

RELAIS-CHALET
WILHELMY
TEGERNSEE



Gerne präsentieren wir Ihnen
auf den nächsten Seiten unser

„WELLNESS ABC“

und zeigen Ihnen auf, was Sie für
IHR WOHLBEFINDEN und IHRE GESUNDHEIT
in unserem Hause tun können.

Nutzen Sie die Tage der Entspannung,
um NEUES für sich zu entdecken, loszulassen,
um vielleicht dadurch mehr GELASSENHEIT
für das Alltägliche zu üben.

Öffnungszeiten: täglich ab 16.00 h – 22.00 h
Bei schlechtem Wetter ab 10.00 h oder auch
jederzeit auf Anfrage



In unserer „WOHLFÜHL-OASE“
bieten wir Ihnen an:

Thermium

Eine Kombination aus Biosauna, Finnischer Sauna &
Infrarotstrahlung

Aroma-Dampfbad

mit Licht- und Aromatherapie

Erlebnisduche

mit Kaltnebel und Tropenregen
Kneippschlauch und Schwallduche.

Whirlwanne

mit Lichttherapie, für max. 2 Personen mit
3 verschiedenen Vital- und Relax- Programmen

Infrarotkabine

zur Anwendung der gesunden Tiefenwärme

Massage- und Bäderbehandlungen verschiedenster Art

Kosmetikbehandlungen



Unser Behandlungsangebot umfasst:

Klassikprogramm

Klassische Massage	90 min/ € 90,-- 60 min/ € 60,- 30 min/ € 35,-
<i>Aromaöl-Körpermassage</i>	90 min/ € 95,-- 60 min/ € 65,-- 30 min/ € 40,-
Sportmassage	60 min/ € 65,-- 30 min/ € 40,--
Bürstenmassage	60 min/ € 50,-- 30 min/ € 25,--

Spezialprogramm

Lymphdrainage

mit Ultraschall

30 min / € 45,00

60 min / € 65,00

Kräuterstempelmassage

60 min / € 70,00

Hot-Stone-Massage

60 min / € 115,00

Seidenhandschuhmassage

60 min / € 60,00

Ganzkörper-Peeling klassisch

mit Ultraschall

20 min / € 25,00

60 min / € 60,00

Ganzkörperentgiftung

mit Ultraschall

mit Packung

60 min / € 75,00

60 min / € 75,00

Fußreflexzonenmassage

klassisch

mit Ultraschall

60 min / € 65,00

60 min / € 75,00

Exklusivprogramm

Edelsteinmassage

mit Immun-Ampulle	90 min	€ 115,00
mit Kaviar-Konzentrat Ampulle	90 min	€ 115,00
mit Stern Cell DNA Herba Fluid	90 min	€ 120,00

Behandlung zur Anregung des Stoffwechsels, zur Entgiftung und Entschlackung, zur Tiefenentspannung und zur Vorbeugung der Hautalterung.

Hochdosiertes, rasch wirksames Fluid mit Stammzellen aus einer seltenen Apfelsorte, das die hauteigenen Zellen langfristig schützen und chronologischer Hautalterung vorbeugen soll. Hyaluronsäure sorgt für eine samtig weiche Haut und kann die Feuchtigkeitsdepots in der oberen Epidermis wieder auffüllen. Dadurch können Trockenheitsfältchen verringert werden und müde Haut wirkt erfrischt und verjüngt.

BodyStyle – wenn die Traumfigur zur Wirklichkeit wird

Hightech-Pflege, die die Bildung von Fettzellen reduziert. Die Fettverbrennung wird angeregt und der Abbau unschöner Fettpölsterchen unterstützt. Die Körperpartien wirken straffer, schlanker und glatter. Zusätzliche wird über Ultraschall die Entgiftung angeregt.

