



*pro Mensch*   
WELLNESS & MASSAGE

MASSAGEN & WELLNESS-ANWENDUNGEN BEI UNS IM HOTEL,  
NÄHERE INFOS UND TERMINVEREINBARUNG AN DER REZEPTION.

MESSAGES & WELLNESS TREATMENTS IN OUR HOTEL.  
FURTHER INFORMATION AND RESERVATIONS AT THE RECEPTION.

**RESERVIERUNGEN | RESERVATIONS**

Bitte buchen Sie Ihre Termine so früh wie möglich an der Rezeption.  
Please book your appointments as early as possible at the reception.

**VERSPÄTUNGEN | DELAYS**

Aus Rücksicht gegenüber den nachfolgenden Gästen bitten wir um Verständnis, dass bei Verspätung Ihrerseits diese Zeit von der Behandlungszeit abgezogen wird. | From consideration for the next guest, please understand that delay time is subtracted from the treatment time.

**STORNOBEDINGUNGEN | CANCELLATION**

Bei Stornierungen bis 24 Stunden vor Behandlungsbeginn entstehen keine Kosten. Falls Sie Ihre Behandlung kurzfristig absagen, verrechnen wir 100 % des Behandlungspreises. | Cancellations up to 24 hours prior to treatment are free of charge. If you cancel your treatment in the short term, we charge 100 % of the treatment price.

**BEZAHLUNG | PAYMENT**

Alle konsumierten Behandlungen sind direkt in bar bei der Masseurin zu bezahlen!  
All consumed treatments are to be paid directly in cash with the masseuse!

**GESUNDHEIT | HEALTH**

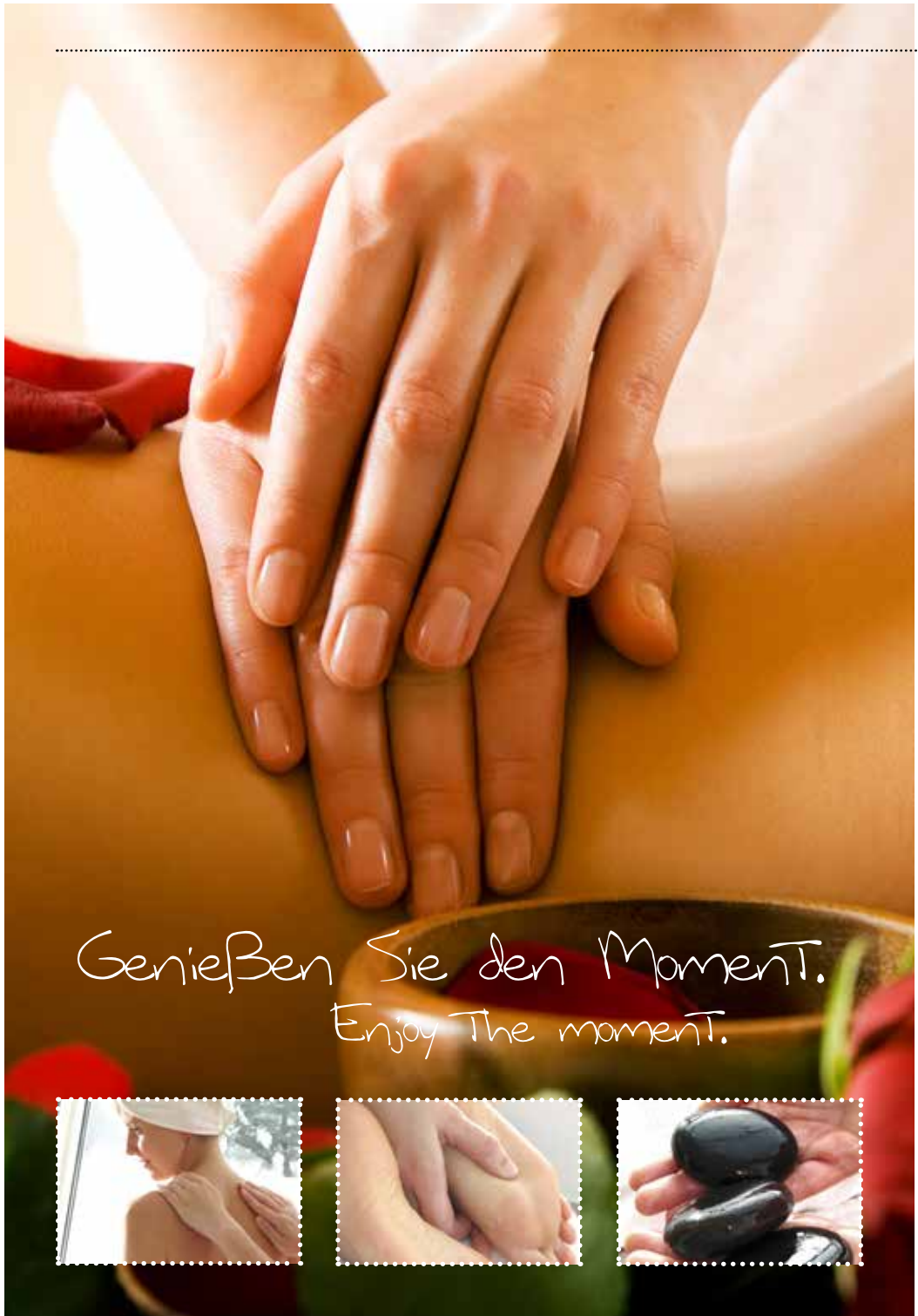
Sollten Ihnen Krankheiten, Beschwerden oder eine Schwangerschaft bekannt sein, teilen Sie uns dies bitte bei der Terminreservierung mit, da nicht alle Anwendungen dafür geeignet sind. | If you have diseases, symptoms or you are pregnant, please let us know when making the appointment, because not all applications are suitable.

