



Venen Engel  
12 Premium  
Programmabfolge



# Venen Engel

P R O G R A M M A B F O L G E N

**S. 3** DE

**S.32** FR

**S. 17** EN

**S.47** IT

# Venen Engel 12 Premium

**01**

Entspannungs  
Quickie

**02**

Deep Relax

**03**

Wellness Care  
Paket

**04**

Spa Time für  
die Beine

**05**

Glatte Haut

**06**

Beinumfang  
reduzieren

**07**

Feierabend  
Action

**08**

Feierabend  
Entspannung

**09**

Feierabend  
Deep Relax

**10**

Mittagspausen  
Erholung

# Venen Engel ist ein neues Lebensgefühl



Leichter Druck	Mäßiger Druck	Starker Druck
bis 90 mmHg	90 - 150 mmHg	150 - 240 mmHg

Unsere Druck-Angaben sind nur als Orientierung zu verstehen, da das Druck- und Schmerzempfinden immer individuell ist.

Bei Lip- und Lymphödem, Wassereinlagerungen und Venenschwäche sollte der Druck nicht mehr als 90 mmHg betragen. Zu hoher Druck komprimiert die Lymphgefäße und erschwert den Abtransport von Flüssigkeiten. Daher muss für diese Zwecke der Druck auch nicht gesteigert werden, sondern darf sich dauerhaft bei bis maximal 90mmHg befinden

# ... Entspannungs Quickie

5 Min B  
5 Min H  
5 Min F

Wenig Druck  
bis 90 mmHg

## Ziel

Kurze Massage-Einheit für zwischendurch

## Optimale Durchführung

Feierabend, Mittagspause

## Dauer

15 Minuten



...

# Deep Relax

5 Min      A  
10 Min     B  
15 Min     F  
5 Min      E  
5 Min      H

Mäßiger Druck  
90 - 150 mmHg

## Ziel

Endlich Zeit für mich - mit einer Runde VE

## Optimale Durchführung

Feierabend

## Dauer

35 Minuten

...

# Wellness Care Paket

5 Min	F
5 Min	B
5 Min	C
15 Min	E
10 Min	G

Mäßiger Druck

90 - 150 mmHg

## Ziel

Wohlbefinden für Körper und Geist

## Optimale Durchführung

Feierabend

## Dauer

40 Minuten

•••

# Spa Time für die Beine

10 Min C

10 Min A

10 Min D

5 Min B

10 Min H

## Ziel

Wohlbefinden für Körper und Geist

## Optimale Durchführung

Feierabend

## Dauer

45 Minuten

Mäßiger Druck

90 - 150 mmHg

...

# Glatte Haut

5 Min	A
10 Min	B
5 Min	C
5 Min	F
5 Min	G

Mäßiger Druck

90 - 150 mmHg

## Ziel

Hautbild verbessern und Dellen reduzieren

## Optimale Durchführung

Feierabend

## Dauer

30 Minuten

...

# Beinumfang reduzieren

10 Min	F
15 Min	B
5 Min	H
5 Min	E
5 Min	D

Mäßiger Druck

90 - 150 mmHg

## Ziel

Beinumfang reduzieren

## Optimale Durchführung

Feierabend

## Dauer

40 Minuten

...

# Feierabend Action

5 Min	B
5 Min	G
5 Min	D
15 Min	E
5 Min	F

## Ziel

Beine massieren, um danach aktiv zu sein

## Optimale Durchführung

Feierabend

## Dauer

35 Minuten

Mäßiger bis  
starker Druck  
90 - 240 mmHg

...

5 Min.	A
10 Min	B
5 Min	F
10 Min	G
10 Min	D

# Feierabend Entspannung

Mäßiger Druck

90 - 150 mmHg

## Ziel

Den Tag ausklingen lassen

## Optimale Durchführung

Feierabend

## Dauer

40 Minuten



10 Min      D  
10 Min      B  
5 Min      F  
5 Min      A  
10 Min      H

•••

# Feierabend Deep Relax

Mäßiger Druck

90 - 150 mmHg

## Ziel

Den Tag ausklingen lassen

## Optimale Durchführung

Feierabend

## Dauer

40 Minuten

...

