

WOHL FÜHL EN



WELLNESS & MASSAGE

ANGEBOT & PREISE



MASSAGEN ALLGEMEIN (1)

ENTSPANNENDE KOPF-NACKEN-MASSAGE.....30 MIN > EUR 30

Diese Massage widmet sich gezielt Ihrem Schulter-Nacken- und Kopfbereich. Die Behandlung beginnt mit der sanften Massage Ihres Schulter- und Nackenbereichs. Es folgt die Aktivierung der Meridian-Endpunkte am Kopf und dem sanften Ausstreichen von Blockaden in diesem Bereich. Das Ergebnis dieser Massage ist ein entspannter Kopf- und Nackenbereich mit positiver Auswirkung auf den gesamten Körper.

GESICHTS- & DEKOLLETÉ-MASSAGE.....30 MIN > EUR 40

Natürlich können wir unseren Alltag nicht einfach aufgeben oder die ganze Arbeit ruhen lassen. Doch dafür gibt es Gesichts- & Dekolletémassagen, mit denen Sie trotz Stress oder Sorgen die „Sorgenfältchen“ wieder weg bekommen. Mit der Gesichtsmassage erreichen Sie eine Lockerung der Muskulatur, eine bessere Durchblutung, die Abtragung abgestorbener Hautzellen und am wichtigsten – eine tiefe Entspannung, wodurch die Haut nach der Massage frisch und rosig aussieht.

GESICHTS-MASSAGE MIT LAVASTEINEN30 MIN > EUR 40

Die Massage ist auf dem Wechsel zweier Extreme – Wärme und Kälte etabliert. Sie wirkt positiv auf die Haut, das Unterhautzellgewebe auch die Muskelfaser. Die Massage verbessert die Durchblutung und die Sauerstoffversorgung im Blut, sie beschleunigt den Stoffwechsel und die Entgiftung des Körpers. Sie entfernt Schmerzen und negative Energie, verbessert Lymphzirkulation, besänftigt Schwellungen und wirkt gegen Stress.

TEILKÖRPER-MASSAGE.....30 MIN > EUR 45

Ideal bei Verspannung im Nacken-Schulterbereich und im Rücken, bzw. überbeanspruchten Beinen. Steigert die Durchblutung, entspannt die Muskulatur. Die klassischen Massagen sind eine der ältesten Behandlungsformen, durch die Muskelverspannungen gelöst sowie die Durchblutung und der Stoffwechsel aktiviert.

GANZKÖRPER-MASSAGE 50 MIN > EUR 60

Eine schöne Atmosphäre und wohlriechende Öle sind für den Ablauf einer Ganzkörpermassage unverzichtbar. Sie tragen zur Entspannung und dem Wohlbefinden bei. Eine angenehme Raumtemperatur und ausreichend frische Luft begünstigen die Entspannung ebenfalls. Eine Ganzkörpermassage von Kopf bis Fuß hilft, die Gesundheit und das Wohlbefinden zu verbessern und zu erhalten. Die Sinneszellen der Haut werden durch Berührungen verwöhnt. Die Muskulatur wird entspannt. Eine Ganzkörpermassage verwöhnt auch auf emotionaler Ebene, die Sinne werden geschärft.

MASSAGEN ALLGEMEIN (2)

FUSSREFLEXZONEN-MASSAGE30 MIN > EUR 35

Am Fuß spiegelt sich der gesamte Körper mit Organe, Nerven, Muskeln, Wirbelsäule und Gelenken wider. Ähnlich wie mit einer Fernbedienung erreicht man direkt durch gezielte Griffe eine tonisierende anregende Wirkung in erschlafften Zonen oder eine sedierende beruhigende Wirkung bei belastenden Zonen. In Kürze harmonisiert sich Ihr Organismus, und Ihre eigenen Selbstheilungskräfte werden aktiviert. Genießen Sie, wie Ihr Körper durch meine fachkundigen erfahrenen Hände bestrebt ist, in seine ursprüngliche gesunde ganzheitliche Balance zu kommen. Der Vorteil bei der Arbeit am Fuß ist, dass sich schon vorzeitig spürbare Störungen anzeigen, die bereits während der Erstbehandlung behoben werden können, damit sich keine größeren Disbalancen entwickeln. Empfehlenswert für alle, die sich und Ihren Füßen mehr

Zuwendung gönnen wollen und vorbeugend das Gesundheitssystem in Bewegung bringen wollen, um den dauernden Veränderungen des Lebens standzuhalten.

