

# Wellness & Beauty im Posthotel Arnold

Gisela Maurer

Osianderstr. 18 - 91710 Gunzenhausen - Mobil 0171 32 58559

## Klassische Massagen

Die Verhärtungen in der Muskulatur werden gelöst und Verspannungen gelockert, wohltuend für eine verspannte Rückenmuskulatur.

### Rücken- & Nackenmassage

20,00 € ca. 20 Min.

30,00 € ca. 30 Min.



Die **Aromaölmassage** ist eine spezielle Variante der Ganzkörpermassage, die den Körper entspannt und die Seele verwöhnt, wodurch ein ganzheitliches Wohlbefinden eintritt. Bei regelmäßiger Anwendung gelingt es, den Körper, den Geist und die Seele wieder miteinander in Einklang zu bringen.

### Aromaöl-Ganzkörpermassage

40,00 € ca. 40 Min.

60,00 € ca. 60 Min.

90,00 € ca. 90 Min.

## In Kombination mit einer klassischen Massage oder einer Wohlfühl-Massage buchbar:

### Heiße Rolle

Die heiße Rolle ist eine praktische Form von lokaler Wärmeanwendung mit gleichzeitiger Massagewirkung. Sie wirkt muskelentspannend, krampflösend, durchblutungsfördernd und erwärmend.

Zu empfehlen bei:

- rheumatischen, nicht entzündlichen Beschwerden
- Muskelverspannungen
- optimale Vorbereitung einer Massage

11,00 € ca. 10 Min.

### Shiatsu – Energetische-Kopf-Massage

Japanische Druck-Punktmassage. Dient der absoluten Entspannung.

22,00 € ca. 20 Min.

# Wellness & Beauty im Posthotel Arnold

Gisela Maurer

Osianderstr. 18 - 91710 Gunzenhausen - Mobil 0171 32 58559

## Wohlfühl-Massagen

### Zirbenholz-Bambus-Massage

Die Zirbenholz-/ Bambus-Massage ist eine beeindruckende, zutiefst entspannende Massage mit Zirbenholzkugeln und verschieden großen Bambusstäben, die die natürliche Energie der Zirbe und des Bambus zu einem besonders tiefgehenden Entspannungserlebnis vereint. Einzelne Körperpartien werden durch Reiben, Rollen und Drücken mittels der Stäbe und Kugeln effektiv massiert Diese außergewöhnliche und sehr effektive Massage schenkt Körper, Seele und Geist neue Energie.

**44,00 €** ca. 40 Min.

**66,00 €** ca. 60 Min

### Kräuterstempel-Massage

Pflegt, löst von Verspannungen und entschlackt.

Die Kräuterstempel-Massage verbindet die positive und wohltuende Wirkung von natürlichen Kräutern und Wärme. Kurze und gezielte Klopfbewegungen wechseln sich mit langsamen und intensiven Streichbewegungen ab. Dabei entfalten sich die Wirkstoffe der Kräutermischung.

**44,00 €** ca. 40 Min.

**66,00 €** ca. 60 Min.

### Hot-Stone-Massage

Die Massage ist eine einzigartige, sehr wirkungsvolle Methode, die Körper, Geist und Seele anspricht. Warme Basaltsteine gleiten über den eingöhlten Körper und lösen hartnäckige Verspannungen und Schmerzpunkte. Ein Wohlgefühl und prickelnde Entspannung entsteht und der Geist kommt zur Ruhe. Eine Kombination aus Wärme und streichenden Massagebewegungen

**44,00 €** ca. 40 Min.

**66,00 €** ca. 60 Min.

### Fußrelax-Entspannungsmassage

Unsere Füße sind das Spiegelbild unseres Körpers mit seinen Organen. Die Massage bewirkt eine Mehrdurchblutung in den jeweiligen Körperorganen oder -Regionen; der gesamte Stoffwechsel wird angeregt und die Schlackenstoffe vermehrt abtransportiert. Sie spricht die Regeneration- und Lebenskraft ohne Umwege an, aktiviert die Selbstheilungskräfte, führt zu wohltuender Entspannung und psychischer Ausgeglichenheit.

