

# Therapists & Bodyworkers



well being  
S O L U T I O N S

## Alec Roger Smith

The treatments Alec offer are a mixture of deep tissue and classical massage techniques in combination with Ortho Bionomy (closely related to Osteopathy), a subtle but very effective method known as the homeopathic manual therapy. He is a trained reflexologist and uses quite a bit of deep facial massage if needed. Tuina Anmo, the Chinese healing massage is another very effective way for him to help get things sorted. His treatments can be extremely relaxing on one side. But if needed intense deep techniques might be used in the very same session. Alec is a passionate bodyworker and has given more than 50.000 treatments throughout the past 20 years as professional massage therapist.

Die Behandlungen, die Alec anbietet, sind meist eine Mischung aus Tiefengewebes- und klassischen Massagetechniken in Kombination mit Ortho Bionomy (eng verwandt mit Osteopathie), einer subtilen, aber sehr wirkungsvollen Technik, bekannt als die homöopathische Manual Therapie.

Er ist zudem ausgebildeter Reflexologe. Tiefgehende Faszien Arbeit und Tuina Anmo, die chinesische Heilmassage, sind für ihn weitere sehr effektive Wege, um die Dinge in Ordnung zu bringen. Seine Behandlungen können einerseits äußerst entspannend sein. Bei Bedarf wird jedoch auch intensive Tiefenmassage und Faszien Arbeit in derselben Sitzung angewendet. Alec ist ein sehr leidenschaftlicher Therapeut und hat in den letzten 20 Jahren an die 50.000 Behandlungen durchgeführt.



# Juli Gabor

**Juli** is originally from Hungary and will be doing her best in making you feel calm and relaxed with her magical combination of classical Swedish massage, psychomotor therapy and fascial bodywork. Juli learnt and started giving massage treatments intensively whilst living in Denmark. Meanwhile she has more than 10 years of experience.

She is also a relaxation teacher and an Ilan Lev practitioner, a physical and holistic therapy. On top of that, Juli is also an instructor for a dance style called Contact Improvisation.

**Juli** kommt ursprünglich aus Ungarn. Sie wird ihr Bestes geben, dich, mit ihrer Kombination aus klassischer schwedischer Massage, psychomotorische Therapie, Ilan Lev Technik, eine physikalische und ganzheitliche Therapieform, sowie fasziale Körperarbeit, in die Ruhe und Entspannung zu bringen.

Sie ist Entspannungslehrerin und Ilan Lev-Praktizierende. Ursprünglich erlernte sie die klassischen Massagetechniken in Dänemark und hat mittlerweile schon mehr als 10 Jahre Erfahrung.

Juli ist zudem auch Lehrerin eines Tanzstils namens Contact Improvisation.



# Vanessa Caballero Pretel

Vanessa comes from Malaga, Spain. Her range of relaxation techniques includes craniosacral therapy, shiatsu and kiro massage, to name just a few. She is the ideal energy balancing therapist for body and mind. With sensitive classic massages she brings her clients into balance and thus conveys a great feeling of body and life. She works with a lot of sensitivity and empathy. But she goes in deep too - if necessary. Her many clients love and appreciate her individual treatment methods very much.

Vanessa stammt aus Malaga in Spanien. Ihr Angebot an Entspannungstechniken umfasst die Cranio-Sacrals-Therapie, Shiatsu und Kiro- Massage, um nur einige davon zu nennen. Sie ist die ideale Energieausgleichs Therapeutin für Körper und Geist. Mit einfühlsamen klassischen Massagen bringt sie ihre Klienten in Balance und vermittelt somit ein großartiges Körper- und Lebensgefühl. Sie arbeitet mit viel Einfühlungsvermögen und Empathie. Falls notwendig geht's auch sehr in die Tiefe. Ihre vielen Klienten lieben und schätzen ihre individuellen Behandlungsmethoden sehr.



# David Lengheim

David is an expert in holistic health care and staying healthy based on treatment methods from Traditional Chinese Medicine. In addition to western massage techniques, he is specialized in Chinese massage, Tuina Anmo the Chinese healing massage. His expertise is also the acupoint meridian method (AMM) in combination with classic Swedish massage. The treatments are individually tailored based on the pulse and tongue diagnosis.

In addition to a wide variety of manual techniques, he also works with cupping massage, Guascha and moxibustion. He is also a trainer for AMM, Tuina and LO-Feng Shui.

David ist spezialisiert auf die ganzheitliche Gesundheitsvorsorge und Gesunderhaltung basierend auf Behandlungsmethoden der Traditionellen Chinesischen Medizin. Neben den westlichen Massagetechniken hat er sich seit 20 Jahren auf die chinesische Massage, Tuina Anmospezialisiert, die Chinesische Heilmassage. Seine Expertise ist auch die Akupunkt-Meridian-Methode (AMM) in Kombination mit klassischer schwedischer Massage. Durch die Puls- und Zungenbefundung werden die Behandlungen individuell abgestimmt.

Neben den verschiedensten manuellen Techniken arbeitet er auch mit Schröpfmassage, Guascha und Moxibustion. Zudem ist er Trainer für AMM, Tuina sowie für LO-Feng Shui



# Manuela Weber-Smith

For more than 20 years Manuela has been helping people improve their posture, be more mobile in everyday life and build resilience. As a doctor of sports science, former gymnast, medical masseuse with training in TCM ear acupressure, Orthobionomy and much more, Manu always looks at people as a whole.

