

# RIVA SPA

FÜR ALLE SINNE | *FOR ALL SENSES*



# RIVA SPA

## KOSTBARE MOMENTE IM RIVA SPA

Lieber Gast,

In exklusivem Ambiente erleben Sie Green-Luxury-Entspannung mit den kostbaren und nachhaltigen Produkten von PHARMOS NATUR®, genießen die innovativen biotechnologischen Treatments von bdr® beauty defect repair und das Erwachen Ihrer Lebensenergien dank feinsten Öle und ayurvedischer Kräuter.

Unser hervorragend ausgebildetes und erfahrenes Team von Wellnessexperten freut sich sehr darauf, Ihnen mit auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmten Massagen, Körper-, Gesichts- und Schönheitsbehandlungen ein einmaliges RIVA-Spa Erlebnis zu bieten!

Herzlichst, Ihre Anne Winderlich & das RIVA Spa Team



## INHALT

### Massagen

- 4–8 Unsere Klassiker
- 9–11 Ayurveda

### Körperbehandlungen

- 12 Anti-Ageing
- 13 Detox

### Gesichtsbehandlungen

- 14–15 PHARMOS NATUR®

### Hände & Füße

- 16–17 Maniküre & Pediküre

# RIVA SPA

## PRICELESS MOMENTS AT THE RIVA SPA

Dear guest,

In an exclusive ambiance you'll experience pure Green Luxury and the precious, sustainable PHARMOS NATUR® products. You'll enjoy the innovative biotechnological treatments of bdr® beauty defect repair or your vitality awakening thanks to the finest oils and Ayurvedic herbs. Our well-trained and experienced team of wellness experts is looking forward to providing you with a unique RIVA Spa experience with massages, body-, facial- and beauty-treatments tailored to your personal needs!

Cordially, Anne Winderlich & the RIVA Spa Team



## CONTENT

### **Massages**

4-8 *Our Classics*

9-11 *Ayurveda*

### **Body Treatments**

12 *Anti-Ageing*

13 *Detox*

### **Facials**

14-15 *PHARMOS NATUR®*

### **Hand & Feet**

16-17 *Manicure & Pedicure*

# MASSAGEN

UNSERE KLASSIKER | OUR CLASSICS



## INDIVIDUAL MASSAGE

### **Individuelle Massage**

Diese Massage richtet sich nach Ihren persönlichen körperlichen Bedürfnissen. Ziel ist es, die Verspannungen an den Stellen zu lösen, welche Sie besonders im Alltag beschweren. Die Kombination von warmen Ölen und professionellen Massagegriffen entspannt Ihren Körper und führt zu einem neuen Wohlgefühl.

50 Min. 89,00 €  
80 Min. 125,00 €

### **Individual massage**

*This massage conforms to your personal physical needs. The goal is to release the muscle hardening in those parts of the body that burden you in everyday life. The combination of warm oils and professional massage techniques relaxes your body and leads to a new sense of well-being.*

50 min. 89,00 €  
80 min. 125,00 €



## RELAX & MOVE

### **Relax & Move**

Die wärmende, ausleitende Massage befreit von Verspannungen, belebt Muskeln und fördert die Durchblutung. Blockierte Energie wird aus dem Körper geleitet und neue Beweglichkeit und Leichtigkeit stellen sich ein. Die frische Aloe Vera transportiert das muskelentspannende Öl tief ins Gewebe.

**50 Min. 99,00 €**

### **Relax & Move**

*The warming and purging massage relieves muscle hardening, stimulates the muscles and enhances the blood circulation. Blocked energy is driven out of the body and new mobility and lightness can be reached. The fresh aloe vera transports the muscle-relaxing oil deep into the dermal tissue.*

**50 min. 99,00 €**

5



## MASSAGES MASSAGEN

### **Power-Booster Kopf & Nacken**

Die Muskeln werden im Nackenbereich durch gezielte Massagegriffe gelockert und entspannt. Der Einsatz der frischen Aloe Vera Pflanze führt zu einem sofortigen Frischegefühl und einem vitalisierendem Energiekick.

**25 Min.      45,00 €**

### **Rückenmassage**

Durch den Einsatz von Wärme entspannt sich die Rückenmuskulatur sofort. Das muskelentspannende Öl wird intensiv in die Tiefe eingearbeitet, verklebte Faszien gelöst.

**35 Min.      65,00 €**

### **Power Booster Head & Neck**

*The muscles are slackened and relaxed in the neck area by targeted massage techniques. The use of the fresh aloe vera plant leads to an immediate feeling of freshness and a vitalizing energy kick.*

**25 min.      45,00 €**

### **Back Massage**

*Through the use of heat, the back muscles relax immediately. The muscle-relaxing oil is intensively worked into the depth, bonded fascia are solved.*

**35 min.      65,00 €**



## MASSAGES MASSAGEN

### **Fußreflexzonenmassage**

An der Fußsohle spiegelt sich der gesamte Körper in Form von Reflexzonen wider. Durch die entspannende Druckpunktmassage werden die Nerven und Organfunktionen angeregt. Der Energiefluss wird aktiviert und Sie fühlen Leichtigkeit in Ihren Füßen.