# Mittagspausen Erholung

5 Min      B  
5 Min      G  
5 Min      F

Mäßiger Druck  
90 - 150 mmHg

## Ziel

Entspannung für zwischendurch

## Optimale Durchführung

Mittagspause, zwischendurch

## Dauer

15 Minuten



Für dein neues Lebensgefühl



Venen Engel  
12 Premium  
Program Flows



# Venen Engel 12 Premium

**01**

Quick relax

**02**

Deep relax

**03**

Wellness care  
package

**04**

Spa time for  
the legs

**05**

Smooth skin

**06**

Reduce leg  
circumference

**07**

End of work day  
Action

**08**

End of work day  
relaxation

**09**

End of work  
day deep relax

**10**

Lunch break  
recovery

# Venen Engel is a new way of living



<b>Light pressure</b>	<b>Moderate pressure</b>	<b>Strong pressure</b>
up to 90 mmHg	90 - 150 mmHg	150 - 240 mmHg

Our pressure specifications are only to be understood as a guide, as the sensation of pressure and pain is always individual.

In the case of lipedema, lymphedema, water retention and venous weakness, the pressure should not exceed 90 mmHg. Too high pressure compresses the lymphatic vessels and impedes the removal of fluids. Therefore, the pressure does not have to be increased for these purposes, but may be permanently up to a maximum of 90 mmHg.

...

# Quick relax

5 Min B

5 Min H

5 Min F

Light pressure

up to 90 mmHg

## Goal

Short massage unit for in between

## Optimal implementation

End of working day, lunch break

## Duration

15 Minutes



...

# Deep relax

5 Min	A
10 Min	B
15 Min	F
5 Min	E
5 Min	I

Moderate pressure  
90 - 150 mmHg

## Goal

Finally time for me - with a round of VE

## Optimal implementation

End of working day

## Duration

35 Minutes

Moderate pressure  
90 - 150 mmHg

...

