# Wellness Anwendungen













# Ayurveda

eine seit 5000 Jahren bewährte Heilkunst aus der altindischen Hochkultur.

Ayurvedische Behandlungen steigern das Wohlbefinden, entgiften und reinigen den Körper.

Energetische Blockaden werden gelöst, Verspannungen gelockert.

Zudem werden die Selbstheilungskräfte aktiviert.

Avurvedische Kopf- und Gesichtsmassage (Mukabhyanga)

60 Min.	59€
30 Min.	29€
Ayurvedische Seidenhandschuhmassage (Garshan)	
Ayurvedische Bauchmassage (Nabhi)	
Ayurvedische Fußmassage (Padabhyanga)	
Ayurvedische Rückenmassage (Upanahasveda)	

Ayurvedische Ganzkörper Ol	lmassage (Abhyanga)	
120 Min.		116€

# Hot Stone Rücken-Nacken-Massage Ganzkörper Massage 30 Min. 29 € 60 Min. 59 €

Hot Bamboo Massage mit Activ-Mint-Fichte Massageöl
Rücken - Nacken - Massage Rücken - Nacken - Bein - Massage

RUCKETT-IVIASSAGE	
Rücken - Nacken - Bein - Massage	
30 Min.	29€
45 Min.	43€

# Reiki Nach Dr. Mikao Usui



Reiki ist eine uralte Heilmethode in der durch eine bestimmte Technik die Lebensenergie kanalisiert und verstärkt wird.

Durch das Auflegen der Hände auf dem Körper strömt dann die Energie in diese Bereiche ein.

Dadurch werden die Selbstheilungskräfte aktiviert, vorhandene Blockaden können gelöst werden und das Energiegleichgewicht wird wieder hergestellt.

Zudem wirkt eine Reiki-Behandlung sehr beruhigend und entspannend. (Diese Behandlung kann bekleidet stattfinden)

(Meine Ausbildung in Reiki umfasst den 1. und 2. Grad, sowie den Meistergrad)

60 Min.

59€

Ohrenkerzen Behandlung

Diese einzigartige Behandlungsmethode stammt von den Hopi-Indianern und ist hilfreich bei:

- Erkältung und Erkältungsfolgen
- Kopfschmerzen / Ohrenschmerzen
- Ohrdruck und Ohrgeräuschen
- nervöser Unruhe / Schlafstörungen
- Hyperaktivität und Burn out Syndrom **30 Min.**

27€





# Faszien Behandlung

Rücken Nacken Faszienmassage Fuß- & Waden Faszienmassage **30 Min.** 

29€

Verschiedene Faszien-Techniken ermöglichen eine intensieve Behandlung von faszialen Verklebungen. (Ein neues Gefühl von Beweglichkeit, Leichtigkeit und Stabilität entsteht.)

## Rücken Nacken Massagen

Rücken - Nacken - Massage

Rücken - Nacken - Massage mit Wärme

Rücken - Nacken - Deluxe

20 Min. 19 € 30 Min. 27 €

45 Min. 43 €

Kombination aus Ayurveda, Hot Stone, Massagestäben und Schröpftechnik. Löst tiefliegende Verspannungen, aktiviert die Selbstheilungskräfte

# Breuss Massage (mit warmen Johanisskrautöl)

Wird vorallem bei Bandscheiben - Beschwerden empfohlen 30 Min.

29€

# Paraffin Behandlung

Spendet trockener Haut Feuchtigkeit und macht Sie geschmeidig, schafft zugleich Abhilfe bei steifen Gelenken und Muskelmüdigkeit.

#### Anwendungsgebiete:

Arthritis, Rheuma, Entzündungen, Sportverletzungen, Gelenkversteifung, trockene und rissige Haut. Abgerundet wird diese Behandlung mit einer Hand bzw. Fußmassage mit naturreinem Pflegeöl.

Hände	30	Min.
Füße 3	ON	/lin.

25 € 28 €

## Fichtenzauber Behandlung

(Schaumpeeling + Ganzkörpermassage mit warmen Fichtenadelöl)

Das naturreine Fichtennadelöl lindert rheumatische Beschwerden, verbessert Beschwerden, verbessert die Atmung bei Asthma, Bronchitis, Husten... löst emotionale Blockaden

60 Min.

59€

# Genesungspacket

- Ganzkörpermassage mit warmen Eukalyptusöl, dazu Wärme am Rücken
- Ohrenkerzenbehandlung
- Warmes Fusssprudelbad mit Meersalz
- Einreibung der Füsse und Waden mit Activ-Kühlgel

90 Min.

85€

## Schröpfmassage

Rücken - Nacken - Faszien Massage

durch den entstehenden Unterdruck werden die Muskulatur und die Faszien gelockert und durchblutet.

