

# Aller guten Dinge sind frei



## MASSAGE UND KOSMETIK IM STEGERHOF

---

Körper, Geist und Seele in Einklang bringen.

Das Rundum-Verwöhnangebot im Kinderhotel Stegerhof steigert fühlbar Ihr Wohlbefinden.

Lassen Sie sich von unseren umfassenden Massagebehandlungen, wie zum Beispiel den speziellen energetischen Massagen „Kraft der Natur“ oder „Aloha in den Bergen“, verwöhnen. Bei unserem Angebot an klassischen Massagen finden Sie außerdem Ruhe & Harmonie sowie eine belebende Aktivierung Ihres Körpers.

Holen Sie sich bei einer unserer reinigenden Gesichtsbearbeitungen den Frische-Kick im Familienurlaub.

Bei unseren Rundum-Wohlfühlangeboten können Sie von Montag bis Freitag loslassen.

**Terminvereinbarung  
an der Rezeption.**



## GENIESSEN

Unsere Masseurin Belinda ist die „Gspiarige“ im Stegerhof. Belinda verwöhnt Sie mit unterschiedlichen Massagen. Mit ihrem besonderen Einfühlungsvermögen merkt sie genau wo es drückt und bringt Körper, Geist und Seele in Einklang.

## WOHLFÜHLPAKETE

### SO SCHÖN WIE MAMA

75 €

Gemeinsame Wohlfühlzeit zum Genießen!  
Die kleine Prinzessin wird verwöhnt mit einer und einer Spa-Maniküre mit Lack, einer Gesichtsbildung Peeling, Maske, Ampulle  
ca. 75 MIN.

Gesichtsmaske  
Mama entspannt bei  
bestehend aus Reinigung,  
und Abschlußpflege.



## KOSMETIKANWENDUNGEN KIDS & TEENS

FÜR

### KINDER GESICHTSANWENDUNG

25 €

Reinigung, kurze Massage, Pflege  
20 MIN.

### TEENIE GESICHTSANWENDUNG

35 €

Reinigung, Peeling, Maske, Pflege  
30 MIN.

### SAMTPFOTE

25€

Hände oder FüÙe mit Lack  
30 MIN.

### SAMTPFOTE

13 €

Hände oder FüÙe nur Lack  
30 MIN.

## WOHLFÜHLPAKETE

### ANTI STRESS 69 €

Sie starten mit einer Indian Head Balance - Anti Stress Kopf-, Schulter- & Nackenanwendung, anschließend entspannen Sie bei einer wohltuenden Gesichtsanwendung.

60 MIN.

### AROMA RELAX 80 €

Aroma Beauty Gesichtsanwendung – eine wohltuende und pflegende Anwendung für reine Haut: Reinigung, Peeling, Hydrolat, Pflegepackung mit ätherischen Ölen und Abschlusspflege. Im Anschluss entspannen Sie Körper und Geist bei einer Duftreise (8 ätherische Öle werden in bestimmter Reihenfolge auf die Energiezonen des Rückens und der Füße aufgetragen und sanft eingearbeitet).

75 MIN.

### IT'S A MEN'S WORLD - WELLNESS FÜR WAHRE MÄNNER 93 €

Pandhy's Männer Frischzellen Quickenanwendung - speziell auf die Männerhaut abgestimmte Gesichtsanwendung dazu eine Energie Fussanwendung mit wohltuendem Fußbad, anschließend entspannen Sie auf Hawaiianisch bei einer Lomi Rücken-anwendung und zum Ausklang genießen Sie einen Hopfensmoothie.

90 MIN.

### COSMIC STREAMING FÜR SCHWANGERE 63 €

Diese Anwendung ist eine wunderbare energetische Begleitung für werdende Mamas. Die Kombination der Energiepunkte nach Jin Shin Jyutsu, einer japanischen Heilkunst, mit den Schwingungen die über das Klangei übertragen werden und dem Einsatz von ätherischen Ölen machen diese Anwendung besonders wertvoll. Fühle die Schwingung von Mond und Erde und den Fluss der Lebensenergie durch Berühren entsprechender Punkte, spüre die innere Kraft, Harmonie, Ruhe und Geborgenheit.

Nicht für Schwangere in den ersten 3 Monaten!

60 MIN.

## KLASSISCHE MASSAGEN

### WOHLFÜHLMASSAGE – GANZKÖRPER 69 €

Einfach Loslassen. Massage auf die speziellen Bedürfnisse Ihres Körpers angepasst - sanft oder mit Druck. Mit dem einzigen Ziel: sich wohlfühlen.

50 MIN.

### WOHLFÜHLMASSAGE – TEILMASSAGE 36 €

Mit dem Ziel sich wohlfühlen ist die Teilmassage angepasst auf die speziellen Bedürfnisse Ihres Körpers - sanft oder mit Druck.

20 MIN.

### AROMATHERAPIE - MASSAGE 75 €

Ganzkörpermassage mit individuell abgestimmten, naturreinen ätherischen Ölen, um körperliche oder seelische Disharmonien auszugleichen. Diese wunderbare Massage wird mit wohlriechendem Öl durchgeführt.

