

Angebot & Preise



AYURVEDA Vorsorge

Massagen mit Sesam- oder Sonnenblumenöl · keine akuten Beschwerden · kein Vorgespräch notwendig

Abhyanga	Ganzkörpermassage	60 Min.	CHF	100
Mukabhyanga	Kopf- & Gesichtsmassage	45 Min.	CHF	75
Padabhyanga	Fussmassage	45 Min.	CHF	75
Pristhabhyanga	Rückenmassage	60 Min.	CHF	100
Kalari	Ganzkörper-Energiemassage	60 Min.	CHF	100
Gharshana	Ganzkörpermassage mit Rohseidenhandschuh	45 Min	CHF	90
Schwangerschaft	Ganzkörpermassage am Boden ausgeführt	60 Min.	CHF	100

AYURVEDA Therapie

Massagen mit ayurvedischen Kräuterölen · individuelle Beratung · angepasste Anwendung · einmaliges Vorgespräch notwendig

Vorgespräch	inkl. Konstitutionsbestimmung & Dossier	30 - 60 Min.	CHF	100
Abhyanga	Ganzkörpermassage	60 Min.	CHF	120
		90 Min.	CHF	170
Mukabhyanga	Kopf- & Gesichtsmassage	45 Min.	CHF	90
Padabhyanga	Fussmassage	45 Min.	CHF	90
Pristhabhyanga	Rückenmassage	60 Min.	CHF	120
Ergänzendes Lepa	Wallwurz-Rückenauflage (Vorausbuchung)	30 Min.	CHF	45
Kalari	Ganzkörper-Energiemassage	60 Min.	CHF	120
Gharshana	Ganzkörpermassage mit Rohseidenhandschuh	45 Min	CHF	90

PMR - Progressive Muskelrelaxation nach Edmund Jacobson

Tiefenentspannung einfach · schnell · effektiv

Kurse in Kleingruppen	4 - max. 8 Personen	6 x 60 Min	Pauschal p.P.	CHF	120
Kurse als Privatlektion	Einzelbetreuung	6 x 60 Min.	Pauschal p.P.	CHF	360
Entspannungsstunde	Einzelbetreuung	60 Min.		CHF	80

Kursdaten 2017

Kurs Kleingruppe	ab 22.02.2017 - 6x	Mittwoch	9 - 10 Uhr	in Villnachern
	ab 28.04.2017 - 6x	Freitag	9 - 10 Uhr	in Brugg
Weitere Kurse nach Absprache möglich				

Stand: November 2016



AyurSelf Buser
Nigglistrasse 17
5200 Brugg

079 243 26 13
info@ayurself.ch
www.ayurself.ch

Öffnungszeiten
Dienstag, Mittwoch und Freitag
8 - 12 Uhr & 14 - 20 Uhr