

# **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. Gönne 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

### **AYURVEDA UND BASENKUR**



### 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 und Kopfmassage mit 3 x 3 Tonikum
- 1 Nabi Bauchmassage und Basenstrümpfe
- 1 Padabhyanga Fußmassage und Basischer Leberwickel
- 1 Meine Base Honig Rücken Behandlung und Mukabhyanga Gesichtsmassage
- 1 KurPaket: Energiebürste, 7 x 7 Tee, Wurzelkraft, Meine Base und Miravera

4 Tage 575 €

# JENTSCHURA PRODUKTE NEU direkt bei mir:

Meine Base, Basenstrümpfe, MiraVera, 3x3 Tonikum, SkalPuro und 7x7 Tee kommen bei den Behandlungen zum Einsatz und können auch für zu Hause bei mir erworben werden.

# Gesundheit-Schönheit-Wohlbefinden von Kopf bis Fuß

### Angelika Hägele und Eleonore Höger



- 1 große Gesichtsbehandlung
- 1 Mani- und Pediküre
- 1 Druckpunktmassage nach Liebscher und Bracht® oder Lomi Lomi-Massage
- 1 Spezial Rücken-, Nacken-, Schulter-Massage
- 1 Reflexzonen Massage Füße und Hände
- 5 x Slimyonik Air Bodystyler
- 1 x Basenkomplex für 3 Monate

770,00 € (statt 870,00 €)



### INFO

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 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.

Stand: 12/2023

# 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 48 € Ganzkörpermassage ca. 50 Minuten 95 €

# Manuelle Therapie/ Krankengymnastik

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

ca. 25 Minuten 48 €

# Manuelle Lymphdrainage

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

Teilbehandlung ca. 25 Minuten 48 € Ganzkörperbehandlung ca. 50 Minuten 95 €

## Naturmoorpackung

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

ca. 25 Minuten 25 €

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





# **PAKETE**

# von Kopf bis Fuß

Spezielle Nacken-Rückenmassage mit Naturmoorpackung und vitalisierender Bein-Fussmassage. 60 Minuten 125 €

### Für Heilfaster!!!

Zur Unterstützung deiner Kur

- 1 × Darmmassage 25 Minuten
- 1 × Ganzkörper-Lymphdrainage 50 Minuten

125€

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.

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 48,00 € 45 Minuten 73,00 € 60 Minuten 95,00 €

### 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 einen Badenpeeling profitiert jeder, da es die Selbstregulierung und Selbstfettunganregt.

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 Hawai. Tiefenentspannende wohltuende Ölmassage, 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 wohliges Gefühl. Die entspannende Wirkung wird durch das tiefe Eindringen der Wärme in den Körper noch verstärkt.

60 Minuten 120 €

### 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 120 €

#### **NEU NEU NEU**

### Druckpunkt-Massage nach Liebscher und Bracht®

Mehr Beweglichkeit und Wohlbefinden durch Lockerung der Muskulatur und des Fasziengewebes.

135,00€

### Bio-Revital - Wohlfühlpaket

- 1 × Allgäuer Bergfrische Peeling od. Basenpeeling
- 1 × Ganzkörper-Reflexzonen-Massage
- 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

### \* PREISE

3	30 Minuten	49,00€
_	15 Minuten	75,00€
6	50 Minuten	95,00€
7	75 Minuten	115,00€
(	o Minuten	135,00€
1	20 Minuten	180,00€





### **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.

60-75 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 €

### **NEU:** Hypnose

Rauchentwöhnung Entspannungshypnose Glückshypnose

Die Dauer der Hypnose und die Kosten werden bei der Terminvereinbarung besprochen.

### **Energetische Körperprozesse**

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

Access® Körperprozesse können sehr hilfreich und unterstützend sein um

- Wohlbefindlichleitsstörungen 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 Immunnsystems

BIMIMI

Biomimetische und Biomimetrische Nachahmung

Zellulare Erinnerung (Zellgedächtnis) Dieser Körperprozess ist auf das Entstören von Narbengewebe ausgerichtet.

30 Minuten 49,00 € 45 Minuten 75,00 € 75 - 90 Minuten 135,00 €

# **GESPRÄCHS-ANGEBOTE**

### Einzelgespräche

60 Minuten 95,00 € 90 Minuten 135,00 €

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 Ressoursen 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.



### **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.



# 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 nach dem Heilpraktiker Gesetz

# **KOSMETIK**

eine Haut wie Samt & Seide





### Gesichtsbehandlung für Sie

Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Augenbrauenkorrektur, Wirkstoff-Ampulle, Gesichts-Hals-Dekolleté-Massage, Maske, Abschlusspflege.

