Preisliste
Massagen

Hasliberg

Ganzkörpermassage mit Gesicht	90 Min.	CHF 120.–
Ganzkörpermassage	75 Min.	CHF 100.–
Kombimassage mit Rücken und Beine	60 Min.	CHF 80.–
Teilmassage Rücken oder Beine	30 Min.	CHF 50.–
Schulter- und Nackenmassage in Rückenlage	30 Min.	CHF 50.–
Entspannungsmassage *(Kombination Fussreflex- und Rückenmassage)*	60 Min.	CHF 80.–
Fussreflexzonenmassage	60 Min.	CHF 80.–
Kopfschmerzen – und Migränebehandlung	60 Min.	CHF 80.–
Schultermassage und Gesichtsakupressur	60 Min.	CHF 80.–
Hot Stone *(Ganzkörper)*	90 Min.	CHF 140.–
Hot Stone *(Rücken)*	45 Min.	CHF 80.–
Reiki – Energieübertragung durch Handauflegen *(ohne Massage)*	60 Min.	CHF 80.–
Reiki – Rücken *(Kombination Massage und Handauflegen)*	60 Min.	CHF 80.–
Pristabhyanga *(Indische Rückenmassage mit warmem ayurvedischem Oel)*	60 Min.	CHF 90.–
Padabhyanga und Haatabhyanga *(Indische Fuss - und Handmassage mit warmem ayurvedischem Öl)*	60 Min.	CHF 90.–
Kids Massage	30 Min.	CHF 40.–
Schwangerschaftsmassage *(Entspannende Fuss- und Rückenmassage ab der 13. Woche)*	60 Min.	CHF 80.–

reka

Ganzkörpermassage
Sie steigert die Durchblutung, wirkt auf die Muskulatur, Haut und Bindegewebe, löst Verklebungen, senkt den Blutdruck, beeinflusst das vegetative Nervensystem, bringt psychische Entspannung, ist schmerzlindernd und reduziert den Stress.

Fussreflexzonenmassage
Sie hilft den Energiefluss im Körper wiederherzustellen, Spannungen abzubauen, die Durchblutung in den Organen zu verbessern, Schmerzen zu lindern und ist sehr wohltuend für die oft vergessenen Füsse.

Kopfschmerz – und Migränebehandlung
Diese Behandlung beruht auf den Grundlagen der Akupunkturlehre. Durch die Reizung von Akupunkturpunkten über die Meridiane im Nacken- Kopf- und Brustbereich beginnt die Energie wieder zu fliessen. Begonnen wird mit einer Schulter-Nackenmassage um erste Verspannungen zu lösen.

Hot Stone
Der Hauptnutzen dieser Massage ist die Wärme der Lavasteine, welche wohltuend in die Muskulatur und ins Gewebe dringt. Sie ist tief entspannend und lässt den Alltagsstress vergessen.

Reiki
Der Ursprung dieser Heilkunst befindet sich in Japan. Reiki ist die universelle Lebensenergie des Lichts, der Liebe die alles durchdringt und in Allem innewohnt. Durch Handauflegen von verschiedenen Positionen am ganzen Körper werden die Selbstheilungskräfte angeregt. Reiki ist keine Massage sondern eine geistige Heilweise, sanft und entspannend.

Reiki- Rückenmassage
Kombination aus Massage und Handauflegen

Pristabhyanga *Indische Rückenmassage*
Die gesamte Rücken- Schulter- und Nackenmuskulatur entspannt sich mit warmem ayurvedischem Öl unter kleinflächigen und grosszügigen, fliessenden Griffen. Begonnen wird mit einer kurzen Bauchmassage. Alle indischen Massagen vermitteln Wohlbefinden und Geborgenheit.

Padabhyanga und Haatabhyanga *Indische Fuss- und Handmassage*
Die Fussmassage hat eine sehr beruhigende Wirkung und ist hilfreich bei Kopfschmerzen, kreisenden Gedanken, Nervosität und energetisiert das Becken und den Bauch. Die Handmassage regt das kognitive Gedächtnis an und versorgt die Organe mit Energie, fördert die Flexibilität und die Handlungsfähigkeit. Die Behandlung wird mit warmem ayurvedischem Öl durchgeführt.

Kids Massage
Sanft, einfühlsam und vertrauensvoll für unsere kleinen Gäste.

Schwangerschaftsmassage
Die entspannende Wirkung der Massage, ab der 13. Woche, reduziert Stresshormone im Körper. Es werden hingegen Endorphine (Glückshormone) produziert und die Beruhigung des Nervensystems wird auch vom ungeborenen Baby wahrgenommen. Der Rücken wird in Seitenlage massiert. Bei einer Risikoschwangerschaft ist die Massage nicht geeignet.

Meine Arbeit wird begleitet von Freude, Leidenschaft und der Liebe zu den Menschen.
Kathrin Schmid

Reservationen: Telefonisch unter +41 79 548 40 94 oder per E-Mail an wellness.hasliberg@reka.ch.

Bezahlung anschliessend an die Massage in bar mit Schweizer Franken, Reka Checks oder Twint (keine Kreditkarten!) bei Kathrin Schmid.

Schweizer Reisekasse (Reka) Genossenschaft
Reka-Feriendorf Hasliberg
Dorf Wasserwendi
6084 Hasliberg
Tel. +41 33 971 67 00
hasliberg@reka.ch