



Traditional Thai Massage:

Franken

60 / 90 Minuten

70.- / 100.-

Die traditionelle Thaimassage ist eine Behandlung zur Reduzierung von Stress, Rückenschmerzen, Schulter- und Nackenverspannungen. Sie hilft den Energiefluss des Körpers zu erhalten und wiederherzustellen. Durch rhythmische Druckanwendung und leichte Dehnung werden die Energiebahnen und Energiepunkte bearbeitet. Dadurch erreichen Sie eine verbesserte Durchblutung, bessere Organfunktionen und ein gesteigertes Wohlbefinden.

Kopf-, Nacken-, Rücken-, Schultermassage / Office-Syndrom:

60 / 90 Minuten

70.- / 100.-

Die „Office-Syndrom Massage“ ist eine spezialisierte Behandlung zur Linderung von Verspannungen in Nacken, Schultern und Rücken, die durch langes Sitzen am Schreibtisch entstehen. Sie löst Schmerzen durch gezielte Techniken wie Kneten und Streichen. Diese Massagen fördern die Durchblutung, reduzieren Stress und beugen Nackenstarre sowie „Maus-Arme“ vor.

Traditionelle Thai Kräuterstempel Massage: 90 Minuten 120.-

Die Thai Kräuterstempelmassage ist eine traditionelle thailändische Ganzkörpermassage, die erhitzte, mit Kräutern gefüllte Stoffbeutel nutzt. Durch wohltuende Wärme, ätherische Düfte und gezielte Drucktechniken entspannt sie tief sitzende Muskelverspannungen, fördert die Durchblutung, wirkt entgiftend und pflegt die Haut.



Aromaöl:

Franken

60 / 90 Minuten

95.- / 125.-

Eine Aromaölmassage ist eine sanfte Ganzkörpermassage, die ätherische Öle mit entspannenden Massagetechniken wie Kneten und Streichen verbindet. Sie dient der tiefen Entspannung, löst Verspannungen, steigert das Wohlbefinden und pflegt die Haut.

Deep Tissue / Sport Massage: 60 / 90 Minuten 105.- / 135.-

Die Sportmassage ist eine intensive, tiefgehende Form der Massage, die speziell für Sportler (Freizeit- bis Profiniveau) entwickelt wurde. Sie nutzt kräftige Griffe wie Kneten, Reiben und Klopfen, um Muskelverspannungen zu lösen, die Durchblutung zu steigern, die Regeneration zu fördern und Verletzungen vorzubeugen.

Thas einzigartige Sarika Wood Massage:

90 / 120 Minuten

150.- / 185.-

Die Mai Kod Ku Sarika Stick Treatment ist eine Kombination alter, therapeutischer Holzstab- Triggerpunkt- Massagemethoden aus Thailand, die von nur sehr wenigen Lehrern gelehrt wird und ein grosses Ansehen genießt. Durch die zusätzliche Verwendung des Sarika-Holzstabes können gezielt die schmerzausstrahlenden, myofaszialen Triggerpunkte behandelt und aufgelöst werden. Speziell wenn Sie seit längerer Zeit und an den gleichen oder wiederkehrenden Schmerzen leiden, ist dies eine geeignete Massage um den Schmerzkreislauf zu unterbrechen. Die Auflösung der Triggerpunkte kann vorübergehend schmerzhaft sein, bringt aber langfristig oft das gewünschte Ergebnis. Sehr geeignet bei starken, chronischen Schmerzen und Blockaden.



Lymphdrainage Massage

Franken

60 Minuten

120.-

Geniessen Sie die wohltuende Wirkung einer kombinierten Bürsten- und Lymphdrainagemassage. Der mechanische, sanfte Hautreiz aktiviert den Lymph- und Blutkreislauf. Dadurch werden Ansammlungen von Lymphflüssigkeit, Schlacken und Giftstoffen aus dem Gewebe abtransportiert.

Kopfmassage:

60 Minuten

65.-

Eine Kopfmassage ist eine entspannende Technik, bei der Kopfhaut, Nacken und Schläfen durch sanftes Kneten, Kreisen und Streichen mit den Fingerkuppen stimuliert werden. Sie fördert die Durchblutung, löst Spannungen, lindert Kopfschmerzen und steigert das Wohlbefinden. Wird mit warmem Öl durchgeführt.

Handmassage:

60 Minuten

65.-

Eine Handmassage ist eine entspannende Anwendung, die durch sanftes Kneten, Streichen und Druckpunkte Verspannungen in Fingern, Handrücken und Handflächen löst. Sie fördert die Durchblutung, wirkt beruhigend, verbessert die Beweglichkeit und pflegt die Haut. Der Ablauf beinhaltet meist Ölen, Ausstreichen, Finger-Massage und abschliessende Entspannung.



Fussbad:

Franken

20 Minuten

20.-

Ein Fussbad ist eine entspannende oder therapeutische Wasseranwendung (Hydrotherapie), bei der die Füsse in 36-39°C warmem oder kaltem Wasser gebadet werden. Es dient der Reinigung, Durchblutungsförderung, Entspannung und Linderung von Beschwerden wie Erkältungen, Schweissfüssen oder Schlaflosigkeit. Ein Bad dauert meist 5-20 Minuten, oft ergänzt durch Zusätze wie Salz oder ätherische Öle.