90 Minuten 110,00 €

### 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 Gesichtsbehandlung 120,00 € 120 Minuten inkl. großer Gesichtsbehandlung 160,00 € 120 Minuten inkl. Feuchtigkeits-Vliesmaske 170, 00 €

### Feuchtigkeitsbehandlung "Der Durstlöscher"

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 120,00 €

### Gesichtsbehandlung für Ihn

Reinigung, Peeling, Ausreinigung, Anti-Stress-Massage, Maske, Abschlusspflege speziell für die Männerhaut. 90 Minuten 110,00 €

### Mesoporationsbehandlung

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 120,00 €

#### ... 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 Augebraue. 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\* 20,00 € Augenbrauen färben\* 20,00 €

### 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€
Oberlippe (Damenbart)	10,00€

### gepflegte Hände

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

### Maniküre

mit Handbad Nagelhaut & Nagelpflege und regenerierendem Nagelöl. 45 Minuten 60,00 €

Lackierung	15,00€
Ablackierung	5,00€

### Lackierung mit UV-Nagellack

- 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 wohltuendes eincremen der Füße.

50 Minuten 65,00 €

25,00€

### **Basische Behandlungen**

### **Basische Gesichtsbehandlung**

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

Reinigung, Ausreinigen, Tonisieren, Serum, Lympfflussmassage, Maske und Abschlusspflege.

90 Minuten 110,00 €

### 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 €



# Angelika Hägele

Kosmetikerin Permanent contour Stylistin

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

<sup>\*</sup>nur in Verbindung mit Gesichtsbehandlung

# 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 Stoffwechselaktivierung braucht es zur Gewichtsabnahme eine ausreichende Sauerstoffversorgung. Nutzen Sie wissenschaftliche Erkenntnisse und die daraus resultierenden Behandlungsmethoden für mehr Wohlbefinden und nachhaltige Zufriedenheit.





### **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 €
- 10 × 450,00 € (die 10 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 «



# **ANGELIKA HAUSER Ayurveda**

**ENTGIFTUNG • GESUNDHEIT • KRAFT** 

Je länger ich die Therapien des Ayurveda anwende – mit seinen feinsinnigen Massagen, Heilkräutern und Düften – desto freier arbeite ich und folge meiner Intuition. Marma Chikitsa werden jene verborgenen Energiezentren in unserem Körper genannt, in denen sämtliche Erfahrungen und Emotionen gespeichert sind. An diesem magischen Ort der Marma-Punkte versuche ich Sie zu berühren. So kann tief gehende Entspannung, Ausleitung und langfristiges Heilwerden geschehen.

Zu meiner über dreißigjährigen Erfahrung als Ayurveda Therapeutin, Marma Chikitsa Therapeutin und Panchakarma Therapeutin, führte mich mein Weg über Drogistin, Kosmetikerin, Shiatsu Therapeutin, Künstlerin, sowie ein lehrender und lernender Aufenthalt in Sri Lanka.

AYURVEDA GANZKÖRPER—Individualmassage NEU	120 min	205€
AYURVEDA GANZKÖRPER—Individualmassage NEU	90 min	155 €
UPANASVEDA— Rücken Massage	60 min	105 €
SHIROABHYANGA—Kopf Nacken Schulter Massage	60 min	105 €
PADABHYANGA—Fuß Massage	60 min	105 €
UDVARTANA – Stoffwechsel Massage mit Öl und Kräutern	60 min	105 €
GARSHAN—Stoffwechsel Massage mit Rohseiden-Handschuh	60 min	105 €
SHIRODARA—Stirnölguss	60 min	115 €
PINA SVEDA—Zitronen Kokos Reissäckchen Massage	60 min	115 €



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.

- 1x Energiebürsten Massage, Basenstrümpfe und Kopfmassage mit 3x3 Tonikum
- 1 x Nabi Bauchmassage und Basenstrümpfe
- 1x Padabhyanga Fußmassage und Basischer Leberwickel
- 1 x Meine Base Honig Rücken Behandlung und Mukabhyanga Gesichtsmassage
- 1 x KurPaket: Energiebürste, 7x7 Tee, Wurzelkraft, Meine Base und Miravera

4 Tage 575 €

### **AYURVEDISCHE STOFFWECHSELKUR**

Ayurvedabehandlungen zur Fettreduktion, Entgiftung und Straffung. Das Agni (Stoffwechsel) wird angeregt, Ama (unverdautes) abgebaut. So kann jeder gesund und schön zu seinem persönlichen Wohlfühlgewicht finden.

- 1x Garshan Rohseidenhandschuhe
- 1x Udvartana Ölmassage mit Kräutern
- 1x ayur. Entschlackungs- und Bauchmassage
- 1x KurPaket: Zahn/Mundöl, Zungenschaber, Garshanhandschuhe, AyurvedaTee

385€

### KONTAKT

ANGELIKA HAUSER Mobil +49 173 388 4026 angelikahauser@t-online.de **ENTGIFTUNG • GESUNDHEIT • KRAFT** 

Tägliche DETOX.GESUNDHEIT.KRAFT Clean Slate von der Fa. ROOT: https://root.ownyourlife.community/hauserangelika



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



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

