



KRÄUTER-SPA

2024





WELLNESS INFORMATIONEN

Lassen Sie sich von unserem top geschulten Wellnessteam in unserem Kräuter-Spa verwöhnen: Ob Beauty, Massagen, Ayurveda- oder Partneranwendungen – wir möchten, dass es Ihnen gut geht!

WISSENSWERTES FÜR EINE ANGENEHME WOHLFÜHLZEIT

Sichern Sie sich Ihre Wellnesstermine bereits von zu Hause aus, per Telefon oder E-Mail. Ihre Terminzeiten erhalten Sie bei der Anreise direkt an der Rezeption. So ist Ihre Urlaubsentspannung garantiert.

RESERVIERUNG:
Tel.: +49 (0) 9942 94850
URLAUB@ZUM-BRAEU.DE

Haben Sie eine Pauschale gebucht, bei der bereits Wellnessanwendungen inkludiert sind? Dann erhalten Sie bei der Anreise eine Übersicht der Termine, die für Sie fix vorgesehen sind.

Für Terminvereinbarungen vor Ort stehen Ihnen unsere Rezeption und die Wellnessabteilung zu den ausgeschriebenen Zeiten gerne zur Verfügung.

Bitte kommen Sie zu Ihren Anwendungen im Bademantel und ohne Schmuck. Damit Sie sich bei uns in guten Händen fühlen, teilen Sie uns bitte vorab gesundheitliche Beschwerden, Allergien oder Schwangerschaften mit! Um bereits vor der Behandlung Ruhe finden zu können, bitten wir Sie, einige Minuten vor Anwendungsbeginn an der Wellnessrezeption Platz zu nehmen. Sie werden dort von unseren Mitarbeitern abgeholt. Nach der Behandlung empfehlen wir Ihnen eine Ruhezeit in unserem Berg-Zirbenholz-Ruheraum.

Wir bitten Sie, Terminstornierungen bis spätestens 24 Stunden vor Beginn an der Hotelrezeption abzusagen, damit keine Stornokosten anfallen.

ÖFFNUNGSZEITEN UNSERER WOHLFÜHLWELT

Hallenbad	07.00 Uhr bis 19.30 Uhr
Sky-Infinity-Außenpool	07.00 Uhr bis 19.30 Uhr
Saunawelt	10.30 Uhr bis 19.30 Uhr

BEAUTY & MORE

BAYERWALD „JUNGBRUNNEN“ 75 Min

Mit dieser hochwertigen nadelfreien Methode werden exklusive Seren in die mittlere Hautschicht transportiert. Durch Elektroporation werden Wirkstoffe wie Hyaluronsäure, Peptide, Retinol und weitere problemlösende Wirkprinzipien eingearbeitet. Die Haut wird von innen aufgebaut und so wird nachhaltig für ein schöneres und straffer Hautbild gesorgt. Nach dieser besonderen Behandlung erkennen Sie ein sichtbar rosig frisches, pralles und glattes Hautergebnis. Alle Clinical-Care-Produkte sind frei von Parabenen, PEGs und Mineralölen – dermatologisch getestet. Reinigung, Peeling, Mesotherapie mit dem Skinshooter, Maske, Kurzmassage, Abschlusspflege mit hochwertiger Collagencreme zur zusätzlichen Festigung der Haut.

€ 104,-

SCHÖNER AUGENBLICK 45 Min

Bringt Ihre Augen zum Strahlen!

Augenbrauenkorrektur, Augenbrauen färben, Wimpern färben, Wirkstoffserum, kleine Massage und Augenmaske

€ 43,-

Medizinische Fußpflege 60 Min

Rechtzeitige Voranmeldung erforderlich.

€ 50,-

BAYERWALD „SCHÖNHEIT“ 80 Min

Abgestimmt auf Ihren Hauttyp

Reinigung, Peeling, Brauenkorrektur, Gesichtsdampfbad, Ausreinigung, Maske, Wirkstoffserum, Kurzmassage und Abschlusspflege.

€ 95,-

Zusätzlich Dekolletépackung

€ 15,-

BAYERWALD „LOVE YOUR AGE“

90 Min

Glättet, restrukturiert und verfeinert mit dem hochwirksamen und besonders verträglichen Wirkstoff Retinol. Reinigung, Peeling, Brauenkorrektur, Gesichtsdampfbad, Ausreinigung, Lifting- und Augenmaske, Wirkstoffserum, Gesichtsmassage, Abschlusspflege.

