

## ERNÄHRUNG

Essen hat mit Lust zu tun – und mit Gewohnheiten. Lust und Gewohnheit sind nicht immer das, was guttut. Ich begleite Sie, das bei Ihrer Ernährung zu identifizieren, was zu Ihnen passt, Ihrem Wohlbefinden und Ihrer Leistungsfähigkeit dient. Das hat nichts mit Verzicht zu tun – aber viel mit Genuss, Gesundheit, Bewusstheit, einem neuen Ess-Rhythmus und sogar mit Freude...

### EINZELBERATUNG/ ERNÄHRUNGS-COACHING

In einem Erstgespräch lernen wir uns kennen und ich definiere mit Ihnen Ihre körperlichen und gesundheitlichen Wünsche, bevor wir mit ersten Schritten beginnen. Diese münden in eine Einzelberatung/Ernährungscoaching. Vorab erhalten Sie von mir einen umfangreichen Anamnesebogen. Im Coaching erstelle ich für Sie eine Ausarbeitung für eine ganzheitliche und vollwertige Ernährung bzw. ein Ernährungsprotokoll.

60 Minuten  
90,00 €

### GRUPPENKURSE

Angebote zu speziellen Themenschwerpunkten finden Sie unter:  
[www.heilpraxis-vogtmann.de](http://www.heilpraxis-vogtmann.de)

## WELLNESS

LUST AUF  
EIN SPECIAL?

Aktuelle Infos auf  
meiner Website  
[www.heilpraxis-vogtmann.de](http://www.heilpraxis-vogtmann.de)

### KLASSISCHE GESICHTSMASSAGE

(Gesicht, Kopf, Dekolleté)  
20 Minuten  
25,00 EURO

### GUA SHA GESICHTSMASSAGE

(Anti-Aging, Lifting, Entspannung  
der Gesichtsmuskeln, Detoxing)  
20 Minuten  
25,00 EURO

### RÜCKENMASSAGE

30 Minuten  
35,00 EURO

### TEIL-KÖRPERMASSAGE

(Kopf, Nacken, Rücken, Arme)  
40 Minuten  
45,00 EURO

### GANZKÖRPER-AROMAÖL- MASSAGE

(Gesicht, Kopf, Nacken, Rücken,  
Arme, Beine, Füße)  
60 Minuten  
75,00 EURO

### SPORTMASSAGE & BINDEGEWEBSMASSAGE

Individuell nach Absprache  
AB 25,00 EURO



Heilpraktikerin

CHRISTINE VOGTMANN

Als ausgebildete Heilpraktikerin sehe ich es als Selbstverständlichkeit, mich permanent weiterzubilden. Auch, weil ich an lebenslanges Lernen glaube und weil ich überzeugt bin, dass Patienten einen Anspruch auf höchste Kompetenz haben. Deshalb habe ich bereits mehrere fundierte fachliche Ausbildungen durchlaufen. Falls Sie Fragen dazu haben, freue ich mich auf Ihren Anruf oder eine E-Mail. Sie dürfen mich auch gerne direkt im Stegermattbad ansprechen. Ich freue mich auf Sie!  
Ihre



*Christine Vogtmann*

Heilpraxis  
Christine Vogtmann

Stegermattstraße 11-15,  
(im Stegermattbad)  
77652 Offenburg, Tel: 0781 92 76 610  
[info@heilpraxis-vogtmann.de](mailto:info@heilpraxis-vogtmann.de)

TERMINVEREINBARUNG  
UNTER: 0157 75 30 03 05



[WWW.HEILPRAXIS-VOGTMANN.DE](http://WWW.HEILPRAXIS-VOGTMANN.DE)



Heilpraktikerin

CHRISTINE VOGTMANN



ERNÄHRUNG | BEWEGUNG  
SCHMERZTHERAPIE | WELLNESS

## MANCHMAL WARTET DIE HEILUNG EINFACH AUF DEN RICHTIGEN IMPULS ...

Gesundheit ist mehr als die Abwesenheit von Krankheit. Gesundheit ist ein Zustand vollständigen körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens. So definiert es die Weltgesundheitsorganisation.

