

Natürliche Verjüngung und nicht-chirurgisches Lifting von  
Gesicht und Körper.  
Anti-Aging Massage von Julia Kusserowa  
Wellness für Frauen

Meine Angebote 10 % Dezember-Rabatt



KUSSEROWA  
ANTI-AGING MASSAGE

Telefon +49 1573 177 0484 (WhatsApp)

E-Mail [Kusserowa.julia.message@gmail.com](mailto:Kusserowa.julia.message@gmail.com)

Instagram @julia\_message\_traunstein

### 5 HAUPTPROBLEME, MIT DENEN ICH ARBEITE

1. Verschwommene Gesichtskonturen. Der Kiefer- und Wangenbereich verliert an Klarheit.
2. Starke Schwellungen im Gesicht und Hals. Morgenödeme, Tränensäcke, sichtbarer Lymphstau.
3. Hängende Lider und müder BlickDie Augen wirken kleiner und erschöpft.
4. Steifer Nacken und „Tech-Nacken“Spannungen, nach vorn geneigter Kopf, Schweregefühl.
5. Schwacher Gewebetonus im Gesicht. Das Gefühl, dass „alles abgesackt“ ist.

**So sieht das Ergebnis nach 10 Sitzungen im Wochenrhythmus aus.**

**Vorher (links):** deutliche Gesichtsschwellung, schwere Mimik, die Augen wirken

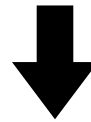
müde und enger. Die Konturen – besonders im Bereich des Jugendwinkels – sind kaum erkennbar.

**Nachher (rechts):** die Schwellung ist fast komplett verschwunden, der Hauttonus bleibt erhalten. Die Augen „öffnen“ sich sichtbar, die Gesichtskontur ist klar definiert, der Jugendwinkel deutlich erkennbar.

**Die Kundin wirkt mindestens 15 Jahre jünger – ganz natürlich.**



**Das Ergebnis nach nur einer Behandlung.**



**Die Schultern sind offener, die Haltung ist aufgerichtet.**

Auf dem „Vorher“-Foto sieht man die starke Vorbeuge, die nach vorne geschobene Halswirbelsäule und die S-Krümmung des Körpers. Nach der Behandlung steht sie automatisch gerade und stabil.

**Wir haben außerdem besprochen, warum das passiert** – und wie sie es selbst korrigieren kann, damit solche Rückenprobleme gar nicht erst entstehen. Denn Haltung entscheidet direkt darüber, ob der Körper jung, klar und voller Energie wirkt – oder im Gegenteil.



PIC-COLLAGE

## Das Ergebnis nach nur einer Behandlung.



**Vorher:** sehr müder, erschöpfter Ausdruck – kein Lächeln, viel Druck im Brustbereich, der Oberkörper kippt zur Seite.

**Nachher:** die Spannungen und Krämpfe sind sichtbar gelöst. Die Schultern sind offen, die Brustmitte wirkt ausgeglichen, der Körper steht gerade. Die Mundwinkel heben sich – ganz automatisch. **All das nach nur einer Sitzung.**



## Das Ergebnis nach etwa sechs Monaten regelmäßiger Sitzungen (einmal pro Woche) aus.



**Vorher (links):** deutliche Verdrehung des Oberkörpers nach rechts, verkürzte Halslänge, der Kopf dreht seitlich. Das rechte Schulterblatt steht höher und kürzer, das linke länger. Starke Spannung im Nacken-/Halsbereich, instabile Schulterblätter, die Arme „fallen“ nach vorne. Verkürzte Taille, eingezogener Beckenbereich, insgesamt viel Druck und eine sichtbare Körper-Rotation.

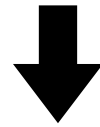
Die alte Hals-OP und die große Narbe haben die Haltung zusätzlich beeinflusst – auch damit haben wir gearbeitet.

**Nachher (rechts):** der Kopf schaut klar nach vorne, der Hals ist sichtbar länger, die Schultern auf nahezu gleicher Höhe. Die Nackenlast hat sich gelöst, die Arme stehen freier und tragen nicht mehr nach vorne. Die Taille wirkt länger und definierter, der Körper insgesamt schlanker – einfach, weil sie jetzt gerade steht. Der Beckenbereich entspannt.

Wir haben Massage, Atemtechnik und kleine Hausaufgaben kombiniert – und der Körper hat so reagiert.



