



Harmonie für Körper,
Geist und Seele

4 Tages Ayurveda Package „You and your Spine“

Ayurvedische Pulsanalyse (50 Min)

Mit Ayurvedacharya Gopi (*BAMS Bakkalaureus der Fakultät für ayurvedische Medizin, Chirurgie und Chemie in Indien*)

Hier wird der Status von den Doshas (Vata, Pitta, Kapha) und der inneren Organe ermittelt.

1x Individuelle Yoga Einheit

Auf Empfehlung von Ayurvedacharya Gopi.

2 x Prista – Spezial Rückenbehandlung (50 Min)

Hier handelt es sich um eine sehr wirkungsvolle Rückenbehandlung mit warmen Kräuterstempeln, einer intensiven Rückenmassage und mit ayurvedischen Spezialölen.

1 x Swastha – Ganzkörpermassage mit festem Druck (50 Min)

Eine Ganzkörper Tiefenmassage mit warmen, gereiftem Sesamöl. Swastha-Massage wirkt vitalisierend und regt die Gewebedurchblutung und den Stoffwechsel an. Sie aktiviert den Lymphfluss, wodurch Schlacken aus dem Gewebe abtransportiert werden. Durch den starken Druck werden mit dieser Behandlung auch tiefere Gewebeschichten erreicht und Verspannungen effektiv gelöst.

Endgespräch und Beratung (30 Min)

Hier wird individuell noch einmal eingegangen auf die Ayurvedische Pulsanalyse am ersten Tag und die derzeitige Befindlichkeit nach den durchgeführten Behandlungen.

**Anfragen direkt in
unserer Finest Beauty
unter der DW 1771.**

€ **379**

Preis zuzüglich zum Nächtigungspreis.



Harmonie für Körper,
Geist und Seele

4 Tages Ayurveda Package „Stress Balance“

Ayurvedische Pulsanalyse (50 Min)

Mit Ayurvedacharya Gopi (*BAMS Bakkalaureus der Fakultät für ayurvedische Medizin, Chirurgie und Chemie in Indien*)

Hier wird der Status von den Doshas (Vata, Pitta, Kapha) und der inneren Organe ermittelt.

2x Individuelle Massage + Spiritual Healing

Je nach Analyse werden zwei individuell abgestimmte Massagen, gekoppelt mit Spiritual Healing, durchgeführt. Bei dem Spiritual Healing fließen Mantren (gesungene Affirmationen - für jedes Chakra) in die Behandlung mit ein. Die Chakren werden gereinigt und ausgeglichen. Die Behandlung ist sehr effektiv bei psychosomatischen Unausgeglichheiten und dient der Stressbewältigung.

1x Pinda Sweda – Die ayurvedische Schwitzbehandlung (50 Min)

Eine ayurvedische Massageanwendung mit Kräuterstempeln. Pinda Sweda ist ein universelles, sehr wandelbares Therapiemittel mit oft beeindruckender Intensität zur Behandlung von Migräne, Gelenkschmerzen, Rheuma, Erschöpfungssyndromen, Cellulite oder Heuschnupfen

1x Shirodhara – Shiro = Kopf und Dhara = Fluss (50 Min)

Beim Stirnguss fließt warmes Öl in einem kontinuierlichen Strahl langsam, entlang des Haaransatzes auf die Stirn. Dies ist unter den ayurvedischen Anwendungen wohl eine der bekanntesten Therapieformen. Vor dem Stirnguss erfolgt eine ayurvedische Ganzkörpermassage mit einem warmen Öl, wodurch Körper und Geist bereits entspannt werden. Shirodhara wirkt ausgleichend und beruhigend auf das vegetative Nervensystem.

Endgespräch und Beratung (30 Min)

Hier wird individuell noch einmal eingegangen auf die Ayurvedische Pulsanalyse am ersten Tag und die derzeitige Befindlichkeit nach den durchgeführten Behandlungen.

Anfragen direkt in
unserer *Finest Beauty*
unter der DW 1771.

€ **429**

Preis zuzüglich zum Nächtigungspreis.



Harmonie für Körper,
Geist und Seele

4 Tages Ayurveda Package „Detox zur Inneren Ausgeglichenheit“

Ayurvedische Pulsanalyse (50 Min)

Mit Ayurvedacharya Gopi (*BAMS Bakkalaureus der Fakultät für ayurvedische Medizin, Chirurgie und Chemie in Indien*)

Hier wird der Status von den Doshas (Vata, Pitta, Kapha) und der inneren Organe ermittelt.

2x Swastha – Ganzkörpermassage mit festem Druck (50 Min)

Eine Ganzkörper Tiefenmassage mit warmen, gereiftem Sesamöl. Swastha-Massage wirkt vitalisierend und regt die Gewebedurchblutung und den Stoffwechsel an. Sie aktiviert den Lymphfluss, wodurch Schlacken aus dem Gewebe abtransportiert werden. Durch den starken Druck werden mit dieser Behandlung auch tiefere Gewebeschichten erreicht und Verspannungen effektiv gelöst. Das Ziel ist es, ein physisches und psychisches Gleichgewicht herzustellen.

2x Pinda Sweda – Die ayurvedische Schwitzbehandlung (50 Min)

Eine ayurvedische Massageanwendung mit Kräuterstempeln. Pinda Sweda ist ein universelles, sehr wandelbares Therapiemittel mit oft beeindruckender Intensität zur Behandlung von Migräne, Gelenkschmerzen, Rheuma, Erschöpfungssyndromen, Cellulite oder Heuschnupfen.

1x Nasya – Reinigung und Regenerierung der Nasenschleimhaut (25 Min)

Ist eine Reinigungsbehandlung über die Nase und ist ein fester Bestandteil einer ayurvedischen Therapie. Nasya verbessert die Durchblutung, fördert den Schleimfluss und damit eine tiefe Reinigung im Bereich des gesamten Kopfes, des Nackens und der Schulterpartie und führt insgesamt zur Entfernung von Ama (der „Schlacke“ in den Geweben).

Endgespräch und Beratung (30 Min)

Hier wird individuell noch einmal eingegangen auf die Ayurvedische Pulsanalyse am ersten Tag und die derzeitige Befindlichkeit nach den durchgeführten Behandlungen.

Anfragen direkt in
unserer **Finest Beauty**
unter der DW 1771.

€ **459**

Preis zuzüglich zum Nächtigungspreis.