SABE

SABEmassage.dk

Sanne Bentsen

Kropsmassør fra Naturmedicinsk Kursuscenter på Christianshavn.
Uddannet i 2001
Løbende kurser, blandt andet Stanley Rosenberg Institut:

- Kranio–Sakral Terapi
- Organmassage
- Tensegrity
- Neurodynamics
- New Medicine
- 2004, Øreakupunktur, Naturmedicinsk kurcuscenter
- AKU-NOVA John Boel, Nåleterapi
- Laserterapi: Power Medic

Disse terapiformer er mit værktøj og vil som behandlig ofte blive brugt i kombination med hinanden.

Medlem af Danmarks Komplementære Behandlere (DAKOBE)
Medlem af Foreningen Kraniosakral- og Kropsterapeuter
Registreret Alternativ Behandler

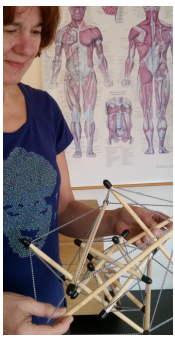
Registreret alternativ behandler i massage
Registreret alternativ behandler i Kranio-Sakral Terapi

Fysiurgisk dybdemassage

Tensegrity Myofasie Release Anatomic Trains

... bygger på indgående kendskab til kroppens
● Muskelvæv ● Bindevæv ● Knoglevæv ● Nervevæv og deres indbyrdes samarbejde/netværk

En enkelt behandling kan ofte løsne en akut opstået spænding/smerte. Længere tids overbelastning af muskler, sener og ledforbindelser kræver et forløb af flere behandlinger.



Massagen sigter mod at løsne både ydre og dybereliggende strukturer på kroppen. Muskler og sener løsnes, blødgøres og strækkes, så de igen kan arbejde frit. Eventuelle skævheder og ubalancer i skelettet, måske på grund af overbelastning eller vanemæssig dårlig holdning, kan rettes op.

Stress og psykiske spændinger i kroppen kan ved massagen virke følelsesforløsende.

Behandlingen er afspændende, giver øget energi og større kropsbevidsthed. Massagen er udrensende; affaldsstoffer løsnes og transporteres via blodkredsløbet til naturlig udskillelse via bl.a. nyrerne. Virker endvidere stimulerende på lymfe- og nervesystemet samt blodforsyning til hud, muskler og indre organer.

Jeg anvender akupressur, integreret i massagen.

Akupressur er punktmassage specielle steder på kroppens meridianer (energibaner). Teknikken løsner blokeringer, så energikredsløbet igen kan flyde uhindret.

Kranio-Sakral Terapi

... blev opfundet af en amerikansk læge tidligt i dette århundrede.

Teknikken udspringer af osteopati og er siden blevet videreudviklet og udbredt i hele Europa. Stanley Rosenberg begyndte som den første i Danmark i 1986 at behandle klienter.

Kranio-Sakral Terapi er en meget blid og afspændende behandlingsform, som sigter mod at forbedre centralnervesystemets funktion:

- Det autonome nervesystem; kronisk stress
- Hormonbalancen
- Skeletmuskulaturen
- Bidfunktionen

Behandlingens hensigt er at frigøre eventuelle spændinger i leddene mellem kranieknoglerne, afspænde de stærke membraner, som holder hjernen på plads, leddene i rygsøjlen og korsbenet samt hjernevæsken og blodets cirkulation.

Kranio-Sakral Terapien kan blandt andet hjælpe mod:

hovedpine, ryg- og nakkespændinger, symptomer som stammer fra ulykker eller slag på hovedet/rygsøjlen, piskesmæld, kæbespændinger og synsforstyrrelser.

Man ligger på ryggen på briksen.

Der anvendes et meget let tryk, på specielle steder på hovedet, nakken, ryggen og korsbenet.

Du oplever en dyb form for afspænding, som i en behagelig drømmende søvntilstand.

Øreakupunktur

Ørerne er et hologram af kroppen.

Udfra en 3-dimensionel opfattelse af legemet, vil man finde punkter på øret svarende til kroppens organer og områder.

Behandlingen virker gennem nervesystemet. Stimulation af et punkt i øret vil påvirke og behandle tilsvarende område i kroppen. Metoden udspringer af traditionel kinesisk medicin med 5-elementteori og meridian-system, samt den franske læge Paul Nogiers øreakupunktur-metode.
Han kortlagde i 50'erne alle ørepunkterne svarene til legemet, udfra en vesterlansk anatomisk opfattelse.