**BEKLEIDUNG | CLOTHING**

Bitte kommen Sie zu Ihrer Anwendung im Bademantel. Für die Klangmassage tragen Sie bitte bequeme Kleidung. Weiters bitten wir Sie für alle Behandlungen Ihren gesamten Schmuck abzulegen. | Please get your application in a bathrobe. For the sound massage please wear comfortable clothing. Please take off all your jewelry for all treatments.

**VERKAUFSARTIKEL | MERCHANDISE**

Alle verwendeten Öle sowie Heilsteine, Joya-Roller und andere Wellnessprodukte sind an der Rezeption oder bei der Masseurin erhältlich. | All used oils, healing stones, Joya-roller and other wellness products are available at the reception desk or at the masseuse.



Genießen Sie den Moment.  
Enjoy The moment.

### DIE KLASSIKER | THE CLASSICS

Tun Sie dem Körper etwas Gutes und lassen Sie den Alltagsstress hinter sich! Eine Massage löst nicht nur schmerzhafte Muskelverkrampfungen, sondern fördert auch die mentale Entspannung. Mit diesem Genuss schenken Sie sich ein neues Lebensgefühl voll Energie und Vitalität. I Do your body a favour and leave the daily grind behind! A massage not only releases painful muscle cramps, but also promotes mental relaxation. After this treat you will feel a new sense of energy and vitality.

Medizinische Ganzkörpermassage   Full body massage	40 min	Euro 48,00
Medizinische Teilkörpermassage   Partial body massage/back massage	20 min	Euro 24,00

### FUSSREFLEXZONENMASSAGE | REFLEXOLOGY MASSAGE

Der Fuß, der Spiegel des menschlichen Körpers. Durch die gezielte Massage an Fußsohle und Fußrücken werden Schwachstellen des Körpers aufgezeigt, die Funktionen der inneren Organe und des Bewegungsapparates angeregt, und somit die Selbstheilungskräfte aktiviert. I The foot - mirror of the human body. Thanks to a targeted massage of the sole and instep, the body's weak points become apparent, while the functions of our internal organs and musculoskeletal system are reinvigorated thus activating the body's own healing powers.

chinesische Fußreflexzonenmassage   reflexology massage	30 min	Euro 36,00
---	--------	------------

### KOMBI-MASSAGE | PARTIAL MASSAGE AND REFLEXOLOGY

Eine herrliche Kombination aus Rücken-, Nacken- und Fußreflexzonenmassage. Eine Wohltat bei Problemzonen in diesen Bereichen. I A wonderful combination of a back and neck massage and reflexology. Beneficial for problem zones in these areas.

