





## Bring Yourself Signature Massage 60´ min

Bei dieser tiefenentspannenden Massage kommen ätherische biologische Öle zum Einsatz, die auf eine angenehme Temperatur erwärmt werden. Sie wirkt und regeneriert auf physischer, mentaler, emotionaler und energetischer Ebene.

Bei diesem einzigartigen Erlebnis werden Stress und angestaute Verspannungen gelindert, sodass Sie am Ende ein außergewöhnliches Gefühl von Ausgeglichenheit und Wohlbefinden verspüren.

Profondément relaxant, ce massage utilise des huiles essentielles bio chauffées à une température agréable. Il agit pour rétablir l'équilibre sur tous les plans : physique, mental, émotionnel et énergétique. Cette expérience unique permet de soulager le stress et les tensions accumulées et apporte une extraordinaire sensation d'équilibre et de bien-être.

Profundamente relajante, este masaje utiliza aceites esenciales biológicos calentados a una temperatura agradable. Actúa y restaura el campo físico, mental, emocional y energético. Es una experiencia única que proporciona un alivio del estrés y de tensiones acumuladas sintiendo al final una extraordinaria sensación de equilibrio y bienestar.



## Bring Yourself Head Massage 30´ min Kopfschmerzmassage

Diese therapeutische Massage unter Einsatz von Öl und Aromatherapie verwöhnt Kopfhaut, Gesicht, Hals und Schultern. Die Gedanken finden zur Ruhe, und es stellt sich ein Gefühl der Entspannung und Revitalisierung ein. Sehr wirksam zur Linderung von Kopfschmerzen.

Ce massage thérapeutique aux huiles essentielles est réalisé sur le cuir chevelu, le visage, le cou et les épaules. Il soulage et apaise l'esprit en procurant une sensation relaxante et revitalisante. Il est particulièrement efficace pour soulager les maux de tête.

Este masaje terapéutico con aceite y aromaterapia se encuentra en el cuero cabelludo, cara, cuello y hombros. Alivia y tranquiliza la mente, transmitiendo una sensación calmante y revitalizante. Altamente eficaz en el alivio de los dolores de cabeza.



## Bring Yourself Back Massage 30´ min Rückenentspannungsmassage

Die Rückenmassage entspannt steife Muskeln und angestaute Verspannungen in Halswirbelsäule, Halsmuskulatur und Trapezmuskel. Es werden Techniken aus unterschiedlichen Modalitäten angewandt, um Verspannungspunkte und Kontrakturen zu lösen. Dabei kommt ein eigens zu diesem Zweck vorbereitetes exklusives Massageöl zum Einsatz.

Le massage du dos élimine la raideur et les tensions accumulées le long de la colonne vertébrale, dans les muscles du cou et dans le trapèze. Des techniques issues de différentes méthodes sont utilisées avec une huile de massage exclusive, spécialement préparée à cet effet, pour dénouer les points de tension et les contractures.

El masaje a la espalda libera la rigidez y las tensiones acumuladas en la columna cervical, en los músculos del cuello y el trapecio. Se utilizan técnicas procedentes de varias modalidades, con el fin de liberar puntos de tensión y contraturas. Se utiliza un aceite de masaje exclusivo específicamente preparado para el efecto.