



LEON HACKL

Masseur des Teams im Gesundheitszentrum bei Georg Wöginger. Ich arbeite mit verschiedenen Massage- und Therapieformen, darunter klassische Massage, Lymphdrainage, Bindegewebs- und Fußreflexzonenmassage.

Besonders wichtig sind mir der persönliche Kontakt und eine achtsame, individuelle Begleitung. Mein Ziel ist es, Menschen durch Körperarbeit zu mehr Entspannung, Wohlbefinden und Gesundheit zu verhelfen.

KLASSISCHE MASSAGE

Die klassische Massage dient der Lockerung der Muskulatur, der Förderung der Durchblutung und der allgemeinen Entspannung. Verspannungen können gezielt gelöst und das körperliche Wohlbefinden gesteigert werden. Sie kann zudem unterstützend bei Beschwerden des Bewegungsapparates wirken, beispielsweise bei muskulären Verspannungen im Rücken-, Nacken- oder Schulterbereich.

FUßREFLEXZONENMASSAGE

Bei der Fußreflexzonenmassage werden gezielt Reflexzonen an den Füßen stimuliert, die mit verschiedenen Organen und Körperbereichen in Verbindung stehen. Durch diese Behandlung können körpereigene Regulationsprozesse angeregt, die Durchblutung gefördert und eine tiefe Entspannung unterstützt werden.

MANUELLE LYMPHDRAINAGE

Die manuelle Lymphdrainage ist eine sehr sanfte, rhythmische Behandlungstechnik, die den Lymphfluss im Körper unterstützt und den Abtransport von Flüssigkeit im Gewebe fördert. Besonders bei älteren Damen und Herren wird diese Behandlung häufig als sehr angenehm empfunden, da das Bindegewebe mit zunehmendem Alter weniger effizient arbeitet und es dadurch leichter zu Schwellungen oder schweren Beinen kommen kann.