



proActive

wellness & massage

Birgit Kohlhaas

Massagen und Wellness Anwendungen

bei uns im Hotel,

nähere Infos und Terminvereinbarung an der Rezeption.

Weitere Info`s unter: www.proactive-wellness.at

Infos und Terminvereinbarung

Terminvereinbarungen bitte an der Rezeption.

Please, make a appointment at the reception.

Alle konsumierten Behandlungen sind direkt in bar bei der Masseurin zu bezahlen !

All consumed treatments are to be paid directly in cash with the masseuse!

Terminstornierungen bis 10.00 Uhr des gleichen Tages sind kostenfrei. Danach müssen wir 50 % der Behandlungskosten verrechnen.

Appointment cancellations till a.m. 10.00 o'clock of the same day are free. Then we must settle 50% of the treatments.

Sehen Sie sich ein wenig um, tauchen Sie ein in eine Welt der Harmonie,
stimmen Sie sich ein und lassen Sie Körper und Seele baumeln.

*Look around a little, dive in a world of the harmony, get yourselves in the mood
and leave your Bodies and soul dangle.*



Die Klassiker / *The classic*

Medizinische Ganzkörpermassage / *Full body massage*

40 min

Euro 42,00

Medizinische Teilkörpermassage /

Partial body massage / back massage

20 min

Euro 23,00

Tun Sie dem Körper etwas Gutes und lassen Sie den Alltagsstress hinter sich! Eine Massage löst nicht nur schmerzhafte Muskelverkrampfungen, sondern fördert auch die mentale Entspannung. Mit diesem Genuss schenken Sie sich ein neues Lebensgefühl voll Energie und Vitalität.

Do your body a favour and leave the daily grind behind! A massage not only releases painful muscle cramps, but also promotes mental relaxation. After this treat you will feel a new sense of energy and vitality.

Die Sportmassage / *The sportmassage*

15 min

Euro 18,00

Diese Massage hat ihren Ursprung in der klass. Massage - nur etwas "intensiver". Die Folgeerscheinungen der sportlichen oder beruflichen Überbelastung werden mit Hilfe von "speziellen" Griffen behandelt. Ideal bei angehen dem Muskelkater. Speziell für Rücken oder Beine.

This massage has her origin in the classical massage - only a little more intensely. The results of the sporty or professional overloading is treated with the help of special clutches. Ideally with beginning muscular strain. Especially for back or legs

Die chinesische Fußreflexzonenmassage /

The reflexology massage

30 min

Euro 35,00

Der Fuß, der Spiegel des menschlichen Körpers. Durch die gezielte Massage an Fußsohle und Fußrücken werden Schwachstellen des Körpers aufgezeigt, die Funktionen der inneren Organe und des Bewegungsapparates angeregt, und somit die Selbstheilungskräfte aktiviert.

The foot - mirror of the human body. Thanks to a targeted massage of the sole and instep, the body's weak points become apparent, while the functions of our internal organs and musculoskeletal system are reinvigorated thus activating the body's own healing powers.

Die medizinische Lymphdrainage / *The Lymphatic drainage based on Dr. Vodder's system*

Ganzkörperlymphdrainage / *Full body lymphatic drainage*

45 min

Euro 48,00

Teilkörperlymphdrainage / *Partial body lymphatic drainage*

30 min

Euro 35,00

Gesichtslymphdrainage / *Face lymphatic drainage*

15 min

Euro 18,00

Mit hingabevollen und rhythmischen Druckimpulsen wird der Abfluss von Gewebsflüssigkeit über das Lymph- und Venensystem gefördert. Diese sanfte Massage (ohne Öl) hat eine stark entspannende, schmerzlindernde und beruhigende Wirkung.

Anwendungsbereiche sind z.B. Blutergüsse, Ödeme, Zerrungen, Migräne, schwere Beine etc.

Direct, rhythmic pressure impulses promote the flow of lymph through the lymph and vein system. This gentle massage (without oil) has a very relaxing, pain-relieving and soothing effect. It is used to treat conditions such as haematomas, oedema, pulled muscles, migraines, heavy legs, etc.

Die Kombi-Massage / *Partial massage and reflexology*

40 min

Euro 42,00

Eine herrliche Kombination aus Rücken-, Nacken- und Fußreflexzonenmassage. Eine Wohltat bei Problemzonen in diesen Bereichen.

A wonderful combination of a back and neck massage and reflexology. Beneficial for problem zones in these areas.

Der Massage Mix / *The massage mixture*

60 min

Euro 63,00

Hier haben Sie die Möglichkeit verschiedene Massagetechniken kennen zu lernen: klassische Massage, Lymphdrainage, Fußreflexzonenmassage werden zu einer Einheit verbunden.

Here you have to get to know the possibility different massage technologies: classic massage, lymphatic drainage, foot reflex zone therapy are connected to a unity.



