

A woman's profile is shown in a soft, natural light, looking towards the right. Her hair is light brown and styled. Overlaid on her hair are several butterflies: a large yellow and black one near the top left, and a smaller white one with red spots near the bottom left. There are also orange and yellow flowers scattered around. At the top center, there is a logo consisting of a yellow circle with a blue wavy line underneath it.

GARDEN EDEN

SEIT 1986

Sanus Per Aquam
Wellness & Massage

Ausgabe Frühling 2026

Inhalt

Wir stellen uns vor	3
SPA- Specials	6
Gesicht	7
Füße & Depilation	9
Physiotherapie- & Massagepraxis	
Sportmassage	11
Lymphdrainage	11
Schmerzbehandlung nach Liebscher & Bracht®	12
Wellness Massagen	
Wohlfühlmassage mit Aromaöl	14
Ayurvedische Massage	15
Exotische Massagen	
Intuitionsmassage	16
Lomi Lomi Nui	17
Schwangerschaftsmassage	17
Holistische Massage	18
Wellness-Arrangements	20
Yoga	24
Kosmetik- & Massage-Gästekarten	25
Aurea Cosmetics	26

Wir stellen uns vor

An 359 Tagen im Jahr erwartet Sie ein Team von staatlich geprüften Kosmetikerinnen, Physiotherapeuten/innen und medizinischen Masseur/innen.

Unser Angebot erstreckt sich von wohltuenden Körper- und Gesichtsbehandlungen sowie kosmetischen Behandlungen bis zur therapeutischen Behandlung auf Rezept.

Natürlich können Sie unser Angebot auch unabhängig von einem Saunabesuch nutzen.

Vereinbaren Sie Ihren Termin am besten vorab an unserer Rezeption unter 06074-28093 oder per Email an info@garden-eden.de

Alle Anwendungen können Sie auch als Gutschein verschenken oder mit Ihrer Gästekarte (siehe Seite 25) rabattiert in Anspruch nehmen.

Die angebotenen Behandlungen gelten inklusive Ruhezeit.



Begeben Sie sich in unsere Hände



Nadine Koch
Kosmetikerin
Wellnessmasseurin
Physiotherapeutin



Katja Walther
Kosmetikerin
Wellnessmasseurin



Lars Keller
Wellnessmasseur
Schmerzspezialist nach
Liebscher und Bracht®

Begeben Sie sich in unsere Hände



Michael Hering
Praxisleitung
Wellnessmasseur
Physiotherapeut
Manualtherapeut



Michael Sack
Sportphysiotherapie
Medizinischer Masseur
Yogalehrer (BYV)

SPA - Specials

In regelmäßigen Abständen bieten wir Ihnen ein neues Special in unserer SPA-Abteilung zu vergünstigten Preisen an.



Informationen zum aktuellen SPA-Special finden Sie direkt in unserer SPA-Abteilung, an unseren Info-Points am Haupteingang oder in der Saunalandschaft sowie auf unserer Homepage: www.garden-eden.de
SPA-Bereich - Aktuelles SPA-Special

Gesicht

Cleaning

Eine Ausreinigungsbehandlung
für jeden Hauttyp.
Tonic, Peeling, Ausreinigung,
Maske, Abschlusspflege
50 Verwöhnminuten € 62,-

Facial Wellness

(Keine Ausreinigungsbehandlung !)

Bei einem entspannenden Pflegeritual
können Sie die Seele baumeln lassen.
Tonic, Peeling, Maske, Ampulle,
Gesichts- und Handmassage, Abschlusspflege
50 Verwöhnminuten € 71,50

Gesicht



Facial Allround

Bringen Sie Ihre Haut wieder zum Strahlen durch eine umfangreiche Gesichtsbehandlung.

Tonic, Peeling, Ausreinigung,
Brauenkorrektur, Maske, Ampulle,
Gesichts- und Handmassage,
Abschlusspflege

80 Verwöhnminuten € 96,80

Gesichtsbehandlungen

Wimpern färben € 19,80

Augenbrauen färben € 10,50

Brauen korrigieren € 16,50

Fußpflege

Pediküre

ca. 30 Verwöhnminuten	€ 36,90
+ Massage 10 Verwöhnminuten	€ 48,50

Fußpflege

(Vorbeugende Maßnahmen bei Verhornungen, harten Hühneraugen o.ä.)