€ 100,-

Zusätzlich Dekolletépackung

€ 15,-

BEHANDLUNGS-BASICS

Augenbrauen färben € 12,-

Wimpern färben € 12,-

Augenbrauenkorrektur € 12,-

Wirkstoffampulle € 12,-

Bärtchen wachsen € 12,-

Happy Feets 75 Min

Wellness-Pediküre inkl. Horn- und Nagelhaut entfernen, Nägel in Form bringen, Nagelpolitur, Fußpackung und Kurzmassage. Nägel lackieren.

Bei Gel-Nägeln ist die Anwendung nicht möglich.

€ 65,-

Maniküre

Klassische Maniküre € 35,-

Zusätzlich Nägel lackieren € 12,-

Zusätzlich Handpackung € 12,-

Gedankenreise 25 Min

Wohltuende Gesichtsmassage

Durch eine sanfte Massage der einzelnen Gesichtspartien entsweben Sie in eine entspannende Auszeit. Schicken Sie für einen Moment auch Ihre Gedanken auf eine kleine Urlaubsreise und genießen Sie das ruhige und verwöhnende Schönheitshighlight.

€ 35,-



ECHE KERLE

MEN'S POWERNAP

50 Min

Zirbennadelbad & Massage

Mental Müde? Entspannt und gleichzeitig gestärkt bei einem wohltuenden Zirbenschraubbad. Die abschließende Teilkörpermassage mit Zirben-Massagelotion verwöhnt, wirkt entspannend und regenerierend.

€ 80,-

BAYERWALD „MÄNNERSACHE“

80 Min

Vitalisierende Intensivbehandlung für gestresste Männerhaut. Reinigung, Peeling, Gesichtsdampfbad, Ausreinigung, Wirkstoffserum, Spezialpackung, Kurzmassage, Abschlusspflege.

€ 90,-

BODY VERWÖHN- PROGRAMM

BÜRSTENMASSAGE 30 Min

Die Bürstenmassage stärkt das Immunsystem, wirkt hautstraffend, fördert die Entgiftung und Entsäuerung des Körpers und sorgt für ganzheitliche Entspannung. Die Haut wird auf natürliche Weise von abgestorbenen Hautschuppen befreit und zum Abschluss mit einem wertvollen Öl gepflegt.

€ 45,-

BÜRSTENMASSAGE INKL. PFLEGENDER ZIEGENBUTTER GANZKÖRPERPACKUNG 60 Min

Während der Packung genießen Sie eine entspannende Gesichtsmassage.

€ 80,-

SPICE-UP ERLEBNIS 60 Min

Genießen Sie die geheimnisvolle Kraft der Gewürze

Beginnend mit einem wohltuenden **Detoxdrink** wird anschließend Ihre Gesichtshaut mit einem Energiekick versorgt. Die entgiftende Maske mit Chili- und Pfeffer-Extrakt sorgt für ein vitalisierendes Hautgefühl. Gleichzeitig wird Ihr Körper mit einer Detoxpackung verwöhnt. Als Abschluss erfolgt eine kurze Gesichtsmassage mit auf Ihren Hauttyp abgestimmter Gesichtspflege.

€ 80,-

BRÄU'S MASSAGEWELT

ZIRBENDUFTMASSAGE

Entspannung – Harmonie – Stärkung

Zur Einstimmung erhalten Sie ein kleines aromatisch duftendes Zirbenlockensäckchen, das Sie ideal auf die anschließende Zirbenduftmassage vorbereitet. Der warme, holzige Duft der Zirbe wirkt beruhigend auf Herz und Kreislauf, entspannend und lässt Sie vollkommen zur Ruhe kommen. Die Massage mit hochwertigem Zirbenöl spendet Kraft und steigert das Wohlbefinden.

Ganzkörper 60 Min
(inkl. Zirbensäckchen) € 90,-

Teilkörper 30 Min
(inkl. Zirbensäckchen) € 54,-

STRESSLESS-RELAXMASSAGE 60 Min

Diese einzigartige Kombination mit Auszügen der Aromaölmassage in Verbindung mit der wohltuenden Wirkung von warmen Lavasteinen bringt Entspannung pur.

€ 85,-

LOSGELÖST 30 Min

Schulter / Nacken / Rücken

Verspannungen im Schulter-, Nacken- und Rückenbereich werden sanft gelöst. Diese Massage mit warmen Ölen verleiht neue Beweglichkeit und ein Körpergefühl, das Sie lieben werden. Fühlen Sie sich frei und aktiv!

€ 50,-

RÜCKENFIT 35 Min

Eine klassische Massagekombination aus lockernden und entspannenden Massagetechniken lassen Ihre Muskulatur geschmeidig und wieder leistungsfähig werden. Vitalisierend und wohltuend zugleich. Körper und Geist tanken neue Energie.

