



JANUAR	FEBRUAR	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DEZEMBER
01 DO Neujahr	01 SO	01 SO	01 MI	01 FR Tag der Arbeit	01 MO Intern. Kindertag 23	01 MI	01 SA	01 DI	01 DO	01 SO Allerheiligen	01 DI
02 FR	02 MO 06	02 MO 10	02 DO	02 SA	02 DI	02 DO	02 SO	02 MI	02 FR	02 MO 45	02 MI
03 SA	03 DI	03 DI	03 FR Karfreitag	03 SO	03 MI	03 FR	03 MO 32	03 DO	03 SA Tag d. Deutschen Einheit	03 DI	03 DO
04 SO	04 MI	04 MI	04 SA	04 MO 19	04 DO Fronleichnam	04 SA	04 DI	04 FR	04 SO	04 MI	04 FR
05 MO 02	05 DO	05 DO	05 SO Ostersonntag	05 DI	05 FR	05 SO	05 MI	05 SA	05 MO 41	05 DO	05 SA
06 DI Heilige Drei Könige	06 FR	06 FR	06 MO Ostermontag 15	06 MI	06 SA	06 MO 28	06 DO	06 SO	06 DI	06 FR	06 SO Nikolaus
07 MI	07 SA	07 SA	07 DI	07 DO	07 SO	07 DI	07 FR	07 MO 37	07 MI	07 SA	07 MO 50
08 DO	08 SO	08 SO Intern. Frauentag	08 MI	08 FR	08 MO 24	08 MI	08 SA	08 DI	08 DO	08 SO	08 DI
09 FR	09 MO 07	09 MO 11	09 DO	09 SA	09 DI	09 DO	09 SO	09 MI	09 FR	09 MO 46	09 MI
10 SA	10 DI	10 DI	10 FR	10 SO	10 MI	10 FR	10 MO 33	10 DO	10 SA	10 DI	10 DO
11 SO	11 MI	11 MI	11 SA	11 MO 20	11 DO	11 SA	11 DI	11 FR	11 SO	11 MI	11 FR
12 MO 03	12 DO	12 DO	12 SO	12 DI	12 FR	12 SO	12 MI	12 SA	12 MO 42	12 DO	12 SA
13 DI	13 FR	13 FR	13 MO 16	13 MI	13 SA	13 MO 29	13 DO	13 SO	13 DI	13 FR	13 SO
14 MI	14 SA Valentinstag	14 SA	14 DI	14 DO Christi Himmelfahrt	14 SO	14 DI	14 FR	14 MO 38	14 MI	14 SA	14 MO 51
15 DO	15 SO	15 SO	15 MI	15 FR	15 MO 25	15 MI	15 SA Mariä Himmelfahrt	15 DI	15 DO	15 SO	15 DI
16 FR	16 MO Rosenmontag 08	16 MO 12	16 DO	16 SA	16 DI	16 DO	16 SO	16 MI	16 FR	16 MO 47	16 MI
17 SA	17 DI Faschingsdienstag	17 DI	17 FR	17 SO	17 MI	17 FR	17 MO 34	17 DO	17 SA	17 DI	17 DO
18 SO	18 MI Aschermittwoch	18 MI	18 SA	18 MO 21	18 DO	18 SA	18 DI	18 FR	18 SO	18 MI Buß- und Betttag	18 FR
19 MO 04	19 DO	19 DO	19 SO	19 DI	19 FR	19 SO	19 MI	19 SA	19 MO 43	19 DO	19 SA
20 DI	20 FR	20 FR	20 MO 17	20 MI	20 SA	20 MO 30	20 DO	20 SO	20 DI	20 FR	20 SO
21 MI	21 SA	21 SA	21 DI	21 DO	21 SO	21 DI	21 FR	21 MO 39	21 MI	21 SA	21 MO 52
22 DO	22 SO	22 SO	22 MI	22 FR	22 MO 26	22 MI	22 SA	22 DI	22 DO	22 SO	22 DI
23 FR	23 MO 09	23 MO 13	23 DO	23 SA	23 DI	23 DO	23 SO	23 MI	23 FR	23 MO 48	23 MI
24 SA	24 DI	24 DI	24 FR	24 SO Pfingstsonntag	24 MI	24 FR	24 MO 35	24 DO	24 SA	24 DI	24 DO Heiligabend
25 SO	25 MI	25 MI	25 SA	25 MO Pfingstmontag 22	25 DO	25 SA	25 DI	25 FR	25 SO	25 MI	25 FR 1. Weihnachtstag
26 MO 05	26 DO	26 DO	26 SO	26 DI	26 FR	26 SO	26 MI	26 SA	26 MO 44	26 DO	26 SA 2. Weihnachtstag
27 DI	27 FR	27 FR	27 MO 18	27 MI	27 SA	27 MO 31	27 DO	27 SO	27 DI	27 FR	27 SO
28 MI	28 SA	28 SA	28 DI	28 DO	28 SO	28 DI	28 FR	28 MO 40	28 MI	28 SA	28 MO 53
29 DO		29 SO Beginn Sommerzeit	29 MI	29 FR	29 MO 27	29 MI	29 SA	29 DI	29 DO	29 SO	29 DI
30 FR		30 MO 14	30 DO	30 SA	30 DI	30 DO	30 SO	30 MI	30 FR	30 MO 49	30 MI
31 SA		31 DI		31 SO		31 FR	31 MO 36		31 SA Reformationstag		31 DO Silvester