45 MIN.

### FUSSREFLEXZONENMASSAGE 40 €

Schon lange weiß die Menschheit, dass an manchen Körperstellen reflektorisch auf andere Körperteile eingewirkt werden kann. So kann eine Fußreflexzonenmassage positiven Einfluss auf z.B. Organe, Muskeln, Sehnen und Gelenke haben. Bei der Massage werden die einzelnen Fußreflexzonen durch kräftiges Drücken angeregt werden.

20 MIN.

### SHAKTIMAT & FUSSMASSAGE 45 €

Während Ihre Füße mit einem pflegenden Balsam verwöhnt werden, liegen Sie für mehr Energie, erholsamen Schlaf, Schmerzlinderung und Entspannung auf der Shaktimatte.

20 MIN.

## KLASSISCHE MASSAGEN

### KOMBINATION AKTIVIERUNG 71 €

Bei dieser Massage wird eine aktivierende Rückenmassage mit einer Fußreflexzonenmassage kombiniert. Dies regt nicht nur den Stoffwechsel, sondern den gesamten Organismus an.

45 MIN.

### LYMPHDRAINAGE 75 €

Sanfter Druck zur Gewebsentstauung!  
Die besonderen Merkmale dieser Behandlung sind der sanfte Druck, das langsame Arbeitstempo und die speziellen Grifftechniken. Verbessern Sie Ihren Lymphfluss für mehr Wohlbefinden.

50 MIN.

### KOMBINATION SCENAR & MASSAGE 95 €

Scenar ist eine Schmerztherapie über Nervenendungen. Es steigert die Durchblutung und fördert Heilprozesse.

50 MIN.

### MUSKELENTSPANNUNG MIT MASSAGEPISTOLE 40 €

Eine Behandlung mit der Massagepistole fördert die lokale Durchblutung und regt den Zellstoffwechsel an. Es werden schnelle Erfolge bei Verspannungen, Muskelkater, und Muskelschmerzen erzielt.

20 MIN.

Steifheit

## KOSMETIKANWENDUNGEN

### PANDHY'S WELLNESS FÜR HAND ODER FUSS 30 €

Wunderbar schöne, samtig gepflegte Hände und Füße mit der Wellness Samtpfoten-Anwendung für Sie und Ihn! Nach der Anwendung eines sanften Peelings, in Form bringen der Nägel und Nagelhaut und einer hochwirksamen Essenz, folgt eine wohltuende Massage mit abschließender Pflege.

30 MIN.

### SUGARING - DAMEN

Sugaring ist eine jahrtausendalte natürliche Methode der Haarentfernung mittels Zuckerpaste. Körperbehaarung wird in ihrer natürlichen Wuchsrichtung entfernt, wodurch diese Methode äußerst schmerzarm und verletzungsfrei ist.



OBERLIPPE	(15 MIN)	12 €
-----------	----------	------

ACHSEL	(30 MIN)	23 €
--------	----------	------

UNTERSCHENKEL	(CA. 60 MIN)	46 € - 56 €
---------------	--------------	-------------

BIKINIZONE	(30 MIN)	24 €
------------	----------	------

### SUGARING - HERREN

Die jahrtausendalte Methode der Körperhaarentfernung ist auch für Herren perfekt geeignet. Durch die Entfernung der Haare in ihrer natürlichen Wuchsrichtung ist Sugaring mittels Zuckerpaste eine äußerst schmerzarme und verletzungsfreie Methode.

BRUST	(60 MIN)	41 € - 51 €
-------	----------	-------------

BAUCH	(60 MIN)	39 € - 49 €
-------	----------	-------------

RÜCKEN	(90 MIN)	61 € - 71 €
--------	----------	-------------

## KÖRPERBEHANDLUNGEN

### GUA SHA – KÖRPER

**25 €**

In der speziellen Körperanwendung wird durch „Schaben“ die Energie in Fluss gesetzt, entgiftet und gekräftigt. Eine traditionell chinesische Anwendung zur Straffung Hautbindegewebes.

30 MIN.

### PANDHY'S SUGAR WAVE

**79 €**

Diese intensive Anwendung basiert auf 3 Säulen, „Entwässerung“, „Entschlackung nachhaltiger Fettverbrennung“ und „Straffung des Gewebes“. Durch den Vakuumeffekt dieser speziellen Technik werden Verklebungen und Schlackenstoffe verflüssigt. Bauch, Beine und Po für Sie und Ihn.

60 MIN.

## MASSAGEN FÜR KINDER & TEENIES

### ZWERGERLMASSAGE (BEI BELINDA)

**31 €**

Massage speziell für die Kleinen. Mit einem leichten Duft und sanfter Massage werden die Anspannungen der Kinder weggezaubert. Für Kinder bis 12 Jahre.

20 MIN.

### SÜSSE AUSZEIT (BEI DANIELA)

**30 €**

Schokoladen-Rückenmassage

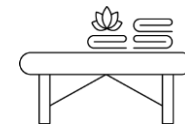
25 MIN.