€ 55,-

TRAUMFÄNGER 60 Min

Gesichts-, Kopf- und Dekolletémassage

Lassen Sie Ihre Träume wahr werden. Vollkommene Entspannung und innere Harmonie. Wohlbefinden für Körper, Geist und Seele. Diese sanfte Spezialmassage mit ayurvedischen Ölen streicht den Stress förmlich aus Ihrem Kopf und fördert die Tiefenentspannung.

€ 75,-





8

KRAFT DER ALPEN

Alpienne zeichnet sich durch eine einzigartige Fachkompetenz in der Entwicklung von 100 % natürlicher Pflege- und Gesundheitsprodukten aus. Mit vielen wertvollen alpinen Rohstoffen werden Sie mit hochwertigsten Pflegeprodukten, die ganz und gar im Einklang mit der Natur stehen, verwöhnt.

MURMELÖL fördert die Durchblutung, durchwärmt, lockert und entspannt den Bewegungsapparat und löst Muskelverkrampfungen.

ARNIKA-MASSAGEMILCH wirkt kühlend, entspannt die Muskulatur und ist wohltuend für den gesamten Organismus.

JOHANNISKRAUT-MASSAGEMILCH wirkt besonders beruhigend bei Erschöpfung, Schlaflosigkeit und bei nervlicher Anspannung.

HONIG-PROPOLIS-MASSAGEMILCH wirkt besonders hautpflegend, entschlackt und entgiftet. Optimal für trockene und Problemhaut.



ALPIENNE

ALPIENNE ALPENGLÜCK 30 Min

Sanfte, pflegende Teilkörper-Wellnessmassage mit wohlriechenden Düften ganz auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten. Besonders empfehlenswert bei Müdigkeit und Erschöpfung. Wertvolles Murmelöl belebt den Körper und spendet neue Energie.

€ 48,-

ALPIENNE SÜSSE MOMENTE 70 Min

Zu Beginn erhalten Sie ein hautzellenaktivierendes Honig-Zirben-Peeling. Die anschließende stoffwechselanregende Ganzkörpermassage mit Honig-Propolis-Lotion stärkt das Immunsystem der Haut und nährt Sie besonders intensiv.

€ 100,-

ALPIENNE HONIG-ZIRBENPEELING 30 Min

Auf dem warmen Bayerwald-Hamam
Genießen Sie ein sanftes hautverfeinerndes Peeling für alle Hauttypen auf dem warmen Bayerwald Hamamstein. Natürliche Peelingkörner aus Bergsalz und mikronisiertem Zeolith befreien die Haut. Die wertvollen Mineralstoffe aktivieren den Zellhaushalt und stellen die Hautbalance wieder her. Nährstoffreiche Extrakte von Milch und Honig, sowie bestes Olivenöl pflegen anschließend wunderbar geschmeidig und lassen die Haut strahlen.

€ 48,-

ALPIENNE PURE-RELAX-MASSAGE 55 Min

Verwöhnbehandlung für den gesamten Rückenbereich. Zuerst wird die Haut mit einer pflegenden Bienenwachspackung mit Propolis gepflegt und die Muskulatur mit warmen Kompressen auf die darauf folgende, entspannende Massage mit Murmelöl vorbereitet. Dies fördert die Durchblutung und hat eine tiefenentspannende Wirkung auf das gesamte Nervensystem.

€ 80,-

9



PEELINGS AUF DEM BAYERWALD HAMAM

SALVE IN TERRA 30 Min

Salz-Öl-Peeling

Eine ideale Kombination von Meersalz und hautpflegenden Ölen. Die Haut wird durchblutet und streichelzart. Ein frischer Duft begleitet Sie durch den Tag.

Fresh Up: (Mandel-, Sesam-, Kokosöl) kühlend, fruchtig-frisch mit Pfefferminze, Brombeere

Sparkling: (Mandel-, Oliven-, Arganöl) prickelnd-frisch mit Papaya, Vetiver, Champagner

Together: (Sesam-, Lein- und Arganöl) sinnlich-leicht mit Papaya, Zitrone, Frangipani

€ 40,-

WALD-PEELING 30 Min

Creme-Peeling

Holzige warme Duftnoten bestimmen dieses Peeling. Ideal zur Entgiftung und Reinigung der Haut.

Wirkung: entgiftend, durchblutungsfördernd, regt die Zellneubildung an, mental ausgleichend. Bei Schlafstörungen und innerer Unruhe geeignet.

