

ALTE PFLEGEHEIMNISSE, NEU ENTDECKT

Ayurveda lehrt, das Tor zum Ursprung des Lebens zu finden und ist damit die Quelle aller Ordnung, Schönheit und Harmonie. Von diesem indischen Gedankengut inspiriert, haben wir Ayurveda auf die Bedürfnisse der westlichen Haut abgestimmt. Besonders beliebt sind wohltuende Ganzkörpermassagen. Dabei werden Sie von Kopf bis Fuß mit heilsamen Pflanzenölen „gesalbt“. Diese führen Sie in eine tiefe Entspannung, fördern die Entschlackung und stärken das Nervensystem.

Die 3 Konstitutionstypen im Ayurveda

KAPHA (Erde und Wasser) repräsentiert den Körperbau, Abwehrkräfte, geistige Stabilität. Seine Eigenschaften sind langsam, schwer, ölig, fest.

PITTA (Feuer und Wasser) steht für Verdauung, Wärmehaushalt, Stoffwechsel, Emotionen, Ausstrahlung. Seine Eigenschaften sind heiß, feurig, subtil.

VATA (Luft und Raum) symbolisiert Bewegung, Transport von Körperstoffen, Ausscheidungsprozesse, Nervensystem, Aktivität. Seine Eigenschaften sind schnell, luftig, trocken, fein, rau.

Abhyanga

Wörtlich „Salbung mit heilsamen Pflanzenölen“. Sie lindert schmerzvolle Verspannungen und Stress, fördert den Schlaf, reinigt und nährt Haut und Gewebe, stärkt das Immunsystem und verjüngt somit den gesamten Organismus.

80 min. Entspannung inkl. Nachruhen € 107

Mukabhyanga

Puren entspannenden Genuss bietet diese Massage der Kopf-, Gesichts-, Hals- und Nackenpartien, speziell auch dank des verwendeten Öles.

ca. 25 min. Verwöhnzeit € 45

Garshan

Sanft anregende, den Stoffwechsel und das Lymphsystem aktivierende Massage mit naturbelassenen Rohseidehandschuhen. Belebend und erfrischend wird hier die Haut regelrecht zart poliert und die elektrostatische Aufladung des Körpers durch die Rohseide neutralisiert, dadurch wird ein beruhigender und leicht entschlackender Effekt erzielt. Sehr vor jeder weiteren Ayurveda-Massage zu empfehlen.

ca. 25 min. Verwöhnzeit € 38

Shiro Dhara – königlicher Stirnölguss

Als „Dhara“ bezeichnet man wohltuende Güsse, die konzentriert auf bestimmte Energiezentren gerichtet werden. Shiro Dhara – der Stirnguß mit ca. 1,5 l warmem Sesamöl, das wohltemperiert im gleichmäßigen Strahl über die Stirn fließt, zählt zu den anspruchsvollsten, aber auch wirkungsvollsten Behandlungen. Für viele ist der „Dhara“ ein ganz besonderes Erlebnis innerer Ruhe und Harmonie. Sie werden von einem meditativen Umfeld begleitet und erfahren so absolute Entspannung, körperliche Reinigung und geistige Erneuerung. Verspannungen der Kopfhaut, Stress und Nervosität lösen sich in Nichts auf! Einmal probieren und Sie sind begeistert.

ca. 50 min. Verwöhnzeit inkl. Nachruhen € 84

Ayurasan – Schönheit und Wohlbefinden für Ihr Gesicht

Westliches Behandlungs-Knowhow und ayurvedisches Wissen vereinen sich zu dieser höchst entspannenden und harmonisierenden Gesichtsbehandlung. Durch die Gesichts-Spezialmassage wird die Entschlackung gefördert. Über spezielle Marma-Punkte werden nun wichtige Bioenergien stimuliert und harmonisiert. Wertvolle Pflanzenstoffe sorgen für ein pralles, zartes Hautbild.

Ayurasan Gesicht ca. 60 min. Traumzeit € 74

