

Shirodhara

Wellness-Pakete (Seite 1 von 3)

Paket 1:

60 min. Nordicwalken oder Walken durch den Teutoburger Wald
30 min. duschen, danach ein Fußbad mit Himalayasalz, dazu eine Tasse Tee
60 min. Thalodal (Sportmassage)
30 min. ruhen
30 min. Infrarotsauna oder Dampfaromaraum
30 min. ruhen- dazu wird ein Vitamindrink oder Salat gereicht

4 Stunden 120 €

Paket 2:

45 min. BBP oder Problemzonengymnastik
30 min. duschen, danach ein Fußbad mit Himalayasalz, dazu eine Tasse Tee
45 min. Garsharn (Seidenhandschuhmassage)
45 min. Abhyanga (Ayurvedische Ganzkörpermassage)
30 min. ruhen
30 min. Infrarotsauna oder Dampfaromaraum
30 min. relaxen mit Vitamindrink oder Salat

4 Stunden 15 Minuten 140 €

Paket 3:

15 min. Fußbad mit Himalayasalz dazu eine Tasse Tee
60 min. Kundalinimassage (Rückenmassage)
30 min. ruhen und Tee trinken
30 min. Infrarotsauna oder Dampfaromaraum
15 min. ruhen
30 min. Shirodhara (Stirnguss mit Ganzkörpermassage)
60 min. relaxen, dazu wird frischer Salat gereicht

4 Stunden 150 €

Brigitte Büscher

Agnes-Miegel-Weg 42

33813 Oerlinghausen

Telefon 05202 / 9 77 68 33

eMail info@shirodhara-buescher.de

Internet www.shirodhara-buescher.de

Shirodhara

Wellness-Pakete (Seite 2 von 3)

Paket 4:

- 15 min. Fußbad mit Himalayasalz, dazu eine Tasse Tee
- 45 min. Synchron Garsharn (Seidenhandschuh)
- 45 min. Abhyanga (Ayurvedische Ganzkörpermassage) Synchron
- 30 min. ruhen
- 30 min. Infrarotsauna oder Dampfaromadusche
- 30 min. relaxen mit einen frischen Salat

3 Stunden 15 Minuten 160 €

Paket 5:

- 15 min. Fußbad mit Himalayasalz, dazu eine Tasse Tee
- 90 min. Udvartana (Kräuterpulvermassage)
- 15 min. ruhen
- 30 min. Infrarotsauna oder Dampfaromaraum
- 15 min. ruhen
- 60 min. Mukabhyanga (Ayurvedische Kopf-, Gesicht- und Fußmassage)
- 15 min. duschen
- 30 min. relaxen und einen Vitamindrink genießen

4 Stunden 30 Minuten 160 €

Shirodhara

Wellness-Pakete (Seite 3 von 3)

Paket 6: (Wellness zu zweit)

15 min. zu zweit ein Fußbad mit Himalayasalz

je 60 min. eine Person bekommt nach Wahl eine Abhyanga, Thalodal (Sportmassage) oder eine Kundalinimassage (Rückenmassage).

Die zweite Person genießt die Wartezeit bei einer Tasse Tee und Musik

15 min. ruhen

30 min. Infrarotsauna

30 min. ruhen

30 min. Dampfaromaraum

60 min. relaxen und einen frischen Salat und Fruchtsaft genießen

5 Stunden 180 € zusammen.

Paket 7: (Kombipaket)

15 min. Klangschalenbad für die Füße

30 min. Tibetische Klangschalenmassage (sanfte Massage jeder einzelnen Körperzelle)

60 min. Abhyanga (Ayurvedische Ganzkörpermassage)

30 min. ruhen

30 min. Infrarotsauna oder Dampfaromaraum

30 min. ruhen und einen frischen Salat genießen

3 Stunden 15 Minuten 130 €

Alle Preise enthalten 19% Mehrwertsteuer

Brigitte Büscher

Agnes-Miegel-Weg 42

33813 Oerlinghausen

Telefon 05202 / 9 77 68 33

eMail info@shirodhara-buescher.de

Internet www.shirodhara-buescher.de