€ 40,-

ALPENGLÜHEN 30 Min

Salz-Öl-Peeling

Sanftes und erfrischendes Peeling mit der Kraft der Alpen. Duftende Kräuter wecken Erinnerungen an saftige Almwiesen und alpine Berggipfel. Ideal bei Hautirritationen, zur Entgiftung und Reinigung.

Wirkung: durchblutungsfördernd, krampflösend, entzündungshemmend, regenerierend, entspannend, stimmungsaufhellend, stärkt die Widerstandskraft und das Selbstvertrauen.

€ 40,-

WACHMACHER-PEELING 30 Min

Kaffee-Peeling

Nicht nur für alle Kaffee-Liebhaber ein Muss: das Peeling, das den Stoffwechsel ankurbelt. Pflegt intensiv, wirkt anregend und durchblutungsfördernd.

Wirkung: stoffwechselaktivierend, entwässernd, harmonisierend, Schutz vor freien Radikalen. Ideal bei Bindegewebschwäche und Übersäuerung der Haut.

€ 40,-

BÄDER

KRÄUTERZAUBER 25 Min

In den Badezusätzen befinden sich ausschließlich basische Badesalze, handverlesene Kräutermischungen sowie ätherische Öle.

Basisches Pflegebad

„Entspannungszeit“

Pflegende Badekosmetik mit Melisse – verwöhnt Haut & Sinne

Basisches Pflegebad „Durchatmen“

Pflegende Badekosmetik mit Eukalyptus

1 Person	€ 38,-
2 Personen	€ 57,-

BIERBAD 25 Min

Allein der Name lässt Männerherzen höherschlagen. Aber auch bei Frauen, liegen die gesundheitsfördernden und hautpflegenden Eigenschaften von Hopfen und Malz hoch im Trend. Die wertvollen Inhaltsstoffe des Gerstensaftes regen den Stoffwechsel an, entschlacken den Körper von Giftstoffen, wirken hautstraffend und entspannen den Geist. + kleines Weizenbier

1 Person	€ 40,-
2 Personen	€ 60,-

FÜR TIEFES DURCHATMEN



PAAR- ANWENDUNGEN

HERZENSWÄRME 50 Min

Paarbehandlung Ganzkörpermassage

Genießen Sie diese zeitgleiche Ganzkörpermassage: Sanfte Massagegriffe verwöhnen Ihre Muskulatur und wirken beruhigend. Gleitende Ausstreichungen am ganzen Körper sorgen für tiefe Entspannung und absolutes Wohlbefinden.

€ 130,-

TRAUMMOMENTE ZU ZWEIT

110 Min inkl. Nachruhe

Abwechselnde Paaranwendung

Zur Einstimmung relaxen Sie gemeinsam bei einem romantischen Bad zu zweit in der Partnerbadewanne. Anschließend darf eine Person bei einer wohltuenden Gesichtsmaske, sowie einer Hand- & Fußpackung entspannen, während der Partner mit einer sanften Rückenmassage verwöhnt wird. Danach erfolgt das Gleiche umgekehrt. Nachruhe im Kuschelbett mit einem Glas Prosecco Rosé, frischen Früchten und Schokopralinen aus der hauseigenen Pâtisserie.

€ 150,-

ROMANTIKBAD ZU ZWEIT 25 Min

Partnerbadewanne / Glas Prosecco Rosé

Zeit für ein entspanntes gemeinsames Romantikbad in der Partnerbadewanne. Genießen Sie diese Relaxzeit zu Zweit in wohliger Wärme mit betörenden Düften und einem Glas Prosecco Rosé.

€ 60,-

CHOCO EXPERIENCE FÜR ZWEI

80 Min inkl. Nachruhe

Paarbehandlung Schokomassage (50 Min) / Kuschelbett mit Glas Prosecco Rosé und feinen Schokopralinen

Glück zu Zweit

Die euphorisierende Wirkung der Schokolade sorgt für Glückshormone. Durch sanfte Massageeinheiten werden Anspannungen gelöst und gleichzeitig hinterlässt das warme Schokoladenöl ein weiches und zartes Hautgefühl. Nachruhe im Kuschelbett mit Schokopralinen aus der hauseigenen Pâtisserie und einem Glas Prosecco Rosé.

€ 160,-

TRAUMZEIT 80 Min inkl. Nachruhe

Paarbehandlung Ziegenmilchbad / Rückenmassage (25 Min) / Kuschelbett mit Glas Prosecco Rosé und frischen Früchten

Zur Einstimmung relaxen Sie gemeinsam bei einem romantischen Ziegenmilchbad mit Honig für ein duftendes Wohlgefühl der Haut. Anschließend genießen Sie zeitgleich eine entspannende Rückenmassage mit Ziegenbutter. Nachruhe im Kuschelbett mit einem Glas Prosecco Rosé und frischem Obst.