UNSERE MASSAGEN

TRADITIONELLE MASSAGE

Die Traditionelle Thai-Massage blickt auf eine über 2500 Jahre alte Tradition zurück, die ihren Ursprung in Nordindien hat. Sie geht davon aus, dass im Körper Energiebahnen verlaufen, von denen zehn Hauptbahnen (Sen) von besonderer Bedeutung sind.

Bei der Traditionellen Thai-Massage steht nicht allein die Entspannung der Muskeln im Vordergrund, sondern die Bearbeitung des Energiekörpers. Wichtige Akupressurpunkte, die in die Heilbehandlung einbezogen werden, aktivieren die Lebensenergie.

Darüber hinaus werden durch Dehnungs- und Strecktechniken am gesamten Muskelapparat die lokale Durchblutung der Haut, des Bindegewebes und der Muskulatur angeregt. Dies führt zum Abbau von Verspannungen und Verhärtungen, zur Lockerung des gesamten Bewegungsapparates sowie zur Anregung von Kreislauf und Stoffwechsel.

Ihre zentrale Wirkung entfaltet die Traditionelle Thai-Massage auf der geistig-seelischen Ebene, was zu innerer Ausgeglichenheit, Regeneration und Harmonisierung führt. Ein äußerst angenehmer Entspannungszustand wird erreicht.

FUßMASSAGE

In den Fußsohlen enden rund 70.000 Nervenbahnen. Die Massage basiert auf der Lehre, dass die einzelnen Organe über Reflexpunkte an den Füßen miteinander verbunden sind. Wird eine bestimmte Stelle massiert, wird das entsprechende Organ stimuliert.

Mit dieser Massagetechnik erreichen wir ein angenehmes Wohlbefinden. Gerne wird die Fußmassage mit einer Thai- oder Aromaöl-Massage kombiniert. Als Vorbereitung dient ein angenehm warmes Fußbad mit anregenden Essenzen.

Nach der Massage werden Sie das Gefühl haben, aus dem Massage-Tempel zu schweben.

KRÄUTERSTEMPEL-MASSAGE

Die Thai-Kräuterstempel-Massage ist eine überlieferte, harmonisierende Massagetechnik aus Thailand. Die über Wasserdampf erwärmten Kräuterstempel entfalten ihre Tiefenwirkung auf Muskeln und Gelenke, was bei vielen Beschwerden zu einer sofortigen Linderung führen kann. Wir kombinieren diese Technik mit der Traditionellen Thai-Massage.

Eine in Europa weitgehend unbekannte Anwendung ist die Behandlung von Müttern nach der Geburt: Das Bauchgewebe wird dadurch wesentlich schneller wieder gestrafft. Das Wohlbefinden und die innere Harmonie werden in einem deutlich kürzeren Zeitraum wiederhergestellt.

Eine individuelle, etwa 14-tägige Behandlung bringt Sie in eine ganzheitliche Form zurück, die ohne Kräuterstempel-Massage erst nach Monaten erreicht würde. Hierfür ist eine persönliche Beratung empfehlenswert.

