



Massageangebot im Hallenbad Aeschi

Klassische Massagen/Sportmassagen

Ganzkörpermassage/Sportmassage

Die klassische Ganzkörpermassage dient vor allem zur Behandlung verspannter Muskulatur, oder zur Vorbeugung von Verspannungen. Sie hilft bei Spannungskopfschmerzen, Muskelschmerzen und zur schnellen Regeneration nach dem Sport. Ausserdem fördert eine klassische Ganzkörpermassage die seelische und körperliche Ausgeglichenheit, stabilisiert das Immunsystem, verbessert den Lymphfluss und wirkt positiv auf die Durchblutung der Haut und des Bindegewebes.

Dauer: 55 Minuten

Kosten: CHF 90

Rückenmassage/Sportmassage

Eine Rückenmassage löst Verspannungen im gesamten Rückenbereich und hilft bei Rückenschmerzen im Bereich der Brust- und Lendenwirbelsäule. Je nach Geschwindigkeit und Tiefe der Griffe kann die Massage anregend oder beruhigend sein.

Dauer: 25 Minuten

Kosten: CHF 45

Fussmassagen

Energetische Fussmassage

Diese energetische Massage bezieht die Energie- und Lymphbahnen an Ihren Füßen und Beinen bis zum Knie ein. Der Lymphfluss wird durch sanfte Stimulierung der Lymphbahnen verbessert. Eine Fußmassage kann den Stoffwechsel im ganzen Körper positiv beeinflussen und neue Vitalität geben. Geschwollene Füße und Beine werden entstaut und fühlen sich angenehm entspannt und erleichtert an.

Dauer: 25 Minuten / 55 Minuten

Kosten: CHF 45 / 90

Fussreflexzonenmassage

Alle Organe und Körperteile haben entsprechende Nervenpunkte an den Füßen. Durch Druck dieser sogenannten Reflexzonen werden Organfunktionen reguliert und Krankheitsbilder können sich verbessern. Eine Fussreflexzonenmassage aktiviert zudem die Selbstheilungskräfte des Körpers.

Dauer: 55 Minuten

Kosten: CHF 90



Teilkörpermassagen

Schulter- & Nackenmassage

Verspannungen im Schulter- Nackenbereich werden gelindert und Spannungskopfschmerzen können sich lösen. Diese Massage kann im Falle einer Schwangerschaft, oder falls keine Bauchlage eingenommen werden kann auch sitzend durchgeführt werden.

Dauer: 25 Minuten

Kosten: CHF 45

Gesichts- & Kopfmassage

Bei dieser wohltuenden Behandlung werden Knetungen, Streichungen und Hautmobilisation im Gesicht, auf der Kopfhaut und im Halsbereich durchgeführt. Dadurch wird die Durchblutung der Muskeln und des Bindegewebes und damit eine Faltenverminderung bewirkt. Die Massage kann weiterhin bei Spannungskopfschmerzen und verspannter Muskulatur im Kieferbereich helfen. Die Massage der Kopfhaut hat eine entspannende reflektorische Wirkung auf den gesamten Körper.

Dauer: 25 Minuten

Kosten: CHF 45

Wellnessmassagen

Hot Stone Massage

Die Hot Stone Behandlung ist eine faszinierende Verbindung aus Massage, Energiearbeit und der wohltuenden Wirkung erwärmter Steine. Angenehm temperierte Basaltsteine werden auf die verspannte Muskulatur aufgelegt und erlauben der Muskulatur durch Tiefenwärme völlig zu entspannen. Massage und Energiearbeit runden dieses Erlebnis ab, und der gesamte Organismus wird mit neuer Energie und Vitalität aufgeladen.

Dauer: 25 Minuten / 55 Minuten / 85 Minuten

Kosten: CHF 45 / 90 / 130

Lomi-Lomi-Nui – Hawaiianische Massage

Diese Massage gleicht Energiedefizite aus, löst Verspannungen und regt Selbstheilungsprozesse an. Sie ist inspiriert durch Heilrituale der Kahunas, der alten Heiler und Schamanen Hawaii`s. Lange wellenförmige Massagestreichungen, tiefe Bindegewebsmassage und sanfte Gelenklockerung führen Sie in einen Zustand der Tiefenentspannung und erlauben Körper und Seele vollkommen vom Alltag loszulassen. Der Genuss wird durch Musik, Duft und pflegende Öle unterstützt.

Dauer: 25 Minuten / 55 Minuten / 85 Minuten

Kosten: CHF 45 / 90 / 130



Peelings

Meersalz-Peeling mit Algen und Kräutern

Dieses wohlriechende Peeling aus grob- und feinkörnigem Meersalz, angereichert mit Algen und Kräutern, durchblutet und belebt die oberen Hautschichten. Überschüssige Hautpartikelchen werden abgetragen und Ihre Haut fühlt sich an wie neu. Die Mineralien des Meersalzes und das im Peeling enthaltene Jojobaöl pflegen und nähren die Haut.

Dauer: 15 Minuten

Kosten: CHF 15

Orange-Lychee-Peeling

Die gemahlene Lycheekerne dieses duftenden Peelings schleifen überschüssige Hautpartikelchen ab. Die gereinigte Haut wird durch die Wirkstoffe der Orange belebt und erfrischt. Freie Radikale werden durch das enthaltene Vitamin C gebunden.

Dauer: 15 Minuten

Kosten: CHF 15

Beide Behandlungen sind Selbstanwendungen, die im Dampfbad stattfinden. Unser Wellnesspersonal weist Sie in den Gebrauch ein und ist Ihnen auf Wunsch behilflich die Körperrückseite zu behandeln.

Wellnesspakete

Wellnesspaket „Mini“

Eintritt ins Hallenbad und in den Wellnessbereich +
Peeling nach Wahl + 30 Minuten Massage (nach Verfügbarkeit)

Kosten: CHF 85

Wellnesspaket „Deluxe“

Eintritt ins Hallenbad und in den Wellnessbereich + 45 Minuten Aqua Training
Peeling nach Wahl + 55 Minuten Massage (nach Verfügbarkeit) +

Kosten: CHF 155

Ein Wellnessgutschein ist ein wundervolles Geschenk!

Das Team vom Hallenbad Aeschi wünscht Ihnen angenehme Entspannung!



NEU! Pantha Jama – Kräuterstempelmassage

Die Kräuterstempelmassage beruht auf einer uralten Tradition der ostasiatischen Massagekunst. Warmes Öl und die Kraft von Kräutern, die typgerecht ausgewählt werden, bilden ein Wirkstoffpaket, das die Durchblutung fördert und Schlacken abtransportiert. Das Immunsystem wird angeregt, das Hautbild verbessert und eine tiefe, wohltuende Entspannung tritt ein.

Dauer: 55 Minuten

Kosten: CHF 105