

# Preisliste 2018

gültig ab 25.12.2017

AYURVEDA

PARKSCHLÖSSCHEN





**Liebe Gäste, liebe Freunde des Ayurveda,**

2018 ist für uns ein besonderes Jahr – wir feiern **25 Jahre Ayurveda Parkschlösschen**.

Seit 25 Jahren dreht sich an diesem einzigartigen Ort alles um Ayurveda. Und seit 25 Jahren widmen wir unsere ganze Kompetenz mit Herz und Hingabe dem Wohlergehen unserer Gäste.

Als der langjährige **Spezialist für Panchakarma-Kuren** haben wir unser Angebot stets ausgebaut und uns dabei insbesondere auf zwei weitere im Ayurveda wichtige Bereiche konzentriert: **Yoga**, die Schwesterdisziplin des Ayurveda, und **Lifestyle Coaching**, die Vermittlung eines gesunden, ayurvedischen Lebensstils.

Neben einer breiten Palette an **Ayurveda Detox-Programmen (NEU: „Panchakarma Ultimativ“)** und **ayurvedischen Kurz-Aufenthalten** bieten wir auch **exklusive Yoga-Programme & Retreats** sowie unser **Ayurveda Lifestyle Coaching** an.

Wir feiern nicht nur 25 Jahre Ayurveda Parkschlösschen, sondern auch **25 Jahre Gesundheitspflege mit Ayurveda in Europa** – feiern Sie mit uns, wir freuen uns auf Sie!

*Herzlichst,  
Ihre Carina Preuß*



# Wohlfühlen im Parkschlösschen

Um Ihnen beste Voraussetzungen für eine gesunde Auszeit mit Ayurveda zu bieten, sind alle unsere Zimmer Nichtraucherzimmer, wo immer möglich mit reinen Naturmaterialien ausgestattet und frei von störenden Einflüssen durch Elektromog und Wasseradern (z.T. allergikerfreundlich). Im Sinne von „Digital Detox“ gibt es im Parkschlösschen kein WLAN, unser Internetraum steht Ihnen jedoch 24h kostenfrei zur Verfügung.

## Zimmerpreise

	Einzelbelegung	Doppelbelegung
EZ Kat. I	€ 170,00	-
EZ Kat. II	€ 215,00	-
DZ	€ 215,00	€ 315,00
Juniorsuite Kat. I	€ 280,00	€ 380,00
Juniorsuite Kat. II	€ 325,00	€ 425,00

## Im Zimmerpreis enthalten:

- Teilnahme am tägl. Yoga & Bewegungsprogramm
- Teilnahme an tägl. Vorträgen unserer Ayurveda Experten
- Nutzung unseres Internetraums
- Nutzung unseres Wellnessbereichs „Veda-Therme“ mit 2 Saunen, Thermalschwimmbad & Fitnessraum

## Vegetarische Köstlichkeiten aus unserer Ayurveda Cuisine

Unsere vegetarischen Mahlzeiten stammen überwiegend aus kontrolliert biologischem Anbau und können auf Wunsch auch vegan zubereitet werden.

**Ayurvedische Vollpension € 75,00 p.P.**

Auch vegan buchbar

## Die ayurvedische Vollpension beinhaltet:

- alle Mahlzeiten
  - spezielle Diät Kost nach Indikation
  - täglich wechselnde Nachmittagsuppe
  - alle Getränke: Heilkräuter- und Ayurvedatees, Thermalwasser
- (Im Parkschlösschen bieten wir keine alkoholischen Getränke, keinen Kaffee oder schwarzen Tee an.)

## Stammgast-Upgrade

**In den letzten 10 Jahren waren Sie bereits dreimal Gast im Parkschlösschen?**

Wir möchten uns bei Ihnen für Ihre Treue bedanken und schenken Ihnen ein Zimmer-Upgrade in die nächsthöhere, freie Zimmerkategorie.

