




kronenhof

MASSAGE
KOSMETIK
AYURVEDA
BIO REVITAL
YOGA
GESPRÄCH

YOGA

Yoga und Pilates für Alle

Melanie Schosser

„Im Yoga geht es nicht darum mit den Fingern die Zehen zu berühren, sondern was Du auf dem Weg nach unten lernst!“ (Jigar Gor)

Erfahre deinen Körper auf sanfte liebevolle Weise und löse Spannungen mit Hilfe von verschiedenen effektiven Asanas (Körperhaltungen) und bewusster Atmung.

Im Pilates bringen präzise, fließende Bewegungen, im Rhythmus einer tiefen bewussten Atmung, Deinen Körper sanft in Form.

Die für Hotel-Gäste kostenfreie Teilnahme an den wöchentlichen Yoga und Pilates-Stunden erfordert weder Vorkenntnisse noch besondere körperliche Voraussetzungen und sind für jeden (auch für Anfänger!) geeignet. Gönn dir und deinem Körper eine Auszeit und genieße:

- sanfte körperliche Bewegung
- innere Ruhe und Gelassenheit
- kostbare Zeit mit dir selbst

Yoga nur für Dich

Melanie Schosser

Lass dich intensiv auf dich und deinen Körper ein. Mit sanften Yogahaltungen, die speziell auf dich und deine körperlichen Bedürfnisse eingehen, lernst du deinen Körper besser kennen und kannst Beschwerden vorbeugen oder lindern. Vielleicht möchtest Du aber auch deine körperliche Fitness verbessern, Kraft aufbauen und Flexibilität fördern. Yoga ist so vielseitig wie Du selbst! Nach vorheriger Absprache stelle ich ein ganz individuelles Programm für dich zusammen und zeige dir Haltungen und Übungen, die du auch zu Hause in deinen Alltag integrieren kannst.

60 Minuten Yoga nur für dich 70,00 €

Informationen und Terminvereinbarungen über untenstehende Kontaktdaten

Melanie Schosser

Dipl.-Sportwissenschaftlerin,
zertifizierte Yoga-Lehrerin (BYV)
Mobil +49(0)160-96 444 621
mel.dorn@gmx.de

Yoga begleitet mich seit vielen Jahren, aber erst seit meiner Ausbildung bei Yoga Vidya ist mir bewusst geworden, was Yoga wirklich bewirken kann. Es ist mir ein Anliegen, diese Erfahrung an dich weiterzugeben, um dir einen Weg zu zeigen, der dich zufriedener und gelassener sein lässt. Ein Weg entsteht, wenn Du ihn gehst. Vielleicht können wir ein Stück dieses Weges gemeinsam beschreiten.



PAKETE

Ayurveda – Massage – Kosmetik

MeineBase Jentschura + AYURVEDA

Angelika Hauser

Die richtigen Nähr- und Vitalstoffe, regelmäßige Entlastungszeiten und regenerationsfördernde basische Anwendungen mit einer extra Portion Sauerstoff, vervollständigen Ihre Kur. Tauchen sie ein in die Welt der basischen Anwendungen, kombiniert mit meinem Ayurveda.

- 1 Energiebürsten-Massage + Basenstrümpfe
- 1 Nabi-Bauchmassage + Basenstrümpfe
- 1 Padabhyanga-Fußmassage + Basischer Leberwickel
- 1 Upanasveda-Rückenmassage + MeineBase/Honig Behandlung
- 1 Mukabhyanga-Gesicht-, Kopf-, Schulter-, Nackenmassage + Basenstrümpfe

5 Tage 475,00 €

JENTSCHURA PRODUKTE:

Energiebürste, Basenstrümpfe, MeineBase, Abra-CaDabra, MiraVera, Skalpuro, 3x3 Tonikum, 7x7 Tee kommen bei den Behandlungen zum Einsatz und können auch für zu Hause bei mir erworben werden.