### Das Ergebnis nach 6 wöchentlichen Behandlungen.



**Vorher (links):** tiefe Falten zwischen den Augenbrauen, ein sehr angespannter und unruhiger Stirnbereich. Die Haut um die Augen wirkt müde und farblos, die Augen ziehen sich sichtbar zur Mitte – viel Spannung im Zwischenbrauenbereich. Tiefe Mundwinkelfalten, viele kleine Fältchen rund um den Mund (verstärkt durchs Rauchen). Der Teint insgesamt fahl. **Nachher (rechts):** das Gesicht wirkt frischer und glatter. Die Mittenfalte zwischen den Brauen hat sich deutlich reduziert, der Bereich um die Augen ist heller und entspannter. Die Lippen wirken voller und leicht angehoben. Der Gesamtausdruck: natürlicher, erholt, lebendiger.



### So sieht das Ergebnis nach rund vier Monaten wöchentlicher Behandlungen aus



**Vorher (links):** starke Anspannung im ganzen Gesicht. Die Stirn ist fest blockiert, die Kaumuskeln extrem verspannt, der Gesichtskontur wirkt „verwaschen“. In der



Seitenansicht sieht man deutlich den nach vorne geschobenen Hals und den beginnenden zweiten Kinnbereich durch die Spannung und Schwellung.

**Nachher (rechts):** die Schultern sind offen, das Gesicht sichtbar entspannter und schlanker. Die Schwellungen sind zurückgegangen, der Kontur ist klarer, besonders seitlich. Die Mimik wirkt ruhig, die natürliche Linienführung des Gesichts ist wieder da. Ein frischer, entlasteter Ausdruck – schon nach einer Session.



Verjüngung kann natürlich, sicher und ganzheitlich sein. Sie erfordert keine Injektionen oder Operationen und wird durch die tiefe Wiederherstellung des Gewebegleichgewichts, Verbesserung der Körperhaltung, Lösung von Spannungen und Aktivierung der inneren Ressourcen des Körpers erreicht.

In meiner Arbeit verwende ich myofasziale, kinesiologische, osteopathische, lymphatische und andere Massagetechniken, die helfen, Bewegungsfreiheit wiederherzustellen, die Blutzirkulation zu verbessern und der Haut ihre Frische zurückzugeben. Darüber hinaus bin ich Atemgymnastiklehrerin und integriere in jede Sitzung individuell abgestimmte Atemtechniken. Dies unterstützt den Lymphfluss, verbessert die Zellversorgung mit Sauerstoff und verstärkt die entspannende Wirkung der Massage.

Ein ganzheitlicher Ansatz für Ihr Wohlbefinden

**Jeder Mensch ist einzigartig. Deshalb stelle ich einen persönlichen Technik-Mix zusammen, der sowohl Gesicht als auch Körper berücksichtigt.**

Muskelverspannungen, Haltungstörungen und Blockaden im Gewebe beeinflussen nicht nur das äußere Erscheinungsbild, sondern auch das allgemeine Wohlbefinden.

✌ **Aus diesem Grund biete ich keine isolierten Massagen wie nur Rücken- oder nur Fußmassage an. Meine Arbeit ist stets individuell auf den Menschen abgestimmt und richtet sich nach der verfügbaren Zeit. (Mehr dazu lesen Sie unten.)**

**MEINE ANGEBOTE**

## Premium Reset & Body Reading Session

**90–120 Min · 120 €**

Ich analysiere Haltung, Gewebe, Atmung und Lymphfluss – für ein klares Bild, wo dein Körper Tonus und Energie verliert. Danach folgt eine maßgeschneiderte Massage für Lifting, Entstauung und frische Ausstrahlung. Ein Neustart für dein System – sichtbar und spürbar.

Für Folgetermine können Sie die Dauer frei wählen.

## Massage nach Wahl

Eine Massage aus der Preisliste wählen und Termin vereinbaren.

## Analyse & Beratung

**Ca. 60 Min · 60 €**

Ohne Massage. Fokus auf Körperzustand, Atmung, Spannungsmuster, Lymphfluss und klare Empfehlungen für mehr Leichtigkeit und Ausstrahlung.