ca. 40 Verwöhnminuten	€ 48,50
+ Massage 10 Verwöhnminuten	€ 59,90

Fußnägel lackieren

15 Verwöhnminuten	€ 17,-
-------------------	--------



Depilation

Oberlippe / Kinn	€ 10,50
Schulter	€ 31,30
Unterschenkel bis Knie (beidseitig)	€ 29,-
Ganzes Bein (beidseitig)	€ 50,50
Achsel	€ 19,60
Bikini	€ 19,60
Rücken	€ 62,70

Ideale Haarlänge für Depilation: 6 - 10mm



Massagen und Wellnessbehandlungen

Klassische Massagen

Unsere Masseurinnen und Physiotherapeuten sind sehr erfahren darin, während der Behandlungen Problembereiche zu erkennen und gezielt zu behandeln. Nennen Sie frei Ihre Beschwerden! Mit gezielten Maßnahmen können wir Ihnen Linderung und tiefgreifende Besserung verschaffen. Die Behandlungen werden mit einer Massage-Lotion durchgeführt.

Wenn Sie privat versichert sind, können Sie sich die Massagen von Ihrer Krankenkasse erstatten lassen. Sprechen Sie mit unseren Masseurinnen!

Sportmassagen

30 Minuten	€ 43,-
45 Minuten	€ 61,50
60 Minuten	€ 79,-

Lymphdrainage gegen Wassereinlagerungen

Gesicht

Schwellungen im Bereich der Augen und unterschiedlichen Gesichtspartien können durch gezielte stehende Kreisbewegungen vermindert werden.

30 Minuten	€ 40,-
------------	--------

Beine

Eine Entstauungstherapie bei Schwellungen der Beine/Knöchel nach einer Sportverletzung oder bei Venenschwäche. Auch bei einem Lipolymphödem profitiert man von den sanften Handgriffen.

60 Minuten	€ 85,50
------------	---------

Kontraindikationen:

Akute Entzündungen, Herzinsuffizienz (nicht medikamentös eingestellt)
oder akute Venenerkrankungen (Thrombose, Thrombophlebitis)

Schmerzbehandlung nach Liebscher & Bracht®

Die Liebscher & Bracht® Schmerzbehandlung ist keine Wellnessbehandlung, sondern eine ganzheitliche Methode, die davon ausgeht, dass die meisten Schmerzen durch muskulär-fasziale Fehlspannungen und einseitige Bewegungsmuster verursacht werden. Die Behandlung zielt darauf ab, diese Spannungen zu reduzieren und dadurch Schmerzen zu lindern oder zu beseitigen, ohne auf Medikamente oder operative Eingriffe angewiesen zu sein.

Grundprinzipien der Behandlung

- **Schmerz als Warnsignal:** Nach der Theorie von Liebscher & Bracht® ist Schmerz ein vom Hirn ausgesendetes Warnsignal. Dieses signalisiert eine mögliche Schädigung, die durch zu hohe Spannungen in Muskeln und Faszien entsteht.
- **Muskulär-fasziale Fehlspannung:** Moderne Lebensgewohnheiten, die oft von sitzenden Tätigkeiten geprägt sind, führen zu einseitigen Bewegungen. Dadurch verkürzen sich bestimmte Muskeln und Faszien, was zu übermäßiger Spannung führt und Gelenke sowie andere Strukturen belastet.
- **Ursachenorientierte Behandlung:** Im Gegensatz zu Behandlungen, die sich rein auf das Schmerzsymptom konzentrieren, geht die Liebscher & Bracht®-Methode die mutmaßliche Ursache an: die muskuläre und fasziale Fehlspannung.



Lars Keller ist ausgebildeter Wellnessmasseur sowie Schmerzspezialist nach Liebscher & Bracht® und unterstützt Sie bei akuten und chronischen Schmerzen.

Lars legt großen Wert auf ganzheitliches Wohlbefinden und nachhaltige Entlastung. Sein Ziel ist es, die Beweglichkeit zu verbessern, Selbsthilfe zu vermitteln und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Profitieren Sie von seiner Erfahrung und lassen Sie sich gezielt auf Ihrem Weg zum Wohlbefinden begleiten!

