Eibtaler Hof

Bio- und
Erlebnisbauernhof

Wellnessmassagen
Ayurveda
Thai-Yoga-Massagen

**Unser Kosmetik- und Wellnessangebot
für die ganze Familie**

erholen - genießen - wohlfühlen

Herzlich Willkommen in unserem Wellness-Stüberl!

Genießen Sie die Ruhe und die Zeit, einfach einmal NICHTS zu tun.

Unser Wellness-Team verwöhnt Sie mit wohltuenden und hochwertigen Behandlungen.

Information und Termine für Massage- und Kosmetikanwendungen erhalten Sie an unserer Infowand oder an der Rezeption.

Alle Kosmetik- und / oder Massageanwendungen werden auf Ihr Zimmer gebucht und können bei Abreise bequem mit EC-Karte bezahlt werden.

Bitte beachten Sie: Termine sollten nur in dringenden Fällen, spätestens jedoch **24 Stunden vor** der Behandlung abgesagt werden.
Leider müssen wir Ihnen nicht rechtzeitig abgesagte Termine in Rechnung stellen.

Unser Wellness-Team:

Susanne Schlund - Heilpraktikerin und Yogatherapeutin

Matthias Fick - Ayurveda-Therapeut, Körpertherapeut

Kathrin Schlesinger - Ausgebildete Masseurin, Lymphdrainagetherapeutin

Aktive Entspannung im Bade- und Saunabereich von 9.00 Uhr bis 21.00 Uhr für Sie geöffnet!

- Schwimmen ist besonders gelenkschonend und trainiert gleichmäßig alle Muskelgruppen.
- Die Sauna stärkt bei Temperaturen um 90°C körpereigene Abwehrkräfte.

Genießen Sie die wohltuende Ruhe.

Wir wünschen Ihnen angenehme Entspannung!

Massageangebote

Kathrin Schlesinger

Klassische Massage

Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens für Körper und Seele

Eine klassische Massage verleiht Kraft und Vitalität. Sie verbessert die Sauerstoffzufuhr in der Muskulatur und lindert Schmerzen im Gewebe, indem sie den Abtransport von Stoffwechselprodukten, die den Muskel verhärtet begünstigt.

Effekte der Massage sind Verbesserte Durchblutung, Anregung des Stoffwechsels, Lockerung, Dehnung und Entspannung der Muskulatur.

Dauer:

Teilbehandlung	45 Minuten	**75 €**
Ganzkörperbehandlung	90 Minuten	**145 €**

Schröpfmassage

Bei einer Schröpfmassage wird mit sehr viel Öl und verschiedenen Größen an Schröpfgläsern gearbeitet.

Durch das ansaugen und gleichzeitige Bewegen mit den Schröpfgläsern können auf eine angenehme Weise hartnäckige Verklebungen gelöst werden, bei extrem empfindlicher Haut kann es durch die starke Durchblutung schon auch zu sichtbaren Verfärbungen kommen, was jedoch nur ein optischer Makel ist.

Damit die Schlackstoffe nach der Behandlung gut abtransportiert werden können, sollten sie danach viel Flüssigkeit zu sich nehmen, sowie mindestens Eine halbe Stunde ruhen.

Dauer: 30 Minuten **51 €**

Impulsarbeit an der Wirbelsäule – sanftes Wirbelgleiten

In Verbindung mit einer klassischen Massage

Trotz Arztbesuch plagt sie weiterhin z.B. Kopfschmerz, Schwindel, Rückenschmerzen oder Bruststechen beim Atmen…?!

An all dem könnte ein verschobener Wirbel schuld sein.

Auch bei Kindern kommt es häufiger als man es vermutet vor, dass ein Wirbel nicht da ist, wo er sein sollte. Dies äußert sich nicht nur in Form von Schmerz, sondern zeigt sich oft in Unruhe, Unkonzentriertheit und Unausgeglichenheit.

Anders als bei der Chiropraktik wird bei der Impulsarbeit dem Wirbel auf sanfte Weise der Weg zum richtigen Platz gezeigt. Vielleicht etwas mysteriös, aber seit dem Jahr 2000 arbeite ich sehr erfolgreich mit dieser Form des sanften Wirbelgleitens.

Behandlungsablauf:

Zu Beginn wird die Rückenmuskulatur durch eine klassische Massage weitgehend gelockert. Das dauert ca. 45 Minuten

Danach liegt man schön zugedeckt in der bequemen Rückenlage.

Beginnend am Iliosakralgelenk erfrage ich über den Armlängen-Reflex, ob eine Störung vorliegt.

Weiter über das Kreuzbein, Lendenwirbelsäule, 12 Rippen, Brustwirbelsäule und Halswirbelsäule.

