



SCHÖNHEIT... von Kopf bis Fuß

Peelings & Packungen

Meersalzpeeling für den Körper	20 Min./25 €
Körperpackungen	30 Min./37 €
Algenschlick auf dem Wärmebett	
ACE-Vitamin Cremepackung	

Gesichtsbehandlungen

Premium „Anti Age“ für die anspruchsvolle Haut	90 Min./75 €
„Classic“ für Sie & Ihn Gesichtsreinigung, Hautanalyse, Peeling, Tiefenreinigung, Augenbrauenkorrektur, große Gesichts-, Nacken- und Dekolletémassage sowie Abschlusspflege	60 Min./58 €
„Reines Hautbild“ Gesichtsreinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Maske und Abschlusspflege	30 Min./25 €

Schöne Augenblicke

Augenbrauenkorrektur	6 €
Augenbrauen färben	6 €
Wimpern färben	8 €

Pflege für Hände & Füße

Pediküre	45 Min./25 €
Maniküre Nägel kürzen und formen, entfernen der Nagelhaut	20 Min./15 €
Maniküre „Premium“ Nägel kürzen und feilen, Handpeeling sowie Packung	45 Min./27 €
Nägel lackieren	9 €

ARRANGEMENTS für Sie und Ihn

„Auszeit für Sie“ 160 Min./129 €
Ihre Auszeit beginnt mit einem glättenden Ganzkörperpeeling. Anschließend genießen Sie eine Aromaöl-Ganzkörpermassage auf dem Wärmebett. Den Abschluss bildet eine großzügige Gesichtsbehandlung (90 Min.) mit Gesichts- & Dekolletémassage sowie eine reichhaltige Handpackung. Zum Abschluss reichen wir ein Glas Tee.

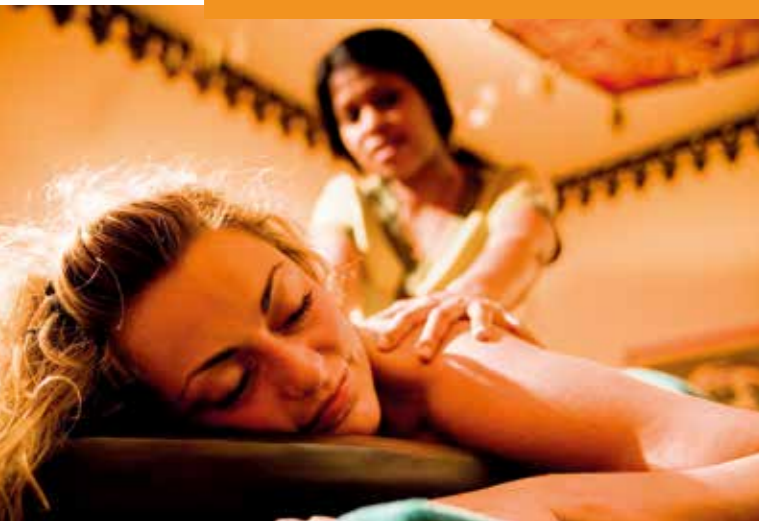
„Anti Stress für den Mann“ 90 Min./79 €
Genießen Sie ein glättendes Peeling für den Rücken und eine entspannende Rückenmassage. Den Abschluss bildet eine pflegende Gesichtsbehandlung.

Kontakt & Information

Täglich 10.00 – 18.00 Uhr
Reservierung-Hotline: 0800 / 100 4221
eMail: reservierung@baltichotel.de

BALTIC SPA

Wo die Erholung wohnt



SRI LANKA AYURVEDA...von Kopf bis Fuß

Ayurveda ist eine sanfte Massageform. Sie aktiviert die Selbstheilungskräfte des Körpers, wirkt entgiftend und harmonisiert Körper und Geist.

Unsere Ayurveda-Spezialisten arbeiten mit ISO-Zertifizierten (ISO-Norm 9001 & 14001) Produkten für Ihre Gesundheit.

Ganzkörpermassage (Abhyanga)	60 Min./60 €
Rückenmassage (Pashima Abhyanga)	25 Min./30 €
Schulter-Nackenmassage (Griva/Skandah Abhyanga)	25 Min./30 €
Kopfmassage (Shirobyanga)	25 Min./30 €
Oberkörpermassage (Vaksha Abhyanga)	25 Min./30 €
Beinmassage (Pada Abhyanga)	25 Min./30 €
Fußbad & Fußmassage (Padabhyanga)	30 Min./30 €
Armmassage (Baahu Abhyanga)	25 Min./25 €
Gesichtsmassage (Mukabhyanga)	25 Min./25 €
Handmassage (Hastha Abhyanga)	25 Min./25 €

Einzigartig... Ayurveda-Spezial

Stirn-Ölguss (Shirodhara) 60 Min./75 €
Der Ayurveda Klassiker! Die Verbindung aus Kopf-, Schulter- und Nackenmassage bewirkt eine tiefe Entspannung des gesamten Nervensystems.