## Frühbucherrabatt

Für alle Buchungen, die Sie mindestens drei Monate vor Aufenthaltsantritt fest reservieren, können Sie folgenden Frühbucherrabatt in Anspruch nehmen:

**5% bei Aufenthalten ab 1 bis 6 Übernachtungen**

**10% bei Aufenthalten ab 7 Übernachtungen**

Dieser Rabatt wird angerechnet auf die Kosten für:

- Übernachtung
- Vollpension
- Behandlungspauschale
- ayurvedisch-medizinische Betreuung

Beide Rabatt-Modelle sind nicht kombinierbar und gelten nur für Direktbuchungen ohne Reisevermittler. Für den Frühbucherrabatt gelten folgende von unseren Allgemeinen Geschäftsbedingungen abweichende Buchungsbedingungen: Der reservierte Aufenthalt muss innerhalb von 14 Tagen nach Buchungsdatum komplett bezahlt sein. Bei Stornierung ist keine Rückerstattung des Betrages möglich. Sie können die Buchung jedoch innerhalb eines Jahres einmal verschieben.

## AYURVEDA



**Die Besonderheit des Parkschlösschen-Ayurveda liegt vor allem in unseren maßgeschneiderten Programmen** - denn nach einer ausführlichen Konsultation wird für jeden Gast ein individueller Behandlungsplan zusammengestellt. Durch diese Individualisierung unterscheidet sich das Programm vor Ort erfahrungsgemäß von den auf den folgenden Seiten präsentierten, exemplarischen Behandlungsvorschlägen der Preisliste.

**Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne ausführlich!**

# Panchakarma – Königstherapie des Ayurveda & Königsdisziplin des Parkschlösschens



Panchakarma basiert auf den jahrtausendealten und gereiften Erfahrungen des Ayurveda. Unterschiedliche Reinigungs- und Behandlungsverfahren greifen tief und fein verzahnt ineinander. In ihrer Kombination entwickeln sie ein Vielfaches ihrer möglichen Einzelwirkung. **Dieser enorme Wirkungsgrad begründet die Einzigartigkeit von Panchakarma**, der sogenannten „Königstherapie des Ayurveda“. **Ziel der Panchakarma Kur ist vor allem die Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Organismus und die präventive Gesundheitsvorsorge.**

Aus den Erfahrungen unserer vielen Stammgäste wissen wir, dass sich Panchakarma auch besonders zur Erholung und Regeneration – z.B. nach operativen Eingriffen -, vor einer Schwangerschaft und nach der Geburt, oder zur Stressreduktion vor und nach extremen beruflichen oder privaten Herausforderungen bestens eignet.

**Panchakarma wird außerdem traditionell angewendet bei:**

- Chronischen Erkrankungen
- Neuro-vegetativen Erkrankungen
- Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems
- Gynäkologischen Erkrankungen

9 & 13 Nächte

# Panchakarma Kur – grundlegende Entgiftung für körperliche & geistige Hochform



## »Panchakarma Kompakt«

2 x Abhyanga	2 x Svedana
1 x Udvartana	1 x Shirodara
1 x Garshan	1 x Pinda Sveda
1 x Vishesh	1 x Padabhyanga
1 x Pizzichilli	3 x sanfte innere Entgiftungsmaßnahme

Kurbegl. ayurvedisch-med. Betreuung

Behandlungspauschale € 2.200,00

**Frühbucherpreis**

Behandlungspauschale € 1.980,00

## »Panchakarma Klassisch«

1 x Udvartana	1 x Kalari
2 x Vishesh	1 x Pinda Sveda
2 x Abhyanga	1 x Garshan
1 x Pizzichilli	1 x Padabhyanga
2 x Svedana	3 x sanfte innere Entgiftungsmaßnahme
1 x Shirodara	
1 x Shiroabhyanga	

Kurbegl. ayurvedisch-med. Betreuung

Behandlungspauschale € 2.635,00

**Frühbucherpreis**

Behandlungspauschale € 2.371,50



NEU



### »Panchakarma Intensiv«

2 x Udvartana	1 x Pinda Sveda
2 x Vishesh	2 x Kalari
4 x Abhyanga	2 x Padabhyanga
1 x Pizzichilli	2 x Nabi Basti
3 x Svedana	1 x Netra Tarpana
1 x Shirodara	1 x Nasya
1 x Shiroabhyanga	6 x sanfte innere Entgiftungsmaßnahme
1 x Garshan	
1 x Cranio Sakrale	

