

För bokningar vänligen besök vår hemsida
www.heladig.info eller kontakta respektive terapeut.

Gabriela Mellström 070-725 20 29

gabriela@heladig.info

Diplomerad Medicinsk Fotvårdsterapeut

Medicinsk fotvård

Produkter från Rapsodine

Ej ansluten till landstinget, tar ej remisser.

Caroline Lundgren 076-169 59 79

caroline@heladig.info

Auktoriserad Hud- & Spaterapeut

Hudvårdsbehandlingar

Skönhetsbehandlingar

Produkter från Dermalogica

Gabriella Ax 076-671 28 61

kontakt@gabriellaax.se

Certifierad ASK-healer

ASK-healing

Shamanska behandlingar

Oljor, salvor mm.

www.gabriellaax.se

- Avbokningar ska ske senast 24h innan behandlingstillfället.
- Ej avbokad tid debiteras.
- Vår reception är inte bemannad. Öppnar vi inte efter en signal är vi upptagna med behandlingar.
- Bokade kunder får ett sms med dörrkod innan besöket.
- Vi är ett kontantlöst företag, betalning sker med kort eller Swish.

För mer information och bokningar

www.heladig.info

Våra Behandlingar

Klassisk massage - som djup muskelmassage eller mjuk, avslappnande massage - använder strykningar, tryck och knådningar för att lösa upp spänningar. **Hot Stone massage** med uppvärmda stenar är mycket avkopplande.

Fibromassage sätter igång cirkulationen utan att det gör ont, värme och avslappningsmusik används för djupare avslappning. **Lymfmassage** stimulerar lymfsystemet, transporten av överskottsvätska ökar och därmed kan svullnader minska.

Taktill massage använder mjuk, följsam beröring för att ge smärtlindring och avslappning. **Gravidmassage** ger skön avslappning vid värk och svullnad, en särskild avlastning för magen finns.

Zonterapi hjälper kroppen i balans genom behandling med tryck på olika punkter, främst på fötterna.

Revolving är en typ av massage där man jobbar med långa, långsamma rörelser med mycket tryck i syfte att töja ut bindväven, vars elasticitet bestämmer hastigheten.

OptimumMetoden hjälper kroppen att hamna i strukturell balans, med minskad smärta och ökad funktion som följd. Innefattar både träningsprogram o manuella tekniker.

I **Medicinsk fotvård** ingår fotbad, nagelklippning, behandling av t ex förhårdnader och nageltrång. Avslutas med en skön fotmassage.

Hudvård & Skönhet. Alla ansiktsbehandlingar är specifikt anpassade efter dina behov. En grundläggande hudanalys ingår i varje behandling.

ASK-healing är en djupgående behandling som sker på energinivå i de tre nivåerna **Ande**, **Själ** och **Kropp**, och avslutas alltid med en balansering. **Shamansk behandling** sker på energinivå med kraftfulla shamanska tekniker såsom ljusbadsprocessen och själshämtning.

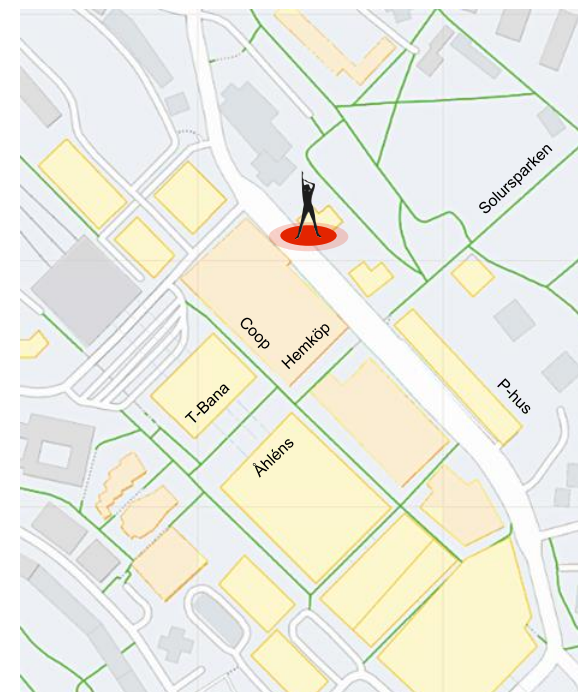
Individuella skoinlägg utprovas personligt. Stödjer vid nedsjunkna fotvalv, hallux valgus, och smärta och värk i fötterna.

För mer information och bokningar

www.heladig.info

Massage • Zonterapi • Revolving • OptimumTräning
Medicinsk fotvård • Hudvård
ASK-healing • Shamansk behandling
Yoga • Avslappning

heladig
behandlingar för kropp och själ



Ångermannagatan 164 – 162 65 Vällingby

Ingång från baksidan vid Solursparken

För mer information och bokningar

www.heladig.info

Prislista

Massage

Klassisk massage - Idrottsmassage - Behandlande massage - Gravidmassage – Revolving - Zonterapi

55 min	750 kr
5 x 55 min	3 550 kr
10 x 55 min	7 100 kr

30 min	455 kr
5 x 30 min	2 150 kr

Fibromassage

80 min	890 kr
--------	--------

Taktil massage

80 min	890 kr
--------	--------

Lymfmassage

45 min	750 kr
90 min	1 050 kr

Hot Stone massage

50 min	1 000 kr
--------	----------

Kopplingsmassage

25 min	550 kr
--------	--------

Cellulitbehandling med koppor

45 min	720 kr
--------	--------

Pensionär / Under 18 år

30 min Massage / Zonterapi	400 kr
55 min Massage / Zonterapi	710 kr

Priserna gäller från
1 januari 2021

OptimumMetoden

Konsultation	60 min	300 kr
Personligt besök	90-120 min från 1	450 kr
Möte via Zoom	80-100 min från 1	200 kr

Pensionärs- och ungdomsrabatt 15%

Fotvård

Medicinsk fotvård	55 min	600 kr
Pensionärer	55 min	550 kr
Delbehandling	30 min	350 kr
Vårtor - behandling och råd	30 min	350 kr
Frysning av en vårta		100 kr
Lackning av naglar		70 kr *

* Momsbelagda behandlingar

Hudvård

Ansiktsbehandling	från 595 kr
Fransar och bryn	från 195 kr
Lashlift / Fransböjning	från 650 kr
Avslappningsmassage	från 650 kr
Vaxning	från 295 kr

ASK-healing

ASK-healing	60-90 min	1 200 kr
Shamansk behandling	60-90 min	1 200 kr
Healing eller behandling på distans		1 000 kr

Kontakt

Anna Tangfelt 070-730 71 16

anna@heladig.info

Diplomerad massageterapeut
Auktoriserad zonterapeut

Klassisk massage	Idrottsmassage
Zonterapi	Hot Stone massage
Lymfmassage	Individuella skoinlägg

Mia Sommar 073-904 12 87

mia@heladig.info

Diplomerad massageterapeut
Friskvårdskonsulent

Klassisk massage	Taktil massage
Fibromassage	Lymfmassage
Gravidmassage	Avspänning
Yoga	Kopplingsmassage

Erica Törnqvist 070-888 17 79

erica@heladig.info

Diplomerad massageterapeut
Leg sjuksköterska

Klassisk massage	Revolving
Behandlande massage	Taktil massage

Camilla Gårdenberg 073-951 70 67

camilla@moveforharmony.se

Diplomerad OptimumTränare
Certifierad Rörelseintegrerare

www.moveforharmony.se