

Die klassische Massage

Die in unseren Breiten wohl bekannteste Massagetechnik ist die „Klassische Massage“. Sie ist eine der effektivsten Massagearten zur Linderung von Beschwerden des Bewegungsapparates, wirkt sich jedoch auch sehr positiv auf erkrankte innere Organe aus und sorgt für angenehme Entspannung.

Die klassische Massage basiert auf gezielten Massagegriffen, die Verspannungen lösen und die Muskulatur sehr positiv beeinflussen.

Wirkung:

Auflösung körperlicher und seelischer Spannungen

Anregung der Durchblutung von Haut und Muskeln (beugt Muskelkater vor)

Senkung von Stresshormonen im Körper

Schmerzlinderung (Migräne, Rückenschmerzen, Nackenverspannungen, Muskelschmerzen)

Linderung von Beschwerden des Bewegungsapparates

Lösung von Krämpfen

Senkung des Bluthochdrucks

Entspannung und Straffung des Bindegewebes (v.a. bei Bindegewebsschwäche)

Reduktion von Wasseransammlungen im Gewebe

Aktivierung des Lymphsystems und Auflösung von Lymphstauungen (Lymphdrainage)

Entschlackung und Entgiftung des Gewebes

Stärkung des Kreislaufs

30 min 55 Fr

60 min 80 Fr

90 min 125 Fr

Sportmassage

Die Sportmassage geht auf die Bedürfnisse des Sportlers sowie der Speziellen Probleme beim Sport ein. Die Massage ist darauf ausgelegt die Durchblutung zu fördern, Verklebungen zu lösen und Muskelkater vorzubeugen. Die Muskulatur wird auf die bevorstehende körperliche Beanspruchung vorbereitet oder nach dem Sport zu Entspannung regenerativ und lockernd massiert.

Die Sportmassage konzentriert sich auf die Vorbeugung und Heilung von Verletzungen an Sehnen und Muskeln.