That's why she likes to incorporate tips and tricks into her body work with a main focus on "healthy back - healthy joints" that promote general well-being. Manu is well known for her resilience training that includes the interaction of embodiment and her special resilience formula. This allows the nervous system to be regulated quickly and effectively. As a result challenges are overcome more easily. In her sessions Manu also uses BEMER therapy to accelerate regeneration.

Seit mehr als 20 Jahren hilft Manuela Menschen dabei, ihre Körperhaltung zu verbessern, im Alltag mobiler zu sein und ihre Widerstandskraft aufzubauen. Als promovierte Sportwissenschaftlerin, ehemalige Sportgymnastin, medizinische Masseurin mit Ausbildungen in TCM-Ohrakupressur, Ortho Bionomy und vielem mehr, betrachtet Manu den Menschen stets als Ganzes. Deshalb lässt sie gerne Tipps und Tricks in ihre Körperarbeit einfließen, wobei der Schwerpunkt auf „Gesunder Rücken – Gesunde Gelenke“ liegt, die das allgemeine Wohlbefinden fördern.

Manu ist bekannt für ihr Resilienztraining, welches das Zusammenspiel von Embodiment und ihrer speziellen Resilienzformel beinhaltet. Dadurch kann das Nervensystem schnell und effektiv reguliert werden und Herausforderungen lassen sich leichter meistern. In ihren Sessions verwendet sie zusätzlich die BEMER Therapie, um die Regeneration zu beschleunigen.



# Liudmila Puhachova

Mila comes from Grabowka, Belarus. Her range of techniques include classical massage and sportmassage, deep tissue techniques and fasciopathy to name just a few. She is ideal in working on issues throughout the body and has a sense for the causes, where these might come from.

With these methods which might be quite intense she quickly earns the trust as the clients feel so much better after her treatments. Mila clients love and appreciate her intense individual treatment methods and enjoy seeing her again and again although the sessions might not be so much fun.

Mila kommt aus Grabowka, Weißrussland. Ihr Spektrum an Techniken umfasst klassische Massage und Sportmassage, Tiefengewebstechniken und Faszientherapie, um nur einige zu nennen. Sie ist hervorragend darin, Probleme im gesamten Körper zu bearbeiten und hat ein Gespür für die Ursachen und wo diese herkommen können.

Mit diesen teilweise sehr intensiven Methoden gewinnt sie schnell Vertrauen, da sich die Kunden nach ihren Behandlungen viel besser fühlen. Mila's KlientenInnen lieben und schätzen ihre intensiven, individuellen Behandlungsmethoden und freuen sich sie immer wieder zu sehen, auch wenn die Sitzungen vielleicht nicht gar so viel Spaß machen.



# Khaliunaa Damdinsuren

Khaliunaa comes from Ulaanbataar, Mongolia. She is a bachelor of traditional Mongolian Medicine which she studied intensively in her home country. Her services therefor are approached through the eyes of TCM. Since 2018 Khaliunaa became an expert for Tuina ('twee-nar') which is based on the traditional theories of acupuncture and Chinese Medicine. Tuina is a highly effective functional massage that is quite different from Swedish or deep tissue massage. It is a powerful therapeutic tool for a number of various acute and chronic conditions and very effective for sports injuries and rehabilitations. She includes classical Swedish massage, acupressure, moxibustion, cupping and herbal treatments. Above massage, Khaliunaa, through pulse, tongue and eye diagnostic, if asked for, will give advice for her clients wellbeing and way of life.

Khaliunaa kommt aus Ulaanbataar in der Mongolei. Sie ist Bachelor der traditionellen Mongolischen Medizin, die sie in ihrem Heimatland intensiv studierte. Ihre Arbeit wird aus Sicht der TCM betrachtet. Seit 2018 ist Khaliunaa eine Expertin für Tuina („twee-nar“), welche auf den traditionellen Theorien der Akupunktur basiert. Tuina gilt als Funktionsmassage und stellt eine der fünf Säulen der TCM dar. Auf Grund der hohen Wirksamkeit wird diese Herangehensweise sehr gerne als Unterstützung bei zahlreichen verschiedenen akuten und chronischen Erkrankungen sowie Sportverletzungen und in der Rehabilitation als leistungsstarkes therapeutisches Instrument eingesetzt. Khaliunaas Dienste umfassen weiters klassische Massage, Akupressur, Moxibustion, Schröpfen und Kräuterbehandlungen. Neben der Massage, kann sie auf Wunsch auch Puls-, Zungen- und Augendiagnose durchführen und so Tipps für das Wohlbefinden und eine ausgewogenere Lebensweise ihrer Klienten geben.



# Genevieve Winther Skakkebæk aka Sola

Sola, originally from Frederikshavn in Denmark is a classical commercial masseuse. Her range of techniques cover all types of Swedish massage, Deep Tissue and reflexology. With her delightful sensitive touch and great feeling, she brings her clients into balance and thus conveys a great sense of body and life.

Sola, kommt ursprünglich aus Frederikshavn in Dänemark, Sie ist eine klassische kommerzielle Masseurin. Ihr Spektrum an Techniken umfasst alle Arten der schwedischen Massage, Tiefenmassage und Reflexzonenmassage. Mit ihrer wunderbar einfühlsamen Berührung und ihrem tollen Gespür bringt sie ihre Klienten ins Gleichgewicht und vermittelt so ein großartiges Körper- und Lebensgefühl

