

Trenger du massør i Oslo? Her er de vi anbefaler

Veldig mange av pasientene ved klinikken vår, Ullevål Kiropraktorklinikk, har behov for massasje i tillegg til kiropraktoroppfølgingen vi kan gi. I jungelen av tilbydere av massasje i Oslo kan det være vanskelig å finne den massøren som passer best for den enkelte. Vi har derfor satt opp en liste med massører vi anbefaler og som du trygt kan velge.

Ved flere smertetilstander i muskel- og skjelettapparatet som rygg- og nakkeplager er det mange som har glede av å få massasjebehandling.

Vi tilbyr ikke massasjebehandling, bortsett fra en form for bindevevsmassasje som vi utfører for blant annet senesmerter og såkalte senebetennelser. Vi er opptatt av at de som har behov for klassisk massasjebehandling skal få det beste rådet fra oss slik at de selv kan velge blant det beste Oslo har å by på når det gjelder massasjebehandling.

Nedenfor har vi satt opp en liten liste med massører vi gjerne anbefaler våre pasienter å ta kontakt med for massasjeterapi.

**Victor ved Din Kropp Din Helse på
Ullevål Sykehus**



**Victor
Antunes**

Din Kropp Din Helse - Ullevål

Victor Antunes jobber som massør på Din Kropp Din Helse, rett ved siden av lokalene til oss på [Ullevål Kiropraktorklinikk](#). Han startet klinikken i 2019 og har på kort tid etablert seg som en populær og svært dyktig massør. Alle vi kiropraktorer på klinikken benytter Victor selv når vi har behov for litt skikkelig knaing og stell av muskler i rygg og kropp. Vi henviser og anbefaler regelmessig også våre egne pasienter til å ta kontakt med Victor.

Slik finner du fram til Victor på Din Kropp Din Helse

Klinikken til Victor ligger sentralt plassert på Ullevål Universitetssykehus, i samme bygning som Espresso House, Sykehusapoteket og ikke minst Ullevål Kiropraktorklinikk. Du kan ta trikk eller buss som stopper like utenfor sykehuset på holdeplass Ullevål Sykehus.

Charlotte Kessels ved Bekken og Barn Storo



Charlotte Kessels er Oslos desidert mest sprudlende massør (person?). Hun lyser opp hvert rom hun befinner seg i og har en unik evne til å få alle hun er i kontakt med til å føle seg sett og vel. Hun er egentlig fra Nederland og kom til Norge som au pair, men trivdes så godt at hun ble værende. Charlotte er utdannet massør ved Axelsons Institutt og ble faktisk headhuntet til Bekken og Barn, rett fra skolebenken, for mange år siden. På Bekken og Barn har hun fått veldig god erfaring med gravidmassasje og massasje av nybakte mødre. Når jeg kjøper overraskelsesmassasje til min bedre halvdel er det nettopp Charlotte jeg kontakter!

Slik finner du Bekken og Barn på Storo

Bekken og Barn ligger i Grefsenveien 55 rett på oversiden av Storokrysset i ett koselig lite hvitt trehus. Det går både, t-

bane trikk og buss til Storo. Toget stopper på Grefsen stasjon et steinkast fra klinikken.

Silje Steinert ved Eureka Nordstrand



Silje Steinert er massasjeterapeut på Eureka kiropraktikk sin avdeling på Nordstrand (tidligere Sæter Kiropraktorklinikk). Hun har jobbet som massør siden 2016 og har fra 2017 jobbet som lærer på Axelsons Institutt som er Nordens største og eldste skole for utdanning og kurs innen massasje. Som massasjeterapeut er Silje veldig opptatt av å ikke bare utføre massasje, men rett og slett å komme ordentlig til bunns i årsaken til smertene dine. Hun bruker forskjellige behandlingsteknikker, inkludert klassisk massasje, spesialtilpasset den enkeltes problemstilling.

Silje liker veldig godt å jobbe tverrfaglig med andre profesjoner, f.eks. med oss kiropraktorer, slik at pasienten får den beste oppfølgingen. Siden hun jobber tett med både Kiropraktor og fysioterapeut på Eureka Kiropraktikk, jobber hun veldig mye med smerter i korsrygg, nakke, skulder og hofter.

Slik finner du fram til Eureka Nordstrand

Klinikken der Silje jobber som massør holder til i Ekebergveien 228c, nesten midt i Sæterkrysset på Nordstrand. Det er mulig å finne gratisparkering i bakgatene rundt klinikken, men det er også betalt parkeringsplass på andre siden av gaten rett ved Evo Treningssenter. Det er enkelt å komme til klinikken med både trikk 18 og 19 som stopper på Sæter stasjon, ca 200 meter fra klinikken.