Kombi-Massage   Partial massage and reflexology	40 min	Euro 48,00
---	--------	------------

### DIE MEDIZINISCHE LYMPHDRAINAGE LYMPHATIC DRAINAGE BASED ON DR. VODDER'S SYSTEM

Mit hingabevollen und rhythmischen Druckimpulsen wird der Abfluss von Gewebsflüssigkeit über das Lymph- und Venensystem gefördert. Diese sanfte Massage (ohne Öl) hat eine stark entspannende, schmerzlindernde und beruhigende Wirkung. Anwendungsbereiche sind z. B. Blutergüsse, Ödeme, Zerrungen, Migräne, schwere Beine etc.

Direct, rhythmic pressure impulses promote the flow of lymph through the lymph and vein system. This gentle massage (without oil) has a very relaxing, pain-relieving and soothing effect. It is used to treat conditions such as haematomas, oedema, pulled muscles, migraines, heavy legs, etc.

Ganzkörperlymphdrainage   Full body lymphatic drainage	60 min	Euro 72,00
Teilkörperlymphdrainage   Partial body lymphatic drainage	30 min	Euro 36,00

### MASSAGE-MIX | MASSAGE MIXTURE

Hier haben Sie die Möglichkeit, verschiedene Massagetechniken kennen zu lernen: klassische Massage, Lymphdrainage, Fußreflexzonenmassage werden zu einer Einheit verbunden. I Here you have the possibility to get to know different massage techniques: classic massage, lymphatic drainage, foot reflex zone therapy are connected to a unity.

Massage-Mix   massage mixture	60 min	Euro 72,00
-------------------------------	--------	------------





## WARMÖLANWENDUNG MIT HEISSEN STEINEN WARM OIL TREATMENT WITH HOT STONES

Für diese wohltuende Anwendung verwende ich hochwertig, therapeutische Öle in Verbindung mit Arnika-, Johanniskraut- oder Ringelblumenöl. Lassen Sie sich mit heißen Steinen verwöhnen und in die Welt der Öle entführen.

I use premium therapeutic oils, together with arnica, amber oil or marigold oil, for this soothing treatment. Let yourself be taken into the land of beautiful oils and spoil with hot stones.

Rücken   Back massage	40 min	Euro 48,00
Ganzkörper   Full body massage	60 min	Euro 72,00

## SALZ-ÖL-MASSAGE | SALT-OIL MASSAGE

Erfahren Sie Entspannung pur und finden Sie den Weg in die eigene Mitte. Genießen Sie die faszinierende Verbindung aus Salz, Wasser, Öl und Massage. Während die Seele auf Reisen geht, wird der Körper auf angenehmste Weise gepeelt, entsäuert und entschlackt.

Diese Salz-Öl-Massage hat eine besondere Heilwirkung bei allen Hautproblemen. Das prickelnde Massageerlebnis, das durch die feine Körnung der Salze entsteht, lässt Ihre Haut samtweich, geschmeidig und strahlend erscheinen. Die Haut fühlt sich schon nach einer Anwendung samtweich und zart an.

Experience pure relaxation and the way to your innermost core. Enjoy the fascinating affiliation between salt, water, oil and massage. Whilst your soul partakes on a wonderful journey, your body is pleasantly peeled, deacidified and purified. This salt-oil massage has a special curative effect on skin problems. The tingling massage experience, due to the tiny salt crystals, leaves your skin silky-soft, smooth and radiant. Your skin feels velvety and soft after one treatment.

Salz-Öl-Massage   Salt-oil massage	60 min	Euro 75,00
------------------------------------	--------	------------

## HONIGMASSAGE | HONEY MASSAGE

Vertrauen Sie auf die natürliche Kraft des Bienenhonigs mit seiner heilenden Wirkung auf den gesamten Organismus. Der Rücken wird mit Honig bestrichen und dann geknetet. Die Honigmassage, ein ganzheitliches Naturheilverfahren, das auf Prinzipien der russischen und tibetischen Medizin beruht.

Trust the natural power of bee's honey and its healing effect on the whole body. Honey is spread over your back and massaged in. The honey massage is an holistic natural remedy, touching on Russian and Tibetan medical principles.