Behandlungsdauer	90 min	€ 150,00
------------------	--------	----------



Inhaltsverzeichnis

Unser Wellness ABC

Aromaöl-Massage.....	Seite 11
Bäder med.	Seite 12
Dampfbad.....	Seite 13
Fußreflexzonenmassage.....	Seite 14
Güsse.....	Seite 15
Hydrotherapie	Seite 16
Infrarotkabine.....	Seite 17
Kosmetik.....	Seite 18-19
Klangmassage.....	Seite 20
Massage / Spezialmassagen.....	Seite 21 - 25
Reiki.....	Seite 26
Shiatsu.....	Seite 27
Thermium / Sauna.....	Seite 28
Whirlwanne.....	Seite 27

A - Aroma ÖLE



... werden schon seit Jahrtausenden bei religiösen Ritualen, aber auch für kosmetische und medizinische Zwecke benutzt. Schon unsere Urahnen kannten sich mit der Wirkung von aromatisch duftenden Pflanzen-Ölen aus.

Jedes ätherische Öl hat eine charakteristische und zumeist sehr wohlriechende Duftnote. Es wirkt ebenfalls auf das dem Riechorgan benachbarte seelische Zentrum des Menschen ein. Ätherische Öle regen die Selbstheilungskräfte an und führen zu harmonischem Wohlgefühl.



Ölmassage mit speziell vorgewärmten Ölen

Hochwertige Massageöle von PINO aus rein natürlichen Bestandteilen

Lavendel – Rosenholz
Wildrose
Orange – Lemongras
Limette – Bambus
Zitrone – Minze
Grapefruit – Basilikum
Honig – Ingwer
Kokos – Minze
Sesam

entspannend
verwöhnend
aktivierend
belebend
vitalisierend
ausgleichend
wärmend
exotisch
durchblutungsfördernd

Aromaöl-Massage mit vorgewärmten Ölen
- individuell auf die persönlichen Bedürfnisse abgestimmt -



B - Bäder med.

Molkebad

Das Molkebad ist ein hervorragender natürlicher Badezusatz insbesondere für zarte und sensible Haut. Die durch Abspaltungsprozesse gewonnene Molke enthält wertvolle Mineralstoffe (Kalium, Kalzium, Phosphor), Vitamine, Spurenelemente und Proteine. Mit Hilfe der molkeeigenen Milchsäure wird der Säureschutzmantel der Haut ausgeglichen. Die Haut wird beruhigt, mit Feuchtigkeit versorgt und bei ihrer Regeneration unterstützt. Die bereits zu Cleopatras Zeiten als Badezusatz geschätzte Milch wurde jetzt in Form von Molke in der Schönheitspflege wiederentdeckt. Reine Ziegen- und edle Kokosmilch ergänzen die hautpflegenden Eigenschaften der Molke. Ideal für zarte und sensible Haut

Badedauer 20 min / € 29,-

Heublumenbad

unterstützt angenehm die Muskelentspannung und fördert die Beweglichkeit durch hochwertige Essenzen aus Heublumen und Wiesenkräutern

Badedauer 20 min / € 29,-

Basenbad mit „MeineBase“

als basische Körperpflege mit einem pH-Wert des Badewassers von ca. 8,5. Zu den Zeiten des Alten Ägyptens, des antiken Griechenlands und der Römer war Körperpflege basisch. Das Basenbad bewirkt eine Selbstfettung und Reinigung der Haut und schenkt ihr Geschmeidigkeit in Vollendung. Spüren Sie die besondere Wertigkeit der in „MeineBase“ in feinsten Mahlungen enthaltenen Edelsteine Achat, Karneol, Citrin, Chrysopras, Chalcedon, Saphir, Bergkristall und Onyx. Unterstützt die Mineralisierung des Körpers und pflegt und kräftigt die Haut mit Spuren von Halbedelsteinen.

Badedauer 20 min / € 29,-

D - Dampfbad



... darin schwitzten und entspannten sich schon vor Tausenden von Jahren die Perser, Griechen, Römer, Kelten, Germanen und Türken. Die ersten Steinschwitzbäder gab es sogar schon in der Frühgeschichte der Menschheit!

Ein Dampfbad gehört auch heute noch zu vielen orientalischen oder römischen Entspannungs- und Badezeremonien dazu.

Heißer Wasserdampf strömt aus speziellen Düsen in einen wasserdichten Raum, in dem man auf Sitzen oder Liegen relaxen kann. Die Temperatur ist mit rund 50 Grad nicht so heiß wie in einer klassischen Sauna, dafür ist die Luftfeuchtigkeit extrem hoch. Der Dampf **reinigt die Haut, wirkt angenehm entspannend und befreit die Atemwege** - diesen Effekt kann man mit ätherischen Ölen noch steigern. Außerdem wirkt ein Dampfbad entschlackend, mobilisiert die eigenen Abwehrkräfte und macht Muskeln und Gelenke locker.

