

THAIURVEDA

UPANAHASVEDA

AYURVEDISCHE RÜCKEN UND WIRBELSÄULEN MASSAGE

Diese spezielle Massage hat eine besonders regenerierende und nährnde Wirkung auf den Rücken-, Becken-, Wirbelsäulen-, Schultern- und Nackenbereich. Die Stimulation der Marmas wirkt auf sämtliche Funktionsabläufe im Körper äußerst anregend.

POSITIVER EFFEKT:

- tiefe Entspannung
- stärkt Muskulatur und Gewebe
- löst Verspannungen im Schulter-Nackengebiet und Rücken

35 Minuten, 45 Euro.

45 Minuten, 54 Euro.

ABHYANGA

AYURVEDISCHE GANZKÖRPERMASSAGE – Abhyanga bedeutet „liebende Hände“

Diese sanfte Massage für Tiefenentspannung mit warmen und hochwertigen Kräuterölen hat eine entschlackende und nährnde Wirkung.

POSITIVER EFFEKT:

- Entgiftung / Detox
- beruhigt Nervensystem
- Straffung des Körpergewebes
- junge, weiche, geschmeidige Haut

75 Minuten, 79 Euro.

YOUR CHOICE

AYURVEDISCHE WUNSCH MASSAGE

Bei dieser Massage können mindestens zwei Teilbereiche nach Wunsch z. B. Rücken, Füße, Arme oder Kopf ausgewählt werden.

POSITIVER EFFEKT:

- wie bei Abhyanga

60 Minuten, 66 Euro.

THAI YOGA MASSAGE

MASSAGE MIT BEKLEIDUNG OHNE ÖL

Traditionelle Massage in bequemer Kleidung auf einer Futon-Matratze. Aktivierung von Energiefluss in den Energiebahnen durch die Tiefe des behutsamen Drucks und ruhigen sowie rhythmischen Bewegungen. Unter Einsatz von Körpergewicht mit Fingern, Handballen, Ellbogen, Knien und Füßen wird der Körper gedehnt und mobilisiert.

POSITIVER EFFEKT:

- Entspannung & Regeneration
- verbessertes Körperbewusstsein

60 Minuten, 63 Euro.

HEAVEN ON EARTH MASSAGE

AYURVEDISCHE KOPF- UND FUSS-MASSAGE

Bei dieser Massage werden zuerst Nacken, Kopf und Gesicht, sowie anschließend die Füße detailliert mit hochwertigen ayurvedischen Ölen massiert.

POSITIVER EFFEKT:

- Gut bei Kopfschmerzen / Migräne
- Optimal für Schwangere Frauen – Rückenlage

60 Minuten, 65 Euro.

Die Behandlungen beinhalten eine Nachruhe von ca. 5 Minuten.
Es massieren: Jara & Matthias mit Team.