

# Ayurvedische Massagen



## "Gashan" Seidenhandschuhmassage

Ganzkörpermassage ohne Öl, mit Rohseiden-Handschuh, hat einen Peelingeffekt, verbessert das allgemeine Hautbild, ist sehr wirksam gegen Cellulite, wirkt ausgleichend und entschlackend. Kann bei regelmäßiger Anwendung die Gewichtsreduktion positiv beeinflussen.

Behandlungsdauer  
ca. 30 Minuten

€ 25,-

## Schwitzpackung "Jambira Pinda Sweda"

Mit zwei Kräuterölstempeln mit Zitronen, Kokosraspel und heißem Sesamöl wird der gesamte Körper ausgestrichen. Diese Behandlung hat einen Peelingeffekt, reduziert Fettpölsterchen und wirkt Cellulite entgegen.

Behandlungsdauer  
ca. 45 Minuten

€ 42,-

## "Abhyanga" (Ganzkörper) Ölmassage

Diese ayurvedische Streichmassage, inkl. Gesicht/Kopf und Füße, wird mit viel warmen Sesamöl sanft und beruhigend ausgeführt. Die Abhyanga wirkt entgiftend, harmonisierend, stoffwechselanregend, das ganze Immunsystem wird gestärkt, die Haut wird weicher und jünger.

Behandlungsdauer  
ca. 80 Minuten

€ 59,-

## Luxus-Kombipaket "Gashan" mit anschl. "Abhyanga"

Behandlungsdauer  
ca. 100 Minuten

€ 69,-

Planen Sie bitte für die ayurvedischen Massagen mind.  
10 min. für ein Vorgespäch und 30 min. Nachruhezeit ein.

Wir freuen uns über  
Ihre Terminvereinbarung.

## Unsere Öffnungszeiten:

Montag	8:30 - 22:00 Uhr
Dienstag	7:30 - 22:00 Uhr
Mittwoch	8:30 - 21:30 Uhr
Donnerstag	7:30 - 22:00 Uhr
Freitag	8:30 - 21:30 Uhr
Samstag	8:30 - 18:00 Uhr
Sonntag	8:30 - 13:00 Uhr

Feiertage nach Aushang

Für Druckfehler keine Haftung - Irrtum Vorbehalten

# ART OF LIFE

KÖRPER · GEIST · SEELE  
Lübecker Straße 73 · 23611 Bad Schwartau  
Tel. 04 51/8 81 98 83 · Fax 04 51/8 81 92 28  
[www.art-of-life.de](http://www.art-of-life.de)

# Wellness- und Massagebehandlungen



Entspannen  
Sie sich und  
lassen Sie  
sich verwöhnen!

# ART OF LIFE

KÖRPER · GEIST · SEELE  
Lübecker Straße 73 · 23611 Bad Schwartau  
Tel. 04 51/8 81 98 83 · Fax 04 51/8 81 92 28  
[www.art-of-life.de](http://www.art-of-life.de)

## Entspannungs- Massagen

Massagen beleben Körper und Geist und haben eine ausgleichende und beruhigende Wirkung. Tiefe Entspannung und seelisches Gleichgewicht stellen sich mühelos ein.

### Teilkörpermassage

Massage des gesamten Rückens. Muskulatur wird gezielt gelockert, Verspannungen werden gelöst

Behandlungsdauer ca. 20 Minuten € 17,-

Behandlungsdauer ca. 30 Minuten € 23,-

Behandlungsdauer ca. 45 Minuten € 31,-

### Ganzkörpermassage

Massage der Arme, Beine und des Rückens. Die Durchblutung wird gefördert, die Muskulatur wird entspannt. Ideal zur Regeneration nach dem Sport.

Behandlungsdauer ca. 60 Minuten € 40,-

## Reiki

Auftanken durch universelle Lebensenergie.  
ca. 60 Minuten € 30,-



## Aromaölmassagen

Verwöhnt Haut und Sinne. Je nach ausgewähltem Öl kann diese Massage anregend, beruhigend, ausgleichend, stimmungsaufhellend, konzentrationsfördernd oder schlaffördernd sein.

Teilmassage Rücken  
Behandlungsdauer ca. 30 Minuten € 25,-

Teilmassage Rücken  
Behandlungsdauer ca. 45 Minuten € 32,-

Teilmassage Rücken  
Behandlungsdauer ca. 60 Minuten € 42,-

## Breiß - Massage

Eine einfühlsame, energetische- manuelle Rückenmassage, welche ganz sanft seelische und körperliche Verspannungen lösen kann. Die Durchblutung an Wirbelkörpern, Bändern und Sehnen wird gefördert, Gewebe gelockert.

Behandlungsdauer ca. 30 Minuten € 23,-

## Mineralstoffberatung

Nach Schüssler.  
ca. 30 Minuten € 15,-



## Wärmebehandlung

Rotlicht - intensiv. Erwärmt die Muskulatur, sehr gute Vorbereitung für die klassische Massage.

Behandlungsdauer ca. 10 Minuten € 5,-

## Gesicht-, Dekollette-, Nacken und Kopfmassage

Entspannende Massage, insbesondere bei starkem Streß, zum Auftanken neuer Energie.

Behandlungsdauer ca. 30 Minuten € 21,-



## Fußreflex- Entspannungsmassage

Eine intensive Massage an den Füßen zur Entspannung und Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens, kann ausgleichend wirken bei Stress, Infektanfälligkeit und Schlafstörungen

Behandlungsdauer ca. 45 Minuten € 31,-