INFO

Ihre Gesundheit und Sicherheit liegt uns am Herzen. Wir halten uns an die aktuell geltenden Corona Regeln der Regierung und der jeweiligen Berufsverbände.

Unsere Dienstleistungen können begleitend und ergänzend zu Heilmethoden in Anspruch genommen werden. Keinesfalls stellen sie einen Ersatz für schulmedizinische Indikationen dar. Unsere Arbeit ersetzt nicht den Besuch beim Arzt, Psychotherapeuten oder Heilpraktiker. Wir stellen keine Diagnosen und geben keine Heilversprechen. Sie bezahlen bei uns persönlich Ihre Anwendungen in Bar, da wir alle freiberuflich tätig

Diabetiker Zusatz Paket

Angelika Hägele und Eleonore Höger

- 1 Diabetische Fußpflege
- 1 Spezielle Bioenergetische Fussreflexzonenmassage 125,00 €

Wellness Zeit zum Träumen

Angelika Hägele und Eleonore Höger

- 1 Wohlfühl Gesichtsmassage
- 1 Rückenpeeling mit entspannende Rücken-Nacknmassage 130,00 €

Von Kopf bis Fuß – das große Verwöhnpaket

Angelika Hägele und Eleonore Höger

- 1 große Gesichtsbildung
- 1 Mani- und Pediküre
- 1 Druckpunktmassage nach Liebscher und Bracht®
- 1 Spezial Rücken-, Nacken-, Schulter-Massage mit Fussreflexzonen Massage 399,00 €

sind. Sollten Sie Ihren Termin nicht einhalten können, bitten wir Sie spätestens 24 Stunden vorher abzusagen. Bei Absagen am Tag des vereinbarten Termins behalten wir uns vor 80 % des Behandlungspreises zu berechnen. Um Ihren Wunschtermin zu buchen können Sie jederzeit schon vor Ihrer Anreise Kontakt mit uns aufnehmen.

Saisonale Angebotspakete

Frühling – Sommer – Herbst – Winter entnehmen Sie bitte dem Aushang vor Ort.

PHYSIOTHERAPIE & MASSAGE

Sandra Korte

0171-488 34 60

Klassische Massage

Sag Deinen Verspannungen „Ade“! Freu Dich auf eine wohltuende Teil- oder Ganzkörpermassage. Die Muskulatur wird durch Dehnungs-, Zug- und Druckreize manuell behandelt.

Teilmassage ca. 25 Minuten 45 €
Ganzkörpermassage ca. 50 Minuten 80 €

Manuelle Lymphdrainage

Lymphdrainage wirkt entschlackend und transportiert die gestauten Gewebsflüssigkeiten ab. Die entspannende Behandlung unterstützt nachhaltig die Wirkung der Schrothkur.

Teilbehandlung ca. 25 Minuten 45 €
Ganzkörperbehandlung ca. 50 Minuten 80 €

Naturmoorpackung

Die angenehme Wärme breitet sich langsam im Körper aus und fördert die Entspannung der Muskulatur.

ca. 25 Minuten 20 €

Manuelle Therapie/ Krankengymnastik

Funktionsstörungen an der Wirbelsäule und an den Gelenken werden durch spezielle Handgriffe mobilisiert und Bewegungseinschränkungen gelöst. Schmerzhaftige Bewegungsabläufe werden mit aktiven und passiven Therapien behandelt.

ca. 25 Minuten 45 €



PAKETE

von Kopf bis Fuß

Nacken-Rückenmassage mit Naturmoorpackung und vitalisierender Fussmassage
ca. 60 Minuten 95 €

Für Heilfaster!!!