Nålestimulering kan påvirke og behandle forskellige lidelser blandt andet:

- Rygeafvænning
- Led/muskelsmerter
- Allergier
- Mental afspænding - og meget andet

Der anvendes tynde Dragonnåle eller ASP permanåle.

Organmassage

... kan hjælpe dig med at genoprette helbred og funktion i dine vitale organer.

Teknikkerne forbedrer blod- og lymfecirkulationen og frigør spændinger i musklerne omkring organerne og i selve organerne. Cellerne i organernes væv får derved forbedret iltoptagelsen samt øget udskillelsen af CO_2 og andre affaldsprodukter.

Hele mave- tarmkanalen er nærmest et langt bugtet og snoet rør af cirkulære og længdegående muskulaturer. Disse peristaltiske muskelbevægelser presser føden fremefter fra spiserørets begyndelse ned til endetarmen.

Operationsarvæv eller spænding kan nedsætte bevægeligheden og gøre disse muskler mindre effektive.
Organer bl.a. milt, nyre, blære, galdeblære og lever er afhængige af musklernes rytmiske spænding og afspænding.

Stillesiddende arbejde, diverse betændelsestilstande og lignende reducerer cirkulationen i organernes væv og kan sænke det generelle sundhedsniveau. Nedsat cirkulation gennem flere årtier kan skade organerne.

Organmassage vitaliserer selve organet og kan blandt andet også hjælpe mod:

- Nakkespænding og surt opstød
- Oppustethed og smerte mellem skulderblade
- Piskesmældssymptomer
- Forstoppelse, ryg og hofteproblemer
- Skuldersmerter

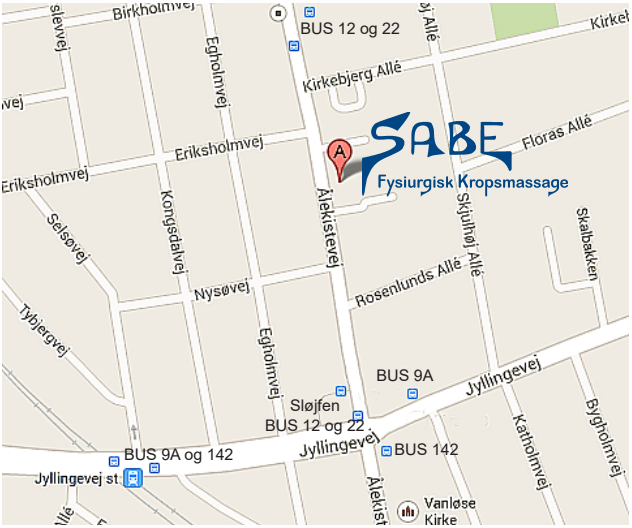
Her finder du SABE

SABE
Ålekistevej 190
2720 Vanløse

Busforbindelse
9A, 12, 22, 142 på
Ålekistevej.

S-tog til Jyllingevej st.

Parkering langs vejen.



Massør
Sanne Bentsen
Ålekistevej 190
2720 Vanløse

www.SABEmassage.dk
E-mail: sabemassage@mail.dk

CVR: 28 64 78 08

Åbningstider

Mandag, torsdag og fredag
kl. 8.30 - 18.00

Tidsbestilling

Tlf. 29 62 08 06

Bank: 4380-7950954218

SABE

Fysiurgisk Kropsmassage

SABEmassage.dk **SABE 29 62 08 06**

Priser

Behandling 30 minutter	**425,-**
Behandling 60 minutter	**705,-**
Behandling 90 minutter	**870,-**

15% rabat ved køb af 3 behandlinger Benyttes indenfor 2 mdr. fra købsdato

Behandling 3 x 60 minutter	(normalpris 2115,-)	**1800,-**
Behandling 3 x 90 minutter	(normalpris 2610,-)	**2220,-**

15% rabat ved køb af 5 behandlinger Benyttes indenfor 2 mdr. fra købsdato

Behandling 5 x 60 minutter	(normalpris 3525,-)	**2995,-**
Behandling 5 x 90 minutter	(normalpris 4350,-)	**3695,-**

Gavekort udstedes

Massør
Sanne Bentsen
Ålekistevej 190
2720 Vanløse

www.SABEmassage.dk
E-mail: sabemassage@mail.dk

CVR: 28 64 78 08

Åbningstider

Mandag, torsdag og fredag
kl. 8.30 - 18.00

Tidsbestilling

29 62 08 06

Bank: 4380-7950954218

Priser gældende til marts 2023