**40 Min. 69,00 €**

### **Hot Stone Massage**

Das Einsetzen von warmen Steinen in Kombination mit entspannenden Massagegriffen versetzt Sie in eine ganzheitliche Tiefenentspannung.

**80 Min. 120,00 €**

### **Foot Reflexology Massage**

*The sole of the foot mirrors the whole body in the form of reflex zones. Through the targeted pressure point massage nerves and organ functions are stimulated. The energy flow is activated and you feel lightness in your feet.*

**40 min. 69,00 €**

### **Hot Stone Massage**

*The use of warm stones in combination with relaxing massage techniques puts you in a holistic deep relaxation.*

**80 min. 120,00 €**



## LOMI LOMI MASSAGE

### **Lomi Lomi Massage**

Die Königsform der Entspannung: Lomi Lomi hat ihren Ursprung in den rituellen Energiemassagen der hawaiianischen Heiler. Wo sich üppige Natur majestätisch erhebt, entstand diese wunderbare Methode, Körper und Geist harmonisch zu stärken. Eine authentische Lomi Lomi Massage ist daher auch als eine spirituelle, inspirierende Erfahrung zu verstehen. Auf körperlicher Ebene lockert die angenehme Abfolge unterschiedlicher Massagegriffe sanft-effektiv die Verspannungen des Alltags.

**90 Min. 155,00 €**

### **Lomi Lomi Massage**

*Supreme relaxation: Lomi Lomi has its origin in the ritual energy massages of Hawaiian healers. This method of harmoniously strengthening body and spirit emerged where lush nature rises majestically. An authentic Lomi Lomi massage should therefore also be seen as a spiritual, inspiring experience. At the physical level, the pleasant sequence of varying massage techniques gently and effectively relaxes the muscle tenseness of everyday life.*

**90 min. 155,00 €**

# MASSAGEN

## AYURVEDA



## ALTES WISSEN FÜR EINE NEUE ZEIT *TRADITIONAL KNOWLEDGE FOR A NEW ERA*

Die ayurvedischen Massagen gehören zu den ältesten Heilverfahren und Massagetechniken Indiens und dienen in unserem modernen Alltag der Gesundheitsprävention durch Stressreduzierung. Die eigene Körperintelligenz bewirkt eine tiefe Regeneration auf körperlicher und geistig-emotionaler Ebene dort, wo aktuell das Bedürfnis nach Entspannung und Gesundheit besteht und führt zu individueller Achtsamkeit und Bewusstsein mit neuem Fokus.

*The Ayurvedic massages are among India's oldest healing methods and massage techniques. In our modern everyday life, they serve to strengthen our health through the reduction of stress. Our own body's intelligence brings about a deep regeneration on a physical as well as spiritual and emotional level wherever we currently feel the need for relaxation and recovery. It leads to an individual mindfulness and consciousness with a new focus.*



## CLEAR MIND MASSAGE

# MUKABHYANGA

### **Mukabhyanga** „KOPF FREI MASSAGE“

Die sanfte Kopf- und filigrane Gesichtsmassage lassen die Gedanken zur Ruhe kommen, die großflächige Behandlung der Nacken- und Schulterregion sowie von Armen und Oberkörper lösen Anspannungen der Kopfarbeit. Sinnlich duftende Öle und warme Kompressen runden die tiefe meditative Wirkung dieser Behandlung ab.

50 Min. 135,00 €

### **Mukabhyanga** “CLEAR MIND MASSAGE”

*The gentle head massage and sophisticated facial massage let your thoughts settle. An extensive treatment of the neck and shoulder area and of the arms and upper part of the body release the tautness caused by mental work. Sensuously fragrant oils and warm compresses complete the deeply meditative effect of this treatment.*

50 min. 135,00 €

# 10

# GROUNDING MASSAGE

## PADABHYANGA

### **Padabhyanga**

#### **„ERDENDE MASSAGE“**

Die traditionelle Verwendung von ayurvedischen Fußölen sowie einer Kaash-Schale und warmen Kompressen lösen fasziale Strukturen in Fußsohle und Unterschenkel. Über die Reflexzonen des Fußes werden ganzheitliche Aspekte des Körpers angesprochen und sind ein Energieausgleich zur „Kopfarbeit“.

**50 Min. 135,00 €**

### **Padabhyanga**

#### **“GROUNDING MASSAGE”**

*The traditional use of Ayurvedic foot oils as well as a KAASH bowl and warm compresses releases fascial structures in the sole and lower leg. Through the reflex zones of the foot, holistic aspects of the body are addressed and serve as energy balance with regards to “mental work”.*

**50 min. 135,00 €**

# ENERGETIC MASSAGE

## PRISHTABHYANGA

### **Prishtabhyanga**

#### **„ENERGETISCHE MASSAGE“**

Die dynamischen und ruhigen Elemente, kombiniert mit Dehnungen, Stimulation der Marmapunkte sowie bewusster Atemführung lösen Blockaden und verklebte Faszialstrukturen. Die Säule unseres Körpers wird durch neue Lebenskraft vitalisiert, der Atem kann wieder fließen.