Schmerzbehandlung nach Liebscher & Bracht®

Drei Bausteine der Methode

Die Methode besteht aus drei wesentlichen Elementen, die in der Behandlung kombiniert werden:

1. **Osteopressur:** Behandler üben gezielten Druck auf bestimmte Punkte an der Knochenhaut aus, die sogenannten "Schmerz-Rezeptoren". Dies soll das Gehirn anregen, die überhöhte Muskelspannung zu normalisieren und das Schmerzempfinden zu reduzieren.
2. **Faszien-Rollmassage:** Durch spezielle Rollen werden die Faszien, das Bindegewebe, massiert. Dies soll Verklebungen lösen und die Gleitfähigkeit bzw. Elastizität des Gewebes wiederherstellen.
3. **Engpassdehnungen:** Spezifische Dehn- und Kräftigungsübungen sollen den Bewegungsmangel ausgleichen und die Flexibilität wiederherstellen. Der Patient wird angeleitet, diese Übungen auch eigenständig zu Hause durchzuführen, um den Behandlungserfolg nachhaltig zu sichern.

Behandlungsablauf

Eine typische Behandlung gliedert sich in drei Schritte:

1. **Analyse:** Der Therapeut untersucht die Beweglichkeit des Patienten und befragt ihn zu seinen Schmerzen, um die Ursachen der Fehlspannungen zu identifizieren.
2. **Akutbehandlung:** Mittels Osteopressur werden die Schmerzpunkte behandelt, um eine sofortige Reduktion des Schmerzempfindens zu erreichen.
3. **Hilfe zur Selbsthilfe:** Der Patient erhält individuelle Anleitungen für Engpassdehnungen und Faszienrollmassagen, die er zu Hause ausführen soll. Das Ziel ist es, ihm die Werkzeuge an die Hand zu geben, um langfristig schmerzfrei zu bleiben.

Die Erstbehandlung mit Anamnese dauert immer 90 Minuten.

30 Minuten: € 49,- 60 Minuten: € 89,- € 90 Minuten: € 129,-

Wohlfühlmassagen mit Aromaöl

Aromaöl-Massagen haben eine lange Tradition. Sie befreien von Stress, heben die Stimmung und wirken Verspannungen sowie mentaler Niedergeschlagenheit entgegen. Durch den ganzheitlichen Ansatz werden bei regelmäßiger Anwendung Körper und Seele in Einklang gebracht.

30 Verwöhnminuten	€ 44,-
45 Verwöhnminuten	€ 61,50
60 Verwöhnminuten	€ 80,30

Gesichts-, Kopf- und Nackenmassage

30 Verwöhnminuten	€ 44,-
-------------------	--------

Fußmassage

30 Verwöhnminuten	€ 44,-
-------------------	--------



Ayurvedische Massagen

Die ayurvedische Massage ist eine wichtige Behandlungsform des Ayurveda. Sie unterscheidet sich stark von den europäischen Formen der Massage. Es wird kaum Druck auf Haut und Muskeln ausgeübt. Vielmehr werden durch sanftes Streichen der Haut Nerven und energetische Bahnen angeregt. Duftendes Sesamöl dringt in die Haut ein.

Die Massage löst Schlacken aus unserem Gewebe und belebt den Stoffwechsel. Tiefe Entspannung beginnt zu wirken. Wir finden leichter Zugang zur Quelle unserer Energien. Während der Behandlung wird nicht gesprochen.

Abhyanga (Ganzkörper-Ölmassage)

Großflächige Streichungen mit angewärmtem Bio-Sesamöl schaffen eine wohltuende Entspannung, stärken das Immunsystem und bringen Körper und Seele wieder in Einklang.

45 Verwöhnminuten	€ 69,-
60 Verwöhnminuten	€ 86,-
75 Verwöhnminuten	€ 105,-



Exotische Massagen

Intuitionsmassage Den Mensch als Ganzes berühren



Wir haben eine neue Masseurin eingestellt, Sina Melzer. Zuvor war sie schon als Aushilfe angestellt, jetzt arbeitet sie als Teilzeitmasseurin bei uns.

Als Entspannungs-, Fitnesstrainerin und Massagetherapeutin liegt es Sina am Herzen, Ihnen in Ihrem Moment den vollen Fokus und Aufmerksamkeit zu schenken.

Zeit, in der Körper, Geist und Seele in Einklang kommen dürfen. Zeit, um Regeneration, Leichtigkeit und Gesundheitsprävention achtsam anzustoßen.

Ob sanft mit fließenden Bewegungen, um in die Tiefenentspannung abzutauchen, oder kraftvoll zur Lockerung von Verspannungen.

Mit einer harmonischen Balance aus Achtsamkeit, Intuition und fachlicher Kompetenz wird Ihre Massage zum individuellen Ereignis.