La Stone Massage **

Rücken / *The back*

Ganzkörper / *The full body*

40 min

Euro 54,00

60 min

Euro 72,00

La Stone ist eine Körperbehandlung, die auf die Kombination von Wärme- und Kältereizen aufbaut. Das besondere an der La Stone Massage ist der Einsatz von erhitzten Basalt-Steinen und gekühlten Marmorsteinen, die zur Harmonisierung des Körpers eingesetzt werden.

Natural Shaman healing. This is a fascinating combination of massage, energy work and the beneficial effect of hot lava and cool marble as well as warm aromatic oils.

Ayurvedaölmassage / *Ayurveda oilmassage* *

(reine Behandlungsdauer 50 Minuten)

60 min

Euro 65,00

Lassen Sie sich fallen . . . erleben Sie die indische Massagekunst! Diese Ganzkörper-Ölmassage ist eine wunderbare Behandlung zur Regeneration, sie wirkt harmonisierend, stärkend und vitalisierend. Zudem wird der Stoffwechsel angeregt und Giftstoffe ausgeleitet.

Let yourself fall . . . experience the Indian art of massage! This full body oil massage is a wonderful regenerative treatment, with a harmonising, strengthening and vitalising effect. It also stimulates the metabolism and helps expel toxins, promoting physical, mental and spiritual wellbeing.

Die Salz-Öl Massage / *The salt oil massage* **

60 min

Euro 63,00

Erfahren Sie Entspannung pur und finden Sie den Weg in die eigene Mitte. Genießen Sie die faszinierende Verbindung aus Salz, Wasser, Öl und Massage. Während die Seele auf Reisen geht, wird der Körper auf angenehmste Weise gepeelt, entsäuert und entschlackt. Diese Salz-Öl-Massage hat eine besondere Heilwirkung bei allen Hautproblemen. Das prikkelnde Massageerlebnis, das durch die feine Körnung der Salze entsteht, lässt Ihre Haut samtweich, geschmeidig und strahlend erscheinen. Die Haut fühlt sich schon nach einer Anwendung samtweich und zart an.

*Find out relaxation purely and find the way in own middle
Enjoy the amusing connection of salt, water, oil and massage.
This salt oil massage has a special remedial effect with all skin
problems. The skin feels velvet-soft already after a use and tender.*

Joya ® Massage

Rücken / *Backs*

Körper / *Body*

30 min

Euro 35,00

50 min

Euro 55,00

Die JOYA® Massage ist eine wohltuende Verbindung aus kraftvoller Tiefenmassage und der energetischen Wirkung der Edelsteine. Wohlige Entspannung und ein leichtes Rieseln stellen sich ein, wenn die Edelsteinkugeln über den Körper gleiten. Lassen Sie sich verwöhnen und entspannen.

*The JOYA ® massage is a wholesome connection from powerful
depth massage and the energetic effect of the precious stones.
Pleasant relaxation and light trickling appear if the precious stone
balls glide over the body. Spoil yourselves and are relaxing*

Tipp: Diesen einzigartigen Massageroller können Sie bei uns käuflich erwerben Euro 38,00 für die einfache Anwendung zu Hause oder für unterwegs.

*Tip: You can acquire this unique massage scooter from us for sale
Euro 38,00 for the easy use at home or for on the way*

Ohrkerzen-Anwendung / *Ear Candling Treatment*

ca. 30 min Euro 38,00

Die Indianer aber auch Inder und Chinesen haben schon vor ca. 1500 Jahren die Ohrkerze in der Naturheilbehandlung genutzt. Die Ohrkerzen sind ein reines Naturprodukt aus Bienenwachs und Kräuter-zusätzen. Die Wirkung der Ohrkerzenbehandlung liegt in der einfachen Anwendung als Wärme und Druckaus-gleichstherapie. Die Behandlung bewirkt eine tiefe Entspannung von Körper, Geist und Seele und steigert somit das allgemeine Wohlbefinden.

Als Basis- und Begleit-anwendung bei:

Kopfschmerzen, Migräne, Störungen im Stirn-, Hals-, Nasen-, Nebenhöhlenbereich, Ohrdruck, Ohrengeräusche, Geruchs- und Schlafstörungen, Tinnitus, Stress, Stimmungsschwankungen, Gleichgewichtsstörungen und Unterstützung der Ausscheidungskräfte, uvm. Oder einfach nur zur Ohrreinigung

Keine Anwendung bei: Loch im Ohr -Paukenröhrchen oder bei akuten Schmerzen im Ohr.

Auch Kinder können diese wunderbare Behandlung genießen.

The Indians and Chinese have already used about 1500 years ago the ear candle in the physical welfare treatment. The ear candles are a pure natural product from beeswax and herbal additions. The effect of the ear candle treatment lies in the easy use as a warmth and pressure balance therapy. The treatment causes a deep relaxation of body, mind and soul and increases therefore the general well-being.

As a base use and accompanying use with:

Headaches, Migraine, Disturbances in the forehead, neck, noses, sinuses and ear area, ear pressure, ear noises, sleeping disturbances, Tinnitus, Stress, mood variations, Disturbances of equilibrium and support of the removal forces, uvm. Or just to the ear cleaning

No use with: Hole in the ear kettledrum tube with acute pains in the ear.

