



BEHANDLUNG & ENTSPANNUNG

Überwasser-Massage mit dem Wellsystem

Zu jeder Tages- und Nachtzeit genießen!

Erleben Sie entspannende Ganz- oder Teilkörpermassagen durch gezielte Wasserkraft – in voller Bekleidung. Die Massage-Arten sind nach eigenem Wunsch individuell und einfach einstellbar.

Verschiedene Chipkarten sind an der Rezeption erhältlich:

*Eine 20 Minuten Einheit € 18,-
3 Einheiten zu € 49,- | 5 Einheiten zu € 79,-*

Klassische Massagen

Unser medizinischer Heilmasseur Alex, mitunter Wanderbegleiter und Kletterer der auch gerne in senkrechten Wänden herumhängt, freut sich auf Sie.

Behandlungstermine sind gerne an der Rezeption buchbar.

Grafenaster „Sehnsucht-Massage“ 85 min | € 95,-

Vom Scheitel bis zur Sohle: Extra lange Aromaölmassage nach Ihrem Wunsch gerne kombinierbar.

Stressless Aromaöl Massage 25 / 55 / 85 min | € 35,- / 70,- / 95,-

Ob Rücken, Nacken, Beine... nach Ihrem Wunsch und Intensität in Zirben- oder Latschenduft zum Wohlfühlen und Genießen.

Vollmassage 55 min | € 70,-

Dient zur Schmerzbekämpfung, einer verbesserten Funktion der Muskeln und Gelenke des gesamten Körpers sowie dem allgemeinen körperlichen Wohlbefinden.

Teilmassage 25 min | € 35,-

Je nach Wunsch und Bedürfnis können das die Beine, die Arme, der Rücken, die Schulter, der Nacken usw. sein. Hierbei werden Blockaden gezielt behandelt und eine erste Mobilisierung angestoßen.

Chakren-Behandlung bei Esther

Zeit für unser Inneres. Eine tief entspannende Behandlung im Liegen, in der wir geistig arbeiten und uns unserem Körper, unseren Emotionen und Gedanken zuwenden. Wir kommen zu Ruhe, schöpfen Kraft und Energie. Wir erleben die Stille in uns.

80 min | € 95,-

Reinkarnationstherapie auf Anfrage.

Fußreflexzonenmassage 55 min | € 70,-

Alle Organe, Gelenke und Körperteile des Menschen können über die Füße mobilisiert werden sowie der gesamte Organismus energetisiert.

Kombimassage 85 min | € 95,-

Durch den perfekt aufeinander abgestimmten Mix aus Rücken-, Bein- und Fußreflexzonenmassage der extra Energieschub für Ihren Körper!

Lymphdrainage 55 min | € 70,-

Das Lymphgefäßsystem ist ein sehr wichtiger Teil unseres Immunsystems. Vorbeugend zur Stärkung des Systems oder führt zu Verbesserung nach Verletzungen, Narbenbehandlung oder Cellulite.

Bindegewebsmassage 55 min | € 70,-

Mit speziellen Techniken wird auf das Unterhautgewebe, auf Faszien und unbewusste Regulationskreise Einfluss genommen und eine vegetative Umstimmung angestrebt. Mit der therapeutischen Behandlung kann hier also gegengleich auf das innere Organ Einfluss genommen werden.

WICHTIG:

Behandlungen sind bitte im Anschluss direkt an den Therapeuten zu bezahlen.

Pediküre / Maniküre / Fußmassage

Termine sind individuell gerne organisierbar. Bitte mit 2 bis 3 Tagen Vorlauf an der Hotelrezeption reservieren.

Waldsauna ganz privat

Entspannt für sich oder mit Freunden 2 Stunden Waldsaunahaus mit Erfrischungsdrinks oder Prosecco & entspannter Musik genießen.

Termin nach Vereinbarung. Preis € 68,- für 1 – 2 Personen, jede weitere Person € 15,-; Leihgebühr Saunatuch & Bademantel € 8,-

Private Yoga Einzelstunde mit Alexandra

In dieser besonderen Yogaeinheit geht Alexandra ganz auf ihre persönlichen Bedürfnisse ein und sie findet ein Übungsprogramm, das individuell zu Ihnen passt. Alexandra ist zertifizierte Yogalehrerin und unterrichtet mit viel Freude seit mehreren Jahren Yoga in folgenden Stilen:

AcroYoga, Vinyasa Flow Yoga, Yin Yoga, Yin & Yang Yoga

60 / 90 min | € 70,- / 100,-

BEHANDLUNG & ENTSPANNUNG



Ayurveda Wohlfühl-Anwendungen

Die ayurvedische Lehre vom gesunden, langen Leben dient seit einigen 1000 Jahren der Gesunderhaltung des Menschen und hat in erster Linie präventiven Charakter. Die Körperanwendungen wirken beruhigend, harmonisierend und vitalisierend auf Körper und Geist. Durch typgerechte Behandlung können Schlafstörungen gelindert, Verspannungen gelöst und Nervosität beruhigt werden. Die Massageanwendungen unterstützen den Körper bei der Verarbeitung von Giftstoffen und nähren alle Körpergewebe.

Alle Anwendungen werden typgerecht von unserer Ayurveda Expertin Silvia nach einem kurzen Vorgespräch durchgeführt. Nicht massiert wird bei entzündlichen Erkrankungen, Fieber, akuten Hauterkrankungen, Diabetes, Thrombose, offenen Wunden, frische Verletzungen, am 1.-3. Tag der Menstruation und bei Schwangerschaft.

Vor der Behandlung: Bitte trinken Sie bereits die Tage davor heißes Wasser bzw. Ingwertee zur Vorbereitung.