€ 150,-

SINNEN-TEILKÖRPERMASSAGE 30 Min

Einfühlsame und verwöhnende Teilkörpermassage, die Sie zeitgleich genießen dürfen. Entschweben Sie gemeinsam ins Reich der Sinne.

€ 100,-





JAMASTE
YOGA · MASSAGE · COACHING

14

ANTISTRESS-MASSAGE 40 Min

Gegen die Anzeichen von Stress wirken Ruhe, Wärme, Liebe und Geduld. Nicht nur Nacken-, Schulter-, Rückenbereich und Arme, sondern auch das Kreuzbein – als wichtige neurologische Region des Körpers – werden sanft und langsam mit wertvollen Ölen massiert und behandelt. Warme Lavasteine bringen eine zusätzliche Entspannung bei dieser Behandlung. € 57,-

AROMAÖL-GANZKÖRPERMASSAGE

60 Min

Bei der sanften Aromaölmassage werden ätherische Öle mit einer entspannenden Massage kombiniert. Die wohltuende Wirkung dieser Ganzkörpermassage befreit Sie von jeglichem Stress. € 77,-

KOPF-FREI-MASSAGE 30 Min

Bei dieser speziellen Detailmassage wird gezielt auf den oberen Rücken, Schulter, Nacken und Hinterkopf eingegangen. Sanft, achtsam und mit langsamen Bewegungen können Verspannungen gelöst werden. € 49,-

TEILKÖRPERMASSAGE RÜCKEN

30 Min

Bei Verspannungen speziell im Rücken-, Nacken- und Kopfbereich wirkt diese Massage äußerst entspannend und wohltuend. Es werden dabei Griffe und Techniken aus verschiedensten Richtungen wie z.B. der Faszien- oder klassischen Massage angewandt.

soft	€ 48,-
medium	€ 49,-

FUSSREFLEXZONEN-MASSAGE 40 Min

Auf den Füßen befinden sich Reflexzonen, die dem ganzen Körper und den Organen zugeordnet werden können. Vitalisieren Sie Ihren Körper von der Basis an mit einer stimulierenden Massage der reflektorischen Punkte. Körperorgane werden harmonisiert und Energiebahnen angeregt. € 58,-

FUSSREFLEX-RÜCKENKOMPOSITION

60 Min

Eine wohltuende Kombination aus Fußreflexzonenmassage und einer sanften Rückenmassage mit ayurvedischem Kräuteröl. € 77,-



15

HOT-STONE-MASSAGE 35 Min

Warme Basaltsteine werden auf die Energiezentren gelegt, um diese zu aktivieren. Währenddessen werden Sie mit warmem Sesamöl und Lavasteinen massiert.

Sie finden vollkommene Entspannung. Der Energiefluss wird aktiviert und Muskelverspannungen lösen sich. € 52,-

INTUITIVE MASSAGE 60 Min

Bei dieser Massage entscheidet der Massagetherapeut – in Einklang mit Ihren Bedürfnissen – welche Techniken angewendet werden. Auch Körperregion, Öl und verschiedene Werkzeuge werden bei jeder einzelnen Massage individuell auf Sie persönlich abgestimmt. Lassen Sie sich überraschen. € 77,-

RÜCKENMASSAGE-MIX

Während dieser Massage werden zunächst Rücken, Schultern, Nacken, Becken und Wirbelsäule mit verschiedenen Massagetechniken und Hot Stone behandelt. Die Rückenmuskulatur wird vom Nacken bis zum Becken optimal gelockert und Sie fühlen sich wunderbar entspannt. Die anschließende Gesichts- und Kopfmassage bringt eine tiefe Entspannung mit sich.

60 Minuten	€ 78,-
75 Minuten inkl. Fußmassage	€ 92,-



JAMASTE
YOGA · MASSAGE · COACHING



AYURVEDISCHE MASSAGEN



AYURVEDISCHE WUNSCHMASSAGE 45 Min

Bei dieser ayurvedischen Massage können Sie sich mindestens 2 Teilbereiche aussuchen. Unsere Therapeuten können gezielt auf Ihre Wünsche eingehen und massieren Sie mit besten indischen Ölen nach ayurvedischen Techniken.

€ 62,-

HIMMEL & ERDE 60 Min

Bei dieser ayurvedischen Massage werden zuerst Nacken, Kopf und Gesicht, sowie anschließend die Füße, detailliert mit hochwertigen ayurvedischen Ölen massiert.