Zur Unterstützung deiner Kur
1 x Darmmassage 25 Minuten
1 x Ganzkörper-Lymphdrainage 50 Minuten
ca. 115 €

NEU: Kräuterstempelmassage

Ein Energiepaket, das unter die Haut geht. Eine spezielle Massagetechnik die mit Druck- und Klopftechnik unter Einsatz der warmen Kräuterstempel deine Muskulatur lockert, den Stoffwechsel angregt und fasziale Verklebungen sanft löst. Die körperliche Erholung ist sofort spürbar.
ca. 60 Minuten 95 €

Hinweis: Die Preise gelten bei Behandlungen, die durch einen Arzt verordnet wurden.



Hinweis: Paketpreise sind inkl. MwSt.



Sandra Korte

Physiotherapeutin

Mobili +49 (0) 171-488 34 60
alpenpraxis-staufenbad@t-online.de

MEHR LEICHTIGKEIT UND FREUDE MIT DEINEM KÖRPER

Eleonore Höger



Bioenergetische-Massagen

Die Massage nimmt Einfluss auf Zellspannung, Zellstruktur und Zellenergie. Das gesamte Immunsystem wird gestärkt. Die ganzheitliche Wirkung ist auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene spürbar und steigert die Vitalität.

Regenerations-Massage*

Entschleunigen 60 · 75 · 90 Minuten

Regulations-Massage*

wieder in den Fluss bringen 60 · 75 · 90 Minuten

Restless-Leg-Massage*

60 Minuten

DETOX

Bauch- und Beine oder Ganzkörpermassage*

Diese Massage aktiviert die Verdauungsorgane und den Lymphfluss. Sie strafft das Gewebe und mildert dabei Cellulite.

30 · 45 · 60 · 75 · 90 Minuten

Chakra-Energie-Massage*

Methode zur Harmonisierung der Hauptenergiezentren im Körper. 60 · 75 · 90 Minuten

Fussreflexzonen-Massage-Spezial

mit Aromafussbad
30 Minuten 42,00 €
45 Minuten 65,00 €
60 Minuten 85,00 €

Allgäuer Bergfrische-Peeling*

Ihre Haut wird gereinigt, trockene Hautzellen werden abgetragen. Das durchblutungsfördernde Peeling wirkt gegen Cellulitis, regt den Stoffwechsel an, unterstützt die Gewichtsreduzierung und gleichzeitig erhält Ihr Körper ein ebenmäßiges Hautbild.

30 Minuten Rückenpeeling
60 Minuten Ganzkörperpeeling

Basenpeeling

Einbasisches Peeling hilft abgestorbene Hautschuppen abzutragen und unterstützt die Haut beim Erneuerungsprozess. Es werden nicht nur Hautschuppen, sondern auch überschüssige Säuren von der Haut entfernt. So entsteht ein frisches und rosiges Hautgefühl. Von einem Badenpeeling profitiert jeder, da es die Selbstregulierung und Selbstfettung anregt.

30 Minuten Rückenpeeling
60 Minuten Ganzkörperpeeling

Spannungen lockern, entgiften und erholen

Auftanken, um dem Alltag anschließend mit neuer **Kraft** und **Leichtigkeit** zu begegnen.

WEITERE MASSAGE-ANGEBOTE

Spezialmassage bei Schulter-, Nacken- und Rückenproblemen, Teil- und Ganzkörper-Massage*

30 · 45 · 60 · 75 · 90 Minuten

Lomi Lomi-Massage*

Ursprung Hawaii. Tiefenentspannende wohltuende Öl-massage, welche kräftig und dynamisch durchgeführt wird und eine ganzheitliche Wirkung zeigt.

60 · 75 · 90 · 120 Minuten

Hot Stone*

Sanft gleiten die warmen Basaltsteine über Ihre Haut und verbreiten ein wohlige Gefühl. Die entspannende Wirkung wird durch das tiefe Eindringen der Wärme in den Körper noch verstärkt.