# Wellness care package

5 Min	F
5 Min	B
5 Min	C
15 Min	E
10 Min	G

## Goal

Wellbeing for body and mind

## Optimal implementation

End of working day

## Duration

30 - 40 Minutes

•••

# Spa time for the legs

10 Min C

10 Min A

10 Min D

5 Min B

10 Min H

Moderate pressure  
90 - 150 mmHg

## Goal

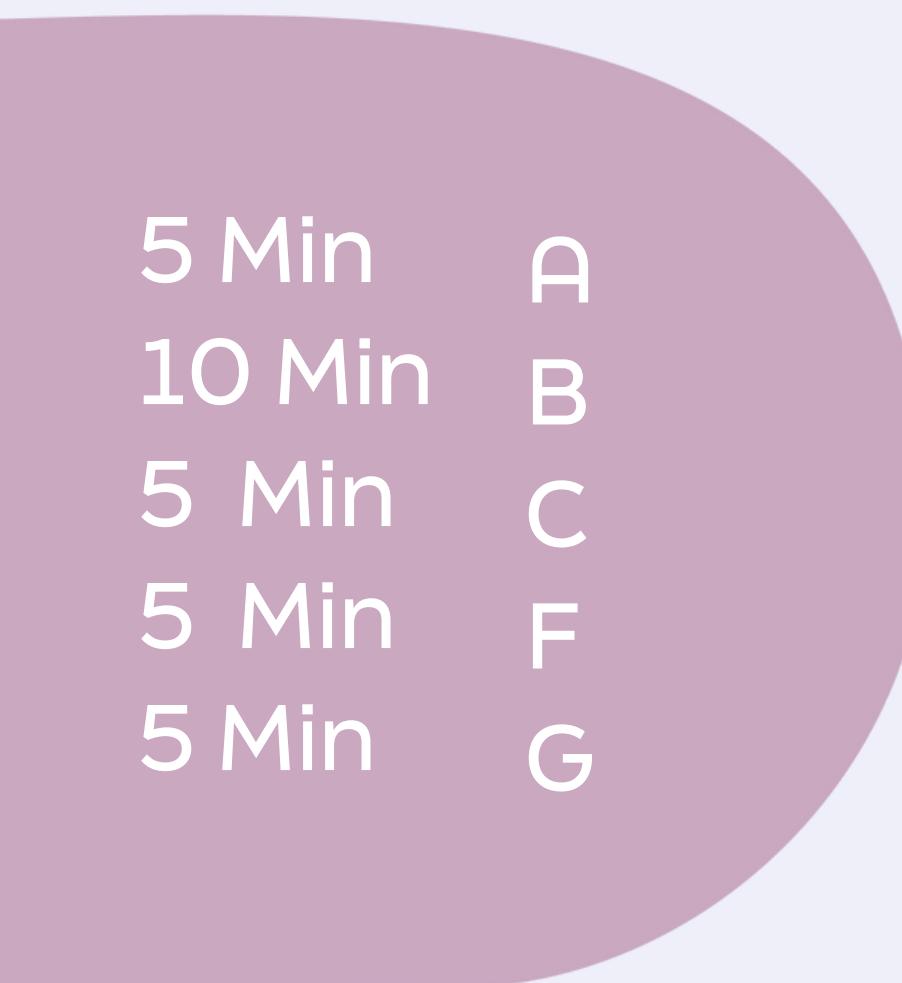
Wellbeing for the legs

## Optimal implementation

End of working day

## Duration

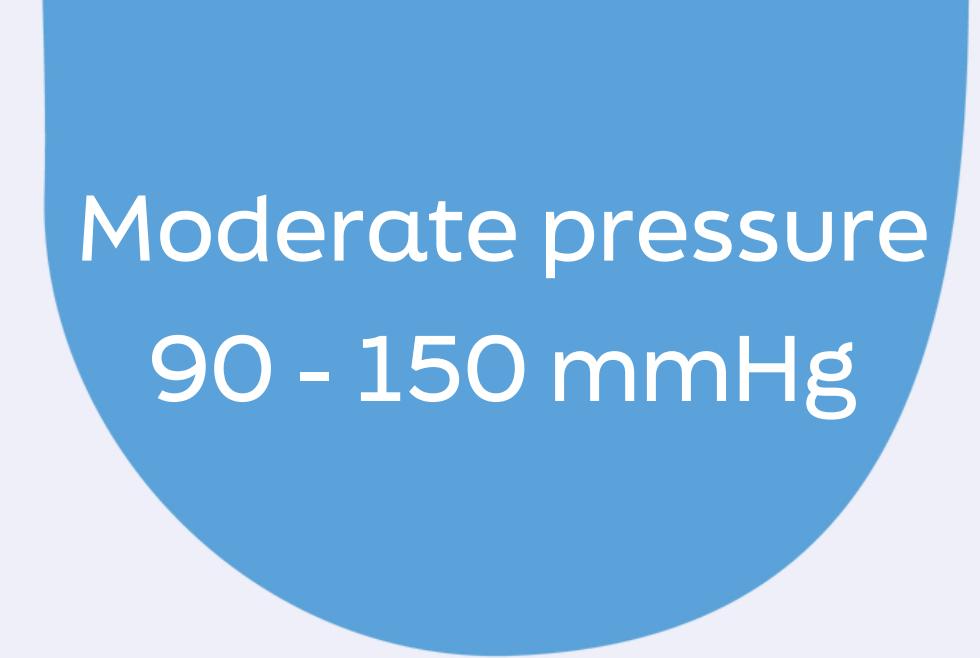
30 - 45 Minutes



5 Min A  
10 Min B  
5 Min C  
5 Min F  
5 Min G

...

# Smooth skin



Moderate pressure  
90 - 150 mmHg

## Goal

Improve skin texture and reduce dimples

## Optimal implementation

End of working day

## Duration

30 Minutes

Moderate pressure  
90 - 150 mmHg

...