**30,00 €** ca. 30 Min.



# Wellness & Beauty im Posthotel Arnold

Gisela Maurer

Osianderstr. 18 - 91710 Gunzenhausen - Mobil 0171 32 58559



## *Exotische Massagen*

**Diese Massagen sind ein Erlebnis der besonderen Art und nur zu empfehlen**

### **Lomi-Lomi-Massage** – die Königin der Massagen

Ist eine Mischung aus Ritual, Massage, Tanz und Körperarbeit. Sie ist wie der kraftvolle, wellenförmige Tanz des Meeres und wirkt wie Balsam auf Körper, Geist und Seele. Im wahrsten Sinne des Wortes eine ganzheitliche Massage, die die Wunden der Vergangenheit liebevoll heilt, so sagt man.

**66,00 €** ca. 60 Min.

**99,00 €** ca. 90 Min.

### **Balinesische Ganzkörpermassage**

Heutzutage zählt die äußerst tiefenentspannende Wirkung dieser Anwendung mit einem warmen Öl, als Juwel der asiatischen Wellnessmassagen.

Mit Ihrer faszinierenden Anzahl kreativer Massagetechniken, wie fließende Streichungen, Knetungen mit kleineren Dehnungsanteilen und Handflächendruck, wirkt Sie durchblutungsfördernd, muskellockernd und revitalisierend. Die Hautstruktur und die Körperflexibilität wird dadurch verbessert.

**66,00 €** ca. 60 Min.

### **Best of Bali: Ein Erlebnis ganz besonderer Art**

Bal. Ganzkörper Massage, inkl. Blütenfußbad, Balinesischer Kopf Druckpunktmassage,

bal. Rückenmassage mit Griffkomponenten aus Bali /Thai und Hawaii

**115,00 €** ca. 110 Min

# Wellness & Beauty im Posthotel Arnold

Gisela Maurer

Osianderstr. 18 - 91710 Gunzenhausen - Mobil 0171 32 58559



## Ayurveda

### „Ayurveda“ – das Wissen vom Leben

Betrachtet Körper, Geist und Seele des Menschen als Einheit

Massagen, reinigende Anwendungen und typgerechte Ernährung helfen langfristig zur Ausgeglichenheit und einem erfüllten Leben

#### Abhyanga - Liebende Hände

Sie ist der Inbegriff für genussreiche Entspannung. Hochwertige Oele dringen bei der entspannenden Ganzkörpermassage tief in die Haut ein. Sie stärkt, verjüngt und reinigt den Körper, wirkt harmonisierend und beruhigend.

<b>44,00 €</b>	ca. 40 Min.
<b>66,00 €</b>	ca. 60 Min.
<b>90,00 €</b>	ca. 90 Min.

#### Garshan – Seidenhandschuh-Massage

Ayurvedische Trockenmassage – eine attraktive Alternative zur Ölmassage

Genießen Sie diese sehr angenehme Massage mit dem Rohseidenhandschuh, bei der der Lymphfluss angeregt, die Durchblutung gesteigert und das Bindegewebe gestärkt. Das Hautbild verfeinert und die Hautoberfläche sanft von abgestorbenen Zellen befreit.

Ein sanftes, effektives Ganzkörperpeeling für Lymphe und Energiesystem

Schenkt eine wunderbar seidenweiche und gut durchblutete Haut.

	<b>44,00 €</b>	ca. 40 Min.
mit Körperpackung	<b>66,00 €</b>	ca. 60 Min.

#### Best of Ayurveda

**Eine Umarmung, eine Berührung sagt mehr als tausend Worte. Durch das Fließen unserer Hände, über den Körper, erfahren wir so viel.**

Elektrolyse Fußbad, Abhyanga, Garshan + energ. Kopf-Gesicht-Nacken-Massage

<b>120,00 €</b>	ca. 120 Min.
-----------------	--------------

#### Best of Asia

Energetische Kopf- Gesicht-Nacken - Druckpunktmassage

Mit Griffkomponente aus Thailand, Indien und Bali

Durch sanften, tief wirkenden Druck nimmt die Massage positiven Einfluss auf Ihre Lebensenergie. Anregung und Harmonisierung des Energieflusses tragen zum körperlich-seelischen Ausgleich und zur Steigerung des Wohlbefindens und Intensivierung der Vitalität bei. Ähnlich wie bei der Fußreflexzonenmassage werden die Energiepunkte an Kopf, Gesicht und Ohren stimuliert und der Selbstheilungsprozess kann angeregt werden.