60 · 75 · 90 Minuten

* PREISE

30 Minuten 48,00 €
45 Minuten 73,00 €
60 Minuten 95,00 €
75 Minuten 115,00 €
90 Minuten 128,00 €
120 Minuten 175,00 €

NEU NEU NEU

Druckpunkt-Massage nach Liebscher und Bracht®

Mehr Beweglichkeit und Wohlbefinden durch Lockerung der Muskulatur und des Faszien-gewebes.

120,00 €

Bio-Revital - Wohlfühlpaket

1 × Allgäuer Bergfrische Peeling
1 × Druckpunkt-massage nach Liebscher und Bracht®
1 × Regenerationsmassage oder Lomi Lomi Massage

285,00 €

Eleonore Höger

Terminvereinbarung unter:
Telefon +49 (0) 179 127 66 46
info@biorevital-lounge.de
www.biorevital-lounge.de





Access Bars®

Leichtigkeit auf K(n)opfdruck

Unzählige Menschen in vielen verschiedenen Ländern lieben die Bars. Sie bereichern das Leben mit weniger Stress, mehr Produktivität, Kreativität, mehr Belastbarkeit und mehr Lebensfreude.

75-90 Minuten 120,00 €

Coaching für dynamische Veränderung

Eine Möglichkeit, mit welcher Veränderung in allen Bereichen des Lebens geschehen kann.

60 Minuten 95,00 €

120 Minuten 150,00 €

Energetische Körperprozesse

Sind sehr nährnde, energetische Anwendungen für unseren Körper und unser Sein.

Access® Körperprozesse können sehr hilfreich und unterstützend sein um

- Wohlbefindlichkeitsstörungen in Deinem Körper zu lindern oder aufzulösen
- Dein Immunsystem zu stärken und in Balance zu bringen
- das Trauma von akuten oder alten Verletzungen aus dem Körper zu lösen
- Deinen Stoffwechsel zu optimieren
- Gelenk- und Rückenbeschwerden zu lindern
- Stress und Spannung aus Deinem Körper zu entfernen
- Blockaden aufzulösen

Energetischer Facelift

Verwöhn- und Verjüngungsmöglichkeit für das Gesicht und den ganzen Körper

MTVSS

Stärkung des Immunsystems

BIMIMI

Biomimetische und Biomimetrische Nachahmung

Zellulare Erinnerung (Zellgedächtnis)

Dieser Körperprozess ist auf das Entstören von Narbengewebe ausgerichtet.

30 Minuten 45,00 €

45 Minuten 60,00 €

75 - 90 Minuten 120,00 €

GESPRÄCHS-ANGEBOTE

Einzelgespräche

60 Minuten 95,00 €

75 Minuten 135,00 €

Paargespräche

75 Minuten 185,00 €

Gesprächs-Termine nach Vereinbarung

Telefon +49 179 127 66 46

info@biorevital-lounge.de

In meinem Praxisraum im Hotel Kronenhof können Sie in warmherziger und wertschätzender Atmosphäre

- frei sprechen und Herz und Seele erleichtern
- Ihre privaten und beruflichen Themen klären
- Wünsche und Träume neu in den Blick nehmen
- Balance für Körper, Seele und Geist finden
- Ihre Ressourcen neu entdecken und verstärken
- Wege aus der Angst finden
- Alte Verhaltensmuster und Glaubenssätze entdecken und lösen
- aus Problemen Möglichkeiten schaffen

Eine wertvolle Ergänzung Ihrer Schrothkur und Ihres Aufenthaltes erleben. Gerne begleite ich Sie in individuell geführten Gesprächen auf Ihrem persönlichen Weg.



