



Abkühlung gefällig?

Erfrische deinen Körper und Geist

Im Sommer steigt das sogenannte Pitta im Körper – es steht für Hitze, Energie und Transformation. Wenn Pitta überhandnimmt, kann sich das in Form von Reizbarkeit, Hitzewallungen oder innerer Unruhe zeigen. Die gute Nachricht: Der Sommer lädt dich ein, dein inneres Feuer zu zähmen und kühle Gelassenheit einkehren zu lassen. Eine beruhigende, kühlende und harmonisierende Massage kann dir helfen, dein Pitta wieder ins Gleichgewicht zu bringen und dich mit Leichtigkeit und innerer Klarheit durch den Sommer tragen.

Das Sommer-Angebot beinhaltet folgende Leistungen:

- Beruhigendes Fussbad mit Pfefferminze zum Ankommen und Abkühlen
- Mukabhyanga (vitalisierende und pflegende Gesichts- und Kopfmassage)
- Erfrischende Rosenwasser-Pads für die Augen
- Padabhyanga (Fussmassage, die ausgleicht, beruhigt und gestaute Hitze ausleitet)
- Genügend Zeit zum Nachruhen nach der Massage
- Zum Abschluss ein Tee mit kühlenden Gewürzen
- Handout mit ayurvedischen Tipps zum Thema Ernährung und Lifestyle für die Sommerzeit
- Goodie-Bag mit Produkten die dich durch den Sommer begleiten

Verfügbarkeit Juli und August

Dauer 90 Minuten

Kosten CHF 185.00