



Camping  
**Tamaro**  
★ ★ ★ ★ ★

MASSAGEN



Massagen leben von Berührungen und wirken entspannend auf Körper, Geist und Seele. Neben zahlreichen herkömmlichen Techniken finden Sie bei uns eine Reihe besonderer Massagen mit speziellen Wirkungen.

#### **KLASSISCHE GANZKÖRPERMASSAGE**

Absolute Entspannung von Kopf bis Fuss. Die umfassende Massage löst Verspannungen, lockert Muskeln und verleiht neue Energie und Vitalität. Diese wohltuende Massage wirkt mit sanften Griffen und harmonischen Berührungen sehr entspannend.

#### **SPORTMASSAGE**

Die Sportmassage ist eine Variation der klassischen Massage. Durch die starke Druckmassage werden die Muskulatur und die Durchblutung der Gefäße in hohem Masse aktiviert.

#### **MEDIZINISCHE MASSAGE**

Die Medizinische Massage führt zu einer Verbesserung der Durchblutung sowie des Stoffwechsels und reduziert so Verspannungen und Schmerzen in der Muskulatur. Sie verbessert die Leistungsfähigkeit und Regeneration, zugleich wird der Körper entschlackt und entgiftet.

#### **LYMPHDRAINAGE**

Durch sanfte, rhythmisch kreisende und pumpende langsame Griffen (Druck) wird das Lymphsystem angeregt und der Abtransport von Lympheflüssigkeit aus dem Gewebe gefördert.

#### **FUSSREFLEXMASSAGE**

Unsere Füße sind eine Landkarte des Körpers. Über solche Nervenverbindungen können entsprechende Organe stimuliert und damit Schmerzen beruhigt und gelindert werden.

#### **CRANIOSACRAL**

Craniosacral Praktizierende begleiten mit feinen manuellen Handgriffen, welche eine Eigenregulierung des Körpers einleiten, den Klienten auf dem Weg zur Selbstheilung. Ziel der Behandlung ist nicht die Symptombekämpfung, sondern das Herausfinden der Ursachen der Schmerzen, so dass das Problem ganzheitlich angegangen werden kann.

## REIKI

Der Begriff Reiki ist japanisch und bedeutet universelle Lebensenergie. Bei dieser Methode liegt die Klientin/ der Klient mit Kleidern auf dem Massagetisch. Reiki wirkt sich ganzheitlich auf die körperlichen, geistigen und seelischen Ebenen aus und gleicht Energiedifferenzen aus.

## AYURVEDA MASSAGE

Sie wird als «Altes Wissen in der neuen Zeit» bezeichnet, weil Sie vor zirka 5000 Jahren als eine der ältesten bekannten Heilwissenschaften durch indische Gelehrte, Weise und Seher der vedischen Hochblütezeit entstanden ist.

Der Name Ayurveda kommt von AYUS = Leben und VEDA = Wissen und versteht den Menschen als eine Einheit von Körper, Geist und Seele.

Mit warmen speziell medizinierten Kräuteroelen werden die eigenen Körperkräfte aktiviert und entgiftet, was zu innerer Ruhe, Entspannung, Gesundheit und Vitalität führt.

Abhyanga (loslassen) – Ganzkörpermassagen - Padabhyanga (tanzende Füsse) – Fuss- und Beinmassage.

## OSTEOPATHIE

Osteopathie ist eine ganzheitliche, systemische und manuelle Heilmethode. «Leben ist Bewegung». Dabei bezieht sich diese Aussage nicht nur auf das Muskel-Skelett-System, sondern auch auf den Schädel, die Weichteile, innere Organe, Nerven- und Gefässbahnen.

## TIBETISCHE MASSAGE

Die Tibetische Massage ist eine kräftige Ganzkörper Öl-Massage und hat das Ziel, Körper und Geist wieder ins Gleichgewicht zu bringen. So erlangen Sie tiefe Entspannung. Während der Massage verwendet die Therapeutin viel mit natürlichen Stoffen hergestelltes Öl, welches mit kräftigen Bewegungen einmassiert wird.

## HAWAIIANISCHE KÖRPERARBEIT

Lomi-Lomi heisst auf Hawaiianisch weichmachen und erweichen. Die Gedanken, der Körper, die Gefühle und vor allem das Herz werden wieder weich gemacht. Lassen Sie sich gedanklich auf einer dieser Inseln entführen. Mit diversen duftenden Kokosnussoelen in Hawaii hergestellt, massiert die Therapeutin mit langen Ausstrichen den ganzen Körper und regt somit die eigenen Körperkräfte an. Ganzkörpermassagen, Beautybehandlungen: Gesichtspeeling mit Decolleté und Masken mit verschiedenen natürlichen OLA-Körperpflegeprodukten aus Hawaii.

## THAI MASSAGE

Die traditionelle thailändische Massage basiert auf dem Konzept und den Kenntnissen der Energiebahnen im menschlichen Körper. Nach thailändischem Verständnis gibt es 72000 dieser Energiebahnen, von denen bei der Massage aber nur 10 ausgewählt massiert werden. Auf diesen 10 ausgewählten Bahnen befinden sich wichtige Akupressurpunkte.

## PREISE

25 Min	CHF 55.–
50 Min	CHF 85.–
80 Min	CHF 115.–

## BEHANDLUNGSZEITEN

Tägliche Termine nach Vereinbarung. Gewisse Massagen können je nach Art nur am bestimmten Tagen gebucht werden. Für weitere Informationen melden Sie sich an der Rezeption.

## TERMINE

Unsere Gäste sind gebeten, 10 Minuten vor Beginn der Massage bereit zu sein. Vereinbarte Termine, die Sie nicht wahrnehmen können, bitte 24 Stunden vorher absagen. Nicht rechtzeitig abgesagte Termine werden verrechnet.

**Camping Tamaro**  
Via Mappo 32  
CH-6598 Tenero  
(Ticino)

Tel. +41 (0)91 745 21 61  
Fax +41 (0)91 745 66 36  
info@campingtamaro.ch  
www.campingtamaro.ch