Es werden Marma- und Reflexpunkte miteinbezogen. Eine sehr entspannende Massage **(Auch für Schwangere empfehlenswert)**

€ 77,-

SHIROMARDANA AYURVEDISCHE KOPFMASSAGE 35 Min

Bei dieser äußerst angenehmen Massage werden speziell Nacken, Kopf und Gesicht mit einem hochwertigen indischen Öl verwöhnt. Diese Massage ist sehr zu empfehlen bei chronischen Kopfschmerzen, Migräne, Stress und Nervosität. **(Auch für Schwangere empfehlenswert)**

€ 53,-

ABHYANGA GANZKÖRPERMASSAGE 80 Min

Übersetzt heißt Abhyanga „liebende Hände“. Die ayurvedische Ganzkörpermassage inkl. Kopf und Gesicht ist äußerst regenerierend für den Organismus und das Nervensystem. Sie wird auch „Königin der Massagen“ genannt. Alleine die hochwertigen, gut riechenden indischen Kräuteröle tragen viel zur Entspannung bei.

Die warmen Öle werden zunächst nach ayurvedischer Art eingestrichen.

Begleitend werden Marmapunkte gezielt behandelt.

€ 95,-

AYURVEDISCHE WIRBELSÄULEN- UND RÜCKENMASSAGE 40 Min

Die ayurvedische Rücken- und Wirbelsäulenmassage ist außerordentlich wohltuend. Unsere Therapeuten massieren mit hochwertigen indischen Kräuterölen und sanftem Druck Rücken, Becken, Wirbelsäule, Schultern und Nacken. Hierbei werden die Energiebahnen und Marmapunkte ausführlich behandelt.

€ 59,-

SPEZIAL- BEHANDLUNGEN



THAI-YOGA-MASSAGE 70 Min

Die Thai-Yoga-Massage ist eine innige Verbindung zweier Menschen mit dem Ziel, Verspannungen zu lösen und in Bewegung zu bringen. Die besondere Wirkung liegt im Wechsel von An- und Entspannung und der Aktivierung von Energiefluss in den Energiebahnen (durch die Tiefe des behutsamen Drucks.) Durch das Zusammenwirken ruhiger und fließender Bewegungen entsteht ein Zustand tiefster Entspannung und Regeneration. Grundsätzlich wird der ganze Körper unter Einsatz von Körpergewicht mit Fingern, Handballen, Ellbogen, Knien und Füßen gedehnt, mobilisiert und entspannt. Es werden gezielt sanfte Techniken aus der Osteopathie, vor allem bei der Kopfbehandlung, eingesetzt. Mit bequemer Kleidung auf einer Futonmatratze.

(Auch für Schwangere empfehlenswert) € 92,-

DRUCKINTENSIVE MASSAGE 40 Min

Eine spezielle, druckintensive Massage für besonders harte Muskeln und Verspannungen. Wir verwenden, je nach Art der Verspannung, verschiedene Massage-Techniken und -Tools wie z.B. unsere Hände, Unterarme oder Triggerpunkt-Stäbchen. Entspannung und Lockerung der Muskulatur sind bei der druckintensiven Massage das primäre Ziel.

€ 62,-

SHIATSU-BEHANDLUNG 70 Min

Das Ziel einer Shiatsu-Behandlung ist ein Gefühl von Tiefenentspannung, Ausgeglichenheit und Leichtigkeit. Man kann Shiatsu auch als eine vorbeugende Methode zur Erhaltung der Gesundheit und als Weg zum besseren Kontakt zu sich selbst verstehen. Damit die Energie wieder in Fluss kommt, werden die Energiebahnen und Akupressurpunkte mit sanftem Druck und Gefühl, sowie durch Dehnungstechniken und Griffe aus der Osteopathie gezielt behandelt. (Wirkungsvoll bei Muskelverspannungen, Sorgen, Stress oder Müdigkeit.)

Mit bequemer Kleidung auf einer Futonmatratze.

(Auch für Schwangere empfehlenswert) € 92,-

ANTI-CELLULITE MASSAGE 40 Min

Eine anregende Massage für Ihre Problemzonen, die mit speziellen Massagegriffen aus der Lymphdrainage und auch Fussreflexzonenmassage mit einem durchblutungsförderndem Öl (Senföl) und mit Bürsten/Garshan kombiniert wird. Das Ziel ist es, den Stoffwechsel der Haut anzuregen, Verklebungen unter der Haut und Gewebe zu lösen und vor allem den Lymphfluss zu fördern.

