

Als je een afspraak voor een Ayurvedische massage (Abhyanga behandeling) hebt gemaakt, is het goed om het volgende te weten:

- Deze unieke behandeling duurt 60-70 minuten en kost €75,00; In overleg kan het korter of langer en de prijs wordt dan ook aangepast.
- Je ligt comfortabel op een massagebank en wordt met warme Ayurvedische kruidenolie weldadig gemasseerd. De olie trekt je lichaam in en werkt geneeskrachtig, ontspannend en vermindert stress.
- Probeer in je planning tijd te nemen om de behandeling door te laten werken. Het heeft een meerwaarde de olie dan nog te laten zitten.
- Er wordt overvloedig olie gebruikt, ook op hoofd en haren. Houd rekening met je kleding. De kruidenolie kan vlekken veroorzaken.
- Graag een sjaal of muts meenemen om je hoofd te bedekken; om je jas te beschermen en je hoofd tegen kou.
- Gebruik voor een behandeling een lichte maaltijd en beter geen koffie en alcohol voor en na de massage.
- De behandeling kan het beste plaatsvinden zonder sieraden, make-up en gel.
- Drink na de massage extra water (liefst lauw of warm) om vrijgekomen afvalstoffen te helpen verwijderen.
- De eerste drie maanden van een zwangerschap kan er geen ayurvedische massage worden afgesproken.
- Bij koorts en ziekte met een acuut of actief karakter kan een Abhyanga niet worden gegeven (koorts, een migraineaanval, reuma aanval e.d.) en kan reden zijn de afspraak te verzetten.
- Bij verhindering minimaal 24 uur van tevoren afmelden; de behandelkosten worden anders in rekening gebracht.
- Evt. vervolgbehandeling in overleg.
- Voor privacy van persoonsgegevens wordt volgens de AVG zorg gedragen.