# Reduce leg circumference

10 Min	F
15 Min	B
5 Min	H
5 Min	E
5 Min	D

## Goal

Reduce leg circumference

## Optimal implementation

End of working day

## Duration

40 Minutes

...

# End of working day action

5 Min

B

5 Min

G

5 Min

D

15 Min

E

5 Min

F

Light or moderate  
pressure  
90 - 240 mmHg

## Goal

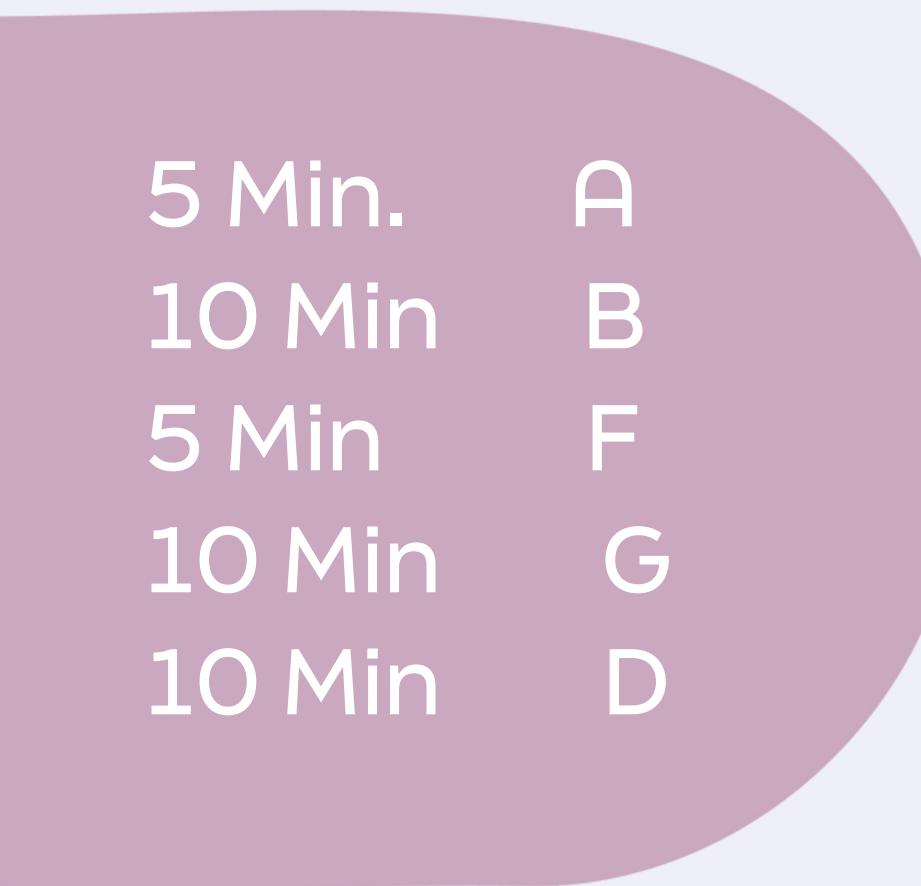
Massage legs to be active afterwards

## Optimal implementation

End of working day

