

Persönliche Beratung

Individuelles Coaching.

Mental Coaching, 25 | 50 | 90 min. **

€ 60 | € 120 | € 220

Fühlen Sie sich müde oder überfordert? Vereinbaren Sie ein individuelles Gespräch mit unserer Psychologin und erfahren Sie hier unter anderem Entlastung, Strategien für eine gute Stressbewältigung oder Tipps rund um das Thema Gesundheit (Ernährung, Bewegung, ...)

Stressbelastungsanalyse, 50 min. **

€ 120

Bei der Stressbelastungsanalyse werden Ihre Stressoren erhoben, sowie das Ausmaß Ihrer persönlichen Belastung. Danach geht unsere Psychologin den Ursachen auf den Grund, zeigt die Zusammenhänge auf und erarbeitet mit Ihnen individuell angepasste Lösungen.

24 Stunden HRV / Beratungsgespräch, 24 Stunden / 30 min. *

€ 240

HRV steht für Herzratenvariabilitätsmessung. Der Körper reguliert ständig zwischen äußeren Reizen wie Tag und Nacht, Anspannung und Entspannung, Hunger und Sättigung. Die Fähigkeit Ihres autonomen Nervensystems kann mit dieser Methode perfekt und genau überprüft werden. Die Überwachung mit einem kleinen Gerät dauert 24 Stunden, um wertvolle Informationen über Ihre innere Regulation herauszufinden.

Kurz HRV, 10 min. *

€ 55

Wollen Sie einen schnellen Einblick in Ihr autonomes Nervensystem gewinnen, steht Ihnen auch eine 10-minütige Kurzzeitmessung zur Verfügung. Somit können Sie Ihren Stressindex und Ihre Anpassungsfähigkeit testen.

Infusionen

Unser Ärzteteam berät Sie gerne.

Vitamine, Mineralstoffe und Heilmittel können durch Infusionen besonders schnell und direkt in die Blutbahn eingebracht werden. Sie unterstützen das Immunsystem, Detox-Prozesse sowie den Darm- und Energieaufbau. Im Rahmen einer Stoffwechselkur, wie Detox oder F.X. Mayr-Kur, können Sie mit Infusionen Ihre Fettverbrennung deutlich ankurbeln.

Baseninfusion , 30 min. **	€ 98
Darmaufbau Infusion , 30 min. **	€ 98
Detox Infusion , 30 min. **	€ 98
Fat Burning , 30 min. **	€ 98
Feel Good Infusion , 30 min. **	€ 98
Gelenksinfusion , 30 min. **	€ 98
Immuninfusion , 30 min. **	€ 98
Powerinfusion (Vit C hochdosiert und Mineralstoffe), 30 min. **	€ 98
Stress release , 30 min. **	€ 98



Schwanger

Wir freuen uns mit Ihnen.

Unser Ärzte- und Therapeutenteam freut sich auf Sie. Wir bieten Ihnen **individuell abgestimmte Therapien** an, damit Sie diese schöne Zeit gut verbringen können.

Wir empfehlen Ihnen am **Anreisetag ein ärztliches Gesundheitscoaching** bei einem unserer Ärzte, um speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Behandlungen einplanen zu können.

Massagen:

Teilmassage, Ganzkörpermassage, Lymphdrainage, Ganz-Frau-sein Behandlung

Kosmetische Behandlungen:

Gesichtsbehandlungen, Maniküre deluxe, Pediküre deluxe, Entspannungstraining

Ärztliche Leistungen:

Akupunktur, Moxabehandlungen, Ernährungsberatung, Osteopathie, bioenergetische Testung

Nach **Absprache mit** einem **unserer Ärzte**, abgestimmt auf Ihre Schwangerschaft: Myoreflextherapie, Kopfspezial- oder Fußspezialmassage, Pilates

An unseren reichhaltigen Aktivitäten unseres Hauses können Sie gerne je nach Empfinden teilnehmen (ausgenommen Sling Training).

Unseren Ladies Spa können Sie auch während der Schwangerschaft uneingeschränkt genießen. Bitte meiden Sie Produkte mit Menthol, Eukalyptus und Pfefferminze.



Allgemeines

Terminvereinbarungen:

- vor Ort an der Therapie-Rezeption
- telefonisch: +43 (0) 2985 / 26 66 - 660
- via Mail: medizin@lapura.at

Wir empfehlen Ihre gewünschten Termine so früh wie möglich im Voraus zu reservieren. Selbstverständlich bemühen wir uns auch, kurzfristige Termine verfügbar zu machen.

Verspätung & Stornierung:

Aus Respekt gegenüber nachfolgenden Gästen bitten wir Sie um Verständnis, dass bei Verspätung Ihrerseits, diese von der Behandlungszeit abgezogen wird. Sollten Sie Ihren Termin nicht einhalten können, bitten wir Sie, spätestens 24 Stunden vorher zu stornieren, da wir nicht fristmäßig annullierte und nicht wahrgenommene Termine zu 100 % in Rechnung stellen müssen. Auch für Termine in Form eines Gutscheines oder für Day Spa Buchungen gelten dieselben Bedingungen.

Hinweis:

Bitte beachten Sie, dass die angegebene Behandlungsdauer neben der Massagezeit ebenso die Begrüßung, das Entkleiden, die jeweilige Ruhezeit sowie die Verabschiedung beinhaltet.

Wertsachen:

Wir empfehlen Ihnen, Ihre Wertsachen im Hotelzimmersafe oder in einem der Garderobekästchen einzuschließen.

Covid-19:

Einige Behandlungen entfallen derzeit leider COVID-bedingt. Unsere Therapie-Rezeption informiert Sie gerne über entsprechende Alternativen.

la pura women's health resort kamtal

Hauptplatz 58
A-3571 Gars am Kamp, Austria

Tel.: +43 (0) 2985 / 26 66 - 0
Mail: willkommen@lapura.at
www.lapura.at

Ein Resort der:



Druck- und Satzfehler, sowie Preisänderungen vorbehalten. Stand: Oktober 2020
Gültig sind die aktuellen Preise auf der Website www.lapura.at/behandlungen

Impressum: Gesundheitsresort Gars Betriebs GmbH, Hauptplatz 58, A-3571 Gars am Kamp, Austria // Foto-Credit: Suzy Stöckl, Marianne Feiler, Nils Voges, Alexander Maria Lohmann, Universkin™; Stock: Squaredpixels, Shutterstock; Demkat