HOT-STONE-MASSAGE

Die Hot-Stone-Massage existiert, ihrem Ursprung nach, bereits seit etwa 1500 Jahren vor Christus. Bestimmte Steine aus vulkanischem Basalt zeichnen sich durch einen speziellen molekularen Aufbau aus. Diese ursprünglichen Energien nutzen wir für unsere Behandlungen. Die Steine werden im Wasserbad auf etwa 50–60 °C erwärmt und anschließend auf die Energiezentren des Körpers (Stirn, Bauch, Rücken, Hände und Füße) gelegt. Danach wird der mit warmen Aromaölen vorbereitete Körper mit den Hot Stones massiert.

Besonders bei Stress entfaltet diese Massage eine äußerst wohltuende Wirkung. Die Hot-Stone-Massage aktiviert den Zellaufbau, kann Cellulite vorbeugen und unterstützt die Lymphgefäße.

Speziell in der kalten Jahreszeit werden Sie, wie von innen erwärmt, den Massage-Tempel verlassen.

SCHULTER- & NACKENMASSAGE

Die Thai-Schulter- und Nackenmassage ist ein idealer Einstieg in die Welt der thailändischen Massagen. Durch ihre entspannende Wirkung auf die Hals- und Rückenmuskulatur lösen sich Druck und Verkrampfungen, und ein wohltuendes Gefühl stellt sich ein.

Sie dient nicht nur der Linderung von Beschwerden, die durch langes Sitzen oder körperlich anstrengende Tätigkeiten entstehen, sondern ist auch eine optimale Prävention gegen Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich.

Sie tanken neue Energie und Lebensfreude.

AROMAÖL-MASSAGE

Die Aromaöl-Massage gehört zu den ältesten Naturheilverfahren. Wohlriechende ätherische Öle werden mit einer sanften Massage kombiniert und entfalten so ihre außergewöhnliche Wirkung auf Körper, Geist und Seele. Sie helfen, den Alltag loszulassen, neue Energiereserven aufzubauen und können die Haut regenerieren, pflegen und gesund erhalten.

Eine Massage beginnt an den Füßen und wird über Beine, Bauch, Seiten, Arme, Rücken, Kopf und Gesicht fortgesetzt. Nackenmassagen lindern häufig Nackensteifheit, Spannungskopfschmerzen, Migränebeschwerden und vieles mehr.

Die Arbeit an den Energiebahnen bewirkt ein energetisches „Tuning“, das auch das Immunsystem stimulieren kann. Der Geist fühlt sich verjüngt, die Gefühle sind ausgeglichen und friedlich.

KIEFERBALANCE-MASSAGE

Kiefer-, Schulter- und Nackenmassage

Balancierter Kiefer = Balancierter Körper

R.E.S.E.T. ist ein sanftes Verfahren zur Harmonisierung des Kiefergelenks. Dabei werden die Kiefermuskeln sowie der gesamte Körper durch leichte Berührungen im Gesichts- und Kopfbereich entspannt – schnell, ohne Eingriff und völlig schmerzfrei. Durch die Stimulierung des gesamten Meridiansystems (der Energieleitbahnen im Körper) wird eine Balance von Kopf bis Fuß – und umgekehrt – erreicht.

Anwendungsmöglichkeiten: Zähneknirschen, Kopfschmerzen, Migräne, Gleichgewichtsstörungen, Schwindel, Restless-Legs-Syndrom, Schlafstörungen, Schulter- und Nackenverspannungen, Ohrenschmerzen u. v. m.

FUßPFLEGE

Eine thailändische Fußpflege beginnt traditionell mit einem wohltuenden Fußbad, das Körper und Geist auf die Behandlung vorbereitet. Das warme Wasser sorgt für Entspannung und weicht die Haut sanft auf. Gleichzeitig werden die Füße gründlich gereinigt und desinfiziert.

Durch die angenehme Wärme wird der Stoffwechsel angeregt und die Durchblutung gefördert – ideale Voraussetzungen für die anschließende Massage, die Verspannungen löst und ein Gefühl tiefer Leichtigkeit hinterlässt.

Auch als Paket oder in Kombination mit einer Massage buchbar.

