

# UNSER ANGEBOT DIE TARIFE

\* **Blöcke & Gutscheine** für Behandlungen und Anwendungen können direkt bei mir, oder via [www.tamaraum.at](http://www.tamaraum.at) erworben werden.

## UNSERE BLOCKPREISE\*

|                   |          |
|-------------------|----------|
| <b>TEILKÖRPER</b> | Euro     |
| 5er Block         | € 220,00 |
| 10er Block        | € 430,00 |
| <b>GANZKÖRPER</b> | € 395,00 |
| 5er Block         | € 770,00 |
| 10er Block        |          |

## KLASSISCHE MASSAGEN

|  | Dauer | Preis in € |
|--|-------|------------|
| <b>SPECIAL SPORTMASSAGE</b><br><small>Kombination aus auf individuelle Bedürfnisse abgestimmte Techniken</small> |       |            |
| Ganzkörpermassage  | 50    | 82,00      |
| Teilkörpermassage  | 25    | 48,00      |
| <b>TIPPI!</b> Rücken intensiv  | 40    | 77,00      |

### LYMPHDRAINAGE

nach Dr. Vodder; entschlackt, entwässert & trägt zur besseren Entgiftung des Körpers bei.

|  |    |       |
|--|----|-------|
| Lymphdrainage groß (inkl. Galvanic Strom System)                           | 50 | 82,00 |
| Gesichts-Lymphdrainage (inkl. Faceups Behandlung, verjüngert das Hautbild) | 40 | 65,00 |

### BINDEGEWEBSMASSAGE & FASZIENTHERAPIE

löst verklebtes Gewebe und gleicht Spannungszustände aus.

|  |    |        |
|--|----|--------|
| Tuina-Bindegewebsmassage                   | 50 | 82,00  |
| Faszientherapie basic                      | 50 | 82,00  |
| Faszientherapie deluxe                     | 75 | 121,00 |
| Myofasziale Atlasterapie                   | 50 | 99,00  |
| <b>TIPPI!</b> inkl. Nachbehandlung & Reiki | 50 | 145,00 |

### TRIGGERPOINT

inkl. Tiefenmassage nach Marnitz

|                     |    |        |
|---------------------|----|--------|
| Triggerpoint basic  | 50 | 88,00  |
| Triggerpoint deluxe | 75 | 132,00 |

### GANZHEITLICHE MASSAGE

inkl. Reiki

|                       |    |       |
|-----------------------|----|-------|
| Ganzheitliche Massage | 50 | 99,00 |
| Aroma-Öl-Massage      | 50 | 99,00 |

### MEERSALZ- & KOKOSPEELING

Das wunderbar samtige Hautgefühl

|                                 |    |       |
|---------------------------------|----|-------|
| Peelingbehandlung               | 25 | 48,00 |
| Peelingbehandlung inkl. Massage | 50 | 88,00 |

### FEEL THE BODY - DIE AFTER.SAUNA.KOMBI.

Die perfekte Ergänzung nach dem Säunieren.  
Rücken- & Fußmassage inkl. regenerierender Gesichtsmaske

|  |    |       |
|--|----|-------|
| Feel the Body basic  | 25 | 48,00 |
| Feel the Body deluxe (Rücken-, Nacken- & Fußmassage inkl. ätherischer Öle) | 40 | 88,00 |

## TCM - TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN FERNÖSTLICHE ANWENDUNGEN

### TCM-SCHRÖPFMASSAGE

|  |    |        |
|--|----|--------|
| Schröpfmassage basic                                       | 40 | 70,00  |
| Schröpfmassage deluxe                                      | 50 | 82,00  |
| Cellulite-Behandlung (inkl. aktivierender ätherischer Öle) | 75 | 121,00 |

### APM-MERIDIANBEHANDLUNG

|                               |    |        |
|-------------------------------|----|--------|
| APM Meridianbehandlung basic  | 50 | 82,00  |
| APM Meridianbehandlung deluxe | 75 | 121,00 |

### OHRKERZENBEHANDLUNG

|                                 |    |       |
|---------------------------------|----|-------|
| Ohrkerzenbehandlung inkl. Reiki | 50 | 75,00 |
|---------------------------------|----|-------|

### TIPPI! THAI-YOGA-MASSAGE

Die „uralte heilsame Berührung“ der 72.000 Energielinien

|  |    |        |
|--|----|--------|
| Thai Yoga   Nuad Thai (Balinesisch) basic  | 50 | 99,00  |
| Thai Yoga   Nuad Thai (Balinesisch) deluxe | 75 | 125,00 |
| Balinesische Fußmassage                    | 25 | 48,00  |
| inkl. Balinesische Reflexzonenmassage      | 50 | 88,00  |

