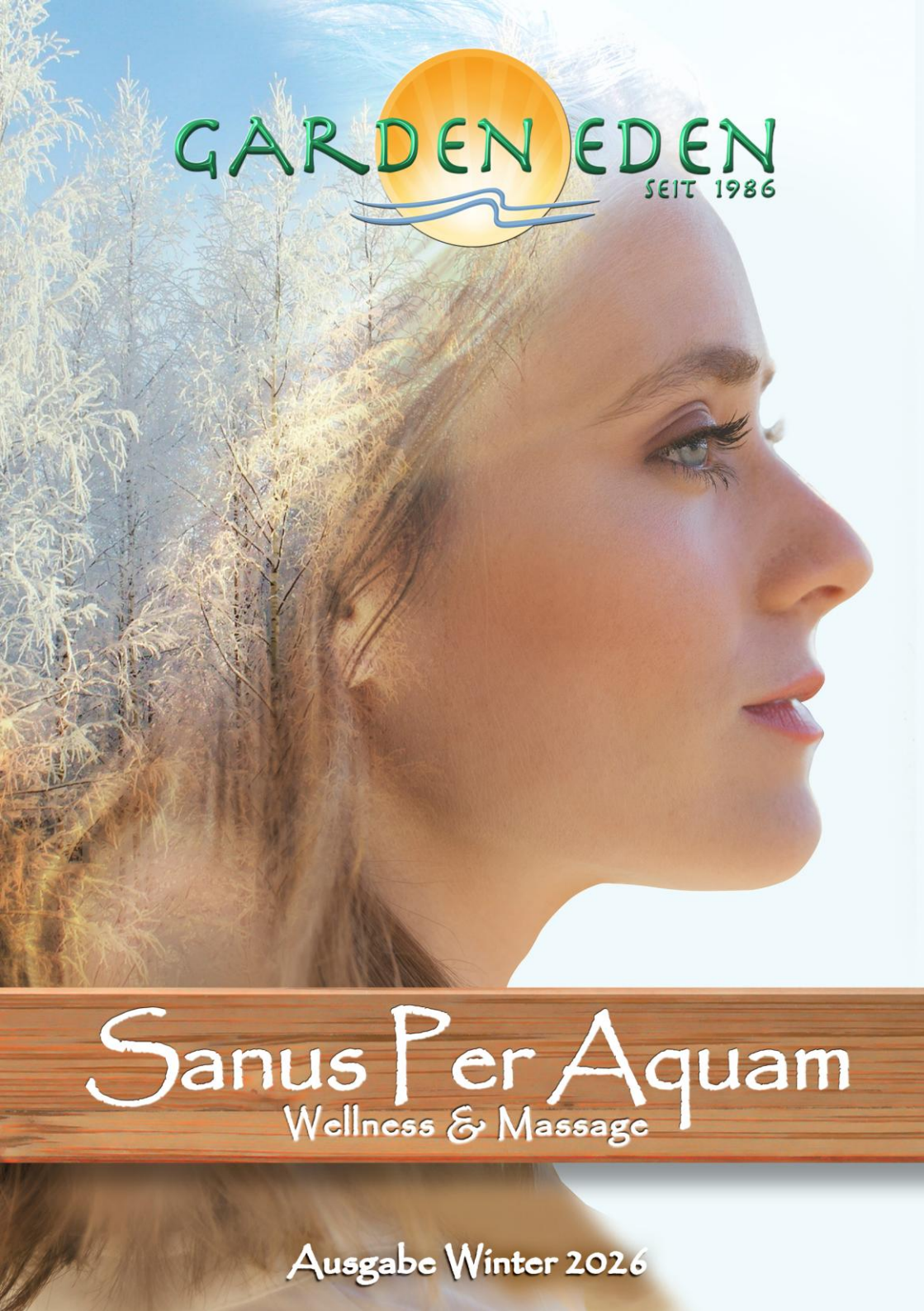
GARDEN EDEN

SEIT 1986



Sanus Per Aquam

Wellness & Massage

Ausgabe Winter 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.

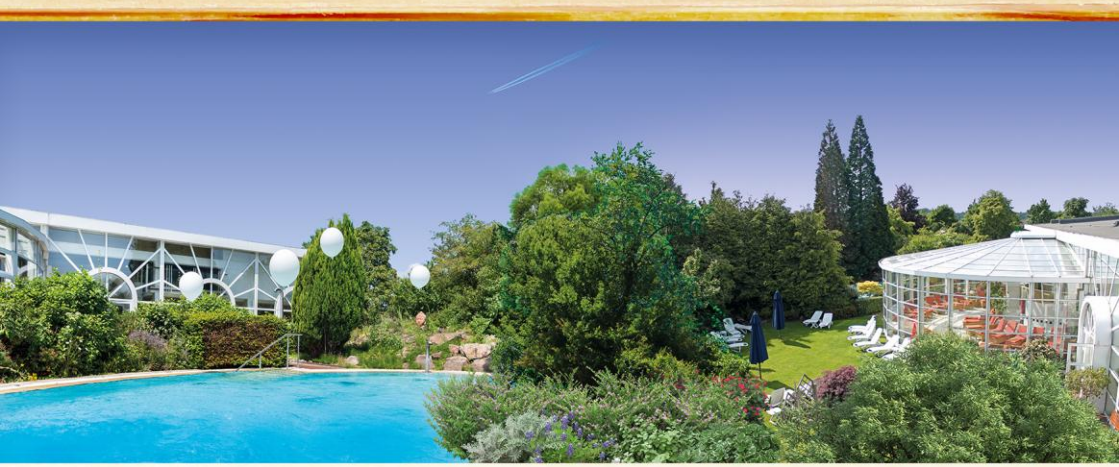
Unser Angebot erstreckt sich von wohltuendenen Körper- und Gesichtsbehandlungen sowie kosmetischen Behandlungen bis zur therapeutischen Behandlung auf Rezept.