Kurbegl. ayurvedisch-med. Betreuung

*Behandlungspauschale € 4.390,00*

**Frühbucherpreis**

**Behandlungspauschale € 3.951,00**

### »Panchakarma Ultimativ«

2 x Udvartana	3 x Padabhyanga
5 x Vishesh	2 x Netra Tarpana
6 x Abhyanga	2 x Pitchu
2 x Pizzichilli	2 x Nasya
2 x Garshan	2 x Samvahana
2 x Pinda Sveda	7 x sanfte innere Entgiftungsmaßnahme
3 x Kalari	
2 x Shiroabhyanga	2 x Physiotherapie
6 x Nabi/Herz Bastis	3 x Personal Meditation
4 x Svedana	3 x Personal Yoga
5 x Shirodara	2 x Ayurveda Coaching

Kurbegl. ayurvedisch-med. Betreuung

*Behandlungspauschale € 8.980,00*

**Frühbucherpreis**

**Behandlungspauschale € 8.082,00**

7 Nächte

# Leber-Detox Programm – Müdigkeit ist der Schmerz der Leber



Die Leber ist unser zentrales Entgiftungsorgan. All die „kleinen Sünden“ des Alltags – wie zu viel Arbeit, Alkohol oder ungesundes Essen, zu wenig Bewegung, Schlaf und Entspannung – muss sie fortwährend ausgleichen. Ständige Müdigkeit und Abgeschlafftheit sind erste Anzeichen einer Überlastung dieses wichtigen Organs.

Das Leber-Detox Programm widmet sich der umfassenden natürlichen Entgiftung der Leber auf Basis der ayurvedischen Heilkunst. Leberzellschützende und regenerative Therapien, reinigende ayurvedische Massagen und unsere ausgezeichnete Ayurveda Cuisine schenken neue Vitalität und langfristige Energie.

## »Leber-Detox Programm«

1 x Abhyanga	3 x sanfte innere
3 x Leber-Pitchu	Entgiftungsmaßnahme
2 x Padabhyanga	
2 x Vishesh	täglich ayurvedische
1 x Udvartana	Leber-Regenerationspräparate
1 x Svedana	

Programmbegl. ayurvedisch-med. Betreuung

---

*Behandlungspauschale € 1.775,00*

---

**Frühbucherpreis**

**Behandlungspauschale € 1.597,50**



# Anti-Stress Programm – entschleunigen Sie mit Ayurveda

6 Nächte



Hektik, Stress und Reizüberflutung sind unsere täglichen Energieräuber. Die inneren Kraftreserven schrumpfen, wir fühlen uns müde und ausgepowert – und werden anfällig für Krankheiten. Entkommen Sie dieser Endlos-Spirale und entstressen Sie nachhaltig.

Harmonisierende Ganzkörper-Öl-Synchronmassagen, ein klärendes Kräuterdampfbad und die milde Reinigung des Verdauungstrakts aktivieren die körpereigenen Entschlackungsfunktionen sanft und effektiv.

Das Resultat: wiedergewonnene Energie und ein gestärktes Immunsystem.

## »Anti-Stress Programm«

1 x Udvartana	1 x Svedana
1 x Vishesh	1 x Shirodara
1 x Abhyanga	1 x Padabhyanga
1 x Pizzichilli	3 x sanfte innere Entgiftungsmaßnahme

Programmbegl. ayurvedisch-med. Betreuung

---

*Behandlungspauschale € 1.540,00*

---

**Frühbucherpreis**

**Behandlungspauschale € 1.463,00**

2 & 4 Nächte

## Alltags-Break – ayurvedisch Kraft tanken



Vergessen Sie Ihren Terminkalender, schalten Sie das Handy ab und tauchen Sie ein in die Welt des Ayurveda Parkschlösschens. Sanfte Yogaübungen und harmonisierende Öl-Massagen sind pure Energiequellen, auch wenn Sie nur wenig Zeit mitbringen.

Nutzen Sie zusätzlich unsere Entspannungsbereiche: In der Veda-Therme stehen Ihnen Aroma-Saunen, eine Naturkosmetik-Abteilung, das Thermalschwimmbad und die Bewegungsabteilung zur Verfügung.

