



Ayurveda

Eine besondere Form der ganzheitlichen Lebensphilosophie



Eine Jahrtausend alte Heilkunst und Lebensphilosophie mit Ursprung in Indien.
Ayurveda versteht den Menschen als Einheit von Körper und Geist.

Ayurveda

Eine besondere Form der ganzheitlichen Lebensphilosophie

Abhyanga – der ganze Körper

Eine Ganzkörpermassage mit kostbaren, wohlrig duftenden Ölen. Sie können sich fallen lassen und entspannen, sie kräftigt und reinigt den Körper und festigt das Gewebe.

CHF 180.– 75 Minuten

Upanahsveda – leichter Rücken

Die ayurvedische Rückenmassage ist eine kräftige Massage, bei der die Muskeln von der Hüfte bis zum Scheitel gelockert und Blockaden gelöst werden.

CHF 150.– 50 Minuten

Mukabhyanga – tiefe Geborgenheit

Ein tiefes Gefühl der Geborgenheit breitet sich bei dieser Massage von Gesicht und Kopf über Schultern und Nacken aus. Es beinhaltet eine Gesichtspackung mit natürlichen Ingredienzen.

CHF 140.– 50 Minuten

Padabhyanga – fest auf der Erde

Bei dieser Fuss-Bein-Behandlung werden die Vitalpunkte, die sogenannten Marmapunkte aktiviert. Die Lebensenergie kann freier fließen.

CHF 140.– 50 Minuten

Kizhi

Die ayurvedische Kräuterstempelmassage bei der Körper, Geist und Seele gereinigt und verjüngt werden. Kizhi ist eine Ganzkörpermassage und wirkt unterstützend bei Problemen wie Arthritis, Gelenk- und Muskelschmerzen.

CHF 180.– 60 Minuten