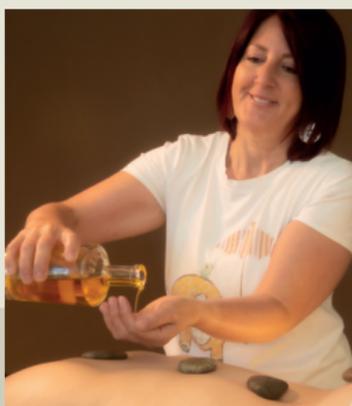


Relaxing
massage
SPA

Einmal nicht der Zeit nachjagen.
Keine Ziele verfolgen, kein Folgen
bedenken, keine Bedenken hegen.
Nicht nach Sinn und Nutzen fragen.
Nicht planen, nicht hasten.
Einfach nur den Moment genießen.

(Jochen Mariss)



Informationen
und Preise

Fußzonenmassage

Deine Füße tragen dich ein Leben lang. Danke es ihnen. Diese Behandlungsmethode aktiviert die Selbstheilungskräfte des menschlichen Körpers. Reflexzonen sind Nervenpunkte, die mit einer von diesen Punkt entfernten Körperstelle in Verbindung stehen.

50 Minuten - 70.00 €

Zeit für mich (individuelle Massage)

Mit kleinen Massagegriffen werden Haut, Muskeln, Sehnen und Bindegewebe in einer Intensität bearbeitet und mit Mandelöl und ätherischen Ölen gepflegt. Frisch und belebt, ausgeglichen und gelöst. Wählen Sie Ihren persönlichen Schwerpunkt Rücken, Schulter / Nacken, Beine oder Kopf, oder eine Ganzkörpermassage. Auch die Klangschale kann bei dieser Behandlungsform zur Tiefenentspannung entfließen; ebenso andere effektive Massagetechniken.

50 Minuten - 70.00 €

80 Minuten - 105.00 €



Rückenintensive Massage

kombinierte, tiefenwirksame Rückenbehandlung aus verschiedenen Massagetechniken.

50 Minuten - 68.00 €

Entstauende Massage

Hier handelt es sich um eine entstauende Anwendung, mit deren Hilfe der Abtransport überschüssiger Gewebsflüssigkeit erleichtert werden soll. Sie entspannt, beruhigt, entschlackt und wird mit sanftem Druck ausgeübt.

50 Minuten - 70.00 €

Detox-Massage

Diese Behandlung beinhaltet einen Leberwickel der in einer Bitterwurzeltinktur getränkt wird. Durch die warme Feuchtigkeit des Wickels wird die Gallensektion stimuliert, der Leberstoffwechsel wird angeregt. In Verbindung mit dieser Anwendung steht eine Fußmassage. Reflexzonen werden stimuliert und sind hilfreich für die Ausleitung und Entgiftung.

50 Minuten - 70.00 €

Ayurveda Schätze indischer Weisheit

Ayurveda – die Wissenschaft vom langen und gesunden Leben ist das mehr als 5000 Jahre alte ursprüngliche und natürliche Heilsystem Indiens und es gehört zu den ältesten der Welt.

Im Ayurveda spielen Massagen, besonders die mit warmen Ölen eine große Rolle, denn ein Körper will berührt und einfühlsam massiert werden. Das beruhigt, entstresst und fördert die Gesundheit.

Abhyanga Massage (Für den Körper)

Abhyanga ist die Königin der Ölmassagen in Indien. Sie regt den Energie- und Lymphfluss an und dient zur Reinigung. Sie wirkt regenerierend, stärkt Haut und Gewebe und macht den Körper weich und geschmeidig. Sie vermittelt tiefe innere Ruhe und Ausgeglichenheit.

80 Minuten - 105.00 €

Mukabhyanga (Kopf- Gesichtsmassage)

Sehr sanfte, liebevolle Massage mit warmen Ölen. Kräftigt den Haarboden und nährt Haarwurzeln und Haare. Beruhigt den Geist, stärkt die Nerven, fördert tiefen Schlaf und allgemein das Wohlbefinden.

50 Minuten - 70.00 €

Padabhyanga (Fußmassage)

Mit warmen Ölen werden die Füße und Waden bis zu den Knien ausgestrichen, geknetet und durch integrierte Marmabehandlung vitalisiert. Diese Fußmassage ist eine Wohltat für die Füße und wirkt sich entspannend auf den gesamten Organismus aus.