	<b>44,00 €</b>	ca. 40 Min.
Inkl. Ohrkerzenbehandlung	<b>55,00 €</b>	ca. 55 min

# Wellness & Beauty im Posthotel Arnold

Gisela Maurer

Osianderstr. 18 - 91710 Gunzenhausen - Mobil 0171 32 58559



## Kosmetikträume

### Gesichtsbehandlungen

#### Base - Gesichtsbildung

Reinigen, Peeling, bedampfen, ausreinigen, Augenbrauenkorrektur, entspannende Gesichtsmassage, Abschlusspflege.

42,50 € ca. 40 Min.

#### Verwöhn - Gesichtsbildung

Jede Gesichtsverwöhn-Bildung beinhaltet typgerechte Reinigung, Peeling mit ausreinigen, entspannende Gesichtsmassage, Augenbrauenkorrektur+ Augenbrauen und Wimpern färben, Wirkstoff-Ampulle, professionelle Gesichts-Maske, Augenpflege und Abschlusspflege

57,50 € ca. 70 Min.

### Akne Kosmetik

#### Clean Skin Treatment – intensive Akne-Kosmetik

Korrektur-Bildung bei unreiner Haut und bei Akne. Mitesser, Milien und Entzündlichkeiten werden gründlich und sorgfältig entfernt.

Mit speziellen Wirkstoffen wird die Haut beruhigt.

Durch regelmäßige Bildungen werden Unreinheiten deutlich minimiert, das Hautbild wird klarer und das Entstehen von Akne-Narben verhindert.

Reinigen, Enzym-Peeling, bedampfen, ausreinigen, kosm. Lymphdrainage, Serum, Packung, Tagespflege

57,50 € ca. 70 Min.

#### AHA Fruchtsäure Behandlung

##### Sanftes Lifting ohne Skalpell

Leichtes Fruchtsäure Peeling in hautverträglicher Konzentration. Verfeinert sanft und effektiv das Hautbild. Überschüssige Hautschüppchen werden sanft gelöst und abgetragen, verstopfte Poren tiefengereinigt. Für ein seidige-weiches Hautgefühl und eine wunderbar frischere Ausstrahlung.

65,50 € ca. 80 Min.

### Dekorative Kosmetik

Leichtes Tages-Make-up

25,00 €

ca. 20 Min.

festliches Abend-Make-up

45,00 €

ca. 40 Min.

# Wellness & Beauty im Posthotel Arnold

Gisela Maurer

Osianderstr. 18 - 91710 Gunzenhausen - Mobil 0171 32 58559

## Hightech- Kosmetik

### Apparative Kosmetik

**Mit innovativer Technik für ein optimales Ergebnis**

**sanftes Abschleifen – spezielles Peeling**

durch das gezielte Abtragen der abgestorbenen Zellschichten sieht die Haut frischer, rosiger, strahlender und jünger aus. Wirkstoffe können jetzt optimal und in hohen Mengen aufgenommen werden. Die Haut regeneriert sich selbst und verschönert sich von innen heraus!

#### Mikrodermabrasion

Reinigung, enzymatisches Peeling, Mikrodermabrasion, Gesichtsmassage, Ampulle, Abschlusspflege

**65,00 €** ca. 60 Min.

#### Mikrodermabrasion inkl. Ultraschallbehandlung

Reinigung, enzymatisches Peeling, Mikrodermabrasion, ausreinigen Gesichtsmassage (Ultraschall), Abschlusspflege

**75,00 €** ca. 70 Min.

### Ultraschallbehandlung

#### Ultraschall – Mikromassage/Gewebemassage

Die Haut wird mit Wirkstoffen versorgt, die Oberhaut verbessert, der Stoffwechsel belebt und die Eigenversorgung der Haut mit wichtigen Nährstoffen angekurbelt, das Bindegewebe gestrafft.

#### Ultraschallbehandlung inkl. Wirkstoffmaske

Reinigen, Peeling, Gesichtsmassage (Ultraschall), Abschlusspflege

**60,00 €** ca. 60 Min.

## Schön und gepflegt

Augenbrauen färben	<b>8,00 €</b>	ca. 10 Min.
Wimpern färben	<b>8,00 €</b>	ca. 15 Min.
Augenbrauen und Wimpern färben	<b>15,00 €</b>	ca. 25 Min.
Augenbrauenkorrektur	<b>8,00 €</b>	ca. 15 Min.
Augenbrauen färben & Korrektur	<b>15,00 €</b>	ca. 20 Min.
Augenbrauen & Wimpern färben & Augenbrauen-Korrektur	<b>20,00 €</b>	ca. 30 Min.