€ 59,-



SPEZIAL- BEHANDLUNGEN

KLANGSCHALEN BEHANDLUNG

40 Min

Da der menschliche Körper überwiegend aus Wasser besteht, wird dies durch die Schallwellen, welche durch Vibration der Klangschalen entstehen, in Bewegung gebracht. Dies wirkt harmonisierend auf gestörte Chakren und hilft somit beim Lösen von emotionalen Blockaden und Verspannungen. Des Weiteren wird der Klangschalenbehandlung heilende Wirkung bei Stress und Schlaflosigkeit zugesprochen.

€ 65,-

FASZIEN MASSAGE 90 Min

Ist eine sanfte Faszien-Dehnung bei Muskel-, Gelenkschmerzen und Migräne. Auf diese Weise öffnen sich die inneren Atemräume und man bekommt seine Flexibilität zurück.

€ 109,-

BREUSS-MASSAGE 30 Min

Durch die spezielle Bandscheibenmassage werden körperliche Verspannungen mit Johanniskraut-Öl erleichtert. Dient auch zur Vorbeugung und ist sehr zu empfehlen bei Rheuma.

€ 50,-

OHRKERZENTHERAPIE 40 Min

Diese Therapie baut mentalen Stress ab. Körperliche Entspannung folgt dann von ganz allein. Spüren Sie die Magie des Feuers und lassen Sie sich bei einer kurzen Gesichtsmassage in eine wohltuende Entspannung führen. Diese heilsame Behandlung hat auch einen besonders reinigenden Effekt auf die Stirn- und Nasenhöhlen.

€ 52,-

SCHRÖPFMASSAGE 50 Min

Tauchen Sie ein in eine uralte Heilmethode. Die Anwendung einer Schröpfmassage bringt verlorene Energie zurück, wirkt ausgleichend, entspannend und ist eine Wohltat für Körper, Geist und Seele. Durch die gleitenden Bewegungen der anschmiegsamen Silikongläser wird das Gewebe effektiv durchblutet, sodass sich Muskeln erwärmen und lockern. Die abschließende Rückenmassage mit sanften Streichungen schafft ein ganzheitliches Wohlbefinden und ein wunderbares Körpergefühl.

Rechtzeitige Voranmeldung erforderlich.

€ 75,-

HAWAIIANISCHE MASSAGE

„LOMI-LOMI-NUI“ 95 Min

Die Lomi-Lomi-Nui-Massage ist eine einzigartige Mischung aus Ritual und Körperarbeit, die vollkommenes Wohlbefinden vermittelt. Die Tempelmassage wirkt wie Balsam für Geist und Körper. Durch tiefe Entspannung in respektvoller Atmosphäre verlassen Sie den Alltag. Ziel dieser zuwendungsvollen Massage ist es, den Menschen in Einklang mit sich und seiner Umgebung zu bringen.

€ 125,-



20



SPEZIAL- BEHANDLUNGEN FÜR DIE WERDENE MAMA

IM EINKLANG SCHÖNHEITS- UND ENTSPANNUNGS- RITUAL 40 Min

Entspannende Nacken- und Rückenmassage (im Sitzen) mit Ihrer persönlichen Wunsch-Massagemilch. Wählen Sie aus drei verschiedenen Produkten (Seite 8) und genießen Sie Ihr individuelles Entspannungsritual.

Anschließend werden Ihre Hände, die soviel leisten, mit einer pflegenden Handpackung verwöhnt, während sich Ihre Augenpartie anhand einer hochwertigen Augenmaske regenerieren kann. € 70,-

LEICHT UND LOCKER ENTSTAUENDE BEINBEHANDLUNG 25 Min

Diese entstauende Beinmassage bringt Abhilfe bei schweren Beinen während der Schwangerschaft. € 43,-

21



ENTSPANNUNG FÜR MUTTER UND KIND



ABHYANGA FÜR SCHWANGERE 80 Min

Eine sehr liebevolle und achtsame Ganzkörpermassage, inkl. Kopf- und Gesichtsmassage, um die werdenden Mamas zu entspannen. Es wird in der Rückenlage und Seitenlage sehr langsam, mit warmem Kräuteröl massiert, um Haut und Gelenke zu nähren. Muskeln entspannen sich und das ganze System wird während der Tiefenentspannung neu ausgerichtet. Auch das seelische Wohlbefinden wird positiv beeinflusst. € 95,-


JAMASTE
YOGA · MASSAGE · COACHING

BRÄU'S VERWÖHN- INKLUSIVLEISTUNGEN:

Entspannen und loslassen – einfach mal
faul sein! Sich verwöhnen lassen!

Bei uns findet jeder seinen Platz, seinen
ganz persönlichen Rückzugsort.

