



---

Massagen & Anwendungen

# Klassische Wellnessmassagen

---

## Rückenmassage

Diese klassische Rückenmassage ist ideal zur Vorbeugung und Behandlung von Verspannungen in der Muskulatur und im Nacken- sowie Rückenbereich. Sie dient zur besseren Durchblutung der Haut und natürlich auch für Entspannung der Rückenmuskulatur.

---

Ca. 20 Minuten 35,00 €

## Aromaöl-Massage

Die Aromaölmassage ist eine ideale Kombination zwischen entspannender, klassischer Massage und den Heilkräften spezieller Pflanzen, die dem Massageöl beigefügt werden. Vor allem der Rücken ist Ansatzpunkt dieser Entspannungsmassage.

---

Ca. 20 Minuten 37,00 €

## Honig-Massage

Die Honigmassage wirkt in mehrfacher Weise: Mit einer besonderen Massagetechnik wird, unterstützt von der Konsistenz des Honigs, eine intensive Anregung, Entschlackung und Entgiftung der Hautschichten bewirkt. Vor allem das Bindegewebe wird angeregt und durchblutet.

---

Ca. 20 Minuten 37,00 €

## Breiß-Massage

Die Breiß-Massage ist eine feinfühlig, energetisch manuelle Rückenmassage, die seelische, energetische und körperliche Blockaden lösen kann. Sie leitet die Regeneration von unterversorgten Bandscheiben ein und ist der Schlüssel zur Lösung vieler Probleme im Bewegungsapparat, besonderes im Kreuzbeinbereich.

---

Ca. 20 Minuten 37,00 €

## Ganzkörper-Massage

Die klassische Ganzkörpermassage ist eine Wohltat für den gesamten Körper und die Muskulatur. Während Sie entspannen wird Ihre Durchblutung gefördert und Ihr Bindegewebe gestärkt. Bei dieser Massage werden neben Rücken auch die Beine sowie Arme mit eingebunden.

---

Ca. 50 Minuten 65,00 €

## Hot-Stone-Massage

Eine ganzheitliche energetische Behandlung mit heißen Basaltsteinen. Verspannungen werden gelöst und das Energiesystem aufgeladen. Durch die Anwendung der Steine wird die Durchblutung und der Lymphfluss angeregt.

---

Ca. 50 Minuten 75,00 €



# Besondere Verwöhnmassagen

## Schröpf-Massage

Mit speziellen Schröpfgläsern werden Verspannungen in Nacken und Rücken gelöst. Der in den Gläsern entstehende Unterdruck führt zu einer verbesserten Durchblutung der Haut und des Unterhautfettgewebes, die verspannte Muskulatur wird gelockert. Deutlich verspannte Bereiche werden in der Regel massiert, bis die behandelte Stelle eine rötliche oder bläuliche Verfärbung aufweist.

Ca. 20 Minuten 35,00 €

## Edelstein-Massage

Berührungen die Körper und Seele bewegt. Bei der Edelsteinmassage werden Energiebahnen stimuliert, Energieblockaden gelöst und damit Körper, Geist und Seele in Einklang gebracht. Je nach Auswahl des Edelsteins hilft dieser, Muskelverspannungen zu lösen, die Durchblutung anzuregen oder die Vitalität zu steigern.

Ca. 20 Minuten 37,00 €



## Kräuterstempel-Massage

Eine harmonische Kombination aus klassischer Massage und einem Wohlfühlerlebnis für die Muskulatur und Ihre Sinne!

Diese Massage wird mit lockeren und entspannenden Massagegriffen und wohltuend heißen, aromatischen und mit Bergkräutern gefüllten Kräuterstempeln kombiniert. Eine außergewöhnliche Massage mit der Kraft und der Natur - ein wahrer Genuss!

---

Ca. 50 Minuten 75,00 €

## Lomi-Lomi-Nui

Die Lomi Lomi Nui Massage ist eine ganzheitliche, traditionelle Massage aus Hawaii. Mithilfe von rhythmisch, tiefgehenden und dynamischen Massagegriffen und der Verwendung der Unterarme stellt sich nach der Massage eine tiefe, körperliche Entspannung ein.

---

Ca. 50 Minuten 75,00 €

## Honig-Ingwer-Ganzkörper

Diese besondere Variante einer Ganzkörpermassage wird vor allem durch die Ergänzung von sanft stimulierendem Ingwer- und hautberuhigendem Honigextrakt im Massageöl verstärkt. Neben der körperlichen Entspannung unterstützt der harmonische Duft die Balance von Körper und Geist.

---

Ca. 50 Minuten 70,00 €

## Ayurveda-Massage / Abhyanga

Der gesamte Körper wird in gleichmäßigen Rhythmen geölt. Flächige Streichungen, Kreisungen und eine punktuelle Druckmassage setzen reinigende Impulse, aktivieren den Energie- und Lymphfluss und straffen die Haut. Die Ayurveda-Massage ist eine Tiefengewebsmassage mit direkter Stimulation der Muskeln.

---

Ca. 50 Minuten 80,00 €



## Phonophorese

Mit der Phonophorese werden durch Stimmgabeln mit den Planetenfrequenzen entsprechende Verstimmungen und Blockaden gelöst. Sie hilft bei körperlichen, seelischen Blockaden und bei Entgiftung, sie fördert die Harmonisierung, einen gesunden Schlaf, Konzentration und Lebensqualität. Phonophorese hört und fühlt man.

---

Ca. 25 Minuten 39,00 €

Ca. 50 Minuten 78,00 €

## Gesicht-Dekolleté und Arm - Massage

Eine besonders angenehme Massage für Gesicht, Dekolleté, Arme und Hände. Es fördert die Durchblutung vom Dekolleté bis hinauf zum Gesicht. Eine ausgleichende Maske vitalisiert und strafft die Haut, zusätzlich werden Spannungen im Hand-/Armbereich gelockert.

---

Ca. 25 Minuten 39,00 €

## Fußdruckpunkt-Massage

Die Füße sind das Spiegelbild des Körpers und sind direkt mit der Seele verbunden. Organe, Lymph- und Nervensysteme werden über Ihre Fußsohlen stimuliert und positiv beeinflusst. So wird die Durchblutung gefördert, Stauungen und Blockaden gelöst und das energetische System harmonisiert.

---

Ca. 20 Minuten 35,00 €

## Kosmetische Fußpflege

Kosmetische Fußpflege beinhaltet ein leichtes abtragen der Hornhaut, Rückschnitt der Nägel sowie das Entfernen der Nagelhaut. Auf Wunsch werden die Nägel auch lackiert.

---

Ca. 20 Minuten 39,00 €





seit 1760

LANDHAUS  
SPONSEL-REGUS

★★★★

Veilbronn 9  
91332 Heiligenstadt

---

T 0 9198 222  
F 0 9198 14 83  
info@sponsel-regus.de  
www.Sponsel-Regus.de