



MASSAGEN BY MIGUEL

KLASSISCHE MASSAGE

Die klassische Massage gilt als eines der ältesten Therapieverfahren. Ihr Einsatzbereich ist überwiegend in der Behandlung und zur Vorbeugung von Erkrankungen des Bewegungsapparates. Sie dient der Förderung der lokalen Durchblutung, der Entstauung des Venen- und Lymphsystems und erzeugt eine Entspannung der Muskulatur.

SPORTMASSAGE

Die Sportmassage ist eine Ergänzung zur klassischen Massage. Hier verwendet man die Griffe der klassischen Massage sowie weitere Ergänzungsgriffe und geht auf die Bedürfnisse des Sportlers sowie die speziellen Probleme beim Sport ein. Davon ausgehend, dass aktive Sportler robuster sind, wird die Massage dementsprechend kräftiger durchgeführt und so wird der Körper auf eine bevorstehende körperliche Beanspruchung vorbereitet und durchblutet. Während des Sportes entstandene Krämpfe können mit den Dehnungsgriffen, die zur Sportmassage gehören, behandelt werden. Nach dem Sport wird eine regenerierende und lockernde Massage durchgeführt.

TRIGGERPUNKT THERAPIE

Die Triggerpunkt Therapie hat die Beseitigung sogenannter „myofaszialer Triggerpunkte“ als Ziel. Dies sind lokal begrenzte Verhärtungen in der Muskulatur, die druckempfindlich sind und von denen übertragene Schmerzen ausgehen können. Rund 80 bis 90% der Schmerzsyndrome sind auf die entsprechende Muskulatur zurückzuführen. Durch ungünstige Arbeitshaltung, mangelhaftem Trainingszustand und Fehlbelastung verspannen sich die Muskeln, was zu andauernden Schmerzen führen kann.

ENTSPANNUNGSMASSAGE

Mit sanften, kreisenden Bewegungen werden über die Haut Impulse an das Nervensystem weitergeleitet. Dadurch bleibt der Muskel locker und starke Anspannungen können sich durch die tiefe Entspannung lösen. Geniessen Sie in angenehmer Atmosphäre eine Massage, die Ihnen Entspannung und neue Kraft schenkt. Angenehm duftende Öle und farbiges Licht unterstützen diese Behandlung. Vorbeugend wird das innere und äussere Wohlbefinden gesteigert. Akut gegen Stress, Angespanntheit und Nervosität.

KALIFORNISCHE MASSAGE

Die kalifornische Massage ist eine sanfte und entspannende Massagetechnik, die vor allem ein Gefühl der Entspannung und des Wohlbefindens vermittelt. Sie zeichnet sich durch lange und weiche Bewegungen aus, wobei grosse Mengen Öl oder Crème verwendet werden. Sie wird oft mit Atem- und Meditationstechniken kombiniert, um eine tiefe Entspannung von Körper und Geist zu erreichen. Ziel ist es, Stress und Spannungen abzubauen und die Durchblutung und Elastizität der Haut zu verbessern.

TERMINE:

Samstag und Sonntag 10 bis 22 Uhr

PREISE:

- 25 Min 40.-
- 50 Min 80.-
- 100 Min 140.-

NÜTZLICHE INFOS:

- Die Preise verstehen sich pro Person und das Angebot ist gültig nach Verfügbarkeit
- Alle Preise in Schweizer Franken (CHF) und inkl. MwSt.
- Für die Buchung der Massagen ist eine Reservierung vorab erforderlich: T +41 33 226 12 12 oder info@seepark.ch
- Am Tag Ihres Besuches bitten wir Sie, sich bei der Réception zu melden
- Parkplätze vorhanden, Bushaltestelle direkt am Hotel
- Vorzugsweise ist nach der Behandlung beim Masseur direkt in Bar oder via Twint zu bezahlen
- Bis zu 24 Stunden vor dem gebuchten Termin haben Sie die Möglichkeit, diesen zu verschieben oder kostenlos zu stornieren. Spätere Absagen werden zu 50% verrechnet, nicht eingehaltene Termin werden zu 100% in Rechnung gestellt
- Bei Buchung einer Massage ist der Eintritt in den Wellness- und Fitnessbereich inklusive

