

# SeelenZeit

## **Ayurveda** – das Wissen über ein langes und gesundes Leben

*Sarah Grossmann*  
Ayurveda-Therapeutin

### **Abhyanga**

Mit viel Aufmerksamkeit und Ruhe werden Sie von Kopf bis Fuß verwöhnt.

Warme Öl-Güsse umhüllen den Körper, die massierenden Hände tauchen ein und tragen Sie in einem Gefühl von Entspannung und Gelöstheit.

Es ist schön, den eigenen Körper wieder bewusst wahrzunehmen und zu spüren wie sich die Verspannungen lösen. Diese Massage befreit, gibt Kraft, entschlackt und stärkt Ihr Gewebe...

90 Verwöhnminuten € 119,00

### **Art Reum** – Schulter-Nacken-Massage

Durch die gezielte Behandlung des Schulter-Nacken Bereiches können tiefliegende muskuläre und seelische Verspannungen gelöst werden.

50 Verwöhnminuten € 69,00

### **Upanah** – Rückenmassage

Mit warmen Kräuterölen und speziellen Massagegriffen werden Verspannungen im Rücken effektiv gelöst. Bei Rückenbeschwerden empfehlenswert und erleichternd.

60 Verwöhnminuten € 79,00

### **Pinda Sweda** – Kräuterstempelmassage für den Rücken

Eine hilfreiche Anwendung bei Verspannungen, Bandscheibenproblemen und Arthrose.

60 Verwöhnminuten € 89,00

---

Bitte reservieren Sie rechtzeitig Ihren Wunschtermin.

\*Änderungen der „SeelenZeit“ sind vorbehalten

# SeelenZeit

## Ayurveda – das Wissen über ein langes und gesundes Leben

*Sarah Grossmann*  
Ayurveda-Therapeutin

### **Da wo's weh tut...**

Eine individuell auf Sie abgestimmte Spezialbehandlung für Ihren schmerzenden Rücken.

30 Verwöhnminuten € 48,00

### **Padabhyanga – Fuß- und Beinmassage**

Eine wohltuende und sehr entspannende Ölmassage, von den Zehen bis zum Oberschenkel. Über die Fußreflexzonen wird der gesamte Körper erreicht und kommt so zur Ruhe. Diese Massage ist bei körperlicher Erschöpfung und Schlafstörungen, sowie Kopfschmerzen und Nervosität besonders empfehlenswert.

60 Verwöhnminuten € 79,00

### **Udarabhyanga – Bauchmassage**

Ihr gesamter Bauchraum wird von Blockaden, Verkrampfungen und gestauten Energien befreit und lässt Sie Gedanken und Gefühle besser verdauen.

45 Verwöhnminuten € 69,00

### **Mukabhyanga – Kopf und Gesichtsmassage**

Mit besonderen Ölen und zarten Berührungen werden Gesicht, Kopf, Nacken und Schultern verwöhnt. Diese wunderschöne Massage löst Verspannungen und seelischen Kummer und hat eine große Wirkung auf Ihre Ausstrahlung.

45 Verwöhnminuten € 64,00

Die **Mukabhyanga** kann auch mit einem kleinen Stirnölguss und einer Ohrenbehandlung kombiniert werden.

65 Verwöhnminuten € 94,00

---

Bitte reservieren Sie rechtzeitig Ihren Wunschtermin.

\*Änderungen der „SeelenZeit“ sind vorbehalten