Eleonore Höger

Gesundheits- und Biorevitaltherapeutin ausgebildet nach Liebscher und Bracht®
Heilpraktikerin für Psychotherapie
HF-Bioenergetik-Master
Access Bars® Facilitator
Pragmatische Psychologie Praktikerin
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Wingwave Coach
Mobil +49 (0) 179-127 66 46
info@biorevital-lounge.de
www.biorevital-lounge.de

Ganzheitliche Psychotherapie und Beratung nach dem Heilpraktiker Gesetz

Therapeutisches Waldbaden

ab 75 Minuten Ausgleich nach Zeit

Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit liegen mir sehr am Herzen. Alle von mir angebotenen Methoden haben das Ziel, das innere Gleichgewicht (die BALANCE) wieder herzustellen. Die Anwendungen können dem Körper mehr Stärke und Ausdauer verleihen und dadurch zu mehr Vitalität und Lebenskraft führen. Wenn wir in BALANCE sind, kann Regeneration stattfinden.



KOSMETIK

eine Haut wie Samt & Seide



Gesichtsbehandlung für Sie

Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Augenbrauenkorrektur, Wirkstoff-Ampulle, Gesicht-Hals-Dekolleté-Massage, Maske, Abschlusspflege.
90 Minuten 100,00 €

Ultraschallbehandlung

Die Ultraschallbehandlung ist eine angenehme und gleichzeitig hocheffiziente Behandlungsmethode mit Soforteffekt. Das Hautbild wird feiner und glatter. Die Hautstruktur wird nachhaltig verbessert. Die in der Behandlung eingebrachten Wirkstoffe bilden ein Depot in der Haut. Schon nach der ersten Behandlung erleben Sie ein sofort fühlbares Ergebnis.

90 Minuten inkl. kleiner Gesichtsbildung 110,00 €
120 Minuten inkl. großer Gesichtsbildung 150,00 €
zubuchbar 20 Minuten 30,00 €

Feuchtigkeitsbehandlung „Der Durstlöcher“

Diese höchst effektive Behandlung stellt die Feuchtigkeitsbalance ihrer Haut wieder her. Für die feuchtigkeitsarme, regenerationsbedürftige und zu Fältchen neigender Haut, inklusive Hals und Dekolleté.
90 Minuten 110,00 €

Gesichtsbehandlung für Ihn

Reinigung, Peeling, Ausreinigung, Anti-Stress-Massage, Maske, Abschlusspflege speziell für die Männerhaut.
90 Minuten 100,00 €

Mesoporationenbehandlung

Mesoporation ist derzeit wohl die innovativste und effektivste Methode um Wirkstoffe so in die Haut einzubringen das dadurch eine gezielte Behandlung gegen Falten möglich ist. Ihr Hautbild wird nachhaltig sicht- und spürbar glatter und schöner. Einschließlich Hals und Dekolleté. Bei Fragen stehe ich Ihnen gerne jederzeit zur Verfügung.
90 Minuten 140,00 €

Mikrodermabrasion „Der Impuls zur Erneuerung“

Bei der Mikrodermabrasion tragen spezielle Kristalle müde Hautzellen ab. Das gibt der Haut den Impuls, sich selbst zu regenerieren. Ihre Haut wirkt glatter und zarter.
zubuchbar 15 Minuten 20,00 €

Spezialbehandlung

Eine Wohltat für Rosacea und sehr sensible Haut. Durch reizfreie Pflegeprodukte und eine Mikromassage, wird die Haut schonend gereinigt, gepflegt und das Hautbild verbessert. Zur Beruhigung und Wiederherstellung des Gleichgewichts Ihrer Haut.
90 Minuten 100,00 €

... oder ein bisschen mehr?

Dauerhaftes Make-up für Augenbrauen, Lidstriche, Lippenkonturen...

Wimpernkranzverdichtung

Dadurch wirken Ihre Wimpern dichter und verleihen Ihren Augen eine wundervolle Ausdruckskraft.

Lidstrich

Dadurch wirken Ihre Augen größer und strahlender. Ideal auch für Brillen- und Kontaktlinsenträger.

Augenbrauen

Sanfte Unterlegung und Wiederherstellung der Augenbraue. Sie ist der Rahmen des Gesichtes.

Lippenkorrektur

Perfektionieren Sie die Symmetrie Ihrer Lippenkontur.