Und so erzielen Sie die **optimale Wirkung**: 10 - 20 Minuten richtig schwitzen, dann ab ins kalte Tauchbad oder die kalte Dusche!

Übrigens: Wer Kreislaufprobleme hat, verträgt das Dampfbad oft besser als die deutlich heißere Sauna

Unser **Aroma- Dampfbad** erreicht eine Temperatur von 47° bei 100 % Luftfeuchte. Sie können zwei Düfte für sich dosieren, und zwar D1=Zitrone und D2 = Eukalyptus. Weiterhin stehen Ihnen verschiedene Duftessenzen zur Verfügung, die Sie als Essenzen direkt unten auf den Verdampfer geben können. Oder Sie machen bei Erkältungen / zur Reinigung der Schleimhäute eine Sole-Inhalation – Hierzu geben wir Ihnen einen Salzkristall aus dem Himalaja, den Sie auf den Verdampfer legen können.

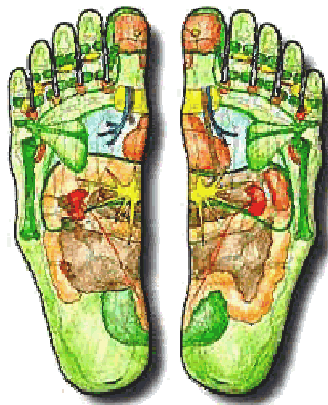
F - Fußreflexzonenbehandlung

Geschichtliches

Begründet wurde diese Therapie vom amerikanischen Arzt William Fitzgerald.

Als "**zone therapy**" gehörte sie zu den damals bekanntesten Therapieformen. Als "**reflexology**" wurde die Arbeit an den Füßen von der Therapeutin Eunice Ingham in Europa verbreitet.

Bestimmte Zonen an den Füßen sind den Körperregionen- und Körperorganen zugeordnet, die über die Reflexbahnen durch Massage beeinflusst werden können. Schmerzhaftes an den Füßen signalisieren Störungen in den zugeordneten Organen. Sozusagen spiegelt sich der gesamte Organismus unter den Fußsohlen wider. Durch gezielte und wohldosierte Therapie-Impulse am Fuß werden die Eigenheilkräfte im Menschen angeregt bzw. unterstützt. Durch die gezielte Massage dieser Zonen werden Körper, Geist und Seele harmonisiert und stabilisiert.



RELAIS-CHALET



G - GÜSSE

Dabei wird Wasser entweder über den ganzen Körper oder aber gezielt über bestimmte Körperteile gegossen. Das verbessert die Blutzirkulation und regt so den Stoffwechsel an. Man unterscheidet grundsätzlich zwei Arten von Güssen: den Blitzguss - dabei wird kaltes oder heißes Wasser aus größerer Entfernung und mit starkem Druck auf den Körper gelenkt - und den Flachguss. Hier wird der Wasserstrahl ohne großen Druck auf einen bestimmten Teil des Körpers gerichtet. Beispiele für Flachgüsse sind der Armguss, der Schenkelguss, z.B. bei akuten Muskelschmerzen, der Knieguss, z.B. bei Gelenkentzündungen, oder der Nackenguss bei Kopfschmerzen und Verspannungen

Die Temperatur bestimmt die Wirkung: Ein kalter Guss regt an, trainiert die Gefäße und härtet ab. Ein Wechselguss ist aber noch effektiver. Der warme Guss dient vor allem der Entspannung. Therapeutische Güsse führt gern unsere Masseurin & med. Bademeisterin Frau Renate Zinser für Sie durch (bitte auf Anmeldung).

Ganz wichtig bei allen Güssen: Fangen Sie immer weit weg vom Herzen an (immer auf der rechten Körperseite beginnen) und führen Sie dann den Wasserstrahl langsam Richtung Herz. Trocknen Sie sich nachher nicht ab, sondern streifen Sie das Wasser nur vom Körper. Halten Sie Ihren Körper nach dem Guss warm.

H- Hydrotherapie

Hydro-Therapie



Klingt exotischer als es ist! „Hydro“ leitet sich vom Altgriechischen „Hydar“ ab, das nichts anderes als „Wasser“ bedeutet.

