

Wellness

Massage, Therapien & Spezialbehandlungen

Massages, Therapies & Special treatments



C Œ U R D E S A L P E S
Hotel - Garni

Ganzkörpermassage / Full Body Massage 50 Min. CHF 100.-

Die Klassische Ganzkörpermassage ist eine wunderbare Möglichkeit in eine tiefe und erholsame Entspannung zu gelangen. Während 50 Minuten wird Ihr ganzer Körper durch verschiedene Massagegriffe verwöhnt. Verspannungen werden gelöst, das Immunsystem gestärkt, Durchblutung und Kreislauf gefördert. Lassen Sie Ihren Stress hinter sich und seien Sie im Hier und Jetzt.

The classic full body massage is a great opportunity for deep relaxation. During 50 minutes, your whole body will be spoiled with different massage techniques. Tense and tight muscles can relax, the immune system will be improved, as well as circulation. Leave your stressful everyday-life behind you and enjoy the present moment.

Teilkörpermassage / Partial Body Massage 25 Min. CHF 55.-

Die Klassische Teilkörpermassage lässt Sie innert kurzer Zeit wie neu geboren fühlen. Nacken, Rücken und Schultern werden während 25 Minuten behandelt. **Kurz aber intensiv:** Muskellockerung, Stärkung des Immunsystems, Förderung der Durchblutung und des Kreislaufs.

This classic partial body massage will let you feel like a newborn. The treatment takes 25 minutes and includes your neck, back and shoulders. **Short but intensive:** muscle relaxation, improvement of the immune system, stimulation of your circulatory system.

**Dorn- Triggerpunktbehandlung/
Dorn- Triggerpoint Treatment 50 Min. CHF 120.-**

Die Dorn-Methode ist eine sanfte Wirbel- und Gelenksbehandlung. Beschwerden, die direkt oder indirekt mit der Wirbelsäule zusammenhängen, werden dadurch gemindert oder sogar gelöst. Diese Behandlung ist sehr effizient und wirksam.

The Dorn-Method is a soft spinal column and joint therapy. Troubles which concern the spinal column go away. This treatment is very efficient and effective.

Kombi-Trigger Massage 50 / 80 Min CHF 120.- / 160.-

Bei der Kombi-Trigger Massage erhalten Sie zuerst eine Teil- bzw. Ganzkörpermassage zur Lockerung und Entspannung. Bereiche mit hartnäckigen Verspannungen werden bereits ein wenig gelockert und durch die Triggerpunktbehandlung anschliessend gelöst. Kann schmerzhaft sein.

At first you get a partial / full body massage for deep relaxation. The muscles get more and more relaxed. With the trigger-point treatment, tension and tightness disappear. For some people it can be a fairly painful, however an effective method.

Fussreflexzonenmassage / Reflexology **25 / 50 Min.** **CHF 55.- / 100.-**

Die entspannende und wohltuende Fussreflexzonenmassage bringt Ihre Seele und Ihren Körper wieder in Einklang. Unser Körper spiegelt sich sozusagen in unseren beiden Füßen wieder. Alle Organe werden abermals besser durchblutet, gestaute Lebensenergie beginnt erneut zu fließen und nicht zuletzt werden die Selbstheilungskräfte des Körpers unterstützt.

The relaxing and pleasant reflexology will harmonize your mind and body. Your feet are like a mirror of your body. All your vital organs are going to be better supplied with blood, the blocked life energy will flow again and, last but not least, the self healing capacities of our body get supported.

Kombi-Reflex Massage **50 / 80 Min.** **CHF 110.- / 150.-**

Die Kombi-Reflex Massage ist eine Kombination aus der Klassischen- und Fussreflexzonenmassage. Die Behandlung beginnt mit einer Teil- / bzw. Ganzkörpermassage. Anschliessend begeben wir uns zu Ihren Füßen. Die Fussreflexzonenmassage ist eine sehr entspannende und wohltuende Behandlung.

The Combi-Reflex Massage is a combination of the classic and reflexology massage. This treatment starts with a partial / full body massage. Afterwards, your feet will be in the foreground. Foot reflexology is a relaxing and pleasant treatment.

Hot & Cold Stone Massage Rücken / Nacken: **25 Min.** **CHF 70.-**
Ganzkörper: **50 / 80 Min.** **CHF 120.- / 180.-**

Die Hot & Cold Stone Behandlung ist eine der schönsten Massagearten. Sie wird zusammen mit heissen Lavasteinen und kalten Schneequarzsteinen durchgeführt. Durch die Wärme und Kälte erhöht sich die Heilkraft der Steine. Sie regen die Blutzirkulation an, geben unserem Körper Impulse zur Reinigung, Selbstheilung und Entschlackung. *Die kalten Steine werden nur im Gesicht angewendet.*

The Hot and Cold Stone Massage is one of the most beautiful treatments. We use hot lava stones and cold snow quartz. The healing power comes through the heat and cold of the stones. The blood circulation is stimulated and we get impulses for cleaning, self healing and purification. *The cold stones are only used on the face.*

Gesichts & Nackenmassage / Face & neck massage **25 Min.** **CHF 65.-**

Entspannende & erfrischende Gesichts- Kopf & Nackenmassage mit Gesichtsmaske.
Relaxing & refreshing Face- Head & Neck massage with face mask.