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



Sina Melzer
Massagetherapeutin
Entspannungstrainerin
Humanenergetikerin



Paulin Horch
Massagetherapeutin

Begeben Sie sich in unsere Hände



Michael Hering
Praxisleitung
Wellnessmasseur
Physiotherapeut
Manualtherapeut



Michael Sack
Sportphysiotherapie
Medizinischer Masseur
Yogalehrer (BYV)



Nella Elkaz
Physiotherapeutin



Lars Keller
Wellnessmasseur
Schmerzspezialist nach
Liebscher & Bracht®

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 Ausreinungsbehandlung 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 Masseure 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 Masseuren!

Sportmassagen

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

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

Gönnen Sie sich 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,-



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

Sie ist spezialisiert auf den Kopf-, Nacken-, Schulter- und Lendenwirbel-Bereich sowie auf Fußreflexzonenmassage und Tiefenentspannung. Zudem bietet sie die traditionelle Lomi-Lomi-Massage exklusiv für Frauen an.

Sina berät Sie gerne zu Ihrer individuellen Behandlung!

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)

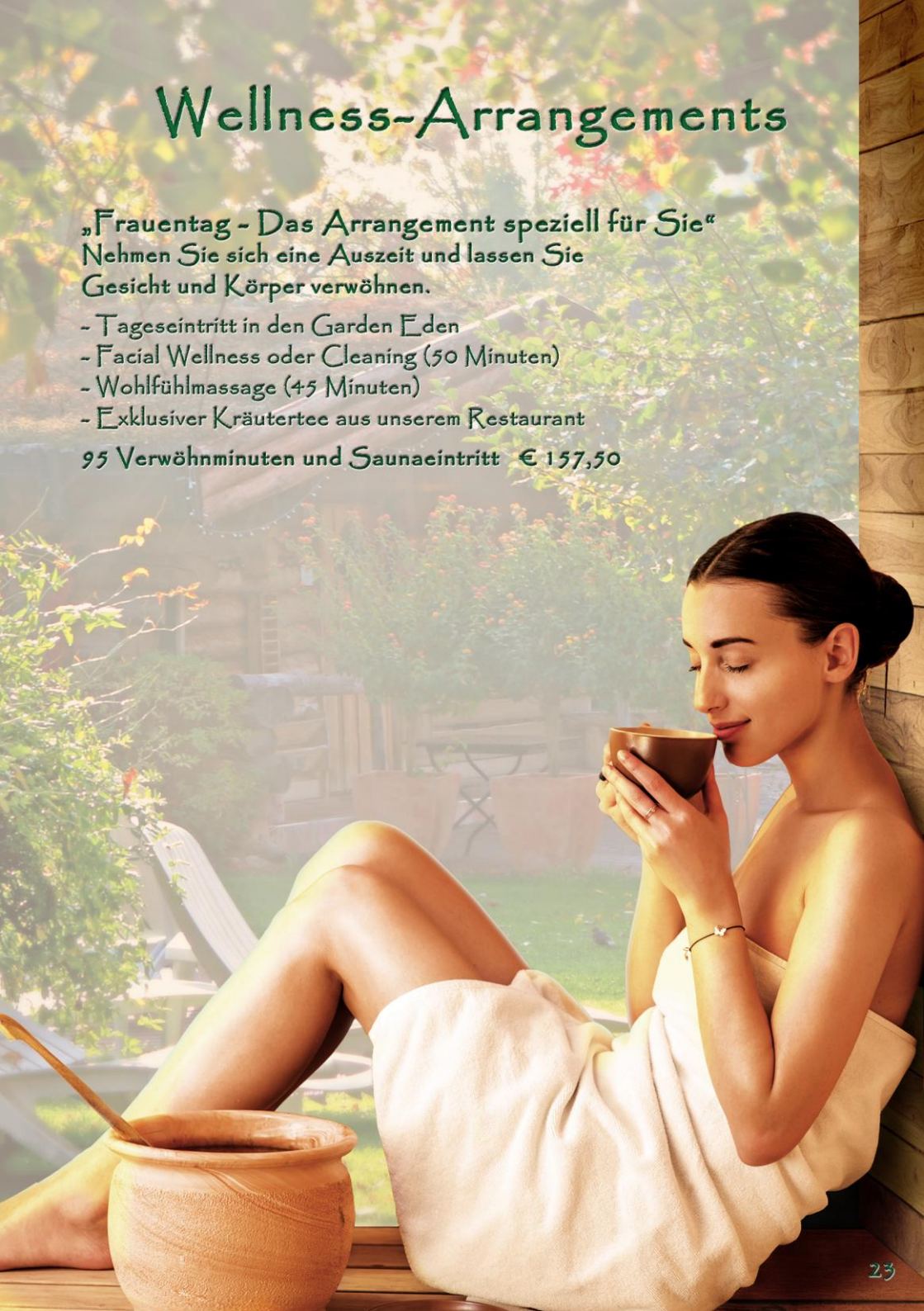
85 Verwöhnminuten und Saunaeintritt **€ 147,50**

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.

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

60 Minuten: € 9,-
90 Minuten: € 13,50



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.

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 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