Als Heilpraktikerin sehe ich Gesundheit als den Normal-Zustand eines Menschen an. Will er sich nicht einstellen, möchte ich meinen Patienten gerne die richtigen Impulse geben, alles wieder ins Lot zu bringen. Der menschliche Körper ist zu unglaublichen Leistungen in der Lage – gerade, wenn es darum geht, Krankheiten zu heilen und Wohlbefinden wieder herzustellen.

### BEWEGUNG

Sie haben Lust auf Bewegung und brauchen Motivation oder Anleitung? Dann stehe ich Ihnen auch gerne als Personal Trainer bzw. in meinen Kursen zur Verfügung:

#### AQUAKURSE IM FREIZEITBAD STEGERMATT

nach aktuellem Angebot im Aushang  
oder auf meiner Website  
[www.heilpraxis-vogtmann.de](http://www.heilpraxis-vogtmann.de)

#### PERSONAL TRAINING

für Wohlbefinden, Gesunderhaltung,  
Prävention, zur Leistungssteigerung

#### PRO STUNDE 90,00 EURO

Kleingruppen sind  
individuell buchbar.

#### GRUPPENKURSE

„Tabata – HIT Intervalltraining“  
„Funktionelles  
Ganzkörpertraining“  
„Schmerzfrettraining“

nach aktuellem Angebot in Aushang  
oder auf meiner Website  
[www.heilpraxis-vogtmann.de](http://www.heilpraxis-vogtmann.de)

### SCHMERZTHERAPIE

#### DORN-BREUSS-THERAPIE

60 Minuten  
75,00 Euro

Eine Behandlung nach dieser Methode kann sowohl körperliche wie auch seelische Verspannungen lösen. Eine vorsichtige Behandlung der Wirbelsäule mit Einsatz von Johanniskrautöl soll eine Regeneration von häufig unterversorgten Bandscheiben einleiten. Diese Methode gilt als ganzheitlich und wird eingesetzt bei Ischialgien, Beschwerden in der Lendenwirbelsäule oder im Brustwirbelsäulenbereich, bei Migräne, Tinnitus, Beinlängenunterschied sowie bei der De-Blockierung von Wirbeln.

#### AKUPUNKTUR OHR-AKUPUNKTUR

Preis nach Bedarf  
auf Anfrage

Das Nadeln einzelner Körperregionen oder bestimmter Punkte an den Ohren ist eine uralte Technik der traditionell chinesischen Medizin (seit dem 2. Jhd. vor Christus). Sie wird erfolgreich eingesetzt bei:

- Raucherentwöhnung
- Migräne
- Gewichtsreduktion
- Wechseljahrsbeschwerden

#### SCHMERZTHERAPIEN NACH LIEBSCHER & BRACHT GUA SHA FA Kinesiologisches Taping

Erstbehandlung:  
90 Minuten  
130,00 Euro

Leidet der Mensch unter Schmerzen, stehen diese absolut im Mittelpunkt. Genau dahin habe ich sie auch gestellt bei der Auswahl meiner Ausbildungen bei Liebscher & Bracht (eine äußerst innovative und wirksame Schmerztherapie, die das bisherige Schmerzverständnis auf den Kopf stellt) sowie bei der Behandlung nach Gua Sha Fa, einer Methode der traditionell chinesischen Medizin. Ich habe aber auch gelernt: Nicht jede Methode passt zu jedem Menschen. Manchmal sind die Übergänge fließend. Die Entscheidung, welcher Methode ich den Vorzug gebe, fällt oft unter der Behandlung. Aber immer unter der Prämisse: Frei von Schmerzen werden – und sein!

*Unbeschwert. Sein.*