### AYURVEDA

|                                       |    |        |
|---------------------------------------|----|--------|
| Ayurvedische Ganzkörpermassage Basic  | 50 | 99,00  |
| Ayurvedische Ganzkörpermassage Deluxe | 75 | 132,00 |
| Garshan Seidenhandschuhmassage        | 50 | 75,00  |
| Ayurvedische Kopf-Öl-Massage          | 25 | 48,00  |

### TIPPI! ENERGIE- & SCHWINGUNGSMEDIZIN (REIKI & PENDELN)

Nach Dr. Mikao Usui Sensei

|  |       |        |
|--|-------|--------|
| Reiki - Erst- & Zweitbehandlung                  | je 45 | 125,00 |
| Reiki - Energiearbeit                            | 45    | 75,00  |
| Reiki - Energiearbeit                            | 75    | 99,00  |
| Reiki - Fern-Heilbehandlung inkl. Nachbehandlung | je 45 | 99,00  |
| Heilpendeln (Quantenheilung mit dem Pendel)      | 50-75 | 90,00  |

### TIPPI! LOMI LOMO NUI

Traditionell hawaianische Ganzkörpermassage

|                      |    |        |
|----------------------|----|--------|
| Lomi Lomi Nui Basic  | 50 | 99,00  |
| Lomi Lomi Nui Deluxe | 75 | 132,00 |

### KRÄUTERSTEMPEL

|  |    |       |
|--|----|-------|
| Kräuterstempel-Massage - nur auf Anfrage | 50 | 99,00 |
|--|----|-------|

### HOT STONE MASSAGE

Hot Stone Massage - nur auf Anfrage



## DER STERNENLOTOS - Lebenskraft entfalten. JETZT!

Der **Sternenlotos** enthält eine hochschwingende, informierte Mineralien- und Kristallmischung, die das Potenzial zur Umwandlung von Störfrequenzen aller Art in sich trägt. Während unser ureigenes Schwingungsfeld von Natur aus vollkommen und gesund ist, haben sich die Menschen im Laufe der Zeit vielen, meist künstlich erzeugten, niedrig schwingenden Frequenzen angepasst und sich dadurch immer mehr von sich selbst entfernt.

Einflüsse wie z. B. **Mobilfunkstrahlung** (3G, 4G und 5G), Satellitenstrahlung, Elektrogeräte oder Chemtrails führen zu Stress, Krankheit und Unausgeglichenheit. Der Sternenlotos erhöht deine Schwingung sofort und sorgt für Klarheit, Erholung und Schutz.

**PARTNERLINK:**  
[bloominglife.com/100080](http://bloominglife.com/100080)

**5%-Rabatt mit Code:**  
**BL5COUPON100080**



### BLOOMING PHONE

Wandelt 5G-Mobilfunk in reine Lebensenergie



### BLOOMING WATER

Vitalisiert Wasser und Lebensmittel.



### BLOOMING LIFE

Stellt die Ur-Information des Lebens wieder her.



## TAMARAUM

Ganzheitliche Heilmassage  
by Tamara Saurwein

**Body&Soul Women** Amraser-See-Str. 60 | Innsbruck  
**INVIBE Innsbruck** Mitterweg 16 | Innsbruck

Tel. +43 699 10528344  
office@tamaraum.at

[www.tamaraum.at](http://www.tamaraum.at)



**TAMARAUM**<sup>®</sup>  
Ganzheitliche Heilmassage

# WILLKOMMEN IM TAMARAUM®

Der Name Tamara stammt aus dem Alt-Hebräischen und bedeutet übersetzt "das Leben". So hat es sich fast von allein ergeben, dass mein Massageraum Tamaraum® benannt wurde. Ein Raum voller Leben. Ein Raum für das Leben.

**Die Methoden** der Massage bestehen bereits seit Jahrtausenden, ob zur Vorbeugung oder Behandlung gegen Beschwerden bzw. Erkrankungen im Bereich des Bewegungsapparats oder als Maßnahme zur positiven Beeinflussung erkrankter innerer Organe. Mit den uns zur Verfügung stehenden Methoden können wir den Energiefluß (Chi) im Körper von angestauten Blockaden befreien und so für mehr Lebensfreude und Lebensqualität sorgen.

**Die Berührung** – das grundlegende Element der Massage – ist die ursprünglichste und natürlichste Form der Kommunikation. Sie ermöglicht einander im tiefsten Wesen zu erfahren. Die achtsame und liebevolle Berührung ist ein natürliches und körperliches Bedürfnis jedes Menschen und ist die Grundlage für Wohlbefinden und seelische Gesundheit. Art und Ort der Berührung sowie Krafteinsatz sind vom körperlichen und seelischen Zustand des Klienten abhängig. Das Team von Tamaraum nimmt sich die Zeit für Sie, um individuell und bewußt darauf einwirken zu können.