### Frühbucherpreis

Behandlungspauschale I € 451,25

Behandlungspauschale II € 674,50



### »Alltags-Break I«

1 x Abhyanga  
1 x Pitchu oder Nabi Basti  
1 x Padabhyanga  
Programmbegl. ayurvedisch-med. Betreuung

---

*Behandlungspauschale € 475,00*

---

### »Alltags-Break II«

1 x Abhyanga  
1 x Pitchu oder Nabi Basti  
1 x Padabhyanga  
1 x Vishesh  
Programmbegl. ayurvedisch-med. Betreuung

---

*Behandlungspauschale € 710,00*

---



# Ayurveda Lifestyle Coaching – gesunder Lebensstil mit Ayurveda

3 Nächte



Das innovative "Ayurveda Lifestyle Coaching" hilft dabei, die Prinzipien des Ayurveda (noch) besser zu verstehen, um diese ganz praktisch auf den individuellen Alltag übertragen zu können. Neben theoretischen Einheiten liegt der Schwerpunkt des Coachings deshalb vor allem auf praxisorientierten Workshops unter der Leitung von Carina Preuß, unseren Ayurveda Medizinern und Parkschlösschen-Chefkoch Sascha Weber. Diese vermitteln neben fundiertem Basiswissen viele wertvolle Tipps aus ihrem ayurvedischen Alltag, um langfristig stressresistenter, energievoller und zufriedener zu leben.

**Frühbucherpreis**

**Programmpauschale € 807,50**

## »Ayurveda Lifestyle Coaching«

- Erstkonsultation mit einem unserer Ayurveda Mediziner
- Starter-Paket für die ayurvedische Tagesroutine
- tägl. Theorie- und Praxiseinheiten mit unseren Experten
- tägl. Yogaeinheiten
- Lachyogaeinheit
- Achtsamkeit, Mußezeit: Theorie & Übungen
- Spezial-Kochworkshop
- individueller Tagesplan für Zuhause
- kulinarischer Abreisekorb

---

*Programmpauschale € 850,00*

---

### **Termine:**

15.–18.3., 24.–27.5., 9.–12.8. und 11.–14.10.2018

**Teilnehmer:** min. 6, max. 9 Personen

Es ist möglich, das Ayurveda Lifestyle Coaching mit einem beliebigen Programm zu kombinieren, beispielsweise mit Panchakarma Kompakt. Wir beraten Sie gerne!

1 Tag

# Erlebnistag – Ayurveda zum Kennenlernen



Ein Tag Auszeit: Vergessen Sie Ihre Verpflichtungen und denken Sie einmal nur an sich selbst – denn im Ayurveda Parkschlösschen dreht sich alles nur um Sie. Wir verwöhnen Sie einen Tag lang mit einer Öl-Synchronmassage und unserer Ayurveda Cuisine und Sie können die älteste Heilkunst der Welt kennenlernen.

Der „Erlebnistag“ eignet sich auch sehr gut als Geschenk für Menschen, die Ihnen am Herzen liegen.

## »Erlebnistag«

- Informationsgespräch zum Ayurveda\*
- Abhyanga Öl-Synchronmassage
- Ayurveda Cuisine: Vegetarisches Mittag- & Abendessen inkl. Getränke
- Teilnahme am täglichen Yoga & Bewegungsprogramm und Vorträgen unserer Ayurveda Experten
- Nutzung unseres Wellnessbereichs „Veda-Therme“ (Thermalschwimmbad, Sauna, Fitnessraum)
- Komfort-Doppelzimmer als Tageszimmer

---

Tagespauschale € 325,00

---

*\*Es ist optional möglich, ein ausführliches und individuelles Beratungsgespräch mit einem unserer Ayurveda Mediziner zu führen (zusätzliche Kosten: ab € 90,00).*

*Unser Rezeptionsteam berät Sie gerne dazu!*



## AYURVEDA BEHANDLUNGEN

Alle Ayurveda Behandlungen im Parkschlösschen haben erfahrungsgemäß eine tiefgreifende Wirkung und sind traditionell Teil der Ayurveda Kur. Sie können deshalb nur nach einer Konsultation bei einem unserer Ayurveda Experten durchgeführt werden.