### LOMI RÜCKENANWENDUNG (BEI DANIELA)

**29 €**

Mit duftendem Kokos-Öl

20 MIN.





## WOHLFÜHLEN

Die vielseitige Beauty-Expertin entzückt mit ihrem sonnigen Gemüt. Daniela's besonderes Gespür für Menschen verleiht unseren Gästen wohltuende Momente während der Massagen- und Kosmetikbehandlungen.

## KOSMETIKANWENDUNGEN

PANDHY'S FRISCHZELLEN **39 €**

QUICK-ANWENDUNG FÜR DAS GESICHT

Abreinigen, Peeling, Energie und Verjüngung im gleichen Schritt, Abschlusspflege – für Sie und Ihn  
30 MIN.

PANDHY'S ANWENDUNGSBEHANDLUNG **68 € - 78 €**  
GESICHT, HALS & DEKOLLETÉ

BeauTea, Abreinigen, Peeling, Massage mit Massagezucker, Maske, Kopfmassage, Abschlusspflege – für Sie und Ihn  
60 MIN.

### ZUSATZLEISTUNGEN ZUR GESICHTSANWENDUNG

BRAUEN UND/ODER WIMPERN FÄRBEN **11 € - 21 €**

AUGENBRAUENKORREKTUR **7 €**

AUGENBRAUENKORREKTUR MIT ZUCKERPASTE **10 €**

FEUCHTIGKEIT PUR **10 €**

ROSENQUARZANWENDUNG **10 €**

mit zwei geschliffenen glatten Rosenquarzsteinen und reinem Aprikosenöl wird eine liebevolle Gesichtsmassage durchgeführt.

15 MIN.

GUA SHA – GESICHT **10 €**

Durch „Schaben“ wird die Energie in Fluss gesetzt. Eine alte traditionell chinesische Anwendung zur Straffung des Hautbindegewebes, die entgiftet und kräftigt.

15 MIN.

# Stille Wasser sind um die Ecke.

---

## ENERGIE FÜR KÖRPER, GEIST & SEELE

### ALOHA IN DEN BERGEN - LOMI LOMI NUI KÖRPERARBEIT

75 €

Diese für die Hawaiianer heilige Körperanwendung wirkt zur Unterstützung der Heilung auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene. Verspannungen und Blockaden können im Innersten gelöst werden. Sie ist eine Mischung aus Ritual, Körperarbeit und Tanz, die ursprünglich von den Kahunas auf Hawaii im Tempel ausgeübt wurde. Lomi Lomi Nui Körperarbeit ist ein besonderes Erlebnis und wirkt wie ein Segen!  
(inkl. Nachruhezeit)

90 MIN.

### SÜßE VERSUCHUNG - HONIG-GANZKÖRPER-ANWENDUNG

65 €

Honig ist ein Geschenk der Natur, der uns Menschen in vielerlei Hinsicht bereichert. Diese Anwendung beruht auf den Prinzipien der russischen Volksheilkunde und der tibetischen Medizin. Sie wirkt entschlackend, bringt den Energiefluss wieder ins Gleichgewicht und wirkt anregend auf Immun- und Nervensystem.  
(inkl. Nachruhezeit)

60 MIN.

### SANFTE ERDUNG - ENERGIE FUSSANWENDUNG

43 €

Der Fuß ist wie eine Landkarte unseres Körpers. Es werden über die Reflexzonen an den Füßen die inneren Organe stimuliert und der Energiefluss im Körper angeregt. Mit wohltuendem Fußbad vor Beginn der Anwendung.

40 MIN.



Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass energetische Anwendungen der Vorsorge und Unterstützung dienen. Sie ersetzen keinesfalls die Diagnose oder Behandlung durch einen Mediziner, Physiotherapeuten oder Psychologen.

## ENERGIE FÜR KÖRPER, GEIST & SEELE

### DUFTREISE - AROMA TOUCH TECHNIQUE

53 €

Es werden 8 verschiedene ätherische Öle in bestimmter Reihenfolge auf die Energiezonen des Rückens und der Füße aufgetragen und sanft eingearbeitet. Die Öle sind auf seelischer und körperlicher Ebene hochwirksam, wirken ausgleichend, stressreduzierend und tiefenentspannend.

(inkl. Nachruhezeit)

50 MIN.

### RAUCHZEICHEN - OHRENKERZEN

40 €

Bei einer Ohrkerzenanwendung kommt der Kopf- und Schulterbereich zur Ruhe, durch die Wärme werden die Selbstheilungskräfte aktiviert.

(inkl. Nachruhezeit)

50 MIN.

### BUNTE SCHMERZSTILLER - ENERGETISCH-KINESIOLOGISCHES TAPING

... ist etwas mehr als das Aufkleben von bunten Pflastern.

Es handelt sich dabei um eine gezielte Tape-Technik, um den natürlichen Selbstheilungsprozess des Körpers zu stimulieren und zu unterstützen. Es kann losgelöst aber auch in Kombination mit anderen energetischen Methoden angewendet werden.

JE NACH TAPEGRÖSSE

AB 15 €