Nach der Behandlung: Bitte achten Sie auf Wärme (warme Socken, Kopfbedeckung speziell in der kalten Jahreszeit), keine Spaziergänge direkt danach. Gönnen Sie sich einen Saunagang direkt nach der Anwendung, verzichten Sie auf lange Gespräche und schenken Sie sich Ruhe, damit die Behandlung nachwirken kann. Trinken Sie Ingwertee bzw. heißes Wasser.

Termine: Dienstags (weitere Termine gerne nach Vereinbarung)
Silvia absolvierte Ihre Ausbildung an der Europäischen Akademie für Ayurveda in Birstein und Wien (staatlich anerkannte 3-jährige Ausbildung in Österreich). Neben Lebensführung und Ernährung sind für sie die ayurvedischen Körperanwendungen kraftvolle Werkzeuge zur Gesunderhaltung von Körper und Geist.

Ganzkörpermassagen

ABHYANGA

„Entspannung pur“ Ganzkörper-Anwendung mit medizinisiertem Öl. Beruhigende, nährnde Wirkung, schenkt Lebensfreude und Erdung. Zellerneuernd. Besonders gut bei Stress. **90 Min. | € 120,-**

KALARI

„Kriegermassage“ Dynamische Ganzkörper-Anwendung mit medizinisiertem Öl. Vitalisierende und gleichzeitig entspannende Wirkung. Stärkt und kräftigt den Organismus. Unterstützt die Lösung und Ausscheidung von unverdauten Stoffen aus dem Körper. **80 Min. | € 105,-**

Teilkörpermassagen

PADABHYANGA

„Indische Fußmassage“ Teilkörper-Anwendung (Kopf und Füße bis inkl. Knie) mit medizinisiertem Öl. Beruhigende und stressreduzierende Wirkung. Schenkt Erdung und lindert Schlafstörungen. Ideal für die/den Ayurveda Einsteiger/in. **60 Min. | € 75,-**

MUKABHYANGA

„DIE ayurvedische Gesichtsmassage von Frau zu Frau“. Besonders sanfte Massage von Gesicht und Dekolleté. Wenden Sie sich liebevoll Ihrem Inneren zu. Spüren Sie Ihre innere Schönheit und ihr starkes, strahlendes Herz. **45 Min. | € 55,-**

PRISTHABHYANGA

„Rücken spezial“ Entspannende Teilkörperanwendung mit medizinisiertem Öl. Löst Verspannungen auf der Körperrückseite und schenkt Leichtigkeit. **45 Min. | € 55,-**

SHIROABHYANGA

„Kopfmassage“ Teilkörperanwendung für Gesicht und Kopf. Hautstraffend und entspannend. Nährt und beruhigt die Sinne und die Kopfhaut. **30 Min. | € 40,-**

Individuelle Teilkörpermassage

Falls Sie einzelne Teilkörper-Anwendungen kombinieren möchten, sprechen Sie Silvia gerne direkt an, damit sie Ihnen eine passende Kombination empfehlen kann. **60 / 90 min | € 75,- / 120,-**

Gesichtsbehandlungen

Unsere Chefin Waltraud ist nicht nur Schneidermeisterin, sondern hat auch eine Leidenschaft für Kosmetik und Pflege. Sie ist unsere diplomierte Ästhetik-Spezialistin und bietet Ihnen gerne folgende Gesichts-Anwendungen an:

Knackig und Vital

Reinigung und Peeling von Dekolleté & Gesicht mit einer wunderbaren Massage. Eine nährstoffreiche Maske und eine hochwertige Tagespflege bilden den Abschluss. Für Frauen und Männer ein Genuss. **60 Min. | € 81,-**

Extrabehandlungen

- Gesichts & Dekolleté Massage **20 Min. | € 30,-**
- Wimpern & Augenbrauen färben/faconieren **€ 30,-**
- Gesichtsenthaarung mit Warmwachs **€ 16,-**
- Spezialmasken nach Absprache **€ 6,- bis € 18,- / Ampulle € 9,-**

Infos zu Waltraud's Reich der Pflege

Wir stehen Ihnen gerne für Fragen und Terminreservierungen an der Rezeption zur Verfügung. Wir raten Ihnen, mindestens 2 Tage vorab einen Termin zu vereinbaren. Die Therapeuten sind während der Behandlung nicht für Termininfos ansprechbar. Für den Therapeuten ist es wichtig von Ihnen Informationen zu gesundheitlichen Aspekten zu bekommen – freudiger Natur wie z. B. Schwangerschaft oder auch Bluthochdruck, Allergien, Fieber oder Krampfadern...

Zum Termin: Wir empfehlen Ihnen 10 Minuten vor der Behandlung sich im Massagebereich einzufinden und sich z. B. mit einem genussvollen Tee einzustimmen. Am besten kommen Sie im Bademantel und mit Hausschuhen zu Ihrem Treatment und lassen Wertgegenstände und Telefon einfach im Zimmer. So entspannt es sich sicher besser.

Storno: Mit Rücksicht auf Gäste und Team bitten wir Sie im Falle einer Absage rechtzeitig Bescheid zu geben, z. B. am Vortag. Zu kurzfristig annullierte Termine werden mit 50% in Rechnung gestellt.

Nach der Behandlung: Wir laden Sie ein, z. B. in der Infrarot Zirben-Sauna nachzuruhen. Nachruhen ist ein wichtiger Teil der Behandlung und kann auch gut in der Gartenliege, Ruheraum oder kuschelig im Bett zelebriert werden. Folgetermine können Sie gerne direkt absprechen und sich sogleich auf einen weiteren Genussmoment freuen.