

Massagen/Anwendungen

Massagen	Dauer*	Kosten
Abhyanga Ayurvedische Ganzkörperölmassage	ca. 80 Minuten	87,-- €
Padabhyanga Ayurvedische Fußmassage	ca. 60 Minuten	61,-- €
Mukabhyanga Ayurvedische Gesichtsmassage incl. Schulter- und Nackenbereich	ca. 45 Minuten	52,-- €
Mukabhyanga mit Mini-Shirodara Ayurvedische Gesichtsmassage	ca. 45 Minuten	57,-- €
Prishtabhyanga Ayurvedische Rückenmassage	ca. 45 Minuten	55,-- €
Upanaha Sveda Ayurvedische Rückenmassage mit Kräuterauflage	ca. 80 Minuten	80,-- €
Synchronmassage Ayurvedische Ganzkörperölmassage von zwei Therapeutinnen	ca. 60 Minuten	110,-- €
Individuelle Massage/Anwendung Auf den momentanen Zustand abgestimmte Anwendung mit mediziniertem Kräuteröl	ca. 60 Minuten	71,-- €
Garshan Ayurvedische Ganzkörpermassage mit Rohseidenhandschuhen	ca. 45 Minuten	54,-- €
Svedana Dampfbad im Anschluss an eine Massage		8,-- €

* Die angegebenen Zeiten geben die reine Anwendungsdauer an.

Für Ihre Zeitplanung: Die Gesamtaufenthaltszeit verlängert sich um ca. 30 bis 45 Minuten und beinhaltet ein Vor- und Nachgespräch, Nachruhezeit, Tee sowie evtl. Duschen.

Beratungsgespräche

Ernährungs- und Gesundheitsberatung	Dauer	Kosten
Erstberatungsgespräch mit Konstitutionsbestimmung und grundlegenden Empfehlungen	ca. 1 1/4 Stunde	50,-- €
Vertiefende Ernährungs- und Gesundheitsberatung mit Konstitutionsbestimmung, Ernährungsplan und Rezeptvorschlägen	ca. 2 Stunden	100,-- €

Stand: Januar 2016