Wirkung

Kreislaufsystems

Schneller Abtransport der Stoffwechsel- Schlackenstoffe

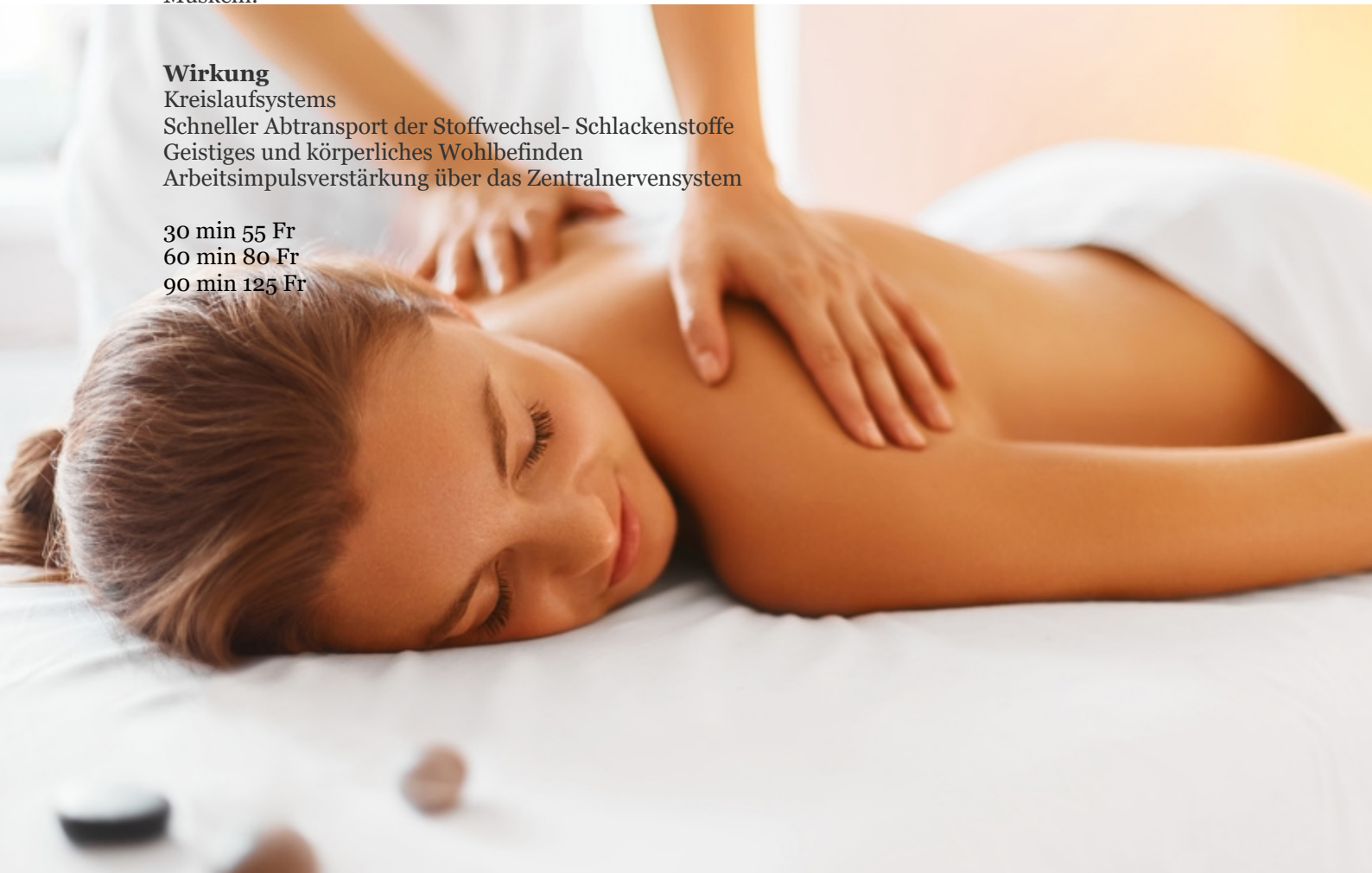
Geistiges und körperliches Wohlbefinden

Arbeitsimpulsverstärkung über das Zentralnervensystem

30 min 55 Fr

60 min 80 Fr

90 min 125 Fr



Hot Stone – Massage

Die Hot Stone Massage ist eine mehr als 2000 Jahre alte Behandlungsmethode aus Asien, Nord- und Südamerika. Besonders indianische und hawaiianische Schamanen schrieben den Steinen starke Heilkräfte zu.

Bei der Hot-Stone-Massage werden die Akupunkturpunkte und Meridianbahnen des Körpers mit erhitzten, glatten Lava-Steinen und warmem Aromaöl sanft bearbeitet und massiert. Als besonders angenehme Massagearten mit heißen Steinen gelten auch die Hot Stone Fuß-, Hand und Gesichtsmassagen.

Wirkung:

Auflösung von Verspannungen
Anregung der Blutzirkulation (dadurch Steigerung der Zellaktivität)
Entschlackung und Entgiftung
Aktivierung des Lymphsystems
Anregung des vegetativen Nervensystems
Harmonisierung von Körper, Seele und Geist

30 min 60 Fr
60 min 85 Fr
90 min 130 Fr



Kräuterstempelmassage

Die Kräuterstempelmassage beruht auf uralten Traditionen der ostasiatischen Massagekunst und stammt vermutlich aus Indien. Die ersten Formen dieser Massagetechnik erschienen vor über 2.000 Jahren.

Wirkung:

Lösen von Muskelverspannungen
Entspannende und stärkende Wirkung bei Stress
Linderung von Schmerzen im Rücken, Nacken oder Ischias
Linderung von rheumatischen Beschwerden und Gelenkproblemen
Erhöhung der Durchblutung und des Gewebestoffwechsels
Anregung der Hautzellenneubildung
Pflege der Haut

Pantai Luar Alpine (Grün)

Dieser kräftig Alpine Körperstempel wird in liebevoller Handarbeit gefertigt

Die Füllung besteht aus 100% aus Wirkstoffreichen heimischen Kräutern.

Geeignet für: Körperstempelmassage, bei rheumatischen Beschwerden, Verspannungen, Innerer Unruhe, Schlafstörungen.