### Synchronmassagen

Diese Massagen werden von zwei Therapeuten 4-händig durchgeführt. Die Öle und Kräuterzusätze stammen aus biologischem Anbau und werden tytgerecht angewendet.

#### Abhyanga

€ 175,00

Ganzkörper-Öl-Synchronmassage, wird traditionell zur Entgiftung und Harmonisierung angewendet, fördert erfahrungsgemäß Entspannung und Wohlbefinden.

#### Vishesh

€ 155,00

Ähnlich dem Abhyanga, jedoch mit mehr Druck und Tempo ausgeführt, daher auch die Übersetzung „Tiefenmassage“ oder „Bindegewebsmassage“. Erfahrungsgemäß anregende und vitalisierende Wirkung auf Geist, Körper und Stoffwechsel.

#### Garshan

€ 160,00

Ganzkörper-Synchronmassage mit Handschuhen aus Bourette-Seide. Zur Anregung von Kreislauf und Stoffwechsel, aus Erfahrung empfehlenswert bei Cellulite.



**Samvahana****€ 170,00**

Samvahana ist eine liebevolle, sanfte und ausgleichende Synchronmassage, die laut ayurvedischer Lehre eine außerordentlich positive Wirkung auf das körperliche und seelische Wohlbefinden der Frau hat. In mehreren Behandlungsschritten wird der Körper mit Seide, Bürsten, Mandel- und Rosenöl behandelt.

**Udvaartana****€ 180,00**

Ganzkörper-Peeling-Synchronmassage mit einer Paste aus Öl mit Getreide, Kräutern, Salz oder Heilerde. Intensive Anregung des Zell- und Organstoffwechsels sowie des Kreislaufs – erfahrungsgemäß belebend, entschlackend und reinigend.

**Pinda Sveda****€ 210,00**

Diese synchrone Ganzkörpermassage wird mit Baumwollsäckchen durchgeführt, die mit verschiedenen Kräutern, Getreide, Reis, Zitrone-Kokos oder anderen Inhaltsstoffen gefüllt sind. Löst Verspannungen und kräftigt das Gewebe.

**Pizzichilli****€ 250,00**

Ganzkörper-Ölguss oder „Königsguss“. Während 7 l warmes Öl über den Körper fließen, massieren zwei Therapeuten synchron von Kopf bis Fuß. Regt den Stoffwechsel von Haut und Organen noch intensiver an als die anderen Behandlungen. Aus Erfahrung stark entschlackend, reinigend und wird als sehr entspannend beschrieben.

## Spezial-Anwendungen

Lokale (Teil-)Massagen und Öl-Behandlungen, die mit verschiedenen Kräuterölen durchgeführt werden.

### **Kalari**

€ 130,00

Ziel dieser Anwendung ist es, den Energiefluss zu optimieren bzw. wieder herzustellen. Dazu dienen spezielle Massage- und Mobilisationstechniken, welche die Energiebahnen und die Vitalpunkte berücksichtigen. Erfahrungsgemäß sehr energiespendend.

### **Nasya**

€ 140,00

Intensivbehandlung des Schulter-Nacken-Bereichs und der Nasennebenhöhlen. Hat sich bewährt bei Migräne, Heuschnupfen und chronischen Nasennebenhöhlenentzündungen.

### **Netra Tarpana**

€ 110,00

Augenwannenbad – eine Lokalbehandlung, die sich bei chronischen und akuten Augenerkrankungen, insbesondere bei Reizzuständen und Übermüdung der Augen, bewährt hat.

### **Pinda Sveda lokal**

€ 150,00

Teilmassage mit Baumwollsäckchen. Wird angewendet bei allen neuromuskulären Erkrankungen und Beschwerden im Hals- und Lendenwirbelbereich.

### **Karnapurnam**

€ 120,00

Spezial-Ohrenölbad, das bei Tinnitus, Ohrenschmerzen, Kieferschmerzen und Trockenheit im Ohr angewendet wird. Nur in Verbindung mit einer Panchakarma Kur buchbar.