50 Minuten - 68.00 €



Klangschalen nach Peter Hess

Bei der Klangmassage handelt es sich um eine sehr wirksame Tiefenentspannungsmethode, bei der die Schalen auf den bekleideten, liegenden Körper aufgelegt und durch sanftes Anschlagen zum Schwingen gebracht werden. Bereits nach wenigen Behandlungen kann die ursprüngliche Harmonie des Menschen, eine Körperentspannung, sowie eine positive Einstellung zum eigenen Körper erreicht werden. Es entsteht eine Basis für die Entwicklung von Selbstheilungskräften.

Verwendet werden dabei unterschiedliche schwingende Klangschalen in verschiedene Größen, die zu den jeweiligen Körperteilen passen. Der gesamte Körper kommt dabei in harmonische Schwingung, was als sehr wohltuend empfunden wird.

Zu einer Klangmassage werden vom Kunden bequeme Kleidung mit langen Ärmeln, Hosenbeinen und Socken mitgebracht.

50 Minuten - 68.00 €

80 Minuten - 99.00 €



Craniosacral

Die craniosacrale Behandlungsform hat ihren Ansatz in der osteopathischen Medizin. Wer schon einmal „craniosacral“ behandelt wurde, kennt das Phänomen! Obwohl der Behandler fast gar nichts gemacht hat, fühlt man sich hinterher erschöpft. Woher kommt das?

Im Begriff „Craniosacral“ stecken die Bedeutungen „Schädel“ (Cranium) und „Steißbein“ (Sacrum). Durch die Einwirkungen auf den Schädel (Cranium) bis zum Steißbein (Sacrum) versucht der Behandler über die Wirbelsäule positiv auf den Körper einzuwirken, Blockaden zu erspüren und zu lösen - und so Schmerzen zu lindern. Das Einwirken auf den Körper erfolgt somit für den Kunden zunächst positiv. Es werden Selbstheilungsknöpfe aktiviert und der Körper wird ins Gleichgewicht gebracht. Craniosacral kommt zum Einsatz bei funktionellen Störungen bei den Muskeln, Gewebe oder Organe in ihrer Funktion eingeschränkt sind. Ebenso löst Craniosacral gute Dienste bei Wiederkehrenden Kopfschmerzen, Migräne und ist eine safte Technik zum Lösen alles Stressbedingten Symptome.

Diese sanfte, ganzheitliche Anwendung ist zu empfehlen bei:

- » Kopfschmerzen und Migräne
- » Tinnitus und Verdauungsbeschwerden
- » wenn Stress die normale Körperfunktion beeinträchtigt

50 Minuten - 70.00 €

80 Minuten - 105.00 €

Bachblüten

Bachblütenberatungen sind deswegen sinnvoll, da man sich selber nie objektiv beurteilen kann und meist der Verstand bei der Blütenwahl vorherrscht. Das kann zur falschen Auswahl führen.

Im Gespräch mit den Kunden werden die geeigneten Blüten ermittelt. Bachblütenberatung bedeutet ein intensives Gespräch mit dem Hilfesuchenden zu führen.

Auseinandersetzung mit dem Problem = Selbsterkenntnis.

(Inklusive persönliche Bachblütenmischung.)

60.00 €



Meth - nach Karl Heinz Biederstaedt

Genährt aus reichen Erfahrungen, gesammelt über Jahrzehnte, entwickelte Karl-Heinz Biederstaedt die MassageEnergieTherapie, welche Erkenntnisse und Techniken verschiedener Behandlungsmethoden in sich vereint. So fließt Wissen aus der Bindegewebslehre, Massage, Akupunktur, Kinesiologie, Gelenkskorrekturen, Narbenentstörungen und andere Heilweisen zusammen.

Meth Behandlung

Die Massage Energie Therapie METH ist eine Behandlungsform, die auf den Erkenntnissen der Bindegewebemassage, Meridiantherapie und der Anwendung ist, dass über den kinesiologischen Bindegewebstest am Rücken ein gezielter und individueller Behandlungsablauf bestimmt wird. Mit Hilfe spezieller Massage-Techniken und manueller, energetischen Behandlungen der Akupunktur-Meridiane können die unterschiedlichsten Beschwerden gelindert werden.