AROMA-ÖL-MASSAGE 30/60 MIN > EUR 35/65

Bei der Aromamassage werden die ätherischen Öle auf unterschiedliche Art aufgenommen. Bei allen Methoden steht im Vordergrund, dass die Dämpfe den Geruchssinn ansprechen. Die Aromamassage macht sich dabei den empfindlichen menschlichen Geruchssinn zu nutze. Außerdem verbinden Menschen mit unterschiedlichen Düften unterschiedliche Gefühle und Empfindungen. Am bekanntesten sind wohl Duftlampen oder ein Kräuteraufguss in der Sauna. Die Aromamassage ist eine ganz besondere Form der Massage. Der Körper nimmt über die Haut die Wirkstoffe der ätherischen Öle auf. Die ätherischen Öle unterstützen durch ihre ganz besonderen Eigenschaften die entspannende Wirkung. Eine Aromamassage ist ein Erlebnis für Körper und Geist. Selbst die Luft und die ganze Atmosphäre während der Aromamassage sind von den ätherischen Ölen durchwachsen. Wacholder, Eukalyptus, Lavendel, Sandelholz, Rosmarin oder Limette sind nur wenige der eingesetzten Düfte. Die Massage selbst und die eingesetzten Öle richten sich ganz nach dem gewünschten Ergebnis.

ANTISTRESS-MASSAGE 50 MIN > EUR 65

Die Ganzkörper- Antistressmassage ist eine Wellnessmassage mit dem Ziel, Ihr Wohlbefinden zu steigern. Sie sorgt für eine tiefe seelische Entspannung und führt zum Abbau von Stresshormonen, was zur Verbesserung des Allgemeinbefindens und mehr Ausgeglichenheit beiträgt. Genießen Sie Momente der Entspannung mit einem hautpflegenden Massageöl.

MASSAGEN ALLGEMEIN (3)

LYMPHDRAINAGE..... 50 MIN > EUR 60

Die Lymphdrainage ist keine durchblutungsfördernde Behandlung wie die Massage. Das Lymphgefäßsystem zieht sich durch den ganzen Körper wie ein Wasserkanalnetz. Im Gegensatz zum Blutkreislauf, das vom Herz als Motor durch den Körper gepumpt wird, ist die Lymphe träge und bedarf manueller Hilfe, um die Ödemflüssigkeit aus dem gestautem Gewebe zu den großen Lymphstationen zu drainagieren. Dort befindet sich unsere wichtigste Gesundheitszentrale. Das Immunsystem ist ständig mit der Abwehr von Keimen, Bakterien, Pollen, Staubpartikeln usw. beschäftigt. schmerzlindernd, nervenberuhigend, entschlackend als Diätbegleitung (fettreduzierend), tonussenkend auf die Muskulatur und allen Schwellungen nach Traumata zB Knie.- Hüft,- Venenoperationen usw., langes Stehen, ebenso nach Krebsoperationen, reguliert den Magen-Darmtrakt, schleimlösend bei Allergien (empfehlenswert vor der Pollenzeit!)

HOT-STONE-MASSAGE MIT BASALSTEINEN 60 MIN > EUR 70

Die Warmsteinmassage ist bekannt für ihre tiefenwirksame und wärmeausstrahlende Wirkung bei der man perfekt entspannen kann. Typische Anwendungsgebiete der Warmsteinmassage sind Muskelverspannungen, der Einsatz zum körperlichen Wohlbefinden nach Burn-Out Syndromen, bei Störungen des seelischen Gleichgewichtes oder zur Stärkung und Aktivierung körpereigener Abwehrkräfte

KRÄUTERSTEMPEL-MASSAGE..... 60 MIN > EUR 99

Bei dieser Spezial-Massagetechnik wird schnell (tonisierend) oder langsam (sedierend) und manchmal leicht klopfend massiert. Gesicht, Dekolleté, Rücken, Füße – und manchmal der gesamte Körper werden mit heißen, duftenden Kräuterstempeln behandelt. Das löst Verspannungen und Blockaden, stärkt das Immunsystem, regt die Durchblutung an und baut so – fast nebenbei – Stress ab. Geruchsinne und limbisches System werden durch diese Technik (sie stammt aus Thailand und Indien) angesprochen. Massage an den Energiebahnen, intensiver Kräuterduft und warmes Basis-Öl sorgen für intensive Tiefenentspannung. Die Mikrozirkulation in den Zellen und der Lymphfluss werden angeregt. Äußerlich ist der Effekt an der straffer gewordenen Haut sichtbar.