30 Verwöhnminuten	€ 48,-
45 Verwöhnminuten	€ 67,-
60 Verwöhnminuten	€ 87,-

Exotische Massagen

Lomi Lomi Nui

Die Lomi Lomi Nui Massage ist eine ganzheitliche Behandlungsmethode, die auf altem Heilungswissen des polynesischen Kulturerbes basiert. Fließende, rhythmische Bewegungen lösen Verspannungen und schenken tiefe Entspannung für Körper und Geist. Gönnen Sie sich diese besondere Massage und lassen Sie sich in eine Welt der Ruhe und Regeneration entführen.

60 Verwöhnminuten	€ 95,-
75 Verwöhnminuten	€ 105,-
90 Verwöhnminuten	€ 115,-

Die Behandlungszeiten verstehen sich inkl. Vor- und Nachgespräch.

Schwangerschaftsmassage

Die besondere Zeit der Schwangerschaft bringt auch einige Herausforderungen mit sich.

Seien es körperliche Beschwerden, Stress oder Angst: Gezielt werden Verspannungen, die durch die körperliche Veränderung entstehen, durch sanften Druck vermindert. Mit einer entspannungsfördernden Kopf- & Nackenmassage werden Stresshormone gesenkt und Endorphine ausgeschüttet.

30 Verwöhnminuten	€ 48,-
45 Verwöhnminuten	€ 67,-
60 Verwöhnminuten	€ 87,-

Exotische Massagen

Holistische Massage

„Stressabbau, Selbstheilungskräfte stärken, Linderung“

Die Holistische Massage arbeitet mit dem Verständnis der Einheit von körperlichen, emotionalen und psychologischen Gegebenheiten.

Durch die sanfte Anwendung verschiedener Methoden der Körperarbeit - der jeweiligen individuellen Situation angemessen - findet ein Ausgleich körperlicher und seelischer Spannungen statt.

90 Verwöhnminuten

€ 120,-

(60 Minuten Massage + 30 Minuten Vor- und Nachgespräch)

Dietmar Ahlersmeyer massiert an unterschiedlichen Orten in Europa und gastiert ca. 6 Wochen im Jahr im Garden Eden.





Wellness-Arrangements

Wellness-Arrangements

„Fit & Energie“

Lassen Sie sich mit einer Massage verwöhnen und genießen Sie ein Getränk Ihrer Wahl in unserem Restaurant.

- Tageseintritt in den Garden Eden
- Ein Getränk Ihrer Wahl (bis € 5,-)
- Aromaöl-Massage oder Sportmassage (30 Minuten)

30 Verwöhnminuten und Saunaeintritt € 77,30



„Samt & Honig“

Saunieren Sie mit einem Honigpflegepeeling und genießen Sie ein Getränk Ihrer Wahl in unserem Restaurant.

- Tageseintritt in den Garden Eden
- Saunahonigcreme für eine samtig weiche Haut
- Ein Getränk Ihrer Wahl (bis € 5,-)
- Aromaöl-Massage oder Sportmassage (30 Minuten)

30 Verwöhnminuten und Saunaeintritt € 85,60

Wellness-Arrangements

„Frucht & Balance“

Genießen Sie eine entspannte Massage mit fruchtig duftendem Öl für Gesicht und Rücken.

- Tageseintritt in den Garden Eden
- Gesichts- und Rückenmassage (60 Minuten)

60 Verwöhnminuten und Saunaeintritt € 105,50



„Verwöhnen & Entspannen“

Lassen Sie sich von Kopf bis Fuß verwöhnen.

- Tageseintritt in den Garden Eden
- Cleaning (50 Minuten)
- Fußmassage (30 Minuten)

80 Verwöhnminuten und Saunaeintritt € 128,60

Wellness-Arrangements

„Indienreise“

Entschlacken und entgiften Sie Ihren Körper.

- Tageseintritt in den Garden Eden
- Abhyanga Ganzkörper-Ölmassage (75 Minuten)

75 Verwöhnminuten und Saunaeintritt € 117,50



„Indien pur“

Eine traditionell indische Heilmassage mit naturreinen Ölen.

- Tageseintritt in den Garden Eden
- Ayurvedische Ganzkörper-Ölmassage mit abschließendem Sesampeeling (85 Minuten)

85 Verwöhnminuten und Saunaeintritt € 147,50

Wellness-Arrangements

„Frauentag - Das Arrangement speziell für Sie“
Nehmen Sie sich eine Auszeit und lassen Sie
Gesicht und Körper verwöhnen.