Die Micropigmentfarben sind zertifiziert und dermatologisch getestet. Sie bestehen aus Pflanzen- und Mineralfarben und lösen keinerlei Allergien aus. Bei Fragen berate ich Sie sehr gerne.

Preis auf Anfrage

| | |
|---------------------|---------|
| Wimpern färben* | 10,00 € |
| Augenbrauen färben* | 10,00 € |

*nur in Verbindung mit Gesichtsbildung

Haarentfernung durch epilieren

Die gründlichste aller Methoden um unerwünschte Körperbehaarung für eine Dauer von mehreren Wochen zu entfernen.

| | |
|-----------------------|---------|
| Beine Unterschenkel | 40,00 € |
| Beine komplett | 60,00 € |
| Bikinizone | 40,00 € |
| Achseln | 20,00 € |
| Oberlippe (Damenbart) | 5,00 € |



Angelika Hägele

Kosmetikerin
Permanent contour Stylistin

Mobil +49 (0) 160-99 792 966
angelikas.kosmetik@gmail.com

gepflegte Hände

Schenken Sie Ihren Händen die wertvollsten Wirkstoffe für ein gesundes Aussehen.

Maniküre

mit Handbad Nagelhaut & Nagelpflege und regenerierendem Nagelöl.
45 Minuten 55,00 €

Lackierung 10,00 €

Ablackierung 5,00 €

Lackierung mit UV-Nagellack 20,00 €

– strahlender Glanz für mindestens 2-3 Wochen
– absolut Nagel schonend und Nagel härtend
– 100% kratz- und stoßfest wie ein UV-Gel

wohltat für ihre Füße

Gönnen Sie Ihren Füßen eine professionelle Fußpflege.

Fußpflege

mit Aromafußbad Nagel & Hornhautpflege und wohltuender Fußmassage.
50 Minuten 60,00 €

Basische Behandlungen

Basische Gesichtsbildung

Haben Sie sehr empfindliche Haut, Allergiehaut, Neurodermitis, Schuppenflechte und andere Hautprobleme, oder einfach nur um Säuren und Schadstoffe auszuscheiden.

Reinigung, Ausreinigen, Tonisieren, Serum, Lymphflussmassage, Maske und Abschlusspflege.
90 Minuten 100,00 €

Basenfußbad

Durch das warme Fussbad öffnen sich die Poren, wodurch die Schlacken an die Hautoberfläche transportiert werden. Es findet eine Säure-Basen Regulation statt. Einschließlich Knie- und Wadenbürstenmassage.
30 Minuten 35,00 €

SLIMYONIK® | AIR BODYSTYLER

jetzt auch im Kronenhof

Fitness-orientiert oder beides: Sie wollen ein gutes, attraktives Körpergefühl erzielen oder erhalten? Dann heißt das Erfolgsrezept „ganzheitlich und körperorientiert“.

Nach einem anstrengenden Power-Training wollen Sie sich regenerieren, schwere Beine entspannen und Muskeln lockern? Oder suchen Sie eine professionelle Begleitung zu einer Diät? Beide Ziele verlangen einen wertschätzenden und ganzheitlichen Umgang mit Ihrem Körper.

Ihr Erfolgsrezept ganzheitlich ans Ziel gelangen

Cellulite und Übergewicht sind so weit verbreitet, wie die vielen vergeblichen Versuche, ihnen dauerhaft zu Leibe zu rücken. Unser Credo: Gehen Sie es lieber entspannt und ganzheitlich an – mit den SLIMYONIK® AIR Anwendungen von innen und außen. Grundlage ist der Bodystyler mit Sauerstoffinhalation in den SLIMYONIK® Partner-Instituten. Seine individuellen Druckwellenmassagen und die gleichzeitige Inhalation der mit Sauerstoff angereicherten Atemluft mobilisieren sanft Ihr Lymphsystem und regen den Stoffwechsel und die Durchblutung von Haut sowie Fettgewebe an.