MASSAGEN ALLGEMEIN (4)

DORN/BREUSS-MASSAGE 50 MIN > EUR 60

Wir verwenden dafür selbstgepflücktes Johanniskraut, das auf besonderen Kraftplätzen wächst und das achtsam zu Öl verarbeitet wird. Dieses von der Sonne energiegeladene rote Johannisöl (auch Lichtkraut genannt) wird gefühlvoll um die Wirbeln aufgetragen. Die Rückenstrecker entlang der Wirbelsäule beginnen sich durch das sanfte Wiegen sehr gut zu entspannen. Dadurch gelingt es, fast wie von alleine, Fehlstellungen wieder in ihre Ursprungslage zu bringen. Das Öl dringt tief in die Bandscheiben ein und füllt sie wieder auf. Verhärtungen in der Rückenmuskulatur werden durch die entspannende Wirkung wieder geschmeidig. Abschließend wird ein Seidenpapier aufgelegt, um die Altinformati-on im Ausstreifen wegzunehmen.

LOMI LOMI NUI TEMPEL-MASSAGE 120 MIN > EUR 95

Die Hawaiianische Tempelmassage wird mit fließenden, gefühlvollen, rhythmischen Streichungen der Unterarme sowie Dehnungen und mobilisierenden Gelenksarbeiten gemacht. Durch das warme Öl gelingt es in einen tiefen Entspannungszustand zu kommen. Begleitend zur hawaiianischer Musik erreicht man so alle Ebenen und fühlt sich danach wie neu geboren. Aufgrund der traditionellen schamanischen Natur- Philosophie aus der Huna-Lehre ist Lomi eine ganzheitliche Behandlungsform, bei der auf wundervolle, liebevolle Weise alte Wunden der Vergangenheit geheilt werden.

AYURVEDA-ZEREMONIELL 80 MIN > EUR 75

Der wahre Schlüssel zur Gesundheit liegt in der alltäglichen Lebensweise: die Symbiose aus geistiger Präsenz, körperlicher Vitalität und Widerstandskraft, seelischer Entfaltung und bewusster Ernährung. Gerade wenn wir unter Zeitdruck, Überforderungen und sonstigen Anspannungen stehen, streichen wir gerade die Dinge, die wohltuend wären, als erstes, anstatt gezielte Entspannungs- und Erholungsphasen einzubauen. Ayurveda wirkt reinigend und entschlackend auf den Körper, harmonisierend auf die inneren Organe und Nerven, anregend auf den Kreislauf, das Lymph-, Hormon- und das Drüsensystem, stärkend auf die Gelenke und Knochen. Spezielle Gelenksölgüsse machen steife Gelenke wieder geschmeidig und beweglich.

MASSAGEN ALLGEMEIN (5)

HONIG-MASSAGE..... 80 MIN > EUR 75

Die Honigmassage stammt aus Tibet und Russland und ist ein ganzheitliches Naturheilverfahren. Bei dieser Behandlung werden die im Bindegewebe eingelagerten Giftstoffe gebunden und freigearbeitet. Durch die spezielle Klopftechnik am Rücken und an den Gelenken werden die vitaminreichen Mineralstoffe und Spurenelemente des Honigs tief in die Hautschichten einmassiert. Der Honig wirkt antioxidativ und hemmt die freien Radikale und macht Ihre Haut samtig weich. Durch die vorbereitenden reflektorischen Griffe entlang der Head 'schen Zonen erreicht man sämtliche Funktionsstörungen innerer Organe und bewirkt so eine rasche heilsame Wirkung auf das gesamte vegetative Nervensystem, Blut und Lymphsystem ähnlich der Fußreflexzonen-therapie. Abschließend bringt eine wohltuende Heilmassage Ihre Energien wieder zum Fließen und steigert ihr Allgemeinbefinden.

BALI-MASSAGE..... 80 MIN > EUR 75

Das Bali- Zeremoniell für Personen, die das Besondere lieben und schätzen. Holen sie sich Ihr Urlaubsfeeling zurück! Tauchen Sie ein und baden Sie in einem Meer von pflegenden Kräuterölen, begleitet von wohligen Düften und Klängen. Entspannen und genießen Sie in einem wunderschönen Ambiente.