

Sie sind als regionale  
Besucher ebenso wie  
Haus- und Tagungsgäste  
herzlich willkommen



# PalatinRelax

## - Massagen -

### Klassische Massage

Behandlungsdauer: ca. 25 Min | 35,00 €

Gezielte klassische Massagegriffe lassen Ihre Muskulatur wieder leistungsfähiger werden. Eine klassische Massage löst Blockaden und steigert Ihr Wohlbefinden.

---

### Sanfte Rückenmassage

Behandlungsdauer: ca. 25 Min | 35,00 €

Eine sanfte und entspannende Teilkörpermassage, um den Körper ruhen und die Seele baumeln zu lassen. Diese entspannende, sanfte Teilkörpermassage erzeugt ein tiefes Wohlgefühl.

---

### Körpermassage

Behandlungsdauer: ca. 60 Min | 69,00 €, ca. 80 Min | 89,00 €, ca. 90 Min | 109,00€

Erholung für Körper, Geist und Seele: Schalten Sie ab bei einer verwöhnenden Körpermassage. Lassen Sie sich entführen in eine Welt der Tiefenentspannung.

---

## Hot-Stone-Massage

Behandlungsdauer: ca. 80 Min | 99,00 €

Harmonie und Energie durch die Kraft der Steine. Warme Steine und fließende Massagegriffe lassen die beruhigende Wärme tief in den Körper vordringen und wärmen ihn von innen. Die intensive Wirkung der Steine regt die Energiezentren an, löst Verspannungen und sorgt für einen gesunden Ausgleich von Körper, Geist und Seele. Dieses indianische Massageritual bringt Körper und Seele wieder in Einklang.

---

## Fußreflexzonenmassage

Behandlungsdauer: ca. 40 Min | 45,00 €

Eine Fußreflexzonenmassage bewirkt eine Stimulierung der gesamten Reflexzonenpunkte am Fuß und hat somit eine wohltuende Wirkung auf den kompletten Körper. Es werden sowohl die Füße als auch die über die Reflexbögen verbundenen Organe und Körperteile besser durchblutet, es erfolgt eine bessere Nährstoffversorgung und die Entschlackung wird angekurbelt. Eine tief wirkende Entspannung stellt sich ein.

---

## Lomi – Lomi Massage

Behandlungsdauer: ca. 80 Min | 109,00 €

Stammt aus Hawaii und wird oft als „Hawaiianische Tempelmassage“ bezeichnet. Sie ist ein reinigendes und harmonisierendes Ritual, das den Körper unterstützen soll, sich von belastenden Energien zu befreien. Diese Massage ist unendlich sanft und doch kraftvoll wie die Wellen des Meeres. Sie be-rührt Körper und Geist und ist ein unvergessliches Erlebnis. Verspannungen lösen sich mit fließenden und rhythmischen Bewegungen. Speziell Gelenke werden mobilisiert, Muskeln werden gedehnt und gelockert.

---

## Klangmassage

Behandlungsdauer: ca. 60 Min | 75,00 €

Der Klangtherapie liegen uralte Erkenntnisse über die Wirkung von Klängen zugrunde, die in allen alten Kulturen der Welt Anwendung fanden. Wenn die Klangschalen auf dem angezogenen Körper angeklungen werden, kommen Sie in tiefe Entspannung. Der Stress des Alltages gerät in den Hintergrund und der ganze Körper wird harmonisiert.

---

## Entgiftungsmassage mit Holzwalzen

Behandlungsdauer: ca. 70 Min | 85,00 €

Die Maderotherapie stammt aus Kolumbien und findet hier zunehmend Gefallen, da sie eine sehr große Wirksamkeit aufzeigt. Mittels verschiedenen Holzwalzen wird am Bauch, an den Beinen und an den Armen der Lymphfluss angeregt, dadurch kann der Körper von Giften gereinigt werden. Sie unterstützt außerdem den Fettabbau und verringert Cellulite.

---

## Die Kopf- und Gesichtsmassage mit Holzwalzen

Behandlungsdauer: ca. 40 Min | 55,00 €

Diese Behandlung ist ein Teil der Maderotherapie. Anspannungen lösen sich, die Gesichtshaut wird entspannt und bekommt so einen guten Teint, wirkt dadurch deutlich erfrischt. Mit den Holzwalzen wird der Lymphfluss im Gesicht angeregt, leichte Schwellungen können somit verschwinden und die Haut wird geglättet. Nicht anwendbar nach Hyaluron Spritzen.

---

## Faszienmassage

Behandlungsdauer: ca. 60 Min | 76,00 € oder ca. 90 Min | 119 €

Die Faszie ist das Bindegewebe, das alle Muskeln, Organe und Gefäße umhüllt und hat einen großen Einfluss auf den Bewegungsapparat, die Körperhaltung und die Schmerzempfindung. Die Faszien ermöglichen Halt, Beweglichkeit und Elastizität. Durch Bewegungsmangel, monotone Belastung, schlechter Körperhaltung oder Stress werden Faszien weniger gut bewässert, verkleben, verhärten und verfilzen. Somit verursachen sie Steifigkeit, Verspannungen und Schmerzen. Zielgerichtete Faszienmassage ermöglicht Verhärtungen des Gewebes zu lösen und zu lockern. Die Techniken werden langsam und sorgsam ausgeführt.

---

## Paarmassageunterweisung:

Behandlungsdauer: ca. 40 Min | 120 €

Was gibt es Schöneres als seinem Partner durch Berührung Wohlempfinden zu verschaffen? In diesem 90 minütigen Workshop erfahren Sie, wie Sie mit einfachen Griffen Verspannungen lösen und Entspannung herbeiführen können.

Inhalte sind :

- Rückenmassage
- Massage Schulter- und Nackengürtel,
- Energimassage des unteren Rückens und des Gallenblasenmeridians,
- Kopf und Gesichtsmassage

Jeder der Partner bekommt eine Massage und gibt eine Massage unter Anleitung.

---