Also children can enjoy this miraculous treatment.



Aromawickel/*Aromatic compress* *

50 min

Euro 35,00

Formen & Straffen & Entschlacken mit der Kraft der Natur.

Die bewährte Körperbehandlung zur Problemzonen-Bekämpfung und Umfangreduzierung!

Mit dieser Methode erreichen Sie nicht nur eine Umfangreduzierung, sondern auch eine zusätzliche starke Entschlackung, Entgiftung, Gewebestraffung, schöne glatte und weiche Haut!

Mit der Aromatherapie-Wickelmethode nimmt man dort ab, wo man will! Nämlich an Oberschenkel, Bauch und Gesäß!

Die ätherischen Wirkstoffe in Verbindung mit der Wickelmethode bewirken eine starke Entschlackung, Entgiftung, Straffung, Festigung, Durchblutung. Zugleich entsteht durch die übrigen Komponenten eine innerliche Kälte. Diese bewirkt durch den entstandenen Energiebedarf eine 4-Fache Verbrennung der Nährwerte direkt an den Problemzonen.

Forms & taut & purifying with the strength of the nature. The proven body treatment to Problem zone fight and extent reduction!

With this method you reach not only an extent reduction, but also an additional strong purification, decontamination, fabric rationalisation, nice smooth and softy skin!

With the aromatic therapy compress method one decreases there, where one wants! Because in thigh, belly and bottom!

The ethereal active substances in connection with the compress method cause a strong purification, decontamination, rationalisation, strengthening, blood circulation. At the same time an internal cold originates from the remaining components. This causes one by the resulted power demand 4-fold combustion of the nutritional values directly in the problem zones.

Wellness für Ihr Gesicht/ *Wellness for your face*

SOFRI hat einen ganz besonderen Zugang zu Schönheit: Die Pflegeprodukte verwöhnen und behandeln Körper, Geist und Seele.

SOFRI has quite a special access to beauty: The care products spoil and treat Body, mind and soul.

Sommertraum/Winterzauber

Summerdream - Winter Magic

45 min

Euro 55,00

Saison entsprechende Überraschungsbehandlung für jeden Hauttyp.

Eine erfrischende Sommer-Behandlung, die viel Feuchtigkeit spendet, oder die kuschelige Winterbehandlung. Die Behandlung beinhaltet: Reinigung, Peeling, Ampulle, Gesichtsmassage mit Edelsteinen, Maske, Abschlusscreme.

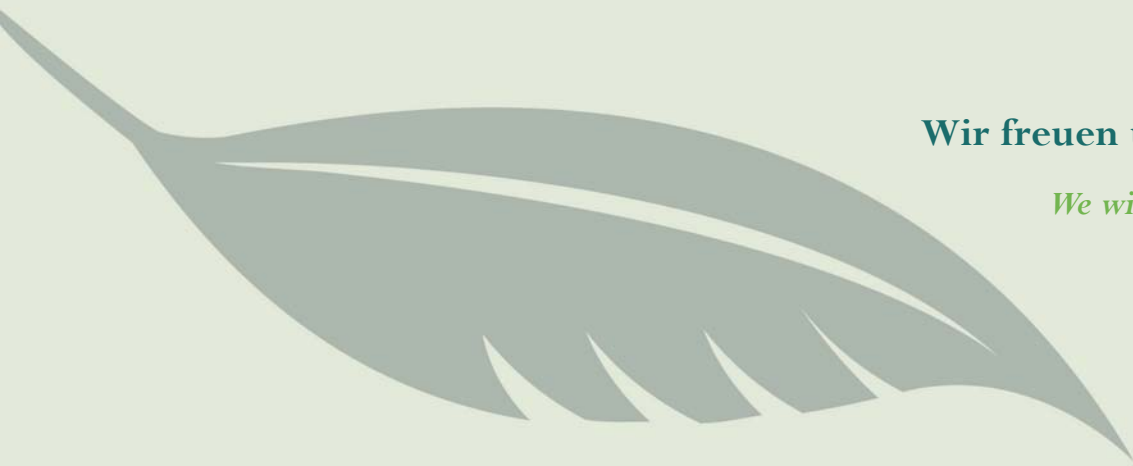
Season suitable surprise treatment for every skin type.

A refreshing summer treatment, a lot of humidity makes a donation, or the snug winter treatment.

The treatment contain: Cleaning, peeling, ampoule, Facial massage with precious stones, mask, final cream.

Wir freuen uns auf Ihr kommen!

We will be glad to welcome you!





Pfefferweg 515
A-5754 Hinterglemm
Tel. +43 676 750 80 94
info@proactive-wellness.at

Birgit Kohlhaas - Heilmasseurin & gewerbliche Masseurin

Wir verwöhnen Körper & Seele!

Indulge yourself body and soul!



© Layout & Druck: www.bigfoot-design.at

www.proactive-wellness.at