

## Massagen im Hotel Anemone

### **Klassische Massage oder Sportmassage / *Classic massage***

Teilmassage für Gesicht, Füße oder Körper

*massage for face, feet or body*

25 min € 45,00

### **Klassische Vollmassage / *Full body massage***

**Sportmassage / *Sports massage***

45 min € 89,00

60 min € 110,00

### **Entspannungsbäder / *relaxing baths***

25 min € 35,00

### **Wohlfühl-Anwendung / *“Feel good” treatment***

Ein entspanntes Bad und ein Körperpeeling machen Ihre Haut weich und geschmeidig und Sie haben Zeit zu träumen und zu genießen!

*A relaxing bath and a body scrub will soften your skin and supple and you have time to dream and enjoy!*

90 min € 135,00

### **Fußreflexzonen-Massage / *Feetreflexation-massage***

Mit dem Druck der Daumen und Finger am Fuß/ Fußsohle, werden Reize ausgelöst, die zu einer positiven Beeinflussung der verschiedenen Organe im Körper führen. Ihre Wirkungsweise ist energetisch und reflektorisch auf die Organe und Körpersysteme ausgerichtet.

*By pressing the thumbs and fingers onto the feet/ the sole, a stimulus is produced which has a positive influence on various organs of the body. It has an energetic-reflexive effect on specific organs and body system.*

45 min € 89,00

60 min € 110,00

### **Schwedische Massage / *Swedish massage***

Ein Technikmix aus Kneten, Streichen und Zirkulation, der vor allem der Muskellockerung dient. Eine schwedische Massage empfiehlt sich also immer dann, wenn der Schwerpunkt der Behandlung auf das Lösen von Muskelverspannungen ausgerichtet ist. Es wird mit Öl gearbeitet.

*A technical mix of kneading, strokes and compasses that primarily serves to loosen the muscles. A Swedish massage is always recommended when the treatment should release muscle tensions. We work with oil.*

45 min € 89,00

60 min € 110,00

**Die manuelle Lymphdrainage (ML od. MLD) / *Manual lymphatic drainage (ML or MLD)***

Neben den Blutbahnen sind die Lymphgefäße das wichtigste Transportsystem im menschlichen Körper. Ist der Lymphfluss behindert, kommt es zu Schwellungen. Die physikalische Therapie Lymphdrainage hilft, Flüssigkeitsstaus im Gewebe aufzulösen.

*In addition to the bloodstream, the lymphatic vessels are the most important transport system in the human body. If the lymphatic flow is obstructed, swelling occurs. The physical therapy lymphatic drainage helps to dissolve fluid congestion in the tissue.*

45 min	€ 89,00
60 min	€ 110,00