## Duration

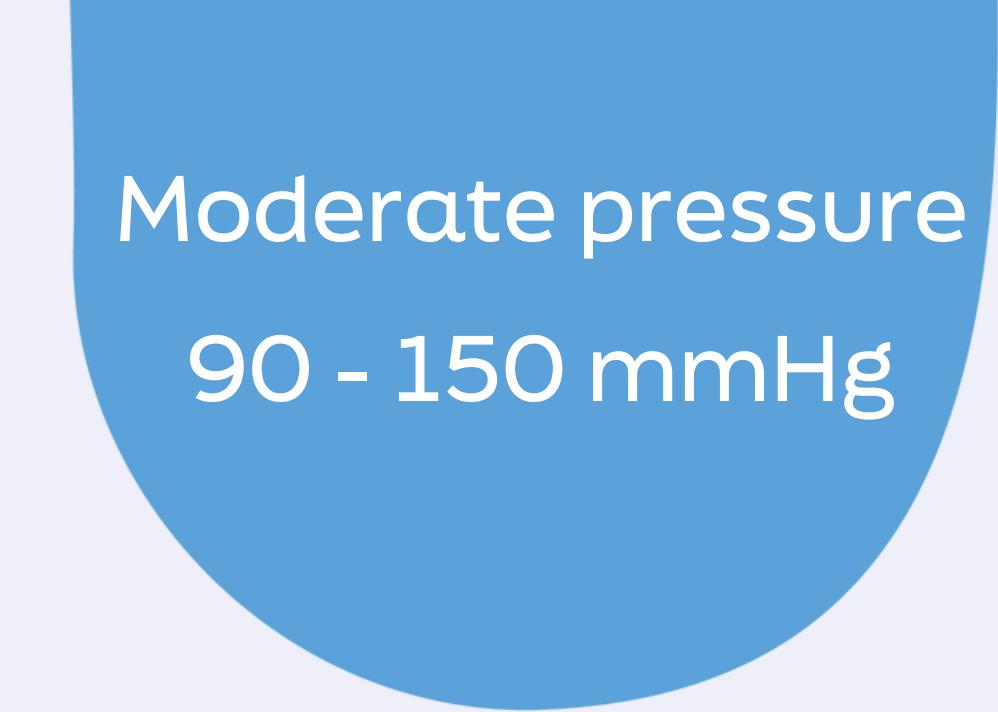
35 Minutes



5 Min.      A  
10 Min     B  
5 Min      F  
10 Min     G  
10 Min     D

...

# End of working day relaxation



Moderate pressure  
90 - 150 mmHg

## Goal

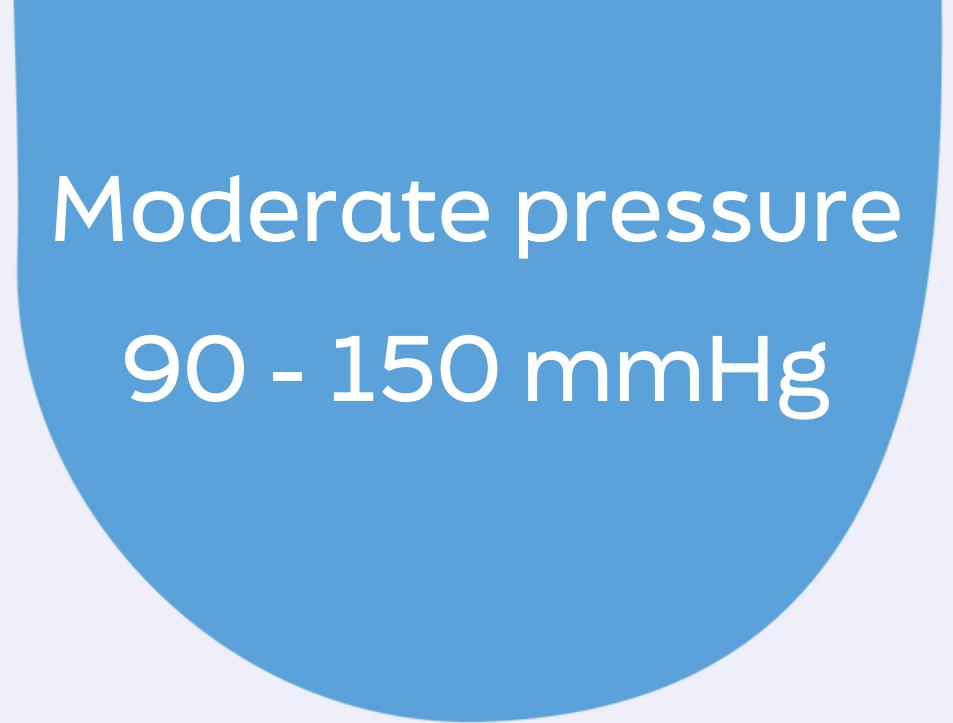
End the day in peace

## Optimal implementation

End of working day

## Duration

40 Minutes



Moderate pressure  
90 - 150 mmHg

...