Hydro-Therapie ist also der Oberbegriff für alle Kuren und Anwendungen mit Wasser. Dazu gehören auch Kneipp-, Balneo- und Thalasso- Therapien sowie alle Arten von medizinischen Bädern.

Die heilende und entspannende Wirkung von Wasser war schon in der Antike bekannt. An den Methoden hat sich bislang eigentlich wenig geändert: Wickel, Bäder, Güsse, Bewegung bzw. gymnastische Übungen und Trinken.

Wasser wirkt auf zwei Arten: Zum einen übt es mechanischen Reiz auf die Haut aus, zum anderen ist ein idealer Träger von Wärme und Kälte.

Und: Es hat garantiert keine Nebenwirkungen! Hydrotherapien sind sehr vielseitig - sie können einfach nur purer Genuss sein oder aber medizinisch eingesetzt werden. Auf jeden Fall härten sie ab, regen den Kreislauf an und stärken das Immunsystem. Bei fachgerechter Anwendung lindern sie Schmerzen und bei vielen Krankheiten unterstützen sie den Heilungsprozess.

Und wenn Sie das nächste Mal in die heiße Wanne steigen und sich danach eine Wechseldusche gönnen, ist das fast auch schon eine Hydro-Therapie!

Eine entsprechende Hydro-Therapie erfahren Sie auch schon beim Duschen mit unserem vitalisierten Wasser nach dem Plocher – Energiesystem.

I – INFRAROT Kabine von Physiotherm

Regelmäßig angewandte Infrarot-Wärmeenergie löst eine Reihe von gesundheitsfördernden Prozessen aus. Sie wirkt positiv auf die Selbstheilungskraft des Körpers, erhöht die Widerstandskraft, sorgt für tiefe Entspannung.

Durchblutung

Der Körper reagiert auf das Einwirken der Infrarot-Wärme mit der Erweiterung der Gefäße. Die Wärme wird auf den gesamten Körper verteilt, eine bessere Durchblutung wird erreicht. Die erhöhte Blutzirkulation verbessert die Versorgung der Zellen, die Herzfrequenz wird erhöht.

Stoffwechsel

Die Infrarot-Wärme stimuliert gesunde Körperteile und Organe zu erhöhter Aktivität. Der gesamte Stoffwechsel, die gesamten Vorgänge des Abbaus und der Umwandlung von Nahrungsmitteln und Sauerstoff wird angeregt.

Stimulierung des Immunsystems

Das Gefäßtraining, das Einüben der Blutgefäße auf wechselnde Einflüsse, verbessert die Selbstheilungskraft und die Widerstandskraft des Körpers. Das Immunsystem wird gestärkt. Der Körper bildet mehr Abwehrstoffe, ist gegen Viren und Infektionen weniger anfällig. Ganzkörperüberwärmung kann entzündungshemmend und schmerzlindernd wirken.

Muskeln/Gelenke

Die verstärkte Durchblutung und Erwärmung der Muskulatur lockert Verspannungen oder Reizungen der Gelenke. Schmerzlinderung und Genesung werden unterstützt. Der gesamte Bewegungsapparat wird gestärkt.

Schwitzen

Infrarot-Wärme produziert ein hohes Schweißvolumen. Die Wärme dringt in den Körper ein, Schadstoffe werden mit dem Schweiß aus dem Körper ausgeschwemmt.

Schönheit/Haut

Die anregende Wirkung auf die Schweißdrüsen sorgt für intensive Hautreinigung, die verstärkte Durchblutung verbessert die Elastizität der Hautstruktur. Es entsteht eine sanfte, weiche Haut.

Sport

Ideal nach dem Sport, um die Muskulatur weiterhin durchzuwärmen und Milchsäure abzutransportieren. Verhindert den Muskelkater.

RELAIS-CHALET

WILHELMY
TEGERNSEE

Abnehmen

Direkt Abnehmen oder Fett verbrennen kann Infrarot-Wärme natürlich nicht. Infrarot-Tiefenwärme verändert jedoch die Konsistenz des Fettgewebes. Nur durch intensive Bewegung und gesunde Ernährung kann es leichter verbrannt werden. Die Bemühungen um Gewichtsverlust werden unterstützt.