Shiatsu-Akupressur / Shiatsu-Acupressure 50 / 80 Min. CHF 110.- / 160.-

Die Shiatsu Akupressur ist eine Zusammensetzung von zwei ganz verschiedenen Behandlungsmethoden der traditionellen chinesischen Medizin. Im Shiatsu wird vor allem mit den Meridianen gearbeitet. Die Akupressur bezieht sich auf spezielle Punkte (Akupressur- oder Akupunkturpunkte) innerhalb der Meridiane. Die Shiatsu-Akupressur ist eine effektive Art akute sowie chronische Krankheiten oder Beschwerden zu lösen.

Shiatsu acupressure is a combination of two different methods of treatment from traditional Chinese medicine. In Shiatsu we are working especially with meridians which are energy channels. Acupressure refers to special points, acupressure- or acupuncture points, which are inside the meridians. The Shiatsu-Acupressure is an effective way to treat acute and chronic troubles or diseases.

Ayurveda Massage 50 / 80 Min. CHF 120.- / 180.-

Ayurveda ist die altindische Kunst, das tägliche Leben in Harmonie mit der Natur zu gestalten. Im Vordergrund stehen Gesundheit und die Fragen nach dem Sinn des Lebens. In meiner Ayurvedabehandlung streben wir nach Schönheit, Reinheit = ewige Jugend und Gesundheit.

Die wohltuende Ayurvedamassage mit warmen Öl lässt Ihre Energie wieder in alle Bereiche des Körpers fließen lässt.

Ayurveda is an ancient Indian art of how to live your daily routine in harmony with nature. Health and questions about the meaning of life come forth. We want to pursue beauty, purity, happiness and health.

The individualized ayurveda massage with warm oil will return your life energy to all parts of your body.

Partnermassage 60 Min. CHF 130.-

Es besteht die Möglichkeit, dass Sie zusammen in die Massage kommen. Wir kombinieren Massage und Rosenölbad.

Ihr/e Partner/in wird eine Teilkörpermassage erhalten, während Sie gemütlich im Rosenölbad ausruhen können. Nach 25 Minuten gibt es den Wechsel und Sie können nun eine entspannende Massage genießen.

Come with a partner together to your massage appointment. We combine massage and bath with essence of roses.

Your partner gets a partial body massage during that time you will have a relaxing bath in our tub. After 25 minutes you switch and you will get a massage.

Sie haben Zeit und Lust sich einige Stunden verwöhnen zu lassen?

Mit dem Wellness-Spezialangebot, gemischt mit verschiedenen Massagearten können Sie sich während 3 Stunden (inkl. Ruhe- und Teepausen) verwöhnen lassen.

Was ist in diesem Angebot alles inbegriffen?

- Klassische Aromamassage (50 Min.)
- Hot & Cold Stone (30 Min.)
- Fussreflexzonenmassage (40 Min.)
- Shiatsu Akupressur Kopf- & Nackenmassage (20 Min.)
- Gesichtsmaske (15 Min.)
- Entspannungsbad (20 Min.)

Let us indulge you for several hours!

The Wellness Special is a mix of different massages. During 3 hours (relaxing and tea-breaks included) you can relax and re-charge your inner battery.

What's included in this package?

- Classic Aromatherapy massage (50 min.)
- Hot & Cold Stone (30 min.)
- Reflexology (40 min.)
- Shiatsu Acupressure Head & Neck massage (20 min.)
- Face mask (15 min.)
- Relaxing bath with essential oils (20 min.)

Allgemeine Informationen / General informations

Verkauf / Sale:

Shaolin-Spray = DER WUNDERSPRAY/ The wonder Spray CHF 28.-

Arvenkissen - für einen gesunden & besseren Schlaf (lok.Produkt) CHF 80.- /CHF 100.-

Swiss stone pine pillow – for a healthier and better Sleep (local product)

Reservation:

Wann/ When: Täglich auf Anfrage / Daily on request

Wo: Sie können Ihre Massage an der Reception oder bei unserer Masseurin Jessica buchen.

Where: You can make your reservation at the reception or with our masseuse Jessica.

Payment

Please pay your massages cash to our masseuse. Thank you very much

Annulation / Cancellation

Falls Sie Ihren Termin nicht einhalten können, bitten wir Sie dies frühzeitig zu melden. Ansonsten wird Ihnen einen Teil der Kosten berechnet.

Please inform us as soon as possible if you cannot keep the appointment. If not we have to charge you a little amount