



### **Lomi-Lomi Massage**

Mit der hawaiianischen Tempelmassage verwöhnen wir Sie und Ihren Körper. Durch sanfte Berührungen und Streichungen mit den Händen und Unterarmen können Sie alles loslassen und erfahren eine wertvolle Tiefenentspannung. Diese Auszeit schenkt Ihnen neue Energie und Kraft und spricht alle Sinne an und wirkt sich positiv auf Ihre Emotionen, Gefühle und Gedanken aus. Sie reinigt und erneuert alle Ebenen und bringt Körper, Geist und Seele in Einklang. Freuen Sie sich auf diese wohltuende und harmonische Massage.

50 Minuten, CHF 110.–

### **Ayurveda Massage**

Die Lehre des Ayurveda sieht den Menschen als ganzheitlich an und ist eine traditionelle indische Heilkunst. Zu dieser gehört auch die Ayurveda Massage, da sie die Selbstheilungskräfte aktiviert und zur Stärkung des Immunsystems beiträgt. Bei dieser Wellnessmassage wird der ganze Körper achtsam massiert. Sie wirkt beruhigend und entspannend und löst Blockaden und Muskelverspannungen. Gleichzeitig hilft sie Ihrem Körper wieder ins Gleichgewicht zu kommen und ist kräftigend und regenerierend.

50 Minuten, CHF 120.–

### **Wirbelsäulenmassage nach Breuss**

Die Breuss-Massage ist eine angenehme, energetisch-manuelle Rückenmassage. Hierbei werden die Bandscheiben, die zwischen den Wirbelkörpern liegen, mit Johanniskrautöl sanft massiert. Es folgt eine feine Dehnung und Entspannung der Wirbelsäule. Eine Breuss-Massage leitet die Regeneration von unterversorgten Bandscheiben ein. Damit können sich Beschwerden im Bewegungsapparat, besonders im Bereich des Kreuzbeines, verbessern. Körperliche sowie seelische Blockaden können mit der Breuss-Massage auf sanfte Weise gelöst werden.

50 Minuten, CHF 110.–

### **Kopf-, Nacken-, Gesichtsmassage**

Bei dieser Massage steht der Kopf im Mittelpunkt. Die angenehme, energetisierende Massage der Kopfhaut, bringt Sie aus dem Denken heraus. Ebenso viel Aufmerksamkeit bekommt der Nacken. Er wird gelockert und gedehnt, damit sich die Muskeln entspannen können. Die Ohren mit den dortigen Reflexpunkten werden aktiviert, bevor zum Schluss noch das Gesicht (Kinn, Kiefer, Augen, Stirn) sanft massiert und berührt werden. Diese Massage lässt Sie entspannt und strahlend aussehen.

25 Minuten, CHF 60.–