Husam Marai på Medica Spa - Din Kropp Din Helse



Husam er opprinnelig fysioterapeut fra Syria og kom til Norge som flyktning i 2015, men har på svært rask tid lært seg norsk. I Syria var han fysioterapeut for landslaget i fotball, men ble truet av terrorister til å slutte i denne jobben og måtte deretter flykte til Norge. I tillegg til å jobbe som massør på Medica Spa på Ullevål Pasienthotellet, studerer Husam til å bli godkjent fysioterapeut med norsk autorisasjon. Husam er også aktiv i fotballmiljøet til VIF og du kan [lese mer om han på deres nettsider](#).

Slik finner du fram til Medica Spa på Ullevål Sykehus - Pasienthotellet

Medica Spa holder til i underetasjen på pasienthotellet, i samme bygg som fødeavdelingen og kvinneklinikken på Ullevål Universitetssykehus. For å finne fram går du inn hovedporten til Ullevål Sykehus og deretter tar du første vei til i retning Kvinneklinikken og Nordre Gravlund. Gå inn samme inngang som Pasienthotellet tilknyttet sykehuset. Det er gode muligheter for kollektivtransport til Ullevål. Både trikk og

bussen stopper utenfor hovedporten, alternativt kan du også gå av bussen i Feyes gate.

Christina Sole Fokuslinikken



Christina er utdannet massasjeterapeut fra Axelsons Institutt og har jobbet som massør i over 15 år. Christina har god erfaring fra behandling i tverrfaglig klinikk, idrettsmassasje, bedriftsmassasje og SPAmassasje. På Fokuslinikken på Økern jobber hun tett sammen autorisert helsepersonell som kiropraktor og fysioterapeut der de behandler pasienter med en rekke forskjellige plager i rygg, nakke, muskler og ledd. Christina er perfekt for deg som trenger en dyktig massør og du bor eller jobber på Økern, Hasle eller Løren.

I tillegg til å være massør, er Christina også utdannet

danser fra Bårdar Akademiet og jobber som danselærer for barn og ungdom på Vindern og Abildsø.

Slik finner du fram til Fokuslinikken på Økern

Fokuslinikken på Økern holder til i Østre Aker vei 19 like ved Circle K og Oslo Rør og Varmeteknikk på Økern, kun et steinkast fra Ring 3. Det går både T-bane Linje 4 og buss nr 23 til Økern. T-banestasjonen er kun 2 minutter å gå unna klinikken. Det er gratisparkering rett utenfor bygningen.

Catharina Figueira Winge ved Majorstuen



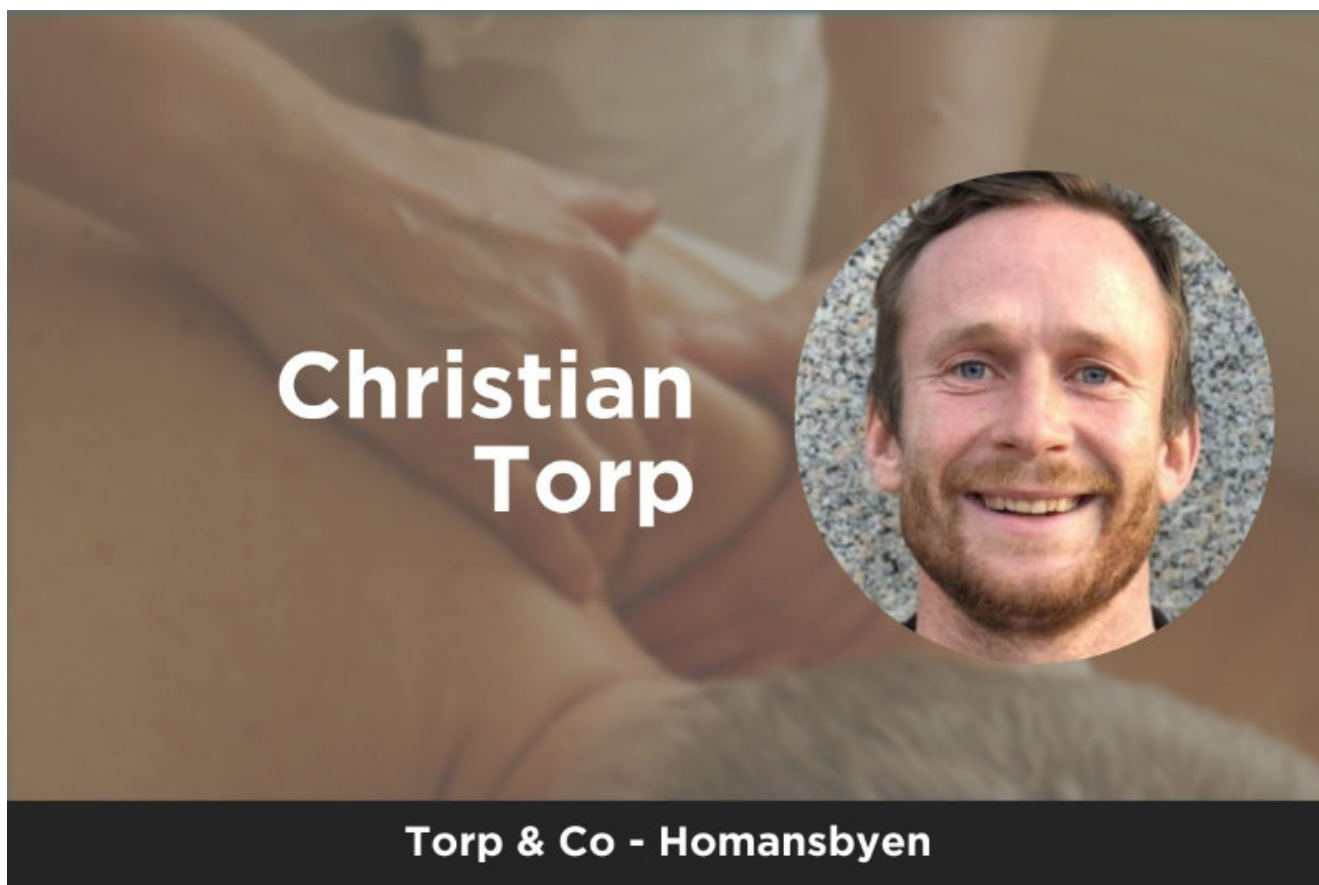
Catharina er en fantastisk massør som alltid tilpasser teknikkene hun benytter seg av etter den enkeltes preferanser og behov. Hun jobbet tidligere i samme bygg som oss her på