Enthält: Salbei, Eibischwurzel, Schachtelhalm, Waldmeister, Pfefferminze, Rosmarin, Wacholder, Majoran, Thymian, Lavendel.

Wirkung glättend, wärmend, harmonisierend, spendet Feuchtigkeit



Pantai Luar Old India (Orange)

Dieser Exotisch Fruchtlige Körperstempel wird in liebevoller Handarbeit gefertigt.

Die Füllung Beste zu 100% aus Wirkstoffreichen Kräutern und Früchten, ohne Füllwatte oder andere Füllstoffe.

Geeignet für: Körperstempelmassage, bei rheumatischen Beschwerden, Verspannungen, Innerer Unruhe, Schlafstörungen.

Enthält: Zitronenschalen, Ingwer, Lemongras und Lavendel.

30 min 60 Fr
60 min 90 Fr
90 min 130 Fr



Bäder

Alpenheubad:

Wertvolles Therapieheu, eingehüllt in einem weichen Vliessack, durch den die Wirkstoffe des Heus während der Anwendung optimal entweichen können.

Enthält: Zerkleinertes, unbehandeltes Therapieheu

Wirkung: entspannend, entschlackend, entwässernd, schmerzlindernd, den Stoffwechsel anregend.

Anwendung: der Heusack wird gedämpft auf die zu behandelnde Körperstelle gelegt. Die Wirkstoffe des Heus entfalten sich und werden über die Haut aufgenommen.

Ca 30 min
1 Person 40 Fr
2 Personen 50 Fr

Bierbad:

Das Bierbad wurde im Mittelalter erfunden. Schon damals schätzten die Mönche die gesundheitsfördernden und hautpflegenden Eigenschaften von Hopfen und Malz. Heute liegt es wieder im Trend- allein der Name lässt Männerherzen höherschlagen. Macht Frauen natürlich genauso Spass

Enthält: Malz, Mandelöl, Urea Pura, Macadamianussöl und Ringelblumenextrakt

Wirkung: hautpflegende, hautbildverfeinernd, stimmungsaufhellend, gewebefestigend, zellaktivierend, entspannend, regt den Stoffwechsel an

Ca 30 min
1 Person 45 Fr inkl. ein Glas Bier
2 Personen 55 Fr inkl. 2 Gläser Bier



Moormilchbad mit Arnika und Ziegenbutter:

Drei wertvolle Naturprodukte in einem pflegenden Bad kombiniert. Ideal bei rheumatischen Beschwerden.

Enthält: feinst vermahlene Naturmoor und natürliches Moorwasser, Arnika, Ziegenbutter, wertvolle Mineralien, Spurenelemente und Vitamine

Wirkung: entzündungshemmend, muskelentspannend, schmerzlindernd, pflegend, rückfettend und antibakteriell. Regt das Immunsystem an.

Ca 30 min
1 Person 40 Fr
2 Personen 50 Fr



Bäder

Balance-Melisse Schaumöl Bad

Geeignet bei: Nervösen Beschwerden, Abgespanntheit und innerer Unausgeglichenheit. Am besten kurz vor dem Schlafengehen- für entspannte Nächte mit schönen Träumen.

Enthält: ätherisches Melissenöl

Wirkung: entspannend, schlaffördernd

Ca 30 min
1 Person 40 Fr
2 Personen 50 Fr



Relax- Lavendel Schaumöl Bad

Geeignet bei: Unruhe, Unausgeglichenheit, Schlafproblemen

Enthält: ätherisches Lavendelöl

Wirkung: beruhigend, ausgleichend, stimmungsaufhellend, entspannend

Ca 30 min
1 Person 40 Fr
2 Personen 50 Fr



Vitality-Arven Schaumöl Bad

Geeignet bei: Konzentrationsproblemen, geistiger Erschöpfung, Schlaflosigkeit

Enthält: ätherisches Arvenöl und Arvenlocken

Wirkung: entspannend, konzentrationsfördernd, schlaffördernd

Ca 30 min
1 Person 40 Fr
2 Personen 50 Fr

