

## SESSIONS



- Healing 1 hour
- Zone therapy 1 hour
- Body massage 1 – 1½ hours
- Aroma therapy 1 – 1½ hours
- Rosen method 1 hour

## PRICES 2024

- 1 hour session: 650.-
- 1½ hours session: 900.-

## BOOK A SESSION:

[www.helseogvelvaere.dk](http://www.helseogvelvaere.dk)

---

For further information,  
please call me or send a mail

**Mobile: 28 59 84 27**

[info@helseogvelvaere.dk](mailto:info@helseogvelvaere.dk)  
[www.helseogvelvaere.dk](http://www.helseogvelvaere.dk)

## HVOR FOREGÅR DET?

### *Helse & Velvære*

Øster Søgade 30, kld. th.  
1357 København K.

## HVORNÅR

Behandlinger kan udføres  
alle hverdage i tidsrummet  
09.00 – 19.00

## KONTAKT

Mobil: 28 59 84 27  
[info@helseogvelvaere.dk](mailto:info@helseogvelvaere.dk)

---

## TIDSBESTILLING ONLINE

via min hjemmeside:

[www.helseogvelvaere.dk](http://www.helseogvelvaere.dk)



## Lars Henrik Olsen

Komplementær terapeut,  
Rosenterapeut og underviser  
med egen klinik siden 2002

## Helse & Velvære

Healing  
Zoneterapi  
Aromaterapi  
Kropsmassage  
Rosenmetoden  
Forløsning af stress

[www.helseogvelvaere.dk](http://www.helseogvelvaere.dk)

## BEHANDLINGSTILBUD

- **Healing**  
Varighed 1 time
- **Zoneterapi**  
Varighed 1 time
- **Aromaterapi**  
Varighed 1 – 1½ timer
- **Kropsmassage**  
Varighed 1 – 1½ timer
- **Rosenmetoden**  
Varighed 1 time

## PRISER 2024

- 1 times behandling: 650.-
- 1½ times behandling: 900.-

## BOOK EN TID ONLINE:

Du kan booke en tid let og enkelt via min hjemmeside:

[www.helseogvelvaere.dk](http://www.helseogvelvaere.dk)

## GAVEKORT KAN KØBES!

## ROSENTERAPI

Rosenmetoden er en blid teknik, hvor man ved hjælp af små lette tryk eller træk i huden giver opmærksomhed og nærvær til kroppens spændinger. Resultatet bliver, at selv gamle ubevidste spændinger pludselig kan forløses og give slip.

Under arbejdet kan der dukke følelser og andet "godt" op fra fortiden, dvs. det, som har været årsagen til, at du i tidernes morgen begyndte at spænde op i netop denne muskelgruppe. Det kan føles som en utrolig lettelse eller befrielse, når man på denne måde giver slip på en fortid, som man har gået og båret rundt på i alt for lang tid.

Ofte vil det være en god idé at vælge et behandlingsforløb, da spændingerne ofte er bygget op over lang tid og derfor kræver længere tid for at kunne give slip for alvor.

## HEALING

Healing har en meget afstressende virkning på hele systemet - både fysisk og psykisk. Healing kan bruges som hjælp til kroppens egne helingsmekanismer og som afspænding. Healing virker som en slags "åndelig" vitaminpille, som styrker dig på alle planer. Derfor kan healing hjælpe på/lindre de fleste dårligheder. Jeg har valgt at kalde min healingsteknik for **intuitiv healing**, da jeg i forbindelse med en behandling bruger flere forskellige teknikker, som jeg intuitivt vælger mellem inspireret af den enkelte klient og situation.

## AROMATERAPI

Aromaterapi er en massageform, hvor der bliver blandet forskellige æteriske olier i massageolien. Meningen er, at de æteriske olier skal trænge ind i kroppen gennem huden og arbejde for det mål, du ønsker. Det kunne f.eks. være afstresning, afspænding af spændte muskler, bedre blodgennemstrømning, udrensning og afgiftning, åndedrætsproblemer, fordøjelsesproblemer, cellulitis, almen træthed fysisk og mentalt, og meget mere.

## ZONETERAPI

Massage og tryk på de reflekszoner, der findes under fødderne, kaldes zoneterapi. Ved en gennemgang af samtlige reflekszoner opnås en styrkelse af evt. svækkede eller belastede organer i kroppen, og der opnås en følelse af generelt velvære.

## STEN OG KRYSTALLER

Jeg har desuden et pænt stort lager af sten og krystaller, som alle er til salg. Hvis du er interesseret i at komme og se mit udvalg, så ring/skriv og lav en aftale.

**Køb et klippekort  
med 3 eller 6 klip  
og få rabat!!!**

Jeg tager imod mobilepay!