

Schwereelos – Entspannende Rückenmassage (ca. 20 Minuten)

Eine wunderbare Lockerung von Rücken, Nacken und Gesäß.

Gedankenfrei – befreiende Massage für Schulter, Nacken und Gesicht (ca. 20 Minuten)

Bei dieser Massage werden Spannung und Schmerz durch sanfte Techniken gelöst und ausgeleitet.

Leichtigkeit – Schröpfmassage für Rücken, Schultern und Nacken (ca. 20 Minuten)

Eine intensive Massage, die nicht nur manuell, sondern auch mit Schröpfgläsern/Fasziencups ausgeführt wird. Verspannungen werden gelöst, die Durchblutung angeregt und Schlackenstoffe abtransportiert.

Erdung – Fußzonenbehandlung und -massage (ca. 40 Minuten)

Diese Reflexzonenbehandlung reguliert Organfunktionen und kann Schmerzen lindern. Die abschließende Massage von Füßen und Unterschenkel schenkt erdende Entspannung.

Ruhequelle – Anti-Stress-Massage für Rücken, Nacken und Gesicht (ca. 40 Minuten)

Mit sanften und ausstreichenden Techniken werden Spannungen und Stress effektiv ausgeleitet und ein Zustand tiefer Ruhe stellt sich ein.

Babyglück – spezielle Schwangeren-Massage (ca. 40 Minuten)

Eine Massage, die speziell auf die Bedürfnisse der „Mum-to-be“ abgestimmt ist. Mit sanften Griffen wird der Stoffwechsel stimuliert und die werdende Mama kann in dieser Me-Time bewusst Stress abbauen und entspannen.

ShenDo Shiatsu – tiefenentspannende Akupressur-Behandlung (ca. 40 Minuten)

Diese ausgleichende Energie-Massage in Form von sanftem Druck und achtsamen Berührungen wird bekleidet auf einer warmen Matte am Boden ausgeführt und führt zu einem Zustand tiefster Entspannung.

Craniosacrale Therapie – sanfte und lösende Behandlung des ganzen Körpers (ca. 40 Minuten)

Diese besonders sanfte Körperarbeit kann seelische und energetische Blockaden lösen, die Beweglichkeit verbessern und Schmerzen lindern.

Hot-Stone – Ganzkörpermassage mit heißen Steinen (ca. 60 Minuten)

Mit warmem Öl und echten hawaiianischen „heißen“ LavaSteinen wird der gesamte Körper massiert und gelangt so zu innerer Wärme und wunderbarer Entspannung.

Große Auszeit – ausgleichende Ganzkörpermassage (ca. 90 Minuten)

Diese lange Massage ist Balsam für Körper, Geist und Seele. Sie wählen zwischen einer klassischen ayurvedischen Abhyanga-Ganzkörpermassage oder einer hawaiianischen Lomi Lomi Massage, die mit einer Mischung von Massagegriffen und Streichbewegungen ausgeführt wird.