

# MASSAGE

## PARKHOTEL MARGNA

### Die Klassiker

<b>GANZKÖRPERMASSAGE*</b>	50 Minuten	CHF 105
<b>TEILMASSAGE</b> (Rücken, Nacken oder Beine)	25 Minuten	CHF 65
Bei der klassischen Massage werden mit den Händen Druck- und Zugreize auf Gewebe und Muskeln ausgeübt. Dadurch erzielt man eine direkte körperliche Wirkung, die die verkrampfte Muskulatur dehnt und entspannt. Körperliche Funktionen wie Herzschlag, Blutdruck oder Verdauung werden wohlwollend beeinflusst.		
* Die reine Massagezeit kann nach Absprache auf 45 Minuten verkürzt werden, wenn Sie aufgrund motorischen Schwierigkeiten auf Hilfe und Unterstützung der Masseurin angewiesen sind.		
<b>SPORTMASSAGE</b>	50 Minuten	CHF 115
Eine kräftige, tiefgehende Massage, um verspannte Muskeln zu lockern, die Regenerationsfähigkeit zu beschleunigen und die Leistungsfähigkeit zu erhöhen.		
<b>AROMAMASSAGE</b>	50 Minuten	CHF 115
Eine entspannende und wohltuende Massage, in der die Wirksamkeit der Massage von ätherischen Ölen unterstützt wird. Durch die Aromamassage führt man dem Körper die „Lebenskraft der Pflanze“ zu, wobei jede Essenz ihre eigene heilsame Wirkung auf bestimmte Teile des Körpers, des Geistes und der Seele hat.		
<b>HOT STONE MASSAGE</b>	70 Minuten	CHF 160
<b>RÜCKEN-HOT STONE MASSAGE</b>	50 Minuten	CHF 120
Die Hot Stone Massage ist eine alte Therapieform der Naturvölker Asiens und Amerikas. Dabei gleiten warme, eingeölte Basaltsteine über den Körper, was zu einer tiefgehenden Entspannung führt. Durch die warmen Steine in Kombination mit einer harmonischen Massage können auch tiefliegende Verspannungen gelöst werden. Man fühlt sich anschliessend harmonisiert und ausgeglichen.		
<b>KÖRPERPEELING MIT LEICHTER MASSAGE</b>	50 Minuten	CHF 110
Ein reinigendes Körperpeeling mit rosa Steinsalz aus dem Himalaya, das eine revitalisierende und ausgleichende Wirkung hat. Dieses reinigende Peeling hinterlässt auf Ihrer Haut einen wohltuenden dünnen Ölfilm, der diese zusätzlich pflegt. Nach der traditionellen ayurvedischen Wissenschaft ist Peeling eine höchst effektive Reinigung für den Körper, die den Energiefluss anregt. Dieser Prozess wird mit einer leichten Massage zusätzlich gefördert.		
<b>MARGNA MASSAGE</b>	100 Minuten	CHF 195
Bei dieser exklusiven wohltuenden Ganzkörperbehandlung werden verschiedene Massagetechniken und Massageanwendungen wirkungsvoll miteinander kombiniert. Anschliessend an die Ganzkörpermassage verwöhnen wir Sie mit einer regenerierenden Gesichtsbehandlung inklusive sanftem Peeling, feuchtigkeitsspendender Maske und entspannender Gesichtsmassage.		

### Gesichtsmassage

<b>REGENERATIVE ELIXIR</b> (erfrischend)	50 Minuten	CHF 120
<b>REGENERATIVE HYDRA</b> (feuchtigkeitsspendend)	25 Minuten	CHF 70
Regeneration und Gesundheit für die Haut. Eine pflegende und regenerierende Behandlung, die für alle Hauttypen geeignet ist, um die Jugend der Haut wiederherzustellen. Entgiftet, repariert, pflegt und schützt die Haut dank eines angenehmen und anregenden Rituals. Bei dieser Massage verwenden wir die Bio-Produkte der Linie Sacred Nature.		



# MASSAGE

## PARKHOTEL MARGNA

### Persönliche Empfehlungen

ausgeführt von **Carlotta, ausgebildete Masseurin | Kosmetikerin**

#### **FUSSREFLEXZONENMASSAGE**

50 Minuten

CHF 110

Bei der Fussreflexzonenmassage wird durch die Behandlung der Füsse der gesamte Körper positiv beeinflusst. Jedes Organ spiegelt sich in einem bestimmten Reflexpunkt auf den Fusssohlen (und an den Händen) wieder. Aufgrund dieser Zusammenhänge werden durch Druck auf einen Reflexpunkt am Fuss auch weiter entfernt liegende Körperbereiche beeinflusst.

#### **LOMI LOMI**

50 Minuten

CHF 115

Diese hawaiianische Tempelmassage wirkt nicht nur auf der physischen Ebene, sondern bringt Körper, Geist und Seele in Balance. Das Gefühl von wohltuender Wärme und die immer wiederkehrenden, grossflächigen Bewegungen lassen Sie in eine tiefe Entspannung versinken.

ausgeführt von **Debora, ausgebildete Masseurin**

#### **MANUELLE LYMPHDRAINAGE**

50 Minuten

CHF 115

Durch sanfte, kreisende Druckbewegungen auf der Haut werden Ansammlungen von Lymphflüssigkeit, Schlacken und Giftstoffen aus dem Gewebe abtransportiert. Dies führt zu einer intensiven Entschlackung und zur Stärkung des Immunsystems.

#### **TIBETISCHE MASSAGE**

50 Minuten

CHF 115

Lassen Sie sich vom Klang der tibetischen Glocken begleiten, um die Chakra Energien zu aktivieren und Ihr natürliches Gleichgewicht wiederherzustellen. Die Massage ist eine energetische Heilmassage, die Körper, Geist und Seele wieder in Einklang bringen soll und wirkt direkt auf die verschiedenen Energiezentren des Körpers. Durch gezielte und sanfte Berührungen wirkt sie vor allem sehr beruhigend und wohltuend auf den gesamten Organismus.

#### **RE-EQUILIBRA**

50 Minuten

CHF 115

Eine sehr sanfte therapeutische Methode, welche die natürlichen Selbstregulierungskräfte des Körpers auf Selbstheilung hin stimuliert. Eine Heilmethode, welche mittels spezieller Handgriffe die Funktionsfähigkeit und Beweglichkeit des Knochengerüsts und der Skelettmuskulatur verbessern und die Selbstheilungskräfte des Körpers anregen soll.

#### **AROMA TOUCH**

50 Minuten

CHF 115

Bei einer Aroma Therapie werden acht verschiedene reine und hochwirksame Öle und Ölmischungen nacheinander im Bereich der Wirbelsäule und der Fussreflexzonen aufgetragen und mit sanften Bewegungen eingearbeitet. Es handelt sich dabei um eine äusserst wirksame Methode, welche die Rückenmuskulatur entspannt und die Reflexzonen stimuliert.

Informationen und Reservationen  
an unserer Rezeption.

+41 81 838 47 47  
[info@margna.ch](mailto:info@margna.ch)