6-Gelenke Massage 30 Min./38 €
Spezielle Massage mit kostbarem Kräuter-Öl bei Schmerzen und Gelenk-StEIFheit.

Peeling-Massage (Udvaratana) 70 Min./69 €
Sanfte Massage mit fein gemahlten Körnern, verbessert die Durchblutung und hilft bei Cellulite.

Kräuter für die Gesundheit

Körper-Öl Guss (Piccichil) 60 Min./72 €
Gleichmäßig verteilt der Ayurveda-Spezialist warmes Öl über Ihren Körper, dazu werden Sie mit sanften Strichen massiert.

Kräuterdampfbad 20 Min./20 €
In einer edlen Margozaholz-Box wird der gesamte Körper von wohltuendem Kräuterdampf umhüllt. Das Verfahren stärkt das Immunsystem, Giftstoffe werden ausgeschwitzt.

Kräuterbad 20 Min./20 €
Belebt Körper und Geist.

Kräuter-Körperpackung (Shariira Ubtan) 70 Min./72 €
Kräuter-Öl Körperbalsamierung und Körperpackung zur Regeneration.

Kleine Helfer aus Sri Lanka

Dampfbad Inhalation (Nasna) 20 Min./20 €
Bei Erkältung, Heuschnupfen oder Kopfschmerz.

Kräuter Pflaster (Alepa) 30 Min./je 17 €
Anwendung gegen Schmerzen und Steifheit.

**! Für diese Anwendung brauchen Sie 3 Tage Zeit.
Das Pflaster wird jeden Tag erneuert.**

Ayurveda Schmerzbehandlungen

Schmerzpunktbehandlung (Kati Vasti) 45 Min./45 €
Auf Ihren Schmerzpunkt (z.B. unterer Rücken) wird ein spezieller Ring aus Kichererbsen-Teig aufgelegt. Darin enthalten ist warmes medizinisches Öl. Es hilft bei Schmerzen und Steifheit.

Heißer Milchreis-Stempel (Pinta Sweda) 60 Min./70 €
Zur Einstimmung: Kleine Fuß- und Handmassage. Anschließend wird Ihr Körper mit einem warmen Reisstempel behandelt. Dieser sorgt für die Entgiftung und Gelenkfähigkeit, nährt Haut & Nerven.

Heißer Kräuterwickel (Upanaha Sweda) 30 Min./38 €
Mit einem Leinensäckchen aus medizinischen Kräutern, getränkt in Öl, wird Ihr Körper behandelt. Es dient zur Muskelentspannung bei Schmerzen und Schwellungen.

RITUALE

Hot Stone Massage 60 Min./69 €
Mit warmen Lavasteinen wird Ihr Körper sanft massiert. Schon in der indianischen Heilkunst wurde diese Massageform angewendet, um Verspannungen des Muskelsystems zu lösen.

Hot Stone Rückenmassage 30 Min./45 €

Ohrenkerzenritual 45 Min./45 €
Ohrenkerzenbehandlung und Gesichtsmassage: Dieses beliebte Ritual schenkt Ihrem Körper Ruhe, tiefe Entspannung und hilft gegen Kopfschmerzen.

KLASSISCHE MASSAGEN

Ganzkörpermassage 50 Min./49 €
Bei dieser Massage werden Ihre Verspannungen gelockert und gelöst. So wird Ihr ganzer Organismus aktiviert.

Rückenmassage 25 Min./27 €
Die Rückenmassage dient zur Lockerung der Muskulatur von der Halswirbelsäule bis zum Lendenwirbelbereich.

Fußreflexzonenmassage 25 Min./35 €
Eine „punktgenaue“ Wohltat für Ihre Füße! Alle Organe sowie das Lymph- und Nervensystem werden durch diese Druckpunktmassage angeregt und Energieblockaden gelöst.

Aroma-Ölmassage sanft 45 Min./49 €
Lassen Sie sich von dem Duft edler Aromaöle verwöhnen. Ihr ganzer Körper wird sanft massiert und Ihre Haut gleichzeitig gepflegt.