Relaxen

Eine wichtige Wirkung der Infrarot-Wärmekabine liegt in der tiefen Entspannung von Körper und Geist. Das Gefühl der Erholung und positive Einflüsse auf die Regeneration schaffen die Grundlage intensiven Relaxens.

Gesunde Wohlfühlwärme

Das Verweilen in einer Infrarot-Wärmekabine dient der tiefen Entspannung von Körper und Geist. Gesundheitsvorsorge, Stärkung der Vitalität, Wohlfühlen und Relaxen stehen im Vordergrund.

RELAIS-CHALET

TEGERNSEE

K – Kosmetik



Natürliche Ganzheitskosmetik erfahren Sie aus bester Hand von unserer Fachkosmetikerin Susanne Neumaier.

In den Behandlungen werden hochwertige Produkte, ätherische Öle und Essenzen mit natürlicher Tiefenwirkung und angenehmen Düfte verwendet, die durch ihre natürliche Tiefenwirkung und angenehmen Düfte für die Entspannung von Körper, Seele und Geist sorgen.

Gerne stellt Ihnen Frau Neumaier ein individuelles Schönheitsprogramm - ganz auf Ihren Typ und Ihre Bedürfnisse abgestimmt - zusammen. Bitte fragen Sie an der Rezeption!

Verwöhnbehandlungen	Edelsteinmassage Dauer 1 Std.	€ 70,00
	Kräuterstempelmassage Dauer 1 Std.	€ 70,00
	Fruchtsäurebehandlung Dauer ca., 1,5 Std	€ 90,00
	Lifting Peeling Dauer 1,5 Std.	€ 90,00
	Kaviarbehandlung Dauer ca. 1,5 Std	€ 90,00
	Collagenmaske zusätzlich	€ 20,00

RELAIS-CHALET
WILHELMY
TEGERNSEE



Gesichtsbehandlung	Reinigung von Gesicht, Hals und Dekolleté Peeling mit tiefenreinigender Wirkung Hautanalyse, Augenbrauenkorrektur Kräuterdampf mit ätherischen Ölen Ausreinigen, Wirkstoffreiche Ampulle, abgestimmt auf den Hauttyp entspannende Gesichts- und Nackentherapie Maske mit Augenmaske und Halswickel Tagespflege Kleines Tages-Make-up Dauer ca. 1 ½ Stunden	€ 70,00
Zusatzbehandlungen	Wimpern färben Augenbrauen färben	€ 10,00 € 10,00
Pedicure	Fußpflege mit Lack	€ 30,00 € 35,00
Manicure	Manicure mit Lack	€ 20,00 € 25,00
Haarentfernungen	mit Warmwachs Oberlippe Kinn Unterschenkel bis Knie Bikini	€ 05,00 € 10,00 € 30,00 € 20,00
Make-up Beratungen	auf Wunsch möglich (Preise auf Anfrage)	

Permanent Make Up ist auch hier im Hause möglich.
Bitte fragen Sie an der Rezeption

K - Klangmassage

„Beim Klang Deiner Stimme öffnet sich mein Herz“

Frau Sander bietet in unserem Hause sehr entspannende Klangmassagen an. Tibetanische Klangschalen und Zimbeln stimulieren durch sanfte Vibration die Energiezentren (Chakren) unseres Körpers.

Bei einer Klangmassage werden mehrere Klangschalen auf den bekleideten Körper des liegenden Menschen gelegt und angeschlagen. Dabei berühren feine Vibrationen und Töne Körper, Geist und Seele, fließen durch den Körper und erreichen alle Zellen. Der Klang hüllt Sie ein und lässt Sie lauschen, nicht nur nach Außen sondern vor allem nach Innen. Die Schalen helfen, Missklänge in uns selbst auszugleichen und aufzulösen. Fehlendes wird aufgefüllt und in Harmonie gebracht, Begrenzungen lösen sich auf und Sie fühlen sich wohl. Die Entspannung wird tief, schon nach wenigen Minuten fällt die Last ab und Sie kommen in Einklang mit sich selbst.

In besonderen Einzelsitzungen erreichen Sie in kurzer Zeit einen Zustand der Ausgeglichenheit und Entspannung. Gezielte Massagen lassen Schmerzen deutlich lindern. Die Klangmassage gibt Schwingungen, Freude, Kraft und löst Blockaden im Körper.

