

BEHANDLUNGEN

Klassische Behandlungen

01. Meeresbrise

80 min

Eine entspannende Massage mit der revitalisierenden Kraft des Meerwassers löst Verspannungen, spendet Feuchtigkeit und stellt das natürliche Gleichgewicht von Körper und Geist wieder her. Ideal für alle, die sich nach tiefer Entspannung und einer erfrischenden Meeresbrise sehnen.

02. Meeresgeflüster

50 min

Eine entspannende Massage, die sanfte Bewegungen mit mineralstoffreichen Produkten auf Meeresbasis kombiniert. Inspiriert von der Ruhe des Ozeans, lindert diese Behandlung Stress, spendet Feuchtigkeit und schenkt ein Gefühl von Frische und Wohlbefinden. Ideal für eine regenerierende Auszeit mit Meeresessenz.

03. Die Kraft der Gezeiten

50 min

Eine Massage, die tiefliegende Verspannungen löst und Muskelsteifheit lindert. Dabei kommen Produkte mit mineralreichem Meerwasser zum Einsatz. Durch die Kombination von festem Druck und präzisen Griffen wird die Beweglichkeit wiederhergestellt und der Körper mit der revitalisierenden Kraft des Ozeans aufgeladen. Ideal für alle, die Verspannungen lösen und neue Energie tanken möchten.

04. Sonne und remodellierende Algen

50 min

Dieses Körperritual kombiniert ein Peeling mit einer Algenpackung, die mineralisierende und regenerierende Eigenschaften besitzt. Das Peeling entfernt Unreinheiten und bereitet die Haut optimal auf die Aufnahme mariner Wirkstoffe vor, während die Packung die Durchblutung anregt, überschüssige Flüssigkeit ableitet und die Konturen definiert. Ideal für eine tiefenwirksame Hauterneuerung, -straffung und -verfeinerung.

05. Zwei Meere

50 min

Entspannende Paarmassage, die Sie zum Abschalten und gemeinsamen Wohlbefinden einlädt. In einer intimen und harmonischen Atmosphäre genießen Sie sanfte Berührungen mit Meeresprodukten, die Körper und Geist beruhigen. Zum Abschluss erwartet Sie ein Glas Cava, um auf Ruhe und Verbundenheit anzustoßen.

06. Meeresströmung

50 min

Sanfte, rhythmische Technik, die das Lymphsystem stimuliert, um die Ausscheidung von Giftstoffen zu fördern, Flüssigkeitsansammlungen zu reduzieren und die Durchblutung zu verbessern. Ideal bei Schwellungen, müden Beinen oder als Unterstützung bei Entgiftungsprozessen. Eine sanfte Behandlung, die sich auf das innere Wohlbefinden und die Leichtigkeit des Körpers konzentriert.

07. Revitalisierender blauer Nebel

90 min

Ein umfassendes Erneuerungsritual, das ein Körperpeeling mit einer Gesichtsbehandlung kombiniert. Es beginnt mit einem sanften Peeling, das abgestorbene Hautzellen entfernt und die Haut aktiviert, gefolgt von einer feuchtigkeitsspendenden und revitalisierenden Gesichtsbehandlung, die für alle Hauttypen geeignet ist. Das Ergebnis: ein erneuerter, strahlender und tiefenwirksam ausgeglichener Körper und ein erneuertes, strahlendes und tiefenwirksam ausgeglichenes Gesicht dank der Kraft des Meeres.

08. Erhabene Riviera

90 min

Ein Erlebnis des totalen Wohlbefindens, das eine entspannende Massage mit einer Gesichtsbehandlung verbindet. Der Körper wird durch sanfte, umhüllende Bewegungen von Stress befreit, während das Gesicht durch eine feuchtigkeits-spendende und ausgleichende Pflege seine Frische und Ausstrahlung zurückgewinnt. Eine Sinnesreise ins Herz des Ozeans, um Körper und Geist in perfekter Harmonie zu erneuern.

Gesichts-Behandlungen

09. Schaum der Gezeiten

50 min

Feuchtigkeitsspendende und straffende Gesichtsbehandlung, speziell für dehydrierte Haut entwickelt. Mit Produkten auf Meerwasserbasis, die reich an Spurenelementen sind, pflegt dieses Ritual die Haut tiefgehend, gibt ihr ihre natürliche Ausstrahlung zurück und stärkt die Hautbarriere. Eine Meeresstreichleinheit, die die Haut revitalisiert und ausgleicht.

10. Maritimes Wellaging

50 min

Straffende Anti-Aging-Gesichtsbehandlung. Durch spezielle Techniken und konzentrierte Meereswirkstoffe stimuliert dieses Ritual die Kollagenproduktion, definiert die Gesichtskonturen neu und verleiht dem Gesicht ein glatteres, strahlenderes und verjüngtes Aussehen.

11. Perle des Meeres

80 min

Eine universelle Gesichtsbehandlung für alle Hauttypen, auch für empfindliche Haut. Dank der reichhaltigen Meereswirkstoffe wirkt dieses Ritual ausgleichend, feuchtigkeitsspendend und revitalisierend auf das Gesicht und hinterlässt eine weiche, strahlende Haut mit einem angenehmen Frischegefühl. Ideal als Erstbehandlung oder zur Pflege.

