

## EINZELLEISTUNGEN

### BERATUNG MIT DEM AYURVEDA-SPEZIALISTEN

AYURVEDA-ERSTBERATUNG Komplette Beratung mit Dosha-Konstitutions-Analyse, individueller Beratung und Empfehlungen zur Ernährung und Lebensführung	90 Min. / 120,- €
AYURVEDA DOSHA-KONSTITUTIONS-ANALYSE Mit Empfehlungen zur Ernährung und Lebensführung	60 Min. / 90,- €
INDIVIDUELLE BERATUNG Darstellung von Gesundheitsproblemen aus der Sicht des Ayurveda	45 Min. / 60,- €
FOLGEBERATUNG	ca. 30 Min. / 40,- €

### YOGA UND MEDITATION

YOGA UND MEDITATION in der Gruppe	60 Min. / 15,- €
EINZELCOACHING – YOGA / MEDITATION	60 Min. / 60,- €

### GANZKÖRPER-BEHANDLUNGEN

ABHYANGA – Öl-Massage	60 Min. / 75,- €
PINDA SWEDA – Kräuterstempel-Massage	60 Min. / 90,- €
UDWARTHANAM – Pulver-Massage	60 Min. / 90,- €

### TEILKÖRPER-BEHANDLUNGEN

PAADA ABHYANGA – Fußmassage	30 Min. / 45,- €
SCHULTER-NACKEN-MASSAGE	30 Min. / 45,- €
PRUSHTA ABHYANGA – Rückenmassage	30 Min. / 45,- €
ABHYANGA UND CHURNA PINDA SVEDA für den Rücken	60 Min. / 75,- €
SHIRO ABHYANGA – Kopfmassage	20 Min. / 30,- €
MUKHA ABHYANGA – Gesichtsmassage	20 Min. / 30,- €
PINDA SVEDA – Kräuterstempel, lokal	30 Min. / 45,- €



**AYURVEDAWAY**  
Traditionelle Indische Heilkunst

*Ayurveda-Kurzentrum*

Kurhotel Regina  
Professor-Böhm-Straße 3  
DE - 94072 Bad Füssing  
Tel: 0049 (0) 8531 13 55 88  
Fax: 0049 (0) 8531 13 58 855  
E-Mail: [info@ayurvedaway.de](mailto:info@ayurvedaway.de)

[www.ayurvedaway.de](http://www.ayurvedaway.de)

#### ZIMMERBUCHUNG:

Tel. 0049 (0) 8531 954-0  
E-Mail: [info@kurhotel-regina.de](mailto:info@kurhotel-regina.de)  
[www.kurhotel-regina.de](http://www.kurhotel-regina.de)



## SHIRODHARA – STIRNGUSS

THAILADHARA – Stirnguss mit Öl	45 Min. / 75,- €
THAILADHARA (30 Min.) und ABHYANGA (60 Min.)	90 Min. / 120,- €
THAKRADHARA – Stirnguss mit Buttermilch u. Kräutern	45 Min. / 75,- €
KSHEERADHARA – Stirnguss mit Milch und Kräutern	45 Min. / 75,- €

## SPEZIALBEHANDLUNGEN

AKSHI THARPPANAM – Augenbehandlung mit Ghee	30 Min. / 50,- €
NASYAM – Nasenbehandlung	30 Min. / 45,- €
KARNAPOORANAM – Ohrenbehandlung mit Öl	30 Min. / 40,- €
KATEE VASTHI – Rücken-Ölbehandlung	30 Min. / 45,- €
THALAM / PICHU – Kopfbehandlung mit Öl	30 Min. / 45,- €
LEPAM – Kräuterpasten-Auflage	30 Min. / 45,- €

## ZUSATZBEHANDLUNGEN

Diese Behandlungen eignen sich hervorragend im Anschluss an eine Ganzkörperbehandlung:

SVEDANA – Dampfbad Entgiften durch Schwitzen mit Kräuterdampf in der Svedana-Sitzsauna	30 Min. / 30,- €
SVEDANA - Nachruhen auf der Haslauer-Liege Während dieser Zeit kann das Öl weiter in den Körper einwirken. Durch die Wärme wird das Schwitzen unterstützt und in Verbindung mit dem Schwebzustand werden Verspannungen gelöst.	30 Min. / 30,- €

\* Die einzelnen Behandlungen werden nach Rücksprache mit dem Ayurveda-Spezialisten durchgeführt.

# AYURVEDA

*Dein Weg zu mehr Lebensqualität*