Die Behandlung mit der METH hat sich besonders effektiv und erfolgreich gezeigt bei:

- » Kopfschmerzen
- » Rückenschmerzen
- » Schmerzen und Erkrankungen des Bewegungsapparates
- » Erkrankungen der Atemwege
- » Allergien
- » Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes
- » Gelenkserkrankungen
- » Stoffwechselstörungen
- » Verkrampfungen
- » Verspannungen in Muskulatur
- » Schlafstörungen und vegetative Disharmonien
- » Mangelnde Vitalität
- » Lebensenergie

50 Minuten - 72.00 €

80 Minuten - 108.00 €



Edelsteinmassagen "Harmonie"

Eine Ganzkörper Behandlung, die Dank einer Kombination von verschiedenen Massagetechniken und Mithilfe von Edel und Heilsteinen zu einem Besonderen Wohlfühlresultat wird! Die Energiebahnen werden zum Fließen gebracht, das warme Öl und der der Duft der Schnalser Zirbe tragen zusätzlich zur Regeneration und Tiefenentspannung bei.

Bergkristall

Beruhigende, reinigende und heilende Wirkung bringt Klarheit und Energie. Er reinigt die Haut und stärkt das Bindegewebe. Er reinigt Geist und Seele. Zudem löst Bergkristall Energieblockaden auf.

Amethyst

Vertreibt dunkle Gedanken, fördert Konzentration, sorgt für mehr Klarheit, Wachheit und innere Harmonie, hilft bei Verspannung und trägt zu einem erholsamen Schlaf bei.

Aventurin

Der grüne Regenerationsstein unterstützt die Gelassenheit und fördert die Geduld, Blockaden werden gelöst und die Energie kann wieder fließen.

50 Minuten - 72.00 €

80 Minuten - 108.00 €

Wirkung auf Körper und Geist

Die Edelsteinmassage nutzt die thermischen Effekte der Steine sowie ihre vermuteten energetischen Eigenschaften. Die Wärme der Steine hilft, Muskeln zu entspannen und die Durchblutung zu fördern, was Schmerzlinderung und Entspannung zur Folge haben kann.

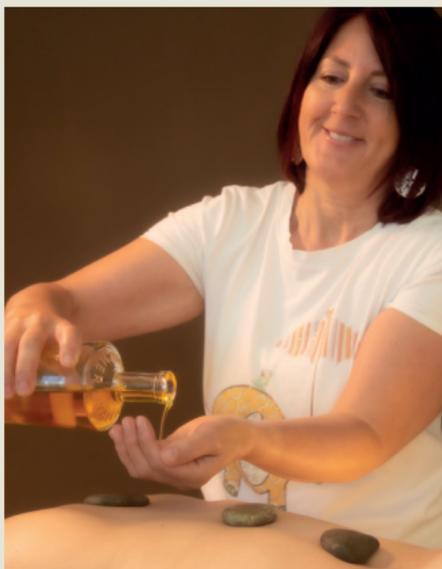
Auf geistiger Ebene wird angenommen, dass die Edelsteine zur Freisetzung von Stress und zur Förderung eines Gefühls der Gelassenheit beitragen können.



Grißt enk!

Mein Name ist Waltraud Stieger Weithaler und bin ganzheitliche Masseurin.

Das Interesse nach persönlichem Wachstum und nach mehr Wissen über Heilung und über das Energiesystem im Menschen animierte mich Zusatzausbildungen zu besuchen.



Die größte Leidenschaft für mich ist ganz intuitiv mit Menschen zu arbeiten.

Aufgewachsen bin ich im Schianbliamtal (Martelltal). Seit meiner Kindheit bin ich sehr naturverbunden. In der Freizeit findet man mich im Wald, am Berg, aber auch beim Kräuter pflücken. Die Wildwachsenden Blüten werden von mir zu Bachblüten weiterverarbeitet.



Familie Weithaler-Gruber
Unser Frau 79 - Vernagt am See
39020 Schnals

Tel. +39 0473 676063
www.hotel-vernagt.it - info@hotel-vernagt.it