

ANWENDUNGEN & MASSAGEN

Mit Daniela Wagener, Andrea Habbel und Christiane Mladek stehen Ihnen drei ausgebildete Fachkräfte für Massagen, Anwendungen und Gymnastik zur Verfügung. Termine erhalten Sie an der Hotelrezeption.

SCHULTER-NACKEN-MASSAGE

- spezielle Behandlung der Schulter- und Nackenmuskulatur
 - Verspannungen werden gelöst, ein leichtes und befreites Gefühl stellt sich ein
- 15 Minuten 17,00 €

RÜCKEN-MASSAGE

- zur Lockerung und Entspannung der gesamten Rückenmuskulatur
 - gezielte Griffen und Knetungen lösen Verhärtungen und regen die Durchblutung der Muskulatur an
- 20 Minuten 22,00 €

KOMBINIERTER RÜCKEN-NACKEN-MASSAGE

- vom Schulter-Nacken-Bereich bis hinab zur Kreuzbein-Becken-Hüft-Region wird der gesamte Rücken behandelt
 - Verspannungen und Verhärtungen werden aufgespürt und mit gezielten Griffen gelockert
 - wohltuende Streichungen führen zu einem ausgeglichenem Muskeltonus
- 35 Minuten 37,00 €

GANZ-MASSAGE

- Arme, Beine und der Rücken (auf Wunsch auch Dekolleté und Bauch) werden mittels Streichungen und Knetungen gelockert
 - Durchblutung und Lymphaktivität werden angeregt
 - entspannende und wohltuende Wirkung
- 45 Minuten 45,00 €

SPORT-MASSAGE FÜR „MÜDE“ BEINE UND FÜSSE

- sorgt für eine bessere Regeneration der beanspruchten Muskulatur
 - wirkt dem „Muskelkater“, z.B. nach einer Wanderung oder Radtour, entgegen
- 30 Minuten 32,00 €

WELLNESS-MASSAGE MIT ÄTHERISCHEN ÖLEN

- sanfte, entspannende Massage des gesamten Körpers
 - regt den Stoffwechsel an und wirkt entschlackend
 - ätherische Öle verwöhnen Haut und Sinne und führen zu angenehmer Entspannung
- 60 Minuten 58,00 €



Ruhe genießen

FUSSREFLEXZONEN-MASSAGE MIT HOT STONES

- über die Reflexzonen der Füße wird der gesamte Körper behandelt
- wirkt ausgleichend und energetisierend auf das vegetative Nervensystem
- aktiviert die „Selbstheilungskräfte“
- wer gut darauf anspricht erlebt tiefe Entspannung und Ausgeglichenheit

45 Minuten 43,00 €

KOPF- UND GESICHTSMASSAGE

- entspannende Wohlfühlmassage für Kopf und Gesicht
- beruhigt Körper und Geist

15 Minuten 17,00 €

AROMATHERAPIE

- Sie wählen aus verschiedenen Aromaölen Ihren Lieblingsduft aus und genießen eine entspannende und ausgleichende Massage

Nacken: 15 Minuten 17,00 €

Rücken: 20 Minuten 22,00 €

Fuß: 30 Minuten 32,00 €



HONIG-ÖL-MASSAGE

- Rückenmassage mit Sauerländer Bienenhonig
- der Peeling-Effekt der Zuckerkrystalle in Verbindung mit Öl reinigt die Haut
- zusätzlich besitzt der Honig eine entgiftende und entschlackende Wirkung

30 Minuten 32,00 €

HONIG-ENTGIFTUNGS-MASSAGE

- Bienenhonig wird großzügig auf dem gesamten Rücken verteilt und tief in die Haut einmassiert; so können die heilenden Kräfte des Honigs auf den Körper wirken
- durch pumpende und klopfende Handgriffe werden im Gewebe festsitzende Schlackenstoffe und Gifte gelöst und durch die vermehrte Durchblutung abtransportiert
- über die Reflexzonen des Rückens kann die Honig-Entgiftungs-Massage auch auf die Körperorgane wirken

60 Minuten 58,00 €

KERZENWACHS-MASSAGE

- eine Wellness-Massage des ganzen Körpers mit warmem Kerzenwachs

45 Minuten 48,00 €

WOHLTUENDE ERGÄNZUNG ZU ALLEN MASSAGEN: Heupackung – ein heißes Dufterlebnis

Wir empfehlen sie Ihnen vorab oder im Nachgang zur Entspannung:

- echtes Bergwiesen-Heu wird im Säckchen erwärmt und unter die gewünschte Körperpartie gelegt
- warm eingepackt genießen Sie den angenehmen Duft des feuchten Heus
- die feuchte Wärme dringt tief ins Gewebe ein und sorgt für eine lokale Mehrdurchblutung und Entspannung der Muskulatur
- über die Haut und Atmung können die natürlichen Heilstoffe des Heus in den Körper gelangen
- beruhigende, entspannende und immunstimulierende Wirkung

20 Minuten 12,00 €

Wellnesspakete zum Verwöhnen

AROMAPAKET

- Aroma-Rücken-Massage, Fußreflexzonen-Massage und Heupackung

70 Minuten 69,00 €

ENTGIFTUNGSPAKET

- Honig-Öl-Massage, Fußreflexzonen-Massage und Heupackung

75 Minuten 76,00 €

ENTSPANNUNGSPAKET

- Wellness-Massage, Fußreflexzonen-Massage und Heupackung

90 Minuten 90,00 €