# End of working day deep relax

## Goal

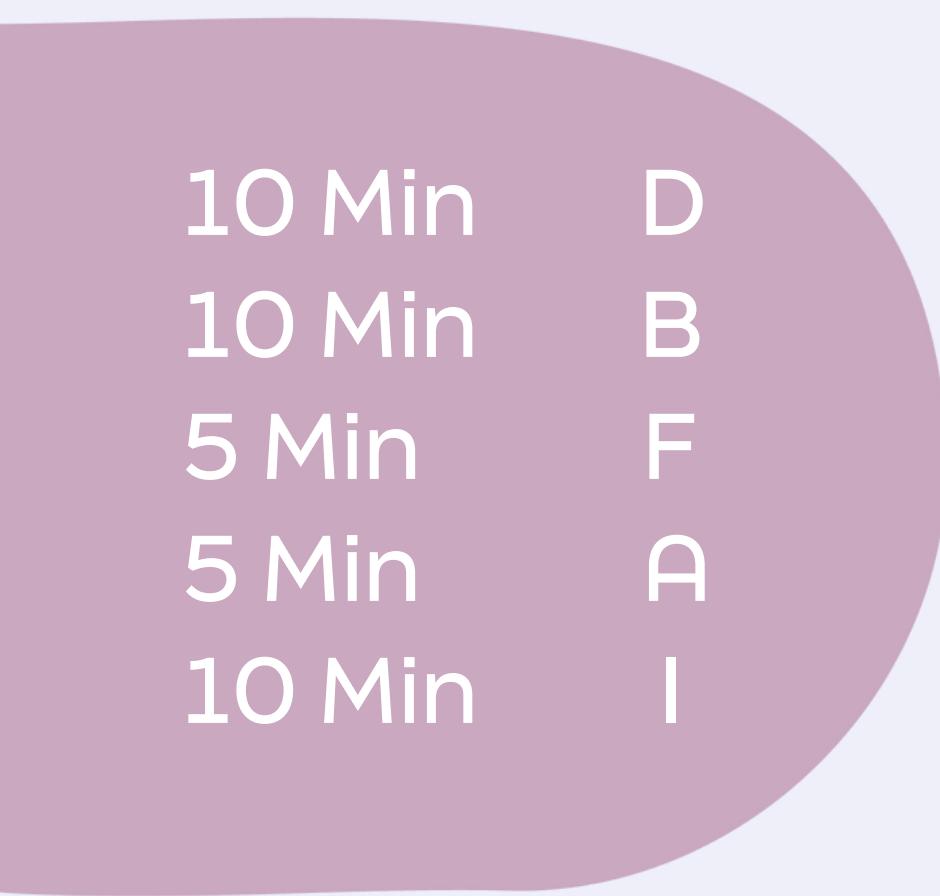
End the day in peace

## Optimal implementation

End of working day

## Duration

40 Minutes



10 Min D  
10 Min B  
5 Min F  
5 Min A  
10 Min I

...

# Lunch break recovery

5 Min      B  
5 Min      G  
5 Min      F

Moderare pressure  
90 - 150 mmHg

## Goal

Relaxation for in between

## Optimal implementation

Lunch break, in between

## Duration

15 Minutes



For your new lifestyle



Venen Engel  
12 Premium  
Séquences de programmes

# Venen Engel 12 Premium

**01**

Détente  
rapide

**02**

Relaxation  
profonde

**03**

Package soin  
bien-être

**04**

Moment spa  
pour les  
jambes

**05**

Peau lisse

**06**

Réduire la  
circonférence  
des jambes

**07**

Action fin-de-  
journée

**08**

Détente fin-de-  
journée

**09**

Relaxation  
profonde  
fin-de-  
journée

**10**

Récupération  
pause-dej

# Venen Engel est un nouveau bien-vivre



Pression légère	Pression moyenne	Pression forte
Jusqu'à 90 mmHg	90 à 150 mmHg	150 à 240 mmHg

Nos indications de pression sont données à titre indicatif, le ressenti de pression et de douleur étant toujours individuel.