12. Wunder der Ozeane (Kobido)

50 min

Diese Premium-Gesichtsbehandlung kombiniert die außergewöhnlichen Vorteile von Meerwasser mit der japanischen Kobido-Technik, die als natürliches Lifting bekannt ist. Durch präzise und tief stimulierende Handgriffe wird die Gesichtsennergie reaktiviert, die Gesichtskonturen werden neu definiert und Falten werden geglättet. Das Gesicht strahlt vor Vitalität, Festigkeit und Jugendlichkeit. Ein einzigartiges Sinneserlebnis, das schon nach der ersten Sitzung Spuren hinterlässt.

Exklusiv bei Eden Roc

13. Radiofrequenzbehandlung für das Gesicht

40 min

Diese Technik zielt darauf ab, schlaffe Haut zu behandeln und einen Lifting-Effekt im Gesicht zu erzielen.

Sie verbessert das Hautbild und sorgt für ein jüngeres und strafferes Aussehen.

14. Radiofrequenzbehandlung für den Körper

40 min

Körperbehandlung, bei der Radiofrequenz und galvanischer Strom mit unterschiedlichen Wirkungen eingesetzt werden. Straffend, gegen Cellulite oder entwässernd. (Bestimmte Körperbereiche).

Ayurveda

A01/02. Ayurvedische Untersuchung

30 /50 min

Unser indischer Arzt bietet Ihnen eine spezielle Dosha-Bestimmung an. Er berät Sie auch zu Ernährung, Yoga und Kräuterezusätzen entsprechend Ihrer Körperkonstitution, um das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist wiederherzustellen.

A03. Ayurveda-Ernährungsberatung*

25 min

Entdecken Sie die Geheimnisse der ayurvedischen Ernährung als Medizin.

Beinhaltet Empfehlungen zu verschiedenen Lebensmitteln und Gewürzmischungen, um das Verdauungsfeuer auszugleichen und Giftstoffe zu vermeiden. Darüber hinaus empfehlen wir Ihnen spezielle Rezepte, die auf Ihren Körperbau abgestimmt sind.

A04. Abhyanga Massage

50 min

Die Grundmassage im Ayurveda. Unsere Therapeuten arbeiten mit warmem Ayurveda-Öl an Kopf und Körper, um die Durchblutung des Körpers und die Entspannung des Geistes zu fördern.

A05. Udvartanam (Herbal Peeling)*

45 min

Massage auf Basis spezieller Kräuterpulver mit Peeling-Effekt. Empfohlen, um Fett- und Cellulite-Knoten abzubauen. Beseitigt Verunreinigungen und abgestorbene Zellen und fördert die Durchblutung. Es ist die ideale Behandlung, um die Haut vor jeder anderen Massage vorzubereiten.

A06. Synchron-Massage (vierhändig)

50 min

Traditionelle ayurvedische Massage mit warmem Öl mit vier Händen in synchronem Rhythmus. Hervorragend geeignet für geistige und körperliche Entspannung. Ideale Massage zur Stärkung Ihres Immunsystems.

A07. Kayasekam (Ölbild-Massage, vierhändig)

50 min

Dies ist die exotischste aller ayurvedischen Behandlungen. Nach einer Ganzkörpermassage wird kontinuierlich warmes Öl über den gesamten Körper gegossen. Alle Körpergewebe werden gestärkt, sowie Schmerzen und andere Vata-Störungengelindert.

A08. Shirodara (vierhändige Massage + Öl-Stirnguss)

50 min

Entspannende Ganzkörpermassage mit Stirnguss aus medizinischen Ölen. Diese kraftvolle Therapie entspannt den Geist und wird bei Schlaflosigkeit, Angstzuständen, Depressionen, nervösen Störungen und auch zur Verbesserung der geistigen Klarheit empfohlen. Gleicht die Doshas "Vata" und "Pitta" aus.

A09. Jnavara Kizhi*

60 min

Die wichtigste Behandlung zur Verjüngung unseres Körpers besteht in der Verwendung von medizinischen Reiskügelchen, die mit Kräutersud und Milch gekocht werden. Sie sorgen für eine tiefgehende Wärmetherapie, lindern Schmerzen und Verspannungen, stärken Muskeln und Gelenke und vermitteln ein Gefühl der Entspannung und Verjüngung.

A10. Rasa Vaha*

50 min

Ayurvedische Massage, inspiriert vom Fluss des Rasa – dem ersten Nährstoffgewebe des Körpers –, die den Lymphfluss harmonisiert, die Entschlackung fördert und Leichtigkeit und Gleichgewicht wiederherstellt.

A11. Pinda Sveda (Kräuterstempel-Behandlung)

50 min

Ölmassage und Anwendung von heißen Kräuterbeuteln, zubereitet mit Reis und medizinischen Pulvern. Lindert Muskelsteifheit und Gelenkschmerzen, insbesondere Rückenschmerzen.