RELAXEN UND FAULENZEN

- Berg-Zirbenruheraum – entspannen
im Duft der Zirbe mit **Zirben-Infrarot-
Schwingliegen**
- Ruhestüberl mit beheizten
Wasserbetten
- Panorama-Ruheraum mit Blick zum Na-
turteich mit verschiedenen Ruheplätzen
und Liegen zum Entspannen
- Ruheraum Apfelgarten – relaxen in
wunderbarer Stille
- Ruheliegen im Relaxgarten am Natur-
teich und auf der Panorama-Terrasse
- Sonnenliegen und Sonnenschirme
(nach Verfügbarkeit) in der warmen
Jahreszeit
in unserem Relaxgarten am Naturteich
und auf der Panoramaterrasse
- Leih-Wellnesskorb mit flauschigen Bade-
mänteln, Bade- und Saunatüchern auf
Ihrem Zimmer
- Badeschlappen kostenlos auf Wunsch
- Bibliothek im Spa
- FKK-Relax-Garten

ERFRISCHEN UND ABKÜHLEN

- Erlebnisduschen
- Sprung in den Bio-Naturschwimmteich
im Relaxgarten
- Abkühlen im erfrischenden Eisnebel
in der Bräu's Wohlfühlwelt
- Eisbrunnen
- Saft- und Teebar während der
Saunaöffnungszeiten

SCHWITZEN UND ENTSPANNEN

Im Bayerischen Saunaland

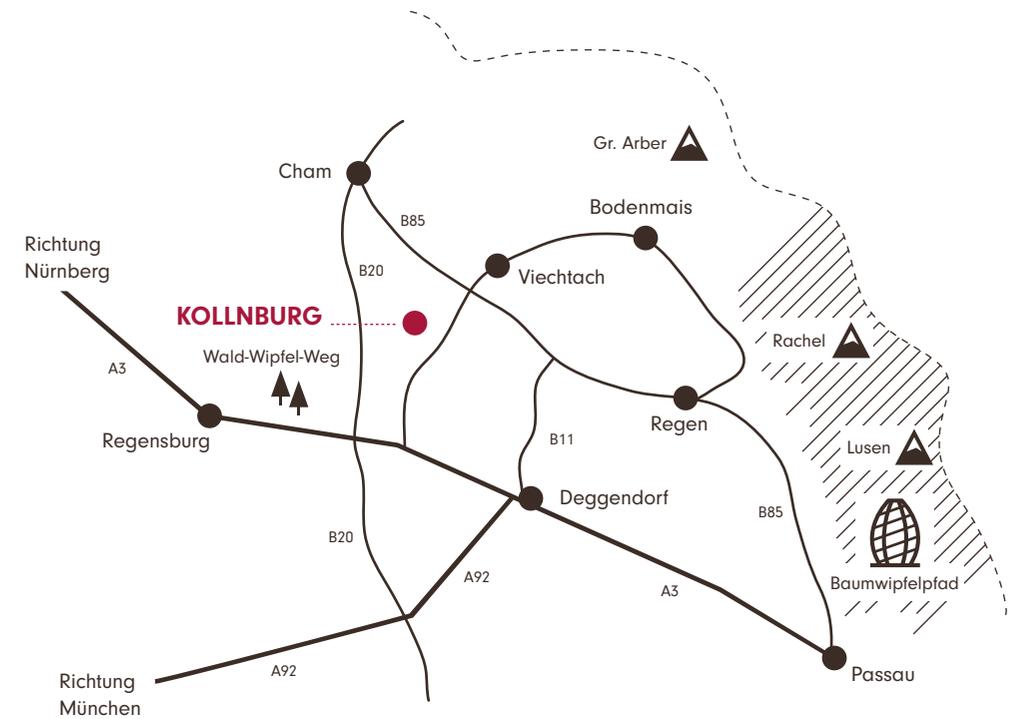
- Fin-Sauna (100 °C)
- Aroma-Dampfbad (42 °C)
- Sole-Laconium (50 °C)
- Zirben-Bio-Sauna (70 °C)

In der Bräu-Wohlfühlwelt

- Kräuter-Panorama-Sauna (65 °C)
- Panorama-Fin-Sauna (85 °C)

SCHWIMMEN UND PLANTSCHEN

- Hallenbad 6 m x 10 m (29 °C) mit
Massagedüsen
- Bio-Naturschwimmteich
- Panorama Außenpool mit Innenein-
stieg, Sprudelliegen und Blick auf die
Bayerwaldberge 16 m x 6 m (34 °C –
ganzjährig beheizt)



Anreise mit der Bahn:
Zugreisende holen wir gerne kostenlos vom Bahnhof in Viechtach ab.



