

## *Ansigtsmassage*

Dybdegående ansigtsmassage hvor der startes blødt op med Himalaya saltkugler og derefter gås dybere og dybere. Hals og nakke bliver ligeledes afspændt. 1 time 650 kr.



## *Aroma Touch Terapi*

AromaTouch-teknikken er en videnskabelig tilgang til at kombinere duft og blid berøring, samt kraften fra æteriske olier til at forbedre trivsel, humør, energi og mindske smerter.



½ time 325 kr 1 time 600 kr.

## *Massage m. Æteriske Olier*



100% rene æteriske olier lægges langs rygraden, og flyder ud til de blokerede steder i kroppen via centralnervesystemet. De arbejder i 3 dage og løsner blokeringer op og udskille affaldsstoffer. Bad

tidligst 3-4 timer efter behandling.

Drik godt med vand de 3 dage olierne arbejder.

½ time 325 kr. 1 time. 600 kr.

## *Børnemassage*

Blid helkropsmassage. 25 min. 300 kr.



## *Massage*

Massage efter eget valg  
Nakke/skulder  
Ryg/ben eller andet der trænger.  
½ time 300 kr.  
1 time 550 kr.



## *Hovedbundsmassage*



En dybdegående hovedbundsmassage hvor hoved, nakke og skulder bliver afspændt. ½ time 300 kr.

## *Helkropsmassage*

Dybdegående helkropsmassage hvor der startes blødt op og derefter går dybere og dybere.

En afspændende behandling og rigtig god til forløsning af blokeringer og afstresning.

1 ½ t. 850 kr.

2 t. 1.050 kr.

3 t. 1.500 kr.



## *Gravidmassage*



Benmassage  
½ time 300 kr.

Fodmassage incl. fodbad ½ tme 300 kr

Helkropsmassage  
1 time 550 kr.

Uddannet gravidmassør på Nordlys i Silkeborg.

## *Hot Stone Massage*



Varme lavasten som bliver placeret på de ømme punkter, hvor der efter opvarmning bliver masseret med de varme sten.

Rigtig god til forløsning af spændinger og sætter flow i blodet.

½ time 350 kr.

1 time 600 kr.

## *Sportsmassage*

En aktiv massage som vækker musklerne.

1 time 550 kr.



## *Healingsmassage*



Healings Massage er en mild massage med bløde strøg som giver flow i i energierne på de blokerede steder.

Jeg arbejder med

chakra og bruger forskellige værktøjer som Ohm gaffel, healings klokke, lydhealing, håndspålæggelse, bøn og mantra.

1 time 550 kr.

*Husk at du ved alle Behandlinger, har fri adgang til alle Wellness & Fitnessfaciliteter.*

### **Japansk Lifting**

En ansigtsbehandling med dybdegående massage, ansigtszoneterapi, akupressur og lymfedrænage.

1 time 650 kr.



### **Fodmassage**



30 minutters fodmassage hvor der startes på zoneterapibræt til at finde dine triggerpunkter.  
½ time. 300 kr.

### **Reiki Healing**

Reiki healing er universel livsenergi. Her behandles klienten fuldt påklædt.  
1 t. 550 kr.



### **Pain Killer Akupunktur**



Bliv smertefri på få minutter i nakke, ryg og lænd med BMS Pain Killer akupunktur. Behandlingen tager 45 minutter da du skal have nålene i, i 30 minutter.

45 min 550 kr.

*Se mere og bestil tid på  
[www.hotel-marina.dk/wellness/](http://www.hotel-marina.dk/wellness/)*

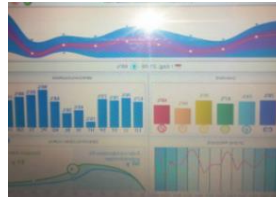
### **Lymfedrænage**

Lymfedrænage er en blid behandling, den gives for at stimulere lymfesystemet i dets væsketransporterende funktion

1 time 650 kr.



### **Sundheds Analyse Alfa Test**



Der sættes 2 elektroder på din puls, efter 300 hjerteslag vil sundhedsanalysen vise hvordan din tilstand i kroppen ser ud. Lige fra dine cellers

tilstand til din hormonbalance, stress tilstand, fysiske tilstand, psykiske tilstand, dit sympatiske og parasympatiske system, din krops alder i forhold til din biologiske alder, døgnrytme, dine meridianbaners tilstand, dine chakras tilstand, din aura udstråling. m.m. Vi kan derefter skræddersy en behandling som passer lige til dig.  
30 min. 300 kr. 1 time 600 kr.

### **Triggerpunktmassage**

Triggerpunkter er sammentrukne muskelfibre. Dette kan f.eks. give en stiv nakke. En smertefuld men effektiv behandling af blokering i kroppen.

1 time 600 kr.



# Behandlinger, Massage & Terapi

Hotel Marina Spa & Wellness  
Kystvej 32, 8500 Grenå



Jeanie Eltong  
Tlf. 93922062  
Mobilepay 97341

[jeanieeltong@gmail.com](mailto:jeanieeltong@gmail.com)  
[www.message-terapi-eltong.dk](http://www.message-terapi-eltong.dk)



Charlotte Bendix  
Tlf. 29769607  
Mobilepay 348465

[charlotte@bendix-massage.dk](mailto:charlotte@bendix-massage.dk)  
[www.bendix-massage.dk](http://www.bendix-massage.dk)