Wussten Sie schon...

Fett wird zu 84 % ausgeatmet und zu 16 % über Körperflüssigkeiten ausgeschieden.



Wissenschaftliche Erkenntnisse führen zum SLIMYONIK® | AIR Bodystyler.

Zum Abbau von Körperfett wird ein aktiver Stoffwechsel und ausreichend Sauerstoff benötigt. Nur dann ist der Körper in der Lage Fettsäuren aufzuspalten und diese zum großen Teil über die Atmung abzugeben.

Die speziell abgestimmten Kammerdruckabfolgen des SLIMYONIK® AIR Bodystyler aktivieren den Stoffwechsel durch Druckwellenmassage. Gleichzeitig wird dem Körper zusätzlicher Sauerstoff mit einer Nasenbrille über die Atemluft zugeführt. Damit stehen ihm die entscheidenden Voraussetzungen zur optimalen Fettverbrennung zur Verfügung.

Fazit: Neben Kalorienreduktion und Stoffwechsellaktivierung braucht es zur Gewichtsabnahme eine ausreichende Sauerstoffversorgung. Nutzen Sie wissenschaftliche Erkenntnisse und die daraus resultierenden Behandlungsmethoden für mehr Wohlbefinden und nachhaltige Zufriedenheit.



Angelika Hägele

Kosmetikerin
Mobil +49 (0)160 99 792 966
angelikas.kosmetik@gmail.com

Eleonore Höger

Gesundheits- und
Biorevitaltherapeutin
Mobil +49 (0)179 127 66 46



WISSENSCHAFTLICHE ERKENNTNISSE *

... führen zum SLIMYONIK® AIR Bodystyler!

EFFEKTIVERE FETTVERBRENNUNG

... durch das PLUS an Sauerstoff!

INDIVIDUELLE DRUCKWELLENMASSAGE

... mit 8 einstellbaren Programmen für unterschiedlichste Anwendungen!

GANZHEITLICHES WOHLFÜHLKONZEPT

... mit ergänzenden, auf die Behandlung abgestimmten Produkten!

Vor der Sitzung findet ein kurzes Beratungsgespräch statt, in der das passende individuelle Programm für Sie ausgesucht wird.

Preise:

- 1 × 55,00 €
- 3 × 150,00 €
- 5 × 250,00 €
- 7 × 350,00 €
- 11 × 450,00 € (die 11 Sitzung ist gratis)

Die 3er, 5er, 7er und 10er Karten verfallen nicht und können beim nächsten Kronenhof-Aufenthalt eingelöst werden.

EINZELPROGRAMME

Programm 1 | Slim & Cellulite Massage

Eine Straffung und Festigung des Bindegewebes ist hier Ziel der Behandlung. Dieses Programm unterstützt die Fettreduktion während einer Diät, auch an den Problemzonen.

Programm 2 | Cellulite Massage

Mit diesem Programm wird der Lymphfluss angeregt und die Durchblutung der Haut verstärkt, die Silhouette verändert sich positiv.

Programm 3 | Relax-Massage

Angenehm entspannen, sich etwas Gutes tun und, wie bei allen anderen Programmen, auch hier den Stoffwechsel anregen.

Programm 4 | Lymph-Massage

Unterstützt zusätzlich die Ausscheidung von Schlackenstoffen. Eine wahre Wohltat bei schweren, angeschwollenen Beinen.

Dauer aller Programme ca. 34 bis 45 Minuten.

Wir freuen uns auf Sie.

» Die kontaktlose Behandlung «

AYURVEDA INTUITIV

Je länger ich die Therapien des Ayurveda anwende – mit seinen feinsinnigen Massagen, meinen ätherischen Ölen, Heilkräutern und Düften – desto freier arbeite ich und folge meiner Intuition, was Ihr Körper und Ihre Seele gerade braucht, vielleicht ohne, dass wir beide es in Worte fassen können.