**Padabhyanga****€ 110,00**

Eine Bein- und Fußmassage, die zu tiefer Entspannung führt. Gerade für gestresste Menschen, die unter mentalen Belastungen leiden, ist diese Massage ideal, um zur Ruhe zu kommen.

**Shiroabhyanga****€ 110,00**

Eine Kopf-, Hals-, Nacken- und Gesichtsmassage. Sie löst Verspannungen, regt den Lymphabfluss an und wird als beruhigend beschrieben.

**Svedana****€ 75,00**

Kräuterdampfbad - feuchte Wärmebehandlung in einem „Schwitzkasten“. So werden die durch die Massagen gelösten Stoffe abtransportiert und ausgeschwitzt.

**Shirodara****€ 110,00**

Öl-Stirnguss, zur Beruhigung des vegetativen Nervensystems. Wird als harmonisierend und ausgleichend beschrieben, besonders bei neurovegetativen Störungen und Stressfolgen.

**Bastis****€ 70,00 - 100,00**

Therapeutische Heilkräuter-Einläufe mit ausleitender oder nährender Wirkung und organspezifische, lokale Ölbäder, die durch tief eindringende Wärme und spezielle Heilkräuter erfahrungsgemäß das Allgemeinbefinden verbessern und beruhigend wirken.

**Pitchu****€ 100,00**

Lokale Ölanwendung, wird insbesondere bei diversen Spannungsschmerzen, innerer Unruhe, Gelenkschmerzen, Nervenschmerzen und Lymphstau als sehr wohltuend empfunden.

## YOGA



**Yoga, die Schwesterdisziplin des Ayurveda**, zentriert den Geist, kräftigt den Körper und hilft, beides zu harmonisieren. Auf diese Weise fördert Yoga die Regeneration und ergänzt die Ayurveda Behandlungen optimal. Deshalb bieten wir im Parkschlösschen **2 x täglich sanftes Hatha Yoga in der Gruppe** an. Auch **Personal Yoga** ist buchbar.

Für alle, die sich noch stärker dem Thema Yoga widmen möchten, haben wir das individuelle „**Private Yoga Retreat**“ entwickelt. Darüber hinaus finden im Parkschlösschen regelmäßig **Yoga Retreats** unter wechselnder Leitung statt. Infos und Termine finden Sie online unter „**Programme & Preise/Retreats im Parkschlösschen**“.

**Unser Rezeptionsteam berät Sie gerne!**

# Private Yoga Retreat – exklusives Einzelprogramm

3 & 6 Nächte



Einmal Yoga nur für mich – gönnen Sie sich den Luxus eines privaten Yoga Retreats! Profitieren Sie von individuell auf Sie abgestimmten Übungs-Einheiten, die Sie gemeinsam mit einem unserer professionell ausgebildeten Yogalehrer erarbeiten. Zusätzlich praktizieren Sie 2 x täglich Hatha Yoga in der Gruppe. Genießen Sie außerdem entspannende ayurvedische Ölmassagen sowie den Komfort und die Exklusivität des Ayurveda Parkschlösschens.

Finden Sie zu innerer Ruhe und Balance und erreichen Sie mehr Beweglichkeit, Spannkraft und Vitalität!

## Frühbucherpreis

Behandlungspauschale I	€ 707,75
Behandlungspauschale II	€ 983,25/ € 1.154,25

## »Private Yoga Retreat I«

- 1 x Abhyanga
- 1 x Pichu oder Nabi Basti
- 1 x Padabhyanga
- 3 x Personal Yoga (60 min.)
- Programmbegl. ayurvedisch-med. Betreuung

---

*Behandlungspauschale € 745,00*

---

## »Private Yoga Retreat II«

- 1 x Abhyanga
- 1 x Pichu oder Nabi Basti
- 1 x Padabhyanga
- 1 x Pinda Sveda
- 3 oder 5 x Personal Yoga (60 min.)
- Programmbegl. ayurvedisch-med. Betreuung

---

*Behandlungspauschale € 1.035,00/1.215,00*

---

3 Nächte

# Raja Yoga Retreat – Harmonie für Körper & Geist



Nutzen Sie unser Raja Yoga Retreat für eine kurze Auszeit und richten Sie Ihren Fokus für einige Tage ganz auf sich. Unser in Indien klassisch ausgebildeter Yoga-lehrer Raja Ray unterrichtet Sie 2 x täglich im traditionellen Raja Yoga-Stil und legt den Schwerpunkt auf die Vermittlung von yogischen Techniken zur Stressreduzierung und Entspannung.

