

## Abhyanga- Ayurvedische Ganzkörpermassage



Die ayurvedische Ölmassage ist eine der ältesten Behandlungsformen des Ayurveda und dient der Harmonisierung der Körperenergien und Ausscheidung von Gewebeschlacken. Die Ganzkörpermassage besteht in einem Zusammenspiel von Händen, Öl und Körper und vermittelt in dieser Harmonie eine Ganzkörperbehandlung, die ausgleichend und stress

reduzierend wirkt.

In der sanften Arbeit mit den Händen werden Sie einen neuen und intensiven Bezug zum menschlichen Körper entwickeln.

## Hot Stone Massage



Nicht nur Stars wie Naomi Campell und Mel Gibson schwören darauf.

Die Hot Stone-Therapie, eine außergewöhnliche Massage mit warmen Steinen, hat uralte Wurzeln. In China machten bereits 2000 Jahre vor Christus heiße Steine müde Muskeln wieder fit.

Steine werden hierzu in einem Wasserbad auf ca.

60° erwärmt,

anschließend auf die Energiezentren (Chakren) des Körpers gelegt

- auf Bauch, Stirn, Hände und auch zwischen die Zehen

Durch die Wärme werden die Poren des Körpers geöffnet, die Muskulatur entspannt und die Selbstheilkräfte werden aktiviert.

## TaoZi Massage mit heißen Kräuterstempeln



Pflegende Öle sowie reinigende Kräuter sorgen für eine Regeneration des Körpers und intensivste Reinigung und Pflege der Haut.

Die heißen Kräuterstempel bewirken eine Lockerung der Muskelverspannung.

Sie fühlen sich danach wie neugeboren.

## Energetische Aroma Massage



Wohlbefinden, Entspannung pur und innere Harmonie durch Aroma Massagetherapie, individuell auf den Wunsch des Einzelnen abgestimmt. Ein hohes Maß an Therapeutischer Qualität.

## Lomi Lomi Nui – Hawaiïanische Massage



Die „Königin der Massagen“ so wir diese Mischung aus Ritual, Tanz und Körperarbeit, die von den Weisen Kahunas auf Hawai im Tempel praktiziert wurde, auch genannt.

Das Wort Lomi bedeutet „drücken, reiben, Kneten“, aber auch „mit den sanften Pfoten einer

zufriedenen Katze berühren“

und bezeichnete eine Art von Massage, die intensives Wohlbefinden vermittelt.

Warmes, duftendes Öl, ausstreichende und somit harmonisierende Streichbewegungen mit den Händen und Unterarmen, sowie Lockerung der Gelenke zeichnen diese wohltuende Massagetechnik aus.

Klänge der Südsee begleiten Sie.

ALOHA!