



Home, Restaurant & Spa

**Traditionelle Chinesische Medizin
Dr. John Sanchez**

Gasttherapeut

Ganzheitliche Therapien

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) – Akupunktur

Nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation (WHO) können etwa chronische und akute Schmerzen, Migräne, Sportverletzungen, Verdauungsstörungen und Atemwegserkrankungen mit TCM behandelt werden. Ziel ist eine gesündere und ausgeglichene Lebensführung.

60 Minuten 195 Euro
90 Minuten 270 Euro

Laserakupunktur und Magnetfeldtherapie

Diese nicht-invasiven Therapieansätze dienen der Behandlung von Schmerzen und Entzündungen. Sie fördern gleichzeitig die Zellregeneration.

60 Minuten 195 Euro

Akustik- und Vibrationstherapie

Die Verwendung von Stimmgabeln an Akupunkturpunkten und Chakren kann eine tiefe Wirkung auslösen, die unseren Körper und unsere Empfindungen in Einklang bringt.

60 Minuten 195 Euro

Kosmetische Akupunktur

Die Behandlung kann helfen den Tonus ihrer Gesichtsmuskeln zu verbessern. Blut- und Lymphzirkulation werden gesteigert und die Produktion von Kollagen und Elastin angeregt. Feinen Linien und Falten lassen sich so entgegenwirken.

60 Minuten 270 Euro





Home, Restaurant & Spa

Ohrakupunktur nach der Nogier-Methode

Präzise und ganzheitlich: Die vom französischen Arzt Paul Nogier (1908-1996) entwickelte Behandlungsmethode (Auriculotherapie) nutzt das menschliche Ohr als Spiegel unseres Körpers. Wie auf einer kleinen Karte liegen hier Nogier zufolge spezielle Akupunkturpunkte mit deren Hilfe natürliche Heilungsprozesse aktiviert werden können. Sie entsprechen Organen oder Körperfunktionen. Die Ohrakupunktur kann bei akuten und chronischen Schmerzen, Allergien und hormonellen Störungen effektiv helfen. Ziele der Behandlung sind ein besseres, wohligeres Körpergefühl und ein spürbarer Rückgang der Beschwerden.

60 Minuten 250 Euro

Massage und manuelle Therapie

Tiefe Triggerpunkte

Von dieser effektiven Massagetechnik profitieren nicht nur Sportlerinnen und Sportler bei der Erholung, sie hilft auch bei Sportverletzungen – oder sie überzeugt Sie einfach durch besonders festen, aber angenehmen Druck.

60 Minuten 195 Euro

90 Minuten 270 Euro

Dr John's Signature Massage

Stellen Sie den Energiefluss wieder her und befreien Sie sich von akuten und langanhaltenden Schmerzen mit dieser individuellen Heilmassage.

60 Minuten 175 Euro

90 Minuten 250 Euro

Chinesische Fussreflexzonenmassage

Spezielle Akupressurpunkte an den Füßen und Unterschenkeln werden manuell stimuliert, um den Energie-, Blut- und Lymphkreislauf im ganzen Körper zu verbessern.

60 Minuten 195 Euro





Home, Restaurant & Spa

Cupping

Die Saugwirkung des durch das Schröpfen erzeugten Unterdrucks erhöht die Durchblutung an der jeweiligen Körperstelle. Die Muskeln werden gelockert und das Nervensystem beruhigt.

60 Minuten 195 Euro

Wasser-Tuina

Spüren Sie auf warmem Wasser schwebend wie sich Ihre Verspannungen durch das Drücken von speziellen Akupressurpunkten einfach auflösen.

Unser Tipp für maximale Entspannung!

60 Minuten 220 Euro

Privates Training

Private Tai Chi

Qigong Class Wudang Style

Sanfte meditative Bewegungen unterstützen die Harmonisierung der Yin- und Yang-Kräfte in Ihren Körper. Diese besondere Technik hilft Ihnen sich zu entspannen und gesund zu bleiben.

60 Minuten 90 Euro

Private Hatha Yoga Class

Spezifische Übungen (*Asana-Progressionen*) werden auf Ihre persönlichen Bedürfnisse und Ziele angepasst.

60 Minuten 90 Euro

Animal Flow LI Class

Ihr konzentriertes Ganzkörpertraining für mehr Balance, Flexibilität und Ausdauer: Der bekannte Vierfüßler-Stand wird mit überraschenden Bewegungsabläufen kombiniert. Sehnen und Muskulatur werden dabei angenehm gedehnt.

60 Minuten 90 Euro