- Tageseintritt in den Garden Eden
- Facial Wellness oder Cleaning (50 Minuten)
- Wohlfühlmassage (45 Minuten)
- Exklusiver Kräutertee aus unserem Restaurant

95 Verwöhnminuten und Saunaeintritt € 157,50



Yoga

Yoga ist ein ganzheitlicher Weg zur körperlichen und seelischen Gesundheit. Yoga reduziert Stress, löst Beschwerden in den Schultern, im Nacken und im Rücken. Yoga steigert die körperlichen Abwehrkräfte, lindert Herz- und Kreislaufbeschwerden und verbessert die Durchblutung. Yoga baut Kraft, Ausdauer und Energie auf und harmonisiert Drüsen, Nerven und Verdauungsorgane.

Yogakurse

Der Yogaraum befindet sich im 1. Stock der Kosmetikabteilung. Matten, Gurte, Blöcke, Yogapolster und -kissen sind vorhanden. Sie brauchen leichte, bequeme Sportkleidung. Pro Person € 9,-

Samstags: Yoga von 14:30 - 16:00 Uhr mit Roman



Kosmetik & Massage Gästekarten

Gästekarte Massage/Kosmetik 150 € 6% Rabatt

Gästekarte Massage/Kosmetik 250 € 10% Rabatt

Der Vorteil für Sie besteht darin, dass Sie sich nicht mehr auf eine bestimmte Anwendung festlegen müssen. Sie können jede Anwendung der Massage- und Kosmetikabteilung buchen und erhalten darauf einen Rabatt.

Die Geldwertkarten sind wie alle unsere Karten übertragbar, so können Sie Ihre(n) Partner/in oder Freunde einladen.

Bei Verlust sperren wir die Karte, Sie gehen also kein Risiko ein. Die Umsatzdaten der Karten bleiben auf unserem Server gespeichert. An der Rezeption können Sie sich jederzeit die Abbuchungen und den aktuellen Restwert Ihrer Karte anzeigen oder ausdrucken lassen.

Die Karten eignen sich auch hervorragend zum Verschenken.

Im Juli und August verkaufen wir besonders rabattierte Gästekarten.

Noch etwas in eigener Sache:

Wir sind bestrebt, uns und unser Angebot stetig zu verbessern. Sollten unsere Leistungen nicht Ihren Erwartungen entsprochen haben, bitten wir unbedingt um Rückmeldung.

Natürlich freuen wir uns auch über Lob und Honorierung einer guten Leistung.



AC aurea cosmetics

Naturkosmetik auf höchstem Niveau!

Kostbare Pflanzenöle, vereint mit hochwirksamen pflanzlichen Stoffen aus nachhaltiger Produktion, sowie langjährige Erfahrung in der Naturkosmetik garantieren qualitativ hochwertige Produkte für die effektive Hautpflege.

Sprechen Sie uns an! Ob Gesichts- oder Körperpflege, wir beraten Sie gerne zu den individuell für Sie geeigneten Produkten.

Alle Produkte sind vegan, hautfreundlich, umweltverträglich und Made in Germany.

Entdecken Sie die Vielfalt der Naturkosmetik von Aurea:

Tiaré Körperbutter

Zarter Blütenduft der Tiaréblüte von Tahiti zaubert exotische Stimmung in Ihr Badezimmer



Waldhimbeer-Peeling

Himbeerblätter, Traubenkernöl - vitalisierende Pflege und Reinheit



Handcreme Zimtstern

Ein Hauch von Wärme für pflegebedürftige, rissige Hände in der kalten Jahreszeit



Fußcreme Grapefruit

Erfrischend und belebend - auch bei trockenen und rissigen Fersen



Multiactive Creme

Natürliche Extrakte schützen Ihre Haut vor Umwelteinflüssen und stabilisieren den Feuchtigkeitsverlust.



Dies ist nur eine kleine Auswahl der vielfältigen Produkte von Aurea Cosmetics.

Wir beraten Sie gerne!



GARDEN EDEN

SEIT 1986

Garden Eden Wellness GmbH
Sauna & Freizeit - Health & Beauty
Justus-von-Liebig-Straße 42 - 63128 Dietzenbach
Telefon 06074/28093 - Email: info@garden-eden.de

www.garden-eden.de



@GardenEdenWellness