## Das können wir Ihnen bieten. Sind Sie bereit?

Dann lehnen Sie sich zurück und genießen Sie Tamaraum – den Raum voller Lebensenergie. Die Oase des Wohlbefindens.

## ZU MEINER PERSON



Geboren und aufgewachsen im schönen Tiroler Unterland führte mich meine Bestimmung über einige Umwege in die Tiroler Landeshauptstadt Innsbruck, wo ich mich dazu entschied meiner Berufung zu folgen:

Ich fühlte ein großes Bedürfnis, etwas mit Herz und Hand zu tun, Menschen bewußt zu begleiten und auf ihrem Lebensweg zu unterstützen. Ich entdeckte die Massage als mein Ausdrucksmittel und lernte ihre vielen Aspekte und Möglichkeiten kennen und lieben.

- 2007** Ausbildung „Medical Wellness Therapist“, Yoni Akademie
- 2010** Lehrgang Nuad-Thai-Yoga-Massage an der School of Bangkok in Innsbruck
- 2013** Diplomierte Heilmasseurin mit Auszeichnung
- 2013** absolvierte ich zudem die Ausbildung zum Shamanism-Practitioner an der Internationalen Akademie für Schamanismus, um auch die ganzheitlichen Gesundheitspraktiken der indigenen Völker in meine Arbeit mit einfließen lassen zu können.
- 2016** vertiefender Lehrgang Thai-Yoga-Massage bei Carlos Romero in der Antaratma-Yoga-Shala in Innsbruck
- 2016** Granio-Sacral-Ausbildung am Upledger-Institut Österreich
- 2018** Umfangreiche Radiästhesie-Ausbildung mit Schwerpunkt Pendel und Wünschelrute
- 2019** Reiki-Master Ausbildung nach Dr. Mikao Usui Sensei

**Mir ist wichtig**, nicht nur die Symptome, sondern die Ursachen zu behandeln, um Ihnen so zu einem besseren Gesundheitszustand und einem besseren Wohlbefinden zu verhelfen bzw. Ihren Körper durch Symptomerleichterung beim Heilungsprozess zu unterstützen.

Sie können auf mein fundiertes Wissen zählen, um Ihre Gesundheit, Ihr Bewußtsein und Ihre Achtsamkeit zu fördern.

## GUT ZU WISSEN

Über verordnete Heilmassagen wird ein Teilbetrag von der Krankenkasse rückerstattet. Restbeträge können – sofern vorhanden – über eine Privatversicherung zurückgefordert werden.



## WELLNESS MASSAGEN

Wellness-Massagen lösen akute Muskelverhärtungen und Verspannungen und lindern so Schmerzen.

Dazu zählen Massagearten wie zum Beispiel Lymphdrainage, Klassische Massage, Hot-Stone-Massage, Aromatherapie oder Thai- Yoga Massage.

Sie eignen sich für alle, die Entspannung und Erholung von Stress und Anspannung suchen. Deshalb bietet sich nach einem anstrengenden Arbeitstag oder gerade in Stresszeiten eine kurze Auszeit in Form einer Wellness-Massage geradezu an.

## HEIL MASSAGEN

Heilmassagen sind nicht nur für den Akutfall oder starke Verspannungen gedacht, sondern dienen vor allem der effizienten Vorbeugung und Verhütung von Krankheiten. Grundlage der Heilmassage ist die achtsame Berührung. Berührung bedeutet Kontakt. Berührung ist von lebenswichtiger Bedeutung für Mensch, Tier und Pflanze – für alles Leben.

Die Heilmassage wirkt auf Haut, Muskulatur, Gelenke, Herz-Kreislaufsystem, Lymphsystem und auf die Psyche. Sie fördert somit das physische und psychische Wohlbefinden gleichermaßen.

## REIKI & PENDELN

Reiki und Pendeln sind alternative Heilmethoden, die darauf abzielen, die körperliche, geistige und emotionale Gesundheit zu fördern.

Reiki ist eine Form der Energieheilung, bei der die universelle Lebensenergie durch Handauflegen auf den Körper des Empfängers kanalisiert wird, um Blockaden zu lösen und die natürliche Heilung zu fördern.

Pendeln ist eine Technik, bei der ein universeller Formstrahler verwendet wird, um Antworten auf Fragen oder Probleme zu erhalten. Das Pendel reagiert auf subtile Energiefelder oder Schwingungen und liefert so Informationen über den Zustand des Fragenden.

Beide Methoden werden als ergänzende Therapien zur konventionellen Massage eingesetzt, um das Wohlbefinden und die Selbstheilungskräfte zu unterstützen.