Die hier angewandten Klangschalen nach Peter Hess werden eigens von einer Familie aus Nepal manuell gefertigt.



Klangmassage

M – Massage (klassisch)

Massage kommt von dem griechischen Wort "masein", das übersetzt "kneten" heißt. Massiert wurde bereits im Altertum - gegen Schmerzen und um die Leistungen der Sportler zu verbessern. Die klassische Massage hilft vor allem bei **verspannten und verhärteten Muskeln, Durchblutungsstörungen**, aber auch bei **Kopfschmerzen**. Eine Massage kann sowohl entspannend als auch belebend wirken - außerdem setzen die Berührungen auf der Haut Glückshormone frei.



Massagen kurbeln die Herstellung von Glückshormonen im Körper an

Wirklich sinnvoll ist eine Behandlung aber nur, wenn Sie sich **zwei- bis dreimal pro Woche massieren lassen**, insgesamt am besten zehnmal. Medizinisch notwendige Massagen werden - genau wie Lymphdrainagen - vom Arzt verschrieben, von den Kassen bezahlt und dürfen **nur von ausgebildeten Masseuren und Masseurinnen** durchgeführt werden.

Neben der klassischen Massage gibt's vor allem im Wellness- Bereich noch viele andere wohltuende Massage-Formen:

Aroma-Öl- Ganzkörpermassage

Mit speziellen Aromaölen ausgeführte Massage mit langen Strichen zur Muskelentspannung. Rollen der Haut zwischen Daumen und Fingerkuppen steigert den Blutfluss und sensibilisiert die Nervenenden. Besondere Beachtung erfahren Druckpunkte an Händen und Füßen.



Manuelle Lymphdrainage

An allen Stellen des Körpers können Wasseransammlungen im Gewebe durch gezielte Behandlung ausgeschwemmt werden. Besonders häufig an den Beinen wird dadurch der venöse und lymphatische Rückfluss durch Entstauung verbessert.

Sportmassage

Vor oder auch nach sportlichen Aktivitäten besonders sinnvoll, um muskulöse Strukturen zu lösen, abfluss- und durchblutungsfördernd z.B. am Rücken, Schultergürtel etc.

Hot Stone – Therapie

Die Hot-Stone-Massage ist, wie der Name schon sagt eine Ganzkörpermassage mit heißen Steinen, die eine wohltuende Tiefenentspannung bewirkt. Diese Art der Behandlung war bereits vor Jahrtausenden von Jahren bei den Chinesen als auch bei den indianischen und hawaiianischen Schamanen bekannt und wurde in jüngster Zeit wiederentdeckt. Sorgfältig glatt geschliffenen Lava- oder Basaltsteine werden vom Therapeuten auf 55-60 °C erhitzt und auf bestimmte Energiezentren des Körpers aufgelegt, um diese zu stimulieren und zu wärmen. Desweiteren wird mit den erwärmten Steinen auch massiert.

Bei einer Hot-Stone-Massage werden bis zu 50 Steine benutzt. Zum einen werden die erwärmten Steine nach und nach auf Bauch, Hände, Füße, Rücken und andere Stellen aufgelegt. Kleine Steine werden auch zwischen die Zehen gesteckt. Mit unterschiedlich großen, glatten Steinen wird der Körper dann auch massiert. Diese Art der Massage mit den erhitzten Steinen aktiviert die Selbstheilungskräfte und führt zu einem Zustand tiefer Entspannung.

Kräuterstempelmassage

Warme Kräuterstempel, aus Leinen- oder Seidenstoff, gefüllt mit exotischen duftenden Kräutern entfalten ihre Wirkung durch verschiedene Massagebewegungen. Kurze Klopfmassagen wechseln mit langsamen, gleitenden Streichungen, Reibungen und Kreisungen entlang der Meridian- und Energiebahnen. Wundervoll duftende Kräuter getränkt in warmen Basisöl, lockern die Verspannungen in den Muskeln und im Gewebe und führen zu einem ganz neuen wohligen Körpergefühl. Die Gedanken sind sehr entspannt, die Sinne geweckt.