En cas de liposome, lymphoedème, rétention d'eau ou insuffisance veineuse, la pression ne doit dépasser 90mmHg. Une pression trop élevée comprime les vaisseaux lymphatiques et ralentit le drainage de liquides. Pour cette raison, la pression ne doit pas être augmentée, mais doit se maintenir constamment autour de 90mmHg.

...

# Détente rapide

5 Min B  
5 Min H  
5 Min F

Peu de pression  
jusqu'à 90 mmHg

## Objectif

Unité de massage courte pour entre-temps

## Utilisation optimale

En fin de journée, en pause déjeuner

## Durée

15 minutes



Pression moyenne  
90 à 150 mmHg

...

# Package soin bien-être

5 Min	F
5 Min	B
5 Min	C
15 Min	E
10 Min	G

## Objectif

Bien-être physique et mental

## Utilisation optimale

En fin de journée

## Durée

40 minutes

Pression moyenne  
90 à 150 mmHg

...

# Relaxation profonde

5 Min	A
10 Min	B
15 Min	F
5 Min	E
5 Min	I

## Objectif

Enfin du temps pour moi - avec mon VE

## Utilisation optimale

En fin de journée

## Durée

35 minutes

...

# Moment spa pour les jambes

10 Min C  
10 Min A  
10 Min D  
5 Min B  
10 Min H

Pression moyenne  
90 à 150 mmHg

## Objectif

Bien-être physique et mental

## Utilisation optimale

En fin de journée

## Durée

45 minutes

...

# Peau lisse

5 Min	A
10 Min	B
5 Min	C
5 Min	F
5 Min	G

Pression moyenne  
90 à 150 mmHg

## Objectif

Améliorer la complexion et lisser la peau

## Utilisation optimale

En fin de journée

## Durée

30 minutes

...

# Réduire la circonférence des jambes

10 Min	F
15 Min	B
5 Min	H
5 Min	E
5 Min	D

Pression moyenne  
90 à 150 mmHg

## Objectif

Réduction de la circonférence des jambes

## Utilisation optimale

En fin de journée

## Durée

40 minutes

Pression moyenne à forte  
90 à 240 mmHg

...

# Action fin-de-journée

5 Min	B
5 Min	G
5 Min	D
15 Min	E
5 Min	F

## Objectif

Massage de jambe avant de l'exercice

## Utilisation optimale

En fin de journée

## Durée

35 minutes

Pression moyenne  
90 à 150 mmHg

...

# Détente fin-de-journée

5 Min.	A
10 Min	B
5 Min	F
10 Min	G
10 Min	D

## Objectif

Bien finir la journée

## Utilisation optimale

En fin de journée

## Durée

40 minutes

10 Min      D  
10 Min      B  
5 Min       F  
5 Min       A  
10 Min      I

...

# Relaxation profonde fin-de-journée

Pression moyenne  
90 à 150 mmHg

## Objectif

Bien finir la journée

## Utilisation optimale

En fin de journée

## Durée

40 minutes

Pression moyenne

90 à 150 mmHg

...

# Récupération pause-dej

5 Min      B  
5 Min      G  
5 Min      F

## Objectif

Détente pour entre-temps

## Utilisation optimale

En pause déjeuner, entre-temps

## Durée

15 minutes



Pour ton nouveau bien-vivre



Venen Engel  
12 Premium  
Risultati del programma

# Venen Engel 12 Premium

**01**

Rapido Relax

**02**

Rilassamento  
profondo

**03**

Pacchetto  
Wellness Care

**04**

Spa Time per  
le gambe

**05**

Pelle liscia

**06**

Ridurre la  
circonferenza  
gambe

**07**

Azione a fine  
giornata

**08**

Relax a fine  
giornata

**09**

Deep Relax a  
fine giornata

**10**

Riposo in pausa  
pranzo

# Venen Engel è un nuovo stile di vita



2023

<b>Pressione leggera</b>	<b>Pressione moderata</b>	<b>Pressione forte</b>
<b>Fino a 90 mmHg</b>	<b>90 - 150 mmHg</b>	<b>150 - 240 mmHg</b>

Le nostre indicazioni sulla pressione devono essere intese solo come una guida, poiché la sensazione di pressione e dolore è sempre individuale.