Ullevål Sykehus. I 2012 flyttet hun sin praksis til Majorstuen og holder nå til i et koselig lokale rett ved Colosseum kino. Catharina Winge er massasjeterapeut og tilbyr flere former for massasjeterapi som feks dypvevsmassasje, klassisk massasje og triggerpunktbehandling. Catharina utfører i tillegg lymfemassasje som også kan kalles lymfedrenasje.

Slik finner du klinikken til Catharina

Massasjeklinikken til Catharina er sentralt plassert i hyggelige lokaler på Colosseum rett ved siden av Colosseum kino, i samme bygning som Sats. Det er gode parkeringsmuligheter rett ved Frognerbadet ved inngangen til Frognerparken. Til Majorstuen er det veldig enkelt å komme til med kollektivtransport som T-bane, buss og trikk.

Christian Torp - ved Torp og Co




Christian Torp er en bra mann jeg har kjent siden vi gikk på samme videregående, Wang Toppidrett, for 20 år siden. Han startet med bedriftsmassasje på slutten av 2000-tallet og har på noen år bygget opp en klinikk som tilbyr betydelig mer enn bare massasje. Christian finner på mye gøy, som for eksempel hver sommer lager han og broren, Svein Torp, en gedigen slip'n slide på familiegården i Maridalen.

Christian er ikke bare en fyr som gjør kule og sprø ting. Han er også initiativtageren til [StrongNotSilent](#) en kampanje som setter fokus på psykisk helse og selvmord blant menn. [Les intervjuet med Christian her](#)

Slik finner du fram til Torp og Co

Torp og Co klinikken ligger i Hegdehaugsveien 31, i samme bygning som Kiwi et steinkast fra Lorry. Det er kort vei til Homansbyen og Welhavensgate med både trikk og bussmuligheter.

Kristina Lindstrøm - Soleus massasjeklinikk



**Kristina
Lindström**

Soleus - Alexander Kiellands plass

Kristina er en veldig driftig dame. Hun er massør, gründer og daglig leder av Soleus massasjeklinikk som holder til i Bjerregaardsgate 49 ved Alexander Kiellands plass, midt mellom St. Hanshaugen, Ila og Grünerløkka. I løpet av kort tid har Soleus etablert seg som en populær leverandør av bedriftsmassasje til bedrifter i Oslo. I tillegg har Kristina en Bachelor-grad i ernæring.

I og med at klinikken ligger så nære Alexander Kiellands plass, kan et besøk til Soleus massasjeklinikk gjerne kombineres med en tur til den legendariske pølseboden, Syverkiosken, som står plassert i Maridalsveien, ca 4 minutter unna.

Slik finner du fram til Soleus massasjeklinikk

Soleus massasjeklinikk holder til i Bjerregaards gate 49, helt innerst i blindveien mot Uelandsgate og Alexander Kiellands plass. Klinikken ligger kun 2 minutters gange fra krysset ved Alexander Kiellands Plass. For å komme fram med kollektivt kan du ta flere busser, blandt annet nr 21, 33, 34 og 54, og

stoppet heter også Alexander Kiellands Plass.

Her har vi satt opp et lite knippe massører du trygt kan benytte deg av i Oslo. Det finnes selvsagt veldig mange flere, men akkurat disse har vi selv god erfaring med. Vi er alltid på utkikk etter flere gode massører vi kan anbefale, så send oss gjerne en epost med tips.