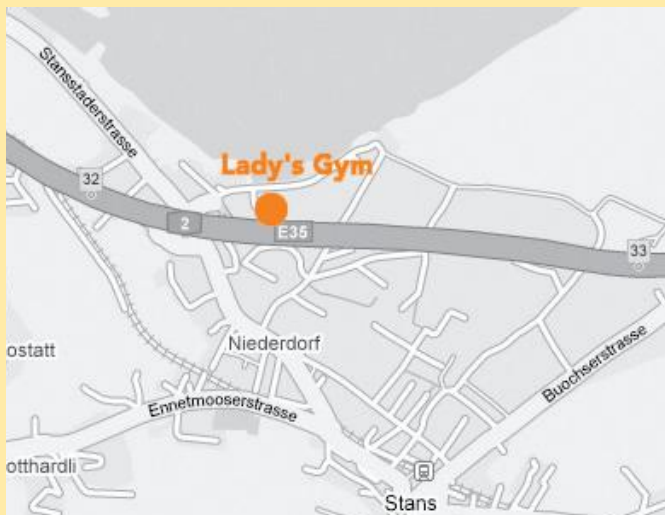
Donnerstag	17.00 - 20.00
Samstag	09.00 - 12.00

Preise

30 min.	CHF 49.-
60 min.	CHF 85.-

Die Massage...

- ... dient der Entspannung
- ... regt den Stoffwechsel an
- ... fördert die Durchblutung
- ... steigert die Herzleistung
- ... hat eine positive Wirkung auf Atmung, Schlaf, Puls
- ... kann angewendet werden als reflektorische, segmentale Einwirkung auf innere Organe
- ... dient der psychischen Lockerung und dem allgemeinen Wohlbefinden
- ... beschleunigt die Erholung der Muskulatur (nach sportlichen Leistungen)
- ... fördert die Muskelelastizität und Muskelreaktion
- ... begünstigt die Beeinflussung des Muskelstoffwechsels (Abtransport von Abbauprodukten wie z.B. Milchsäure usw.)



Sarah Nyffenegger 078 820 07 58

Cornelia Rohrer 078 642 60 31

Panthera Lady's Gym

Mühlebachstrasse 5

6370 Stans

www.fitness-panthera.ch

www.sarahs.ch