# Wellness & Beauty im Posthotel Arnold

Gisela Maurer

Osianderstr. 18 - 91710 Gunzenhausen - Mobil 0171 32 58559

## Männerwelt

### Men Only –Gesichtsbehandlung

„Gesichtsbehandlung“ speziell für die Bedürfnisse der Männerhaut

**42,50 €** ca. 40 Min.



### Men Business – zum Verwöhnen

Gesichtspeeling, Gesichtsmassage, Handpeeling, Maniküre, entspannend Handmassage

**62,50 €** ca. 60 Min.

### Men Power – das muss „Man(n)“ haben

Entspannende Rückenmassage, Gesichtsmassage & Handmassage

**52,50 €** ca. 50 Min.

## Wellness - Behandlungen

### Skin Care Treatments - für sichtbar strahlende Haut

Bei dem reinigenden Peeling werden alte und abgestorbene Hautschuppen gelöst und entfernt. Die Durchblutung der Haut gefördert, es beugt Unreinheiten vor. Die Heilerde-Packung sorgt für eine reine, weiche und strahlende Haut

### Body Pack Rücken

Peeling, Reinigung, Packung

**45,00 €** ca. 45 Min.

### SUN Relax Körper

Wärme und Hitze beschleunigen den Alterungsprozess und fördern die Überpigmentierung. Bei diesem Treatment wird die Hautbarriere wieder hergestellt und die Feuchtigkeit erhöht.

**45,00 €** ca. 45 Min.

### Elektrolyse Fußbad

Die Füße werden auch als "Hilfsnieren" bezeichnet. Durch das Elektrolyse Fußbad kann der Körper die Übersäuerung, Schlacken und Schadstoffe reduzieren und schneller ausscheiden, das stärkt die Organtätigkeit und fördert den Regenerationsprozess

**15,00 €** ca. 30 Min





# Wellness & Beauty im Posthotel Arnold

Gisela Maurer

Osianderstr. 18 - 91710 Gunzenhausen - Mobil 0171 32 58559

## Maniküre

### Maniküre ohne Lack

Nägel feilen, formen und polieren, Nagelpflege, Handmassage

**25,00 €** ca. 30 Min.

### Maniküre inkl. Lack

Nägel feilen, formen und polieren, Nagelpflege, Handmassage  
Klarlack oder farbiger Lack

**28,00 €** ca. 40 Min.

### French-Maniküre

Nägel feilen, formen und polieren, Nagelpflege, Handmassage  
French - Look

**38,00 €** ca. 50 Min.



## Pediküre

### Fachgerechte Pediküre ohne Lack

Fußbad, Nägel feilen, formen und polieren, Hornhaut entfernen, Hühneraugen  
und eingewachsene Nägel, Fußmassage, entsprechende Hautpflege

**25,00 €** ca. 30 Min.

### Fachgerechte Pediküre inkl. Lack

Fußbad, Nägel feilen, formen und polieren, Hornhaut entfernen, Hühneraugen und eingewachsene Nägel,  
Fußmassage, entsprechende Hautpflege

**28,00 €** ca. 40 Min.

### French - Pediküre

Fußbad, Nägel feilen, formen und polieren, Hornhaut entfernen, Hühneraugen und eingewachsene Nägel,  
Fußmassage, entsprechende Hautpflege  
French-Look

**38,00 €** ca. 50 Min.



## Depilation

### Enthaarung Sugaring (Zuckerpaste)

**Oberlippenenthaarung oder Kinn** 10,00 € ca. 15 Min.

**Gesicht** 20,00 € ca. 20 Min.

**Achseln** 15,00 € ca. 15 Min.

**Arme ohne Achseln** 25,00 € ca. 25 Min.

**Beine mit Knie, Spann und Zehen** 25,00 € ca. 30 Min.

**Beine komplett** 40,00 € ca. 45 Min.

**Bikinizone klassisch** 20,00 € ca. 20 Min.

**Intim total** 40,00 € ca. 40 Min.