Marma Chikitsa werden jene verborgenen Energiezentren in unserem Körper genannt, in denen Angst, Trauer, Schmerz, sowie sämtliche Erfahrungen und Emotionen gespeichert sind – oft ohne sichtbare Anzeichen. An diesem magischen Ort der Marma-Punkte versuche ich Sie zu berühren, um Ihre Erinnerungen zu wecken und alte Muster zu lösen. So kann tief gehende Entspannung und langfristige Heilung geschehen.

+ 1 Liter BIO Ingwer Honig Zitrone Wasser

150 min 245 €

ABHYANGA – Ganzkörper Öl Massage

90 min 145 €

SHIRODARA – Stirnölguss

60 min 95 €

MUKABHYANGA – Kopf Oberkörper Gesichts Massage

60 min 95 €

SHIROABHYANGA – Kopf Nacken Schulter Massage

60 min 95 €

UPANASVEDA – Rücken Massage

60 min 95 €

PADABHYANGA – Fuß Massage

60 min 95 €

UDVARTANA – Fettabbau Massage mit Öl und Kräutern

60 min 95 €

GARSHAN – Fettabbau Massage mit Rohseiden-Handschuh

60 min 95 €

GEWICHTSREDUZIERUNG im Ayurveda

Im Ayurveda gibt es kein dick/dünn, groß/klein, schön/hässlich. Schönheit hat im Ayurveda etwas mit deinem inneren Licht zu tun, welches zum Leuchten gebracht werden kann. Das Agni (Stoffwechsel) wird angeregt, Ama (unverdautes) abgebaut. So kann jeder gesund und schön zu seinem persönlichen Wohlfühlgewicht finden.

1x Garshan

1x Udvartana

1x ayur. Bindegewebmassage

3 Tage 275 €

PINDA SVEDA – Reissäckchen Massage

Klopfen, Kreisen, Streichen - nach einer Öl-Einreibung wird der Körper mit Zitronen-Kokos-Reis-Säckchen massiert. Eine Pinda Sveda hilft bei Gelenkschmerzen, Verhärtungen im Schulter- und Nackenbereich und wirkt entspannend und lösend. Ein schöner Nebeneffekt dieser stoffwechselanregenden Behandlung: Die Haut wird geschmeidig, weich und straff zugleich und unliebsame Fettpölsterchen schmelzen nur so dahin.

60 min 95 €

Seit Alters her
ist Massage
Trost, Heilung
und Segen.
Eine Umarmung,
eine Berührung
sagt mehr als
tausend Worte



Hotel Kronenhof – Familie Aigner

Bgm.-Hertlein-Straße 12
87534 Oberstaufen

Telefon 08386/489-0
info@hotel-kronenhof.de
www.hotel-kronenhof.de

IHR THERAPEUTEN- UND KOSMETIK-TEAM

Sandra Korte
Physiotherapeutin

Mobil +49 (0) 171-488 34 60
alpenpraxis-staufenbad@t-online.de



Melanie Schlosser
Dipl.-Sportwissenschaftlerin
zertifizierte Yoga-Lehrerin (BYV)

Mobil +49(0)160-96 444 621
mel.dorn@gmx.de

Angelika Hägele
Kosmetikerin,
Permanent contour Stylistin

Mobil +49 (0) 160-99 792 966
angelikas.kosmetik@gmail.com



Eleonore Höger
Gesundheits- & Biorevital-
Therapeutin,
HP-Psychotherapie,
ausgebildet nach
Liebscher und Bracht®

Mobil +49 (0) 179-1276 646
info@biorevital-lounge.de
www.biorevital-lounge.de

Angelika Hauser
Ayurveda-Therapeutin,
Shiatsu-Therapeutin, Künstlerin

Mobil +49 (0) 173-3884 026
angelikahauser@t-online.de

