



Wohltuende Behandlungen während des Fastens

Cellulite Programm

- 1 Basisches Salzpeeling 25 min
- 1 Cellulite Körperbehandlung mit Leberwickel 80 min
- 1 Ultraschall für den Körper 25 min
- 1 Spezielle Bauchbehandlung 50 min
- 1 Detox Ganzkörperpackung mit Alpenfango 50 min

Dauer ca. 2 Behandlungstage

Spezielle Bauchbehandlung

Ziel dieser Massage ist eine leichte Stimulation des Bauchraumes mit Verbesserung der Verdauung. Wirkt entkrampfend und stoffwechsellanregend. Chronische Beschwerden der Lendenwirbelsäule können positiv beeinflusst werden.

Dauer 50 min

ME SENSE Complete Relief

Beginn und Basis dieses ganzheitlichen Rituals ist ein ausführliches Gespräch über Ihre individuellen Bedürfnisse und Gesundheitsziele. Es werden therapeutische Maßnahmen ausgewählt, um Ihre Gesundheit zu stärken und mögliche Beschwerden zu lindern.

- Individuelle Beratung
- Basisches Fußbad
- Spezifisch abgestimmte Massage
- Individuelle Packung mit speziellen Wirkstoffen

Dauer 110 min

Beinwickel für „Leichte Beine“

Beinwickel zur Revitalisierung von schweren und müden Beinen. Optimal nach körperlicher Betätigung. Eine Kombination aus Meersalz und entstauendem Gel.

Dauer 40 min

Ohrenkerzen-Behandlung

Ein traditionelles Ritual aus Indien. Dieses Treatment wirkt entspannend auf Ihren Kopf- und Ohrenbereich und reinigt zudem Ihren Gehörgang. Abrundend verwöhnen wir Sie mit einer wohltuenden Kopf- und Gesichtslymphdrainage.

Dauer 50 min

Personal Training

Für Ihre persönliche Fitness das Richtige tun. Folgende Trainingsmöglichkeiten stehen zur Auswahl:

- Allgemeines Fitness-Training
- Rückentraining, Entspannungstraining
- Bodystyling / Figurtraining
- Nordic Walking / Lauftraining
- Schwimmtraining / Aquatraining
- inklusive Trainingsplan und –Dokumentation

Dauer 25 min oder 50 min

Inbody Messung

Mittels modernster 8 Punkt Bioimpedanzanalyse messen wir mit höchster Genauigkeit Ihre aktuelle Körperzusammensetzung. Wir erfassen Ihre Muskel- & Fettmasse für Arme, Rumpf und Beine. Sie erkennen aktuelle Ungleichgewichte, Stärken oder Defizite. In einem persönlichen Beratungsgespräch geben wir Ihnen weitere praktische Tipps zur raschen Erreichung Ihrer Gesundheits- und Fitnessziele.

Dauer 25 min

Strahlender Teint mit Ultraschall

Eine bioenergetische Lymphdrainage und der Ultraschall bewirken eine tiefgreifende Strukturverbesserung des Gewebes. Er begünstigt den Stoffwechsel der Zellen, regt die Zirkulation der Lymphe und des Blutes an, intensiviert das Einschleusen von Wirkstoffen, unterstützt die Tiefenreinigung und hat eine glättende Wirkung.

Dauer 50 min

Lymphdrainage für den Körper

Mit Hilfe der Lymphgefäße wird Wasser aus dem Gewebe abtransportiert und in die Blutgefäße zurückgebracht. Wenn das Lymphsystem in seiner Funktion gestört ist, staut sich das Körperwasser im Gewebe und es kommt zu Schwellungen.

Dauer 50 min

Unser SPA Team ist Ihnen bei der Auswahl der passenden Behandlung gerne behilflich. Für Ihre Reservierung wenden Sie sich bitte an spa@schwarz.at