Genießen Sie zusätzlich die ayurvedische Synchronmassage Abhyanga und lassen Sie sich von unserer köstlichen vegetarischen Ayurveda Cuisine verwöhnen – auf Wunsch auch vegan, oder rein sattvisch (ohne Zwiebeln und Knoblauch).

**Frühbucherpreis**  
Retreatpauschale € 304,00

## »Raja Yoga Retreat«

- tägl. zwei Raja Yoga-Einheiten inkl. Pranayama, Meditation und Mantren
- gemeinsamer Meditations- und Mantrenabend
- Abhyanga Öl-Synchronmassage
- inkl. Kursmappe

---

*Retreatpauschale € 320,00*

---

**Termine:** 10. – 13.5. & 27. – 30.9.2018

**Teilnehmer:** min. 8, max. 16 Personen

Unser professionell ausgestattetes Fitnessstudio steht Ihnen zwischen 7.00 Uhr und 21.00 Uhr kostenfrei zur Verfügung. Die Teilnahme an den täglichen Yoga-Gruppenkursen ist gratis. Im Rahmen eines Personaltrainings berechnen wir:

<b>Personaltraining Yoga</b> (60 min.)	€ 90,00
<b>Personaltraining Yoga</b> (90 min.)	€ 125,00
<b>Komplett-Angebot Yoga</b> (3 x 60 min. inkl. persönlichem Yoga-Manual)	€ 270,00
<b>Komplett-Angebot Yoga</b> (5 x 60 min. inkl. persönlichem Yoga-Manual)	€ 450,00
<b>Physiotherapie</b> (60 min.)	€ 110,00
<b>Craniosacral Therapie</b> (60 min.)	€ 135,00

## Ayurveda Kosmetikbehandlungen im Parkschlösschen

Für unsere Kosmetikbehandlungen verwenden wir die mehrfach ausgezeichneten, hochwertigen ila-Produkte. Diese enthalten ausschließlich pflanzliche und mineralische Inhaltsstoffe aus nachhaltig kultivierten Ressourcen – und sonst nichts. 100% natürliche Kosmetik für strahlende Schönheit, die Körper und Geist gleichermaßen anspricht.

**ila-Vata-Facial** (Gesichtsbehandlung für Hautkonstitutionstyp Vata) € 150,00

Basierend auf der reichhaltigen Rainforest-Linie: Fußpeeling, sanfte Gesichtereinigung, Lymphdrainage, manuelle Trigeminus-Therapie, warme Stempelmassage mit Himalaya-Kristallsalz, intensiv-pflegende Gesichtsmaske – für strahlend schöne Haut. (ca. 90 min.)

**ila-Pitta-Facial** (Gesichtsbehandlung für Hautkonstitutionstyp Pitta) € 150,00

Basierend auf der Glowing Radiance-Linie: Fußpeeling, verwöhnende Gesichtereinigung, traditionelle ayurvedische Marmapunkt-Massage, manuelle Trigeminus-Therapie, pflegende Gesichtsmaske – für ein seidig-weiches Hautgefühl. (ca. 90 min.)



**ila-Kapha-Facial** (Gesichtsbehandlung für Hautkonstitutionstyp Kapha) € 150,00

Basierend auf der Marine Flora-Linie: aktivierende Kopf-Akupressur, sanfte Gesichtsreinigung und Pflege, Lymphdrainage, warme Stempelmassage mit Himalaya-Kristallsalz, belebende Gesichtsmassage, reichhaltige Gesichtsmaske – für eine Haut voller Leuchtkraft. (ca. 90 min.)

**Crystal Healing Face Therapy – Heilende Gesichtsbehandlung** € 150,00

Gesichtsbehandlung mit warmen Rosenquarz-Kristallen, tiefenwirksame Lymphdrainage, Akupressur mit warmen Massagestempeln, Granat-Peeling, Jade-Gesichtsmaske, duftende Rosencreme. (ca. 90 min.)