In caso di lipoedema, linfedema, ritenzione idrica e debolezza venosa, la pressione non deve superare i 90 mmHg. Una pressione troppo alta comprime i vasi linfatici e rende difficile l'eliminazione dei liquidi. Per questo motivo, la pressione non deve essere aumentata, ma può rimanere a un massimo di 90 mmHg.

...

# Rapido Relax

5 minuti B  
5 minuti H  
5 minuti F

Leggera pressione  
fino a 90mmHg

## Obiettivo

Unità di massaggio breve per una pausa intermedia

## Attuazione ottimale

Fine della giornata lavorativa,  
pausa pranzo

## Durata

15 minuti



...

5 minuti A  
10 minuti B  
15 minuti F  
5 minuti E  
5 minuti H

# Rilassamento profondo

Pressione moderata  
90 - 150 mmHg

## Obiettivo

Finalmente è arrivato il momento per me,  
con un giro di VE

## Attuazione ottimale

Fine della giornata  
lavorativa

## Durata

35 minuti

...

5 minuti F  
5 minuti B  
5 minuti C  
15 minuti E  
10 minuti G

# Pacchetto benessere

Pressione moderata  
90 - 150 mmHg

## Obiettivo

Benessere per corpo e mente

## Attuazione ottimale

Fine della giornata lavorativa

## Durata

30 - 40 minuti

Pressione moderata

90 - 150 mmHg

...

# Tempo di benessere per le gambe

10 minuti C

10 minuti A

10 minuti D

5 minuti B

10 minuti H

## Obiettivo

Benessere per le gambe

## Attuazione ottimale

Fine della giornata lavorativa

## Durata

30 - 45 minuti

Pressione moderata  
90 - 150 mmHg

•••

# Pelle liscia

5 minuti A

10 minuti B

5 minuti C

5 minuti F

5 minuti G

## Obiettivo

Migliora la struttura della pelle e riduce le fossette

## Attuazione ottimale

Fine della giornata lavorativa

## Durata

30 minuti

Pressione moderata  
90 - 150 mmHg

...

# Ridurre la circonferenza della gamba

10 minuti F

15 minuti B

5 minuti H

5 minuti E

5 minuti D

## Obiettivo

Ridurre la circonferenza della gamba

## Attuazione ottimale

Fine della giornata lavorativa

## Durata

40 minuti

Pressione leggera  
o moderata  
90 - 240 mmHg

...

# Azione di fine giornata lavorativa

5 minuti B

5 minuti G

5 minuti D

15 minuti E

5 minuti F

## Obiettivo

Massaggiare le gambe per essere attive dopo

## Attuazione ottimale

Fine della giornata lavorativa

## Durata

35 minuti

Pressione moderata

90 - 150 mmHg

...

# Rilassamento di fine giornata lavorativa

5 minuti A  
10 minuti B  
5 minuti F  
10 minuti G  
10 minuti D

## Obiettivo

Concludi la giornata in serenità

## Attuazione ottimale

Fine della giornata lavorativa

## Durata

40 minuti

...

# Fine della giornata lavorativa profondo relax

10 minuti D  
10 minuti B  
5 minuti F  
5 minuti A  
10 minuti I

Pressione moderata

90 - 150 mmHg

## Obiettivo

Concludi la giornata in serenità

## Attuazione ottimale

Fine della giornata lavorativa

## Durata

40 minuti

Pressione moderata

90 - 150 mmHg

...

# Recupero della pausa pranzo

5 minuti B  
5 minuti G  
5 minuti F

## Obiettivo

Relax per una via di mezzo

## Attuazione ottimale

Pausa pranzo, nel mezzo

## Durata

15 minuti



Per il tuo nuovo stile di vita