Diese Ganzkörpermassage wird als prickelnd, erfrischend und entspannend zugleich empfunden. Die Kräuterstempelmassage wirkt körperlich stoffwechsellanregend, entschlackend, hautpflegend, entkrampfend und ist sowohl Therapie als auch zur Entspannung zu empfehlen.

Zu empfehlen bei: chron. Müdigkeit, Muskelspannungen, Schlafproblemen, Gelenkproblemen, geistiger Erschöpfung und Cellulitis.

Seidenhandschuhmassage

Hierbei handelt es sich um eine sogenannte „trockene Massage“ die mit einem Rohseidenhandschuh ausgeführt wird und nicht auf die Muskulatur zielt.

Stattdessen wird in dieser anregenden, stoffwechsel- und lymphaktivierenden Massage die Haut mit gleichmäßigen Streichungen massiert.

Durch das sanfte beseitigen der Hautschüppchen ist die Haut besonders aufnahmefähig für die nachfolgenden pflegenden Öle oder Bäder.

Besonders zu empfehlen bei Durchblutungsstörungen, Bindegeweibsschwäche, stark verschlacktem Organismus.



T - Thermium

Wir bieten Ihnen eine neue ganzheitliche „Sauna“ an - das THERMIUM, Die wärmephysikalischen Vorteile gegenüber einer klassischen Sauna liegen in folgendem begründet:

Das Thermium wird über sowohl über den Saunaofen als auch über die Wände erwärmt. Die Wärme wird großflächig in den Kabinenwänden rundum erzeugt. Dadurch wirkt die Wärme angenehm langwellig wie ein Kachelofen. Es entsteht ein räumliches Wärmestrahlungsfeld im Austausch mit dem Menschen.

Angenehm vom Menschen wird nur die langwellige, diffuse Infrarotstrahlung empfunden, die von Oberflächen bei mäßigen Temperaturen (bis max. 90 ° C) möglichst großflächig abgestrahlt wird. Glühende Wärmestrahlen (600 – 10000° C) strahlen kurzwellig und selektiv und erreichen deshalb keine mit dem RUKU Thermium vergleichbare Strahlenqualität.

Die im Thermium rundherum vorgesehene Frischluftzufuhr gewährt eine ständige ausreichende Sauerstoffversorgung in der Luft, denn bei einer Lufttemperatur ab 80°C trocknen die Atemwege und Schleimhäute aus, die Infektionsgefahr steigt und die Sauerstoffversorgung lässt nach.

Das Luftaroma beim Baden: Hier stehen Ihnen 5 Duftessenzen aus 100% naturreinen ätherischen Ölen zur Verfügung, die Sie mit etwas Wasser in die Aromaschale geben und auf den Saunaofen stellen können. Gerne können Sie auch klassische Sauna-Aufgüsse damit machen.

Folgende Aromen stehen zur Verfügung

Eukalyptus bei Atemwegserkrankungen,
Latschenkiefer zur Erweiterung der Luftwege,
Lavendel zur Beruhigung und Entspannung
Heublume zur Erfrischung des Geistes
Alpenkräuter zur Anregung, wirken basisch auf den Körper



Whirlwanne

Nehmen Sie eine den ganzen Körper massierende „**Sprudelkur**“ in unserer Whirlwanne – wir bieten Ihnen dazu auch gern entsprechende Badezusätze. Die Luft- und Wasserdüsen sowie die Lichttherapie sorgen für eine wohltuende Massage am ganzen Körper. So löst die Sprudelkur Verspannungen und erhöht die Durchblutung – **baden Sie nicht länger als 20 Minuten**

Bitte beachten Sie Ihren körperlichen Zustand – das Baden in der Whirlwanne ist sehr anstrengend – lassen Sie sich gern beraten,

Folgendes bitten wir zu beachten:

**Bitte geben Sie keine eigenen Badezusätze in die Whirlwanne –
Bitte nehmen Sie ihren Hand- und Armschmuck ab.**

Wir wünschen Ihnen
entspannende und wohltuende Stunden in unserer

„WOHLFÜHL-OASE“

Für Anregungen / Verbesserungsvorschläge sind wir sehr empfänglich und freuen uns, wenn Sie diese an uns weitergeben, um Ihren Aufenthalt zu optimieren.

Herzlichst Ihre Familie Ziegelbauer
& das Wilhelmy Team