Honigmassage   Honey massage	30 min	Euro 39,00
------------------------------	--------	------------

## OHRKERZEN-ANWENDUNG | EAR CANDLING TREATMENT

Die Ohrkerzentherapie wird als Naturheilmethode seit etwa 900 Jahren angewandt. Sie wird als Basis- und Begleit-anwendung bei Kopfschmerzen, Migräne, Störungen im Stirn-, Hals-, Nasen-, Nebenhöhlenbereich, Ohrdruck, Ohrengeräuschen, Geruchs- und Schlafstörungen, Tinnitus, Stress, Stimmungsschwankungen, Gleichgewichtsstörungen uvm. eingesetzt. Oder einfach nur zur Ohrreinigung.

Die Behandlung bewirkt eine tiefe Entspannung von Körper, Geist und Seele und steigert somit das allgemeine Wohlbefinden. Auch Kinder können diese wunderbare Behandlung genießen.

Ear candling has been used as an accompanying natural remedy for headaches, migraines, forehead-, throat-, nasal- and sinus disorders, ear pressure, tinnitus, olfactory problems, sleeplessness, stress, mood swings, vertigo – and much more – for the last 900 years. It can also be used to simply clean the ears. The treatment is deeply relaxing for body, spirit and soul and increases one's general feeling of well-being. Children can also enjoy this wonderful treatment.

Ohrkerzen-Anwendung   Ear candling treatment	30 min	Euro 39,00
--	--------	------------

## SCHRÖPFMASSAGE | CUPPING MASSAGE

Die Schröpfmassage wird zum Ausleiten von Giftstoffen und zur Entspannung von Muskeln genutzt. Nach vorheriger Einreibung mit Arnikaöl lassen sich sehr angenehme Schröpfmassagen durchführen. Die Schröpfmassage wirkt schmerzlindernd und allgemein durchblutungsfördernd. Verspannungen werden gelockert, das Immunsystem wird aktiviert und Verhärtungen im Haut- und Unterhautgewebe werden gelöst.

The cupping massage is used to detoxify the body and relax muscles. The extremely pleasant cupping massage follows a rub with arnica oil. The cupping massage is analgesic and generally stimulates blood circulation. Tension is loosened, the immune system is activated and hardening of skin and subcutaneous tissue is softened.

Schröpfmassage   Cupping massage	20 min	Euro 24,00
----------------------------------	--------	------------

## JOYA® MASSAGE

Die JOYA® Massage ist eine wohltuende Verbindung aus kraftvoller Tiefenmassage und der energetischen Wirkung der Edelsteine. Wohlige Entspannung und ein leichtes Rieseln stellen sich ein, wenn die Edelsteinkugeln über den Körper gleiten. Lassen Sie sich verwöhnen und entspannen.

The JOYA® massage is a therapeutic massage combining strong, deep massage and the energising effect of gemstones. Warm relaxation and a light ripple can be felt when the gemstones glide over the skin. Allow yourself to be spoiled and relax.

Rücken   Back	30 min	Euro 36,00
---------------	--------	------------



## KLANGMASSAGE | SOUND (TONAL) MASSAGE

Der einzigartige Klang einer Klangschaale beruhigt und gibt Kraft. Sie ist eine Abenteuerreise, ein Erleben der Sinne, ein Spüren, ein Wahrnehmen des eigenen Körpers. Klangschaalen werden auf den bekleideten Körper aufgelegt und durch Anschlagen zum Schwingen gebracht.

The unique sound of singing bowls calms and radiates energy. It is an adventurous journey, an experience for the senses, a feeling, a consciousness of one's own body. Singing bowls are placed on the clothed body and begin oscillating when tapped.

Klangmassage   Sound massage	60 min	Euro 72,00
------------------------------	--------	------------

Gesundheit ist zwar nicht alles –  
aber ohne Gesundheit ist alles nichts.

[Health is not everything - but without health everything is nothing.]  
Arthur Schopenhauer



BIRGIT KOHLHAAS  
Heilmasseurin | gewerbliche Masseurin | TEH-Praktikerin

A-5753 Saalbach-Hinterglemm  
M +43 676 7508094  
b.kohlhaas@promensch.at

Massage und Wellness-Anwendungen auf Anfrage im Haus möglich –  
Terminvereinbarung bitte an der Rezeption:

Winter:  
Montag und Donnerstag

Sommer:  
nach telefonischer Vereinbarung