



## NICOLE PRASS-ANTON

**Mantra Flow Massage** 90 min CHF 275

Tauchen Sie ein in eine einzigartige Fusion aus verschiedenen holistischen Massage-Elementen, begleitet von sanften Bewegungseinheiten und Mobilisationstechniken aus dem Yoga. Während dieser einzigartigen Massage werden Sie von verschiedenen kraftvollen Mantren begleitet. Einige dieser Mantren singt Nicole aktiv, während andere sanft im Hintergrund als beruhigende Musik erklingen.

**Nian Massage** 90 min CHF 275

Dabei kommen Klangschalen, heisse Steine, Elemente aus der Yoga- und Ayurveda-Philosophie sowie sanfte Massagetechniken der hawaiianischen Lomi Lomi Massage zum Einsatz. Dies schafft eine einzigartige Erfahrung, die Sie in einen entspannten und gleichzeitig energetisierten Zustand versetzt. Worte können kaum ausdrücken, was diese Massage vermag.

**Chill Out Massage** 60 min CHF 185  
90 min CHF 275

Energien der Elemente Licht, Luft, Wasser und Erde spiegeln sich in der speziell zusammengestellten Musik und den dazu passenden Massagestilen aus Fernost wider. Es wird im Rhythmus sanfter Beats und sphärischer Klänge massiert.

**Hawaiianische Lomi Lomi Massage** 60 min CHF 185  
90 min CHF 275

Ein Verwöhnprogramm für alle Sinne und gilt in Hawaii als Heilbehandlung. Diese Massage wird von mir authentisch mit hawaiianischen Ritualen, hawaiianischer Musik und meinem Gesang begleitet. Sie wurde vor allem beim Übergang in neue Lebensabschnitte durchgeführt, um diese zu erleichtern. Daher ist die Massage besonders zu empfehlen bei zukünftigen Veränderungen, Wünschen, Geburtstagen oder vor einer Hochzeit. Duftendes, warmes Öl, hawaiianische Rhythmen und Griffe, die wie sanfte Wellen den ganzen Körper von Kopf bis Fuss durchfluten. Mobilisation und Dehnung der Gelenke erinnern an die leichten und freudigen Bewegungen des Hula Tanzes.

**Individuelle Massage** 60 min CHF 185  
90 min CHF 275

**Physiotherapie** 60 min CHF 185

**Physio-Wassergymnastik** 30 min CHF 100