20 Min.

19€

# gua Sha

Rücken - Nacken - Massage

Die chinesische Schabetechnik wirkt gegen Nackenleiden und Kopfschmerzen.

Zudem wird die Ausscheidung von Gift und Schlackenstoffen angeregt.

20 Min.

19€

## Klangschalen Massage

Eine Auszeit in Form einer Klangschalenmassage kann uns helfen in das Reich der inneren Mitte zurückzufinden

45 Min.

43€

### Kindermassage

Sanfte Rücken Massage für unsere Kleinen

20 Min.

16€

# Janzkörper Entspannungsmassagen

Arnikaöl - Massage (bei Muskel- und Gelenkschmerzen)
Aromaöl - Massage (versch. Aromaöle zur Auswahl)
Körperbutter - Massagen (Kokos, Kakao, Shea, Pfirsich und Ziegenbutter)
Bayerwald - Massage (Fichte, Birke, Wachholder, Rosmarin)
30 Min.
29 €
60 Min.

Basische Salz-Öl-Massage

(aus einer Kombination basischer Salze, pulverisierten Edelsteinen sowie hochwertigen Ölen erfolgt eine spezielle Massage um den Körper von überschüssigen Säuren und Giften zu befreien)

60 Min. 59 €

Aroma Candle Massage
(die geschmeidige Behandlung mit der warmen hautpflegenden Wachs-Komposition ist ein Erlebnis für Körper und Sinne)

59 €

Oxy 02 Regenerierende Körperbehandlung

Nach einer Energie - Bürsten - Massage des ganzen Körpers wird Mira Vera aufgesprüht und kann über die Haut einwirken. Dabei gelangt Sauerstoff über die Kapillaren in die Blutbahn.

Wirkt Regenerierent auf Haut und Gewebe.

Aktiviert den Zellstoffwechsel

Optimiert die Elastizität der Haut

Die anschließend durchgeführte Ganzkörpermassage mit wertvollen Naturölen förderd zusätzlich die Regeneration der Muskulatur.

60 Min.

59€

43€

Bürsten Massage (aktiviert die Durchblutung und den Lymphfluss, entfernt abgestorbene Hautschüppchen. Anschließend wird eine hochwertige Körperlotion eingearbeitet.)

45 Min.

一年 一	Fußreflexzonen Massage (nach Marquard) gestörte Energieabläufe werden behoben, verbessert die Organfunktion 45 Min.	43€
	Vitalmassage Rückenmassage in Kombination mit Fußreflexzonenmassage 45 Min.	43€
	Anti Stress Massage Kopf, Nacken, Gesicht, Schulter, Dekollet'e 30 Min.	29€
年 利 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	Kopf Shiatsu Japanische Fingerdruckmassage zur Entspannung bei Kopfschmerzen, Migräne oder Kiefergelenkverspannungen 25 Min.	23€
	Kopf - Nacken - Schultermassage Mit einem Tiefen und Wärmewirksamen Öl werden Kopf, Nacken und Schulterbereich mit speziellen Griffen behandelt 25 Min.	23€
	Honigmassage Wirkt entschlackend, löst fasziale Verklebung 30 Min.	29€
	Seifenschaum ganzkörperpeeling Entfernt abgestorbene Hautschüppchen, für seidenglatte und samtweiche Haut 25 Min.	23€
	Anti Cellulite Massage (Schwerpunkt: Bein, Hüfte, Po) Versch. Massagetechniken binden tiefliegende Schlacken die sich im Gewebe festgesetzt haben. Anschließend wird eine hocheffektive Anti Cellulite Creme eingearbeitet 30 Min.	29€
	- Beinmassage - Fuß-Waden-Massage mit Activ Kühl Gel (wirkt schmerzlindern und durchblutungsfördernd)	

23€

je 25 Min.



Besuchen Sie uns bitte an der Rezeption um einen Termin für eine Wellnessbehandlung zu buchen.



Andrea Stiller
Landgasthof Hubertus
Loderbauerweg 2
949.58 Frauenau