## MASSAGEN

1. Express-Massage (Brust · Nacken · Gesicht)

**30 Min · 45 €**

2. 2-Zonen-Massage (z. B. Bauch · Brust · Nacken · Gesicht)

**45 Min · 65 €**

3. Komplexe Körper- & Gesichtsmassage

**60 Min · 85 €**

**80 Min · 105 €**

## REGENERATIONS-PROGRAMME

1. Einzelsitzung – Atmung · Bewegung · Massage

**90 Min · 130 €**

2. Programm „Zeitlos · Stark · Ausstrahlung“

**5 × 90 Min · 617 €**

(5 % Rabatt · Zahlung pro Termin · 123,40 € / Termin)

3. Intensiv-Programm „Innerer Neustart“

**10 × 90 Min · 1.170 €**

(10 % Rabatt · Zahlung pro Termin · 117,00 € / Termin)

Telefon +49 1573 177 0484 (WhatsApp)

E-Mail [Kusserowa.julia.message@gmail.com](mailto:Kusserowa.julia.message@gmail.com)

### **Welche Techniken werden angewendet?**

- Anti-Aging-Gesichts- und Dekolleté-Massage Hilft, Schwellungen zu reduzieren, die Gesichtsmuskulatur zu entspannen, die Kinnlinie zu korrigieren, die Haut zu straffen und den Teint zu verbessern.
- Zwerchfell- und Brustmassage Befreit die Atmung, löst Verspannungen, korrigiert die Haltung und senkt das Stressniveau. In Kombination mit Atemübungen erzielt sie eine starke Wirkung: erleichtertes Atmen, verbesserte Blutzirkulation und tiefe Entspannung.
- Bauch- und Seitmassage Fördert die sanfte Wiederherstellung interner Prozesse, verbessert die Verdauung und hilft, innere Spannungen abzubauen. Der Bauch ist über fasziale Ketten mit dem Gesicht verbunden – daher beeinflusst sein Zustand auch Hauttonus, Haltung und Wohlbefinden.
- Rücken-, Seiten-, Kopf- und Nackenmassage Löst Verspannungen, unterstützt die richtige Kopf- und Wirbelsäulenhaltung und beseitigt chronische Blockaden.

### **Tiefgehende ganzheitliche Körperarbeit Beinhaltet:**

- Elemente der Osteopathie – zur Korrektur der Haltung und Lösung von Spannungen.
  - Arbeit an Narben und Verklebungen – zur Wiederherstellung von Balance und Bewegungsfreiheit.
  - Entspannung von „Stress“-Muskeln – zur Lösung tiefsitzender Verspannungen.
- Manuelle Korrektur von Weichgewebe – verbessert Blutzirkulation und Lymphfluss.
- Atempraktiken – verstärken die Wirkung der Massage, bringen das Nervensystem ins Gleichgewicht und aktivieren natürliche Regenerationsprozesse.

In meiner Arbeit verwende ich verschiedene Methoden. Ich arbeite nicht nur mit den Händen, sondern setze auch Vakuum-Schröpfgläser ein.

Außerdem nutze ich Gua Sha sowohl für den Körper als auch für das Gesicht.

Durch diesen Mix aus Techniken und manuellen Hilfsmitteln lassen sich die besten Ergebnisse erzielen.

### **Für wen ist dieser Ansatz geeignet?**

Diese Methode ist ideal für alle, die:

- ✓ Spannungen abbauen und das allgemeine Wohlbefinden verbessern möchten.
  - ✓ Körperbalance wiederherstellen und die Atmung öffnen möchten.
  - ✓ Haltung, Flexibilität und Gewebemobilität verbessern möchten.
- ✓ Natürliche Verjüngungsprozesse ohne invasive Eingriffe unterstützen möchten.

Schönheit ist Balance von innen und außen Durch tiefe Massagetechniken, Atempraktiken und einen individuellen Ansatz helfe ich, diese Balance wiederherzustellen. Gemeinsam aktivieren wir Regenerationsprozesse, damit Ihr Körper Leichtigkeit verspürt und Ihr Gesicht vor Gesundheit strahlt.

Bereit, sich zu erneuern? Buchen Sie eine Sitzung

Telefon +49 1573 177 0484 (WhatsApp)

E-Mail [Kusserowa.julia.message@gmail.com](mailto:Kusserowa.julia.message@gmail.com)

Instagram @julia\_message\_traunstein

Adresse M15 Mühlgasse 15, 83278 Traunstein