



Rückenfit und  
Wohlbefinden für  
Mensch und Tier

HUMANPRAXIS,  
DORN-THERAPIE/WELLNESS &  
TIERPHYSIOTHERAPIEPRAXIS  
**ELKE ZORN**

Seite 1 von 3

## Öle der „NAT“ Neuro-Auricular- Technique-Massage

Die Neuro-Auricular-Technique (kurz NAT) ist eine von Gary Young entwickelte Technique am Hals-Nacken-Bereich. Sie fördert:

- Ausgleich Aktivität und Regeneration
- erholsamer Schlaf (tieferer REM-Schlaf)
- freies, flexibles Gefühl in der Halswirbelsäule
- gesunder Informationsfluss zwischen Körper und Gehirn
- Vernetzung der Nervenzellen im Gehirn
- entspannte Schultermuskulatur
- freies, leichtes Gefühl im Kopf
- Loslassen von belastenden oder kreisenden Gedanken
- Regenerationsfähigkeit und Aktivierung des Vagusnerves & Parasympathikus



1. Boswelvia (Weihrauch) hat eine ausgleichende, reinigende Wirkung auf die Seele
2. Baldrian hilft bei innerer Unruhe
3. Vetiver ist durchblutungsfördernd und spannungsabbauend
4. Römische Kamille hat eine entspannende Wirkung auf das Nervensystem (ZNS)
5. Zedernholz wirkt antiseptisch bei allen Hautproblemen
6. Sandelholz wirkt herzstärkend, schmerzlindernd, juckreizstillend



Rückenfit und  
Wohlbefinden für  
Mensch und Tier

HUMANPRAXIS,  
DORN-THERAPIE/WELLNESS &  
TIERPHYSIOTHERAPIEPRAXIS

**ELKE ZORN**

Seite 2 von 3



Valor  
 Aroma Size  
 Wintergrün  
 Majoran  
 V-6  
 Pfefferminze  
 Oregano  
 Ortho Ease  
 Basilikum  
 Thymian  
 Zypresse

### Valor:

ist eine Mischung aus:

- **Northern Lights Schwarzfichte** - hautpflegend, unterstützt körpereigene Selbstheilungskräfte, beruhigt beanspruchte Muskeln, unterstützt die Meditation, entspannend, erdend, balanciert aus.
- **Ylang Ylang** - steigert Endorphine, löst Wohlgefühl aus.
- **Weihrauch** - ausgleichende, reinigende Wirkung auf die Seele.
- **Vetiver** - belebend auf das arterielle und venöse System erdigwarme Note hat er eine ausgleichende, beruhigende Wirkung.
- **Zistrose** - antiviral, entzündungshemmend, antibakteriell, wundheilend und immunschützend. Es reguliert auch das Nervensystem, verbessert die Blutgerinnung, antimykotisch, ödemhemmend, krampflösend und antiparasitär.
- **Bergamotte** - aufmunternd, entspannend, erfrischend, stimmungserhellend.
- **Idaho Blaufichte** - beruhigende Wirkung auf beanspruchte Muskeln. Während der charakteristische, holzige Duft die Sinne belebt, den Geist beruhigt und den Körper entspannt.
- **Kassie** - Heilwirkung.
- **Echte Kamille** - Stresslöser Nr. 1. für Beklemmungen, Ängste und Abhängigkeiten. Eine wahre Seelenstreichlerin, um die Gefühle, die überschwappen, zu meistern.



Rückenfit und  
Wohlbefinden für  
Mensch und Tier

HUMANPRAXIS,  
DORN-THERAPIE/WELLNESS &  
TIERPHYSIOTHERAPIEPRAXIS

**ELKE ZORN**

Seite 3 von 3

### Aroma Size

ist eine Mischung aus:

- **Basilikum** - kann zur Muskelentspannung beitragen.
- **Zypresse** - ihm wird nachgesagt, dass es erdend und stabilisierende Eigenschaften hat außerdem hilft es Muskeln zu lockern.
- **Pfefferminze** - erfrischt und lindert.
- **Lavendel** - hilft bei Anspannung, körperlich wie geistig.
- **Majoran** - lindert beanspruchten Bewegungsapparat, ist wohltuend für den Körper und mildert Beschwerden bei Überanstrengung des Körpers und Geistes.

### Wintergrün

ist eines der lindernden Öle überhaupt und wird vor allem bei Muskelverspannungen, rheumatischen Beschwerden, Kopfschmerzen und allgemeinen akuten unangenehmen Zuständen angewandt.

### Oregano

ist schleimlösend und kann somit bei Atemwegserkrankungen zur Anwendung kommen, außerdem ist es parasitenfeindlich und kann Darmparasiten vertreiben. Des Weiteren hat es eine Anti-Pilz-Wirkung und kann bei Pilzinfektionen helfen.

### V-6

Träger- und Massageöle sind ein wichtiger Teil der Arbeit mit ätherischen Ölen. Young Livings exklusives V-6® Enhanced Vegetable Oil Complex, ein Pflanzenölkomples, ist eine reichhaltige Mischung aus Pflanzenölen für eine vielseitige Massageölbasis und zum Verdünnen ätherischer Öle jeder Art.

### Ortho Ease

Das Massageöl enthält eine Mischung aus ätherischen Ölen aus Pfefferminze, Wacholder, Eukalyptus Globulus, Zitronengras, Majoran, Thymian, Eukalyptus Radiata, Vetiver, Lavendel, Nelke und Copaiba, um müde Muskeln nach alltäglichen Aktivitäten zu wärmen und zu beruhigen.