**50 Min. 135,00 €**

### **Prishtabhyanga**

#### **“ENERGETIC MASSAGE”**

*Dynamic and calm elements, combined with stretching, stimulation of the Marma points as well as deliberate respiratory guidance solve blockages and sticky fascial structures. Our body's pillar is vitalized by new vigor, the breath can flow again.*

**50 min. 135,00 €**

# REJUVENATION MASSAGE

## ABHYANGA

### **Abhyanga**

#### **„VERJÜNGUNGSMASSAGE“**

Diese individuell ausgerichtete Massage wird mit mittlerem und sanftem Druck auf die Bedürfnisse abgestimmt und mit Ayurvedischen Bio-Basis- und Kräuterölen durchgeführt.

**90 Min. 155,00 €**

### **Abhyanga**

#### **“REJUVENATION MASSAGE”**

*This individually balanced massage is tailored to your needs with medium and gentle pressure and realized with Ayurvedic organic base and herbal oils.*

**90 min. 155,00 €**

# KÖRPER

## ANTI-AGEING



### **Peeling**

Applikation eines feinen Meersalzpeelings in Kombination mit Anti-Ageing Wirkstoffen.

### **Massage**

Die Ganzkörper-Feuchtigkeitssmassage versorgt Ihre Haut mit reichhaltigen und nährenden Wirkstoffen. Das Spannungsgefühl geht verloren und Ihre Haut gewinnt an neuer Vitalität.

### **Körperpackung**

Spezielle Heilerde kombiniert mit hochwertigen Aromapflegeölen und naturbelassener Bio-Aloe-Vera straffen die Haut und stärken das Bindegewebe.

**Peeling, Massage und Körperpackung auch als Einzelbehandlung buchbar.**

120 Min. 199,00 €

### **Peeling**

*Application of a fine sea salt peeling in combination with anti-aging active ingredients.*

### **Massage**

*The full-body moisturizing massage supplies your skin with rich and nutritious active ingredients. The feeling of tightness disappears and your skin gains new vitality.*

### **Body pack**

*Special healing earth in combination with high-quality aroma nutrient oils and natural organic aloe vera are freshly prepared. The skin is tightened, the connective tissue is strengthened.*

**Peeling, massage and body pack can also be booked as single treatments.**

120 min. 199,00 €

# BODY

## DETOX



### **Peeling**

Applikation eines feinen Meersalzpeelings in Kombination mit entschlackenden Wirkstoffen.

### **Massage**

Diese Behandlung entschlackt und entstaut das Gewebe, blockierte Lymphe können wieder fließen, das Bindegewebe wird gestärkt und gefestigt sowie der Stoffwechsel aktiviert und Cellulite gemildert.

### **Körperpackung**

Reinigende, entschlackende Ganzkörperpackung zum Entsäuren und zur Verbesserung des Hautbildes.

Peeling, Massage und Körperpackungen auch als Einzelbehandlung buchbar.

120 Min. 199,00 €

### **Peeling**

*Application of a fine sea salt peeling in combination with detoxifying active ingredients.*

### **Massage**

*This treatment detoxifies and removes blockages in the tissue. Blocked lymph can flow again, the connective tissue is strengthened and stabilized, and the metabolism is activated as well as cellulite reduced.*

### **Body pack**

*Cleansing, purifying full-body pack for a deacidification and an improvement of the skin appearance.*

*Peeling, massage and body pack can also be booked as single treatments.*

*120 min. 199,00 €*

# GESICHT FACE



PHARMOS NATUR®

GREEN LUXURY



## PHARMOS NATUR® ZERTIFIZIERTE NATUR- WIRKSTOFF-KOSMETIK MIT DER HEILKRAFT DER ALOE-VERA-PFLANZE

Das Highlight der PHARMOS NATUR® Behandlung ist die Anwendung eines frischen Aloe-Vera-Blattes. Die Haut saugt das feuchtigkeitsspendende Gel vollständig auf, die vielen Wirkstoffe versorgen, reparieren und regenerieren die Hautzellen. Verjüngung und strahlende, wundervolle Haut, Frische und Lebendigkeit entfalten sich.

*The highlight of the PHARMOS NATUR® treatment is the application of a fresh aloe vera leaf. The skin absorbs the moisturizing gel completely, the multiple active ingredients supply, repair and regenerate the skin cells. All this results in rejuvenation and bright, wonderful skin, freshness and vitality.*

### Haut-Balance

Ausgleichende und regenerierende Behandlung für unreine Haut und Mischhaut. Ein verfeinertes Hautbild und ein wunderbares Wohlfühlgefühl durch die frische Aloe Vera in Kombination mit Cell-Vital-Öl und der bioaktiven Regenerationsmaske.

50 Min. 95,00 €

### Intensive Feuchtigkeit

Die intensiv durchfeuchtende Massage mit einem frischen Aloe-Vera-Blatt gefolgt von