



Relax Alpin Massagefachinstitut

Daniel Gottner steht Ihnen mit seiner langjährigen Erfahrung als medizinischer Masseur mit Meisterprüfung nach Terminvereinbarung an der Hotelrezeption im Wellnessbereich zur Verfügung und freut sich auf Ihr Kommen!

Klassische Massagen

Ganzkörpermassage

50 Minuten € 65,00

Stärke und Intensität der Griffe werden auf die Bedürfnisse und Beschwerden abgestimmt. Schenken Sie sich eine Auszeit, spüren Sie die wärmende Durchblutung Ihres Körpers, fühlen Sie, wenn sich Muskeln und Sehnen lockern, einfach mal den Stress des Alltags hinter sich zu lassen, das ist Gesundheit und Wellness als eine untrennbare Einheit des Ganzen.

Teilkörper (Rückenmassage)

25 Minuten € 37,00

Stärke und Intensität der Griffe werden auf die Bedürfnisse und Beschwerden abgestimmt. Schenken Sie sich eine Auszeit, spüren Sie die wärmende Durchblutung Ihres Körpers, fühlen Sie, wenn sich Muskeln und Sehnen lockern, einfach mal den Stress des Alltags hinter sich zu lassen, das ist Gesundheit und Wellness als eine untrennbare Einheit des Ganzen.

Sportmassage

25 Minuten € 37,00

50 Minuten € 65,00

Die Sportmassage ist eine spezielle Art der Massage vor und/oder nach einer sportlichen Betätigung. Die Massage vor dem Sport wird schnell und kräftig durchgeführt und bringt die beim anschließenden Sport belastete Muskulatur in eine gewisse Anfangsspannung. Das Verletzungsrisiko wird vermindert. Nach dem Sport wird die Sportmassage mit weichen und langsamen Massagegriffen durchgeführt. Eine erhöhte Durchblutung der Muskeln durch das Durchführen der Massage nach der sportlichen Belastung führt z.B. zum schnelleren Abtransport von körpereigenen Giftstoffen.



Klassische Massagen

Lymphdrainage

25 Minuten € 37,00

50 Minuten € 65,00

Mit sanften Massagegriffen wird der für das Immunsystem so wichtige Lymphfluss und somit auch Schlackenstoffe entlang der Lymphbahnen zum Fließen gebracht. Dies hat zur Folge, dass zu hoher Blutdruck gesenkt, Schmerzen gelindert und Schwellungen abgebaut werden können. Ein erleichterndes und entspanntes Gefühl stellt sich für Sie ein.

Fußreflexzonenmassage

25 Minuten € 37,00

50 Minuten € 65,00

Die Fußreflexzonenmassage ist eine alternative Diagnose- und Heilanwendung, die eine ca. 2.500 Jahre alte Geschichte aus den verschiedensten Naturvölkern der Erde aufweist und erlangt einen ebenso großen Erfolg wie vergleichsweise die Akupunktur. Ob Verdauungsstörung, Rheuma, Stress, emotionale Beschwerden oder einfach nur zum Kennenlernen. Durch abgestimmten Druck werden so Organe und deren Systeme ausgleichend behandelt, eben ganzheitlich.

Entspannungsmassagen

Anti-Stress-Massage

50 Minuten € 65,00

Die Anti-Stress-Massage ist eine reine Entspannungsmassage von Kopf-Nacken-Kreuzbein-Füße, mit Ätherischen Essenzen des Waldes der Zillertaler Berge, welche die Lasten des Alltags abbaut und die auch der Seele Raum zum Träumen lässt. Wer sich etwas Gutes tun will, lässt sich von der Kraft der Natur inspirieren.

Regenerationsmassage für Wintersportler

50 Minuten € 70,00

Eine Regenerationsmassage ist eine Massage, die nach einer erhöhten körperlichen Belastung (z.B. nach einem langen Skitag) zur Regeneration der Muskulatur angewendet wird. In Kombination werden kühlende Sportgels aufgetragen um eine zusätzliche Regeneration zu erreichen, damit Sie am nächsten Tag ohne Muskelkater Ihren Sport genießen können.



Spezialmassagen

Wirbelsäulentherapie

50 Minuten € 70,00

Auf schonende Weise werden die Wirbelkörper in ihre anatomisch richtige Lage gebracht. Schmerzen und Funktionsstörungen der Wirbelsäule werden häufig durch Fehlstellung oder Blockierung der Wirbel verursacht. Die sensiblen und geübten Hände unseres Therapeuten können kleinere Wirbelfehlstellungen fühlen und durch mehr oder weniger starken Druck des Daumens korrigieren.

Anti Cellulite Massage für Frauen

100 Minuten € 120,00

Anti-Cellulite-Massagen helfen tatsächlich gegen Orangenhaut - Cremes und Salben allein können schwaches Bindegewebe nicht retten. Anti Cellulite Massage: die Effekte - Ablauf der Behandlung Bindegewebstechniken, Gua Sha (Schab- Technik aus der Chinesischen Medizin), Schröpfkopfmassage (durchblutungsfördernde Wirkung), Lymphdrainage mit Beinwickel für den Abtransport der Schlacken im Gewebe.

Genießen Sie ganzheitliches Entspannen mit außergewöhnlichen Massagetechniken – aus den Alpen und der ganzen Welt.