Wird mir etwas angezeigt, setze ich mit meiner Hand den Impuls. Sehr oft kann man eine sofortige angenehme Schmerzerleichterung und Lockerung verspüren.

Da die Impulsarbeit eine sanfte Behandlungsart ist und Ihr Körper selbst bestimmt, was er zulässt, kann es abhängig vom vorrausgegangenen Beschwerdezeitraum aber auch durch die Beschwerdeanzahl, möglicherweise eine zweite Behandlung notwendig machen.

Dauer: 90 Minuten **150 €**

Manuelle Lymphdrainage

Dicke, vielleicht auch schmerzende Beine, Wasseransammlungen durch Ihnen bekannte Erkrankungen wie z.B. Lymphödem oder Lipödem, aber auch nach Verletzungen oder einer Operation. Überall da kommt eine manuelle Lymphdrainage zum Einsatz.

Hierbei wird durch sanfte Grifftechniken der Transport der Lymphflüssigkeit in den Lymphgefäßen angeregt und unterstützt und zu den vorher freigemachten Hauptabflussgebieten hingearbeitet. Die Arbeitstechnik bei einer manuellen Lymphdrainage ist sehr oberflächlich mit leichtem Druck sowie einer langsamen Arbeitsbewegung (Lymphgeschwindigkeit).

Um den Lymphfluss auch nach der Behandlung weiterhin zu fördern, wäre es empfehlenswert eine Kompression anzulegen, sei es durch Ihre mitgebrachten Kompressionsstrümpfe/Hose oder Bandagen.

Dauer:

Teilbehandlung	45 Minuten	**75 €**
Ganzkörperbehandlung	90 Minuten	**145 €**

Partner oder Eltern-Kind Massagekurs

Ich zeige ihnen mit welchen Techniken sie erfolgreich arbeiten können, auf was sie achten sollten und müssen. Viele kleine Tricks, die Ihnen eine Massage erleichtern kann.

Mitzubringen wäre eine zweite Person – Partner oder Kind.

- Erster Abschnitt ca. 45 Minuten – dann wird gewechselt
- Zweiter Abschnitt nochmals ca. 45 Minuten

Dauer: 90 Minuten **150 €**

Schröpfmassagekurs

Im Schröpfmassagekurs zeige ich ihnen die Möglichkeiten auf, wie sie ohne Kraftaufwand Verspannungen/Verklebungen lösen können.

Mitzubringen wäre eine zweite erwachsene Person.

- Erster Abschnitt ca. 30 Minuten - dann wird gewechselt
- Zweiter Abschnitt nochmals ca. 30 Minuten

Dauer: 60 Minuten **105 €**

Babymassagekurs

Berührt, gestreichelt und massiert zu werden ist für das Kind genauso wichtig wie Nahrung und Schutz. Eine Babymassage vertieft die Bindung von Eltern und Kind.

Gerne würde ich Ihnen einen Grundstock in Sachen Wohlfühlmassage für Ihren Schatz mit auf den Weg geben. Wie massiere ich am besten meinen Säugling, worauf sollte ich achten usw.

Dauer: 45 Minuten **76,50 €**

AYURVEDA

Matthias Fick

Ayurveda
Die Kunst die Seele zu berühren.

Der Weg zu deinen Wurzeln, Ankommen bei dir selbst.

Die Ayurveda- und Yoga Philosophie betrachtet den Menschen als eine Einheit von Körper, Geist und Seele, welche uns daran erinnert, wer wir wirklich sind. Sie führt uns zurück zur ureigenen Kraft, zu unseren Wurzeln und vermittelt uns die Lust am Körper und am Leben.

Ayurveda mit seinen vielfältigen Ölmassagen ist eine wirkungsvolle Behandlungsform für Vitalität, Lebensfreude und Ausgeglichenheit.

Die Salbung mit naturreinen, kostbaren Pflanzenölen, ein berührt werden mit feinfühlenden Händen nähren Körper wie Seele, schenken tiefe Entspannung, regen Stoffwechselprozesse an und unterstützen die körperliche Regeneration.

Wohlfühlen und ein intensives Erleben mit allen Sinnen!

So wie der Schnee zärtlich die Landschaft umhüllt
und in eine wohltuende Ruhe versenkt,
so umhüllt das warme Öl den Körper
– Snehana –

Abhyanga – Ganzkörpermassage

Alles im Fluss

Das Herz der ayurvedischen Ölmassagen!

Entlang aller Körperstrukturen mit sanften, kraftvollen und fließenden Berührungen - Berührungen voller Achtsamkeit und Hingabe tragen dich mit Geborgenheit in eine neue vitale Kraft.

Vom höchsten Punkt des Kopfes bis hinab zu den Zehenspitzen wird der gesamte Körper mit warmen, naturreinen Ölen massiert und wieder in seinen harmonischen Fluss gebracht.

