



Ayuram

D R E S D E N

Berührung, die in die **Tiefe** geht

Für mehr Wohlbefinden, innere Balance und neue Leichtigkeit.

AYURVEDISCHE TIEFENGeweBS- UND MYOFASZIENMASSAGE



Schön, dass du **hier** bist.

Ayuram ist ein Raum, in dem du zur Ruhe kommen und wieder mehr **Verbindung** zu deinem Körper spüren darfst.

Ich freue mich darauf, dich mit dieser besonderen Massage willkommen zu heißen und dir Zeit für Entspannung, Regeneration und neues Wohlbefinden zu schenken.



Was ist **Ayuram**?

Ayuram ist eine besondere Form der Körperarbeit, die ayurvedische Massage mit tiefgehender Myofaszien- und Tiefengewebsarbeit verbindet.

Während der Massage werden sowohl die oberflächlichen als auch die tieferen Schichten des Fasziengewebes gezielt behandelt, um Spannungen zu lösen und Verklebungen sanft zu mobilisieren.

Mit systematischen, langen und präzisen Massagegriffen sowie gezieltem Druck wird intensiv am Fasziengewebe gearbeitet. Dadurch können sich auch tiefer liegende und länger bestehende Spannungsmuster nach und nach lösen. In der Körperarbeit werden solche festgehaltenen Spannungsmuster teilweise als **Körperpanzerung** oder **Body Armouring** bezeichnet.

Die Behandlung unterstützt die Regeneration des Körpers und kann zu mehr Leichtigkeit, Bewegungsfreiheit und einem bewussteren Körpergefühl beitragen. Der Druck wird dabei achtsam an dich und die Bedürfnisse deines Körpers angepasst.

Ayurvedische Massage

lange, präzise Griffen

Myofasziendarbeit

oberflächliche Schichten

Tiefengewebsarbeit

tiefere Schichten



EINE PERSÖNLICHE BEGEGNUNG

„Für mich ist jede Behandlung eine persönliche Begegnung, getragen von Aufmerksamkeit, Ruhe und einer Berührung, die nicht nur den Körper, sondern den ganzen Menschen **wahrnimmt**.“

Ayuram Massage

Jede Ayuram Massage wird in Druck und Intensität achtsam auf dich und die Bedürfnisse deines Körpers abgestimmt. Die Behandlung kann sanft und beruhigend, tiefgehend und intensiv oder eine Verbindung aus beidem sein.

60
MINUTEN

100 €

Eine vollständige Ayuram Massage in einem kompakteren zeitlichen Rahmen
– passend zum Kennenlernen oder für eine regelmäßige bewusste Auszeit.

80
MINUTEN

130 €

Mehr Zeit, um tiefer in die Behandlung einzutauchen und einzelnen Körperbereichen besondere Aufmerksamkeit zu schenken. Für eine ausführliche und besonders entschleunigende Sitzung.

Zehn Massagen, **aufeinander** abgestimmt

Nachhaltige Veränderung braucht Zeit, Wiederholung und Kontinuität.



Die Ayuram Journey umfasst zehn aufeinander abgestimmte Massagen. Sie bietet deinem Körper die Möglichkeit, Spannungen nach und nach loszulassen und langfristig mehr Bewegungsfreiheit, Leichtigkeit und Wohlbefinden zu entwickeln.

Druck und Intensität werden bei jedem Termin neu auf dich und die aktuellen Bedürfnisse deines Körpers abgestimmt.

10 × 60 Minuten

950 €

10 × 80 Minuten

1.240 €



ÜBER MICH

Hallo, ich bin **Linda**.

Vor über zehn Jahren kam ich in Indien zum ersten Mal mit Ayurveda und Körperarbeit in Berührung. Diese Erfahrungen haben meinen Weg nachhaltig geprägt. Ich lernte, meinen Körper neu wahrzunehmen und mich immer mehr in ihm zu Hause zu fühlen.

Dabei habe ich selbst erfahren, wie eng körperliches Wohlbefinden mit dem verbunden ist, was wir ausstrahlen. Je wohler ich mich in meinem Körper fühlte, desto mehr veränderte sich auch meine Ausstrahlung. Ich fühlte mich ruhiger, lebendiger und mehr bei mir.

Diese Erfahrung weckte in mir den Wunsch, tiefer in die Welt der Massage und Körperarbeit einzutauchen. Ich absolvierte verschiedene Ausbildungen und sammelte über die Jahre wertvolle praktische Erfahrungen.

Während meiner Zeit in Indien durfte ich bei meinem Lehrer die besondere Massagetechnik Ayuram erlernen. Sie verbindet ayurvedische Massage mit präziser Tiefengewebs- und Faszienarbeit. Mich fasziniert besonders, wie tiefgehend und zugleich wohltuend diese Körperarbeit sein kann. Die Wirkung hat mich persönlich so überzeugt, dass ich Ayuram auch in Deutschland weitergeben wollte.

Heute arbeite ich als Massagetherapeutin und freue mich, Ayuram in Dresden anbieten zu dürfen. Mit meinen Massagen möchte ich dir einen Ort schenken, an dem du zur Ruhe kommen, neue Energie schöpfen und dich in deinem Körper rundum wohlfühlen kannst.

Ich freue mich darauf, dich kennenzulernen.

TERMINVEREINBARUNG

Ich freue mich darauf, dich kennenzulernen.

0155 67821956

Ich freue mich darauf, deine Ayuram Session individuell auf dich abzustimmen.

Yam – Atelier Mitte

Schützengasse 14
01067 Dresden

Studio Amaya

Bergmannstraße 21, Hinterhaus
01309 Dresden



ONLINE

ayuram.de

hello@ayuram.de



made with love by **dcyphr.**® – The Frontier of Applied AI
dcyphr.ai