

BIJ: SPIERKLACHTEN - STRESS -
MOE - TOE AAN ONTSPANNING -
NIET LEKKER IN JE VEL - ANGST -
VERKLEefd BINDWEEFSEL -
HOOFDPIJN - NEERSLACHTIG -
CONCENTRATIEVERLIES -
SPANNING - DEPRESSIE -
AFHANKELIJKHEIDSGEVOELENIS -
NEGATIEF DENKEN - ETC.

Voor particulieren en bedrijven!

Even voorstellen ...



Mijn naam is Steffi Katzel, en ik werk met veel passie en plezier in mijn complementaire praktijk EnergetiQ body & mind. De werking van het menselijk lichaam en onze geest fascineert mij enorm. Het één staat niet los van het ander, dat is ook de reden waarom ik voor een holistische aanpak kies. Middels deze folder geef ik graag alvast een kijkje achter de schermen.

”

De verandering die je zoekt, zit al in jezelf.

”



www.energetiq-body-and-mind.nl



steffi.energetiq@gmail.com



06 52383849



Wikkestraat 9, 5561 AE Riethoven



Voor een energieker en
meer ontspannen leven



Body & mind- / massagetherapie
Body Mind Release
Buitencoaching

Tarieven

1e kennismakingsgesprek (in de praktijk, online of telefonisch) - 10-30 minuten **gratis**

Body & mind therapie - massagetherapie
Body Mind Release - Buitencoaching

Uurtarief € 80,00
(incl. uitgebreide intake / anamnese)

De duur kan (in afstemming met de klant) per consult variëren van 1 tot 2 uur.

Ontspannings- en klachtgerichte massages

Intake / anamnese - 15-30 minuten € 20,00

30 minuten (lokaal gericht) € 35,00

60 minuten (gecombineerd) € 65,00

90 minuten (hele lichaam) € 90,00

120 minuten (hele lichaam met focus op probleemgebieden) € 110,00

De genoemde tijden zijn volledige massagetijd. Om rondom de massage bij te praten en te evalueren mag een half uur extra (voor rekening van EnergetiQ body & mind) ingecalculereerd worden. Eventuele extra tijd i.v.m. klachten-bespreking, functie-/bewegingsonderzoek of andere zaken wordt in afstemming met de klant conform de bovenstaande tijden doorberekend.

Vorbereiding, verslaglegging, nazorg en gesprekken buiten consulten zijn voor rekening van EnergetiQ body & mind.

Aanbod

Ontspannings- en klachtgerichte massages

Heb je lichamelijke klachten, het gevoel teveel in je hoofd te zitten, of ben je gewoon aan ontspanning toe? Bij EnergetiQ body & mind onderga je massages op maat (diverse technieken apart of in combinatie met elkaar) ter ontspanning, voor een betere doorbloeding, stofwisseling en spierfunctie, afvoer van afvalstoffen, een positieve invloed op slaap, ademhaling, immuunsysteem, gelukshormonen en het zelfhelend vermogen. Je merkt het al wanneer je jezelf af en toe een massage gunt, en op regelmatige basis maakt het zéker verschil.

KORTINGSOPTIES

- 20% op elke 10e behandeling/consult (p.p.)
- 8% per behandeling/consult (p.p.) voor maandabonnement jaar
- 4% per behandeling/consult (p.p.) voor maandabonnement halfjaar

Veel werkgevers hebben de mogelijkheid om coaching, therapieën en massages (eventueel gedeeltelijk) vanuit preventie overwegingen te vergoeden. Ben je een particuliere klant? Ga hier dan zeker ook met je werkgever over in gesprek.

Voor zakelijke klanten zijn de bovenstaande tarieven exclusief 21% BTW.

Body & mind- / massagetherapie

Waar 'gewone' massages vaak uitkomst ter ontspanning en voor het algemeen welbevinden bieden, wordt massagetherapie bij complexere hulpvragen ingezet. Massagetherapie richt zich tevens op bewustwording en vraagt wat van je als je het ondergaat. Je gaat actief met jouw eigen proces aan de slag, waarbij je uiteraard zorgvuldig wordt begeleid en ondersteund.

Massagetherapie vindt vaak in combinatie met andere interventies plaats, waardoor er al snel sprake van body & mind therapie is. Bij andere interventies kun je denken aan aanvullende lichaamsgerichte therapieën, zoals de Dorn-methode, maar ook werkvormen gericht op mindfulness, bewust ademen, beweging, emotie- en energiebalans en het herprogrammeren van je gedachten en onderbewustzijn. Alles erop gericht om steeds beter naar je lijf en onderbewustzijn te leren luisteren en zo steeds beter in je vel en bij je ware zelf te komen.

Body Mind Release

Body Mind Release helpt om de innerlijke oorzaak van levensklachten gericht aan te pakken. Met deze methodiek word je je steeds bewuster van hoe je in het leven staat, en hoe bepalend beperkende gevoelens en overtuigingen zijn. Ook positieve gevoelens (en overtuigingen) zijn alles bepalend, en met Body Mind Release leer je stap voor stap dat en hoe je jouw 'ballast' steeds meer door positieve gevoelens kunt vervangen. Niet meer praten, maar doen!

Buitencoaching

Met buitencoaching kom je tegelijkertijd tot rust én in beweging (letterlijk en figuurlijk). Het geeft inzichten en ondersteunt in bewustwording.