



auenhof  
LECH AM ARLBERG  
★★★★

WOHLTUENDE  
MASSAGEN

DEUTSCH

*Den Puls des eigenen Herzens fühlen.  
Ruhe im Inneren, Ruhe im Äußeren  
Wieder Atem holen lernen, das ist es.  
Christian Morgenstern*

---

Neue Energie tanken – entspannen – aktivieren – erholen –  
dabei Körper und Seele baumeln lassen.

---

**Spüren, was gut tut...**

Unsere Masseurin Sandra ist für Sie da – Termine nehmen wir gerne an der  
Rezeption entgegen. Unsere Gäste erhalten auf alle Massagen eine  
5%ige Ermäßigung ab einer Buchung von 4 Massagen pro Zimmer.



## *Klassische Massage und Sportmassage*

Die manuelle Massage ist eine der ältesten Behandlungsformen und für Körper und Seele gleich wohltuend. Durch die mechanische und thermische Einwirkung wird die Muskulatur gelockert, der Blut und Lymphfluss gefördert und somit Verspannungen gelöst.

**25 Verwöhnminuten Euro 43,-**  
(Arme oder Beine je nach Wunsch)

**50 Verwöhnminuten Euro 71,-**  
(Arme und Beine)

---

## *Aromaölmassage*

„Die Seele der Pflanze berührt die Seele des Menschen“. Eine Ganzkörpermassage mit ausgesuchten warmen, ätherischen Ölen. Diese werden über die Nase eingeatmet und dringen durch die Haut in den Körper und entfalten dort ihre Wirkung.

**Zitrone:** belebend, reinigt und erfrischt die Seele, gibt Leichtigkeit zurück, entschlackend

**Lavendel:** wirkt sehr beruhigend, löst körperliche und seelische Spannungen, hilft bei Gliederschmerzen und Hautrötungen

**Rosmarin:** fördert die Durchblutung, bei Überanstrengung, bei Muskelschmerzen, gibt Klarheit und Kraft

**25 Verwöhnminuten Euro 47,-**

**50 Verwöhnminuten Euro 75,-**

## *Kräuterstempelmassage*

Die Kräuterstempelmassage beruht auf dem uralten Wissen der ostasiatischen Massagetradition. Sanfte Massagebewegungen, warmes Öl und die herrlichen Düfte der schonend erhitzten Stempel ermöglichen eine tiefgehende, wohltuende Entspannung. Die Kraft der hochwertigen Kräuter kombiniert mit den Wirkstoffen des Öls wirken durchblutungsfördernd, verbessert das Hautbild und regt die Zellerneuerung an. Zudem kann diese Form der Massage Schlafstörungen, tief liegende Verspannungen und rheumatische Beschwerden mildern und das Immunsystem stärken.

**50 Verwöhnminuten Euro 78,-**



### *Fußreflexzonen-Massage*

Der Fuß wird als Spiegel des Körpers gesehen. Durch wohldosierten Druck auf die einzelnen Organpunkte wird der gesamte Organismus aktiviert und die Selbstheilungskräfte angeregt.

**25 Verwöhnminuten Euro 43,-**

### *Hot Stone Massage*

Hot Stone ist eine Verbindung aus Massage und wohltuender Wirkung von warmen Steinen. Glatte, runde, warme Lavasteine sind die Basis der Behandlung. Der gesamte Organismus wird mit neuer Energie und Vitalität aufgeladen. Die Verbindung von Massage und „altem Wissen“ macht die Hot Stone Behandlung zu einer einzigartigen Behandlungsmethode und unterstützt uns, mehr Harmonie und Ausgeglichenheit in unser Leben zu bringen.

**50 Verwöhnminuten Euro 78,-**

### *Lymphdrainage*

Die Manuelle Lymphdrainage ist eine Therapieform bei der das Lymphgefäßsystem im ganzen Körper unterstützt und angeregt wird. Die Manuelle Lymphdrainage wirkt durch ihre feinen Bewegungen entstauend, wohltuend und entspannend. Durch ihre Drainagewirkung kräftigt sie das Immunsystem.

Arme oder Beine je nach Wunsch  
**25 Verwöhnminuten Euro 46,-**

Arme und Beine  
**50 Verwöhnminuten Euro 74,-**



### *Kombimassage*

Teilmassage (Rücken oder Beine) mit anschließender Fußreflexzonenbehandlung. Die optimale Regeneration nach einem anstrengenden Skitag.

**50 Verwöhnminuten Euro 71,-**

### *Lomi Lomi – eine Reise nach Hawaii*

Lomi Lomi ist eine traditionell hawaiianische ganz Körper Massage, welche durch den sanften und gezielten Einsatz der Unterarme ausgeführt wird. Kreisende Bewegungen lösen tiefsitzende Verspannungen und versprechen ein einzigartiges Genesungsgefühl. Im Körper gespeicherte Blockaden aus vergangenen Erfahrungen lösen sich auf, Stress und Verspannung fallen ab, gereinigt und gestärkt tauchen Sie wieder auf.

**60 Verwöhnminuten Euro 84,-**

**90 Verwöhnminuten Euro 107,-**



### *Breuss Massage*

Die Breuss-Massage ist in klassischem Sinne eine Wellnessmassage in ganzheitlicher Wirkung. Die Breuss-Massage ist eine sanfte, gezielt über die Dornfortsätze arbeitende, absolut entspannende Rückenbehandlung. Durch Ausstreichen der Wirbelsäule in bestimmten Stufen wird die Wirbelsäule auf sanfte, ganz natürliche Weise gestreckt und gedehnt. Die Bandscheiben bekommen wieder etwas mehr „Luft“ und Platz und können ihre Stoßdämpferfunktion besser ausüben. Durch das Auftragen von größeren Mengen von Johanniskrautöl auf den Rücken werden die Bandscheiben in ihrer Quellfunktion unterstützt, Heilmechanismen in Gang gesetzt, Nerven beruhigt und entspannt. Weiterhin wird durch das Auflegen von Seidenpapier und der Anwendung bestimmter Streichtechniken der Energiefluss im Rücken gefördert und zusätzlich durch Handauflegen die Energie und Harmonie im Rückenbereich und im Menschen unterstützt.

**25 Verwöhnminuten Euro 46,-**

**50 Verwöhnminuten Euro 74,-**

## Storno

Sollten Sie einen Termin weniger als sechs Stunden vorher absagen oder zu einem vereinbarten Termin nicht erscheinen, berechnen wir einen Teil der Massagegebühr.

---

## Wertgegenstände

Diese sollten Sie grundsätzlich in Ihrem Zimmersafe deponieren. Für während der Massage vergessene Wertgegenstände können wir keine Haftung übernehmen. Gerne bewahren wir Ihre Wertgegenstände an der Rezeption für Sie auf.

---

## Wichtige Hinweise an unsere Masseurin

Bitte informieren Sie unsere Masseurin auf jeden Fall vor Beginn der Massage über akute körperliche Beschwerden oder eine Schwangerschaft.

---

## Verspätung

Wir bitten um Ihr Verständnis, dass bei verspätetem Erscheinen zu einem Termin die Massagezeit nicht verlängert werden kann.