**Hand-Verjüngungskur** € 65,00

Sanftes Peeling, Handbad, beruhigende Marmapunkt-Handmassage, Rosengelmaske mit Aloe Vera. (ca. 45 min.)

**Hand-Verjüngungskur inkl. Maniküre** (ca. 90 min.) € 125,00

**Fuß-Verjüngungskur** € 65,00

Zitronengras- und Vetiver-Peeling, Marmapunkt-Fußmassage. (ca. 45 min.)

**Fuß-Verjüngungskur inkl. Pediküre** (ca. 90 min.) € 125,00

## Klassische Kosmetikbehandlungen

### **Klassische Gesichtsbehandlung** (für Damen)

€ 120,00

Reinigung, Reinigungspeeling, Ausreinigung, Augenbrauenkorrektur, Gesichts- und Dekolletémassage oder Lymphdrainage, pflanzliches Aromakonzentrat, Feuchtigkeitsmaske, Tagespflege. (ca. 80-90 min.)

### **Gesichts-Intensivbehandlung** (für Damen)

€ 165,00

Reinigung, Aroma-Kompresse, Reinigungspeeling, Augenbrauenkorrektur, Ausreinigung, Feuchtigkeitsmaske, Lymphdrainage, pflanzliches Aromakonzentrat, Gesichts-, Nacken- und Dekolletémassage, Fußmassage, straffende Maske für Gesicht und Dekolleté, Tagespflege. (ca. 110-120 min.)

### **Gesichts-Intensivbehandlung** (für Herren)

€ 120,00

Reinigung, Aroma-Kompresse, Reinigungspeeling, Ausreinigung, Feuchtigkeitsmaske, Lymphdrainage, pflanzliches Aromakonzentrat, Intensiv-Gesichtsmassage mit Augenserum, Tagespflege. (ca. 80-90 min.)

**Intensiv Anti-Aging-Behandlung** (für Damen/Herren bei jedem Hauttyp) € 190,00  
Sichtbare Faltenreduktion und Förderung der Collagen-Produktion mit pflanzlichen Anti-Aging-Produkten: Ausreinigung, Intensiv-Feuchtigkeitsmaske, Lymphdrainage, Gesichts-, Nacken- und Dekolletémassage, Anti-Aging-Maske, Anti-Aging-Serum, Augenserum, Tagespflege, Augenbrauenkorrektur, Fußpeeling und -massage. (ca. 110-120 min.)

<b>Maniküre</b> (ca. 45 min.)	€ 60,00
<b>Maniküre</b> inkl. Handmassage und Handpackung (ca. 60 min.)	€ 85,00
<b>Kosmetische Pediküre</b> inkl. Fußmassage u. Fußpflege (ca. 45 min.)	€ 65,00
<b>Kosmetische Fußreflexzonenmassage</b> (ca. 30 min.)	€ 50,00
<b>Lippen- oder Augenmaske, Halspackung</b> (je ca. 15 min.)	€ 15,00
<b>Brauen und Wimpern färben</b>	€ 50,00
<b>Wimpern färben</b>	€ 35,00
<b>Brauen färben</b>	€ 20,00
<b>Brauen zupfen</b>	€ 10,00
<b>Gesichtslymphdrainage</b> inkl. Maske (ca. 45 min.)	€ 65,00



## Kontakt

Ayurveda Parkschlösschen • Wildbadstr. 201 • D-56841 Traben-Trarbach

Tel. +49-(0)6541 - 705 - 0 • Fax +49-(0)6541 - 705 - 120

[www.ayurveda-parkschloesschen.de](http://www.ayurveda-parkschloesschen.de) • [info@parkschloesschen.de](mailto:info@parkschloesschen.de)

[www.ayurveda-parkschloesschenblog.de](http://www.ayurveda-parkschloesschenblog.de)



Healing  Holidays



Alle Inhalte und Preise gelten bis auf weiteres unter Vorbehalt auf Änderung.

Design: [www.thomaslemmler.com](http://www.thomaslemmler.com), ©2017 T. Lemmler | Fotos: N. Baumgartl, M. Berger, J. Schnabel, D. Schnorbach, R. Unger, Ayurveda Parkschlösschen