A12. Marma (Ayurvedische Energiemassage)

50 min

In der ayurvedischen Medizin sind Marmapunkte bestimmte Stellen im Körper, an denen eine Konzentration von Lebensenergie vorhanden ist. Der Masseur übt mit den Fingern, dem Daumen oder der Handfläche leichten Druck auf bestimmte Punkte aus, die eine hohe Konzentration an Lebensenergie aufweisen, was den Energiefluss erhöht und die Durchblutung fördert.

A13. Omkara (Ayurvedische Kopfmassage)

20 min

Entspannende Kopfmassage empfohlen für eine korrekte Energiezirkulation im oberen Teil des Körpers, um Verspannungen zu lösen.

A14. Kansa (Ayurvedische Fußmassage)

20 min

Bei dieser Technik werden die Füße mit einem Kansa-Holz massiert, das aus einer einzigartigen Mischung von Metallen hergestellt ist (Kupfer, Zink, und Zinn). Entspannt müde Füße. Verbessert die Blut- und Lymphzirkulation. Verbessert die Beweglichkeit der Gelenke in den unteren Gliedmaßen. Hilft bei Überanstrengung der Augen und müden Augen.

A15. Mukhalepa (Ayurvedische Gesichtsbehandlung)

50 min

Die Mukhalepa-Gesichtsbehandlung ist ein angestammtes Schönheitsritual hinduistischen Ursprungs, das die Haut behandelt und ihre Unvollkommenheiten ausgleicht.

A16. Steambath-Dampfbad

10 min

Steigert die Wirksamkeit der ayurvedischen Ölmassagen.

A17. Yoga (Individuelle Sitzung)

50 min

Individuelle Yogastunde mit einem internationalen Yogatrainer, der sich vor allem auf Ihre Gesundheitsprobleme konzentriert. folgende Behandlungen werden nur auf Anfrage, sobald der Gast im Zentrum ist, und nur auf ärztliche Empfehlung durchgeführt:

A18. Nasya + Dhoomapana (Reinigung der Nasennebenhöhlen) *

Eine der wichtigsten Behandlungen in der indischen Medizin. Sie beinhaltet Gesichtsmassage, Anwendung von Dampf, medizinische Tropfen über die Nase und schließlich das Einatmen von medizinischen Dämpfen. Empfohlen für Menschen mit Kopfdruck und Halsbeschwerden, Migräne-Kopfschmerzen und Atemproblemen.

A19. Basti (Darmreinigung)*

Kombination aus Massage im Wirbelsäulenbereich, warmem Ölbad mit Heilkräutern und Kräuterpackung. Zur Linderung von Verspannungen, Steifheit, Krämpfen und Schmerzen.

A20. Kati Basti (Schulter-Behandlung) *

Kombination aus Massage im Bereich der Wirbelsäule, warmem Ölbad mit Heilkräutern und Kräuterwickeln. Geeignet zur Linderung von Verspannungen, Steifheit, Krämpfen und Schmerzen

A21. Netra Basti (Behandlung der Augen)*

Traditionelle ayurvedische Behandlung zur Verbesserung des Sehvermögens, Bekämpfung von Müdigkeit, Schweregefühl und trockenen Augen.

A22. Jaanu Basti (Behandlung der Knie)*

Spezifische ayurvedische Behandlung bei Knieerkrankungen. Wirksam bei degenerativer Arthritis und zur Heilung von Knochenläsionen des Knies.

A23. Raktamokshan (Aderlass)*

Effektive Blutreinigungstherapie, bei der eine sorgfältig kontrollierte Entnahme kleiner Blutmengen durchgeführt wird, um akkumulierte Pitta-Toxine von vielen durch Blut übertragenen Krankheiten zu neutralisieren.

A24. Vamana (Therapeutisches Erbrechen)*

Vamana bedeutet therapeutisch-medizinisches Erbrechen. Diese Behandlung wird für verschlimmert Kapha-Dosha durchgeführt, das Toxine hauptsächlich aus den Atemwegen und dem Magen-Darm-Trakt spült.

A25. Virechana (Therapeutisches Abführen)*

Es ist definiert als medikamentöse Reinigungstherapie, die das Pitta und das Blut reinigt, wobei Giftstoffe aus dem Körper entfernt werden. Während der Durchführung des Virechana werden die fehlerhaften Doshas durch das Rektum eliminiert.

A26. Spine Care *

Umfasst eine warme Ölmassage entlang der Wirbelsäule, eine Kräuterstempelmassage (*Pottali*) und ein lokalisiertes mediziniertes Ölbad für den unteren Rücken. Sie wird bei Ischiasbeschwerden, Lumbalgie (Hexenschuss) und anderen Wirbelsäulenerkrankungen empfohlen.

A27. Ksheeradhara*

Eine traditionelle Ayurveda-Therapie, bei der warme, medizinierte Milch kontinuierlich über Stirn und Kopfhaut gegossen wird, um eine tiefe Entspannung zu fördern und das Nervensystem zu unterstützen.

* Exklusive Behandlungen für unsere Kunden, die eine Ayurveda-Kur in unserem Ayurveda-Zentrum Port Salvi absolvieren. Nur auf Anfrage vor Ort und nach Rücksprache mit dem Arzt.