Sie wirkt tiefenentspannend, zugleich entgiftend und entschlackend.

Zeit für DICH - in Balance zu kommen – loszulassen (Therapeut Matthias)

Dauer:

60 min. Behandlungszeit	**100 €**
75 min. Behandlungszeit	**125 €**

Mukabhyanga – Gesichts-, Kopf- und Oberkörpermassage

Balsam für die Seele

Eine einzigartige Massage mit wohltuenden Ölen, welche alle Anspannungen und Sorgen aus deinem Antlitz verschwinden lässt.

Zart streichende Berührungen im Wechsel mit tiefenwirksamer Punktmassage lösen Spannungen des Alltags vom Scheitel über Gesicht, Dekolleté und Nacken bis in den oberen Rücken hinein. (Therapeut Matthias)

Dauer:

45 min. Behandlungszeit	**85 €**

Padabhyanga – Fuß- und Beinmassage

Ankommen, fest verbunden mit der Erde

Sie führt dich zurück zu deinen Wurzeln und lässt dich wieder kraftvoll auf beiden Beinen stehen.

Tauche über die Füße ein in einen tiefen inneren Frieden und Gelassenheit.

Sie ist sehr wirksam bei körperlicher Erschöpfung, fördert den Schlaf und nimmt die innerliche Nervosität und Unruhe. Zudem fördert sie den Lymphfluss und wirkt entstauend auf das Bindegewebe. (Therapeut Matthias)

Dauer:

45 min. Behandlungszeit **85 €**

Intuitive Massage – Ganzkörpermassage

Tiefes Wohlbefinden

Diese Massagebehandlung ist wie eine geheimnisvolle Reise, eine Form der Körperarbeit, die über das bloße Lösen von Muskelverspannungen hinausgeht - Berührung im Fluss von Bewegung und Atmung. (Therapeut Matthias)

Dauer:

60 min. Behandlungszeit **100 €**

90 min. Behandlungszeit **140 €**

Individuelle Ayurveda-Zeit / Exklusive Verwöhnzeit

„nur für DICH“

Auf deine momentane, individuelle Situation, sowie persönliche Bedürfnisse abgestimmte Behandlung aus dem Bereich des Ayurveda. (Therapeut Matthias)

Dauer:

60 min. Behandlungszeit **100 €**

90 min. Behandlungszeit **140 €**

Thai-Yoga Massagen und Yoga

Susanne Schlund

Thai-Yoga-Massage (bekleidet, ohne Öl)

– dehnen und strecken im Rhythmus deiner Atmung –

Durch die Mobilisation der Gelenke und sanfter Akupressur der Energielinien kommen Körper und Seele in Einklang. (Therapeutin Susanne)

Dauer:

60 min. Behandlungszeit	**90 €**
90 min. Behandlungszeit	**130 €**

Thai-Fuß Massage (mit Öl)

– vollkommene Entspannung über die Füße und Beine –

Durch die Stimulation der Energielinien und der Fußreflexpunkte erfährt der ganze Körper eine wohltuende, harmonisierende Entspannung. (Therapeutin Susanne)

Dauer:

45 min. Behandlungszeit	**75 €**
60 min. Behandlungszeit	**90 €**

Dynamische Rückenmassage (mit Öl)

– aufrecht mit gestärktem Rücken –

Diese Arte der Druckmassage in Verbindung mit sanftem Pulsen und gezielten Ausstreichungen löst Verspannungen und kann Blockaden lösen. (Therapeutin Susanne)

Dauer:

30 min. Behandlungszeit	**50 €**
45 min. Behandlungszeit	**75 €**

Ganzkörpermassage (mit Öl)

– tiefe Entspannung –

Sanfte Massage von Kopf bis Fuß. Ein wundervolles Erlebnis für Körper und Geist, um den Alltagsstress zu vergessen und die Batterien wieder aufzuladen. (Therapeutin Susanne)

Dauer:

60 min. Behandlungszeit	**90 €**
90 min. Behandlungszeit	**130 €**

Individuelle Yoga-Zeit

„nur für DICH“

Dein persönlicher Yoga Flow / Yogatherapie (Therapeutin Susanne)

Dauer:

60 min. Behandlungszeit	**90 €**
90 min. Behandlungszeit	**130 €**

Individuelle Therapiezeit

„Individuell auf deine Bedürfnisse abgestimmt“

Massage-, Körper- oder Yogatherapie unterstützt durch Methoden aus dem Umfeld der Dorn-, Myko- und Phytotherapie, sowie der Ohr- und Gelenkakupunktur (Therapeutin Susanne)

Dauer:

60 min. Behandlungszeit	**90 €**
90 min. Behandlungszeit	**130 €**