



# Holistische Massagen & Therapien

## **Moving Mountains Massage**

### **Ankommen im Hier und Jetzt**

Ganzkörper-Tiefengewebsmassage mit Warm- und Kaltsteintherapie entspannt müde Muskeln und Gelenke, speziell die Beine und Füsse.

---

**60 min plus 15 min Einführung/CHF 240**

---

## **Aromaölmassage**

### **Zeit, um den Kopf abzuschalten**

Ganzheitliche Massage mit den besten ätherischen Ölen aus der Schweiz - belebend, entspannend oder entgiftend.

---

**50 min plus 10 min Einführung/CHF 190**

---

## **Klangschalenmassage**

### **Im Einklang mit Körper, Raum und Zeit**

Bringen Sie Körper, Geist und Seele mit einer ganzheitlichen Klangschalenmassage ins Gleichgewicht. Der Klang und die Schwingungen der Klangschalen bewirken eine tiefe Entspannung in allen Bereichen Ihres Körpers.

---

**50 min plus 10 min Einführung/CHF 190**

---

## **Schweizer Arvenmassage**

### **Herz und Kreislauf vitalisieren**

Arvenöl und Massagestäbe aus Arvenholz unterstützen die Entspannung und lösen Blockaden, damit Sie sich wieder mit dem eigenen Selbst verbinden können.

---

**50 min plus 10 min Einführung/CHF 210**

---

## **Schweizer Bergkräuter-Stempelmassage**

### **Innere Balance finden**

Mit feinsten Schweizer Bergkräutern die Sinne verwöhnen. Erwärmte Kräuterstempel versorgen die Haut während sanft, kreisender Massage-Bewegungen mit Nährstoffen.

---

**60 min plus 15 min Einführung/CHF 240**

---

A close-up, high-angle photograph of water cascading over a dark, textured rock surface. The water is captured in motion, creating a complex pattern of white foam and dark shadows. The background is a soft, out-of-focus landscape with a hazy sky.

# Belebende & aktivierende Massagen



## **Fully Individual Massage**

### **Loslassen und abgeben**

Eine auf die individuellen Bedürfnisse zugeschnittene Massage mit der perfekten Mischung aus ätherischen Ölen.

---

**50 min plus 10 min Einführung/CHF 190**

**Auch als Partnermassage buchbar: 50 min/CHF 370**

---

## **Kopf- & Nackenmassage**

### **Klare Gedanken**

Beruhigende Atemübungen entspannen den Geist. Die Kopf-, Nacken- und Gesichtsmassage zielt auf Akupressurpunkte ab, damit die Lympflüssigkeit im Gesicht abfließt.

---

**25 min plus 10 min Einführung/CHF 110**

**50 min plus 10 min Einführung/CHF 190**

---

## **Fussreflexzonenmassage**

### **Aktivierung der Selbstheilungskräfte**

Anregung des Stoffwechsels durch die Stimulierung der Reflexzonen- und Marmpunkte an den Füßen sowie der Energielinien, die durch den Körper fließen. Positive Auswirkung auf alle Lebensfunktionen.

---

**25 min plus 10 min Einführung/CHF 110**

**50 min plus 10 min Einführung/CHF 190**

---

## **Sport Massage**

### **Lockerung beanspruchter Muskeln**

Lösen von Muskelverspannungen durch sanften Druck auf die Muskelschichten, um Entzündungen zu verringern, die Durchblutung zu fördern und die Beweglichkeit zu fördern.

---

**50 min plus 10 min Einführung/CHF 190**

---

## **Physiotherapie**

### **Den Körper tiefwirkend optimieren**

Unsere hochprofessionellen Physiotherapeuten bieten eine individuell abgestimmte Therapie.

---

**50 min plus 10 min Anamnese/CHF 240**

---



# Detox- Körperbehandlungen



# Hydrotherapie-Bäder

Zur körperlichen Entlastung sowie zur Prävention: Die Hydrobäder mit Produkten der Marke Methode Physiodermie verhelfen dem Körper bei Ermüdung und Trägheit durch stimulierende Düfte wieder zu mehr Vitalität und Beweglichkeit.





## **Belebendes Hydrobad**

### **Gegen Ermüdung & Muskelkater**

Entspannende und beruhigende Düfte gegen Muskelermüdung und zum Abbau von stressbedingten Ermüdungserscheinungen.

## **Straffendes Hydrobad**

### **Reduzierung von Cellulite**

Tonifizierende und stark stimulierende Düfte, die die Epidermis weich und geschmeidig machen.

**Tipp:** Kombinieren Sie das Bad mit einem Körperpeeling und einer Lymphdrainage.

## **Revitalisierendes Hydrobad**

Hilft, das Gefühl von Müdigkeit und Schwere in den Beinen zu lindern.

**Tipp:** Trinken Sie viel Wasser, um den Kreislauf zu unterstützen und bewegen Sie Ihre Zehen, um den Blutfluss anzuregen.

## **Ausgleichendes Hydrobad**

Entfernt Unreinheiten für ein gesünderes Aussehen, hinterlässt ein frisches und reines Körpergefühl, unterstützt das Gewichtsmanagement.

---

**jeweils 20 min plus 10 min Einführung/CHF 75**

---

## **Schweizer Salz-Körperpeeling**

### **Reinigung der Poren**

Tief reinigendes Peeling mit natürlichem Schweizer Salz, das abgestorbene Hautzellen entfernt und ein hydratisiertes, samtweiches Hautgefühl hinterlässt.

**Tipp:** Kombinieren Sie das Körperpeeling mit einer vorherigen Kräuterstempelmassage oder einer Aromaölmassage für ein samtweiches Hautgefühl.

---

**30 min/CHF 90**

---

## **Lymphdrainage**

### **Aktivierung des Lymphsystems**

Belebende, manuelle Therapie, die beruhigende und rhythmische Massagetechniken kombiniert, um das Lymphsystem zu stimulieren und Hautspannungen zu reduzieren. Special Touch: Am Ende der Behandlung wird ein entgiftender Kräutertee serviert.

---

**50 min plus 10 min Einführung/CHF 190**

---

## **Physioslim Detox-Behandlung**

### **Aktivierung des Stoffwechsels**

Eine an Ihre Morphologie angepasste Schlankheits- und Anti-Cellulite-Behandlung, um die Figur neu zu definieren - inkl. Derma-Scan, manueller Bauchbehandlung und Bodystyling mit dem Body Ballancer®.

---

**60 min/CHF 210**

---

## **Full Body Renew Ballancer®**

### **Entgiftung des Körpers und Aktivierung der Energie**

Das Programm Full Body Renew Ballancer® beginnt mit einem Derma-Scan zur Analyse Ihrer morphologischen Veranlagung, gefolgt von einer manuellen Bauchbehandlung. Wir beleben die Energiepunkte des Körpers, um das Verdauungssystem zu stimulieren und den Körper bei der Ausscheidung von Giftstoffen zu unterstützen. Eine anschließende Body Ballancer® Lymphmassage mit innovativer und patentierter Kompressionstechnologie beschleunigt den Abtransport von überschüssiger Flüssigkeit über das Lymphsystem.

Der Body Ballancer® reduziert das Volumen in Bereichen, die von übermässigen Wassereinlagerungen betroffen sind.

**Tipp:** Das Programm Full Body Renew Ballancer® bietet sich aufgrund seiner entgiftenden Wirkung optimal für nach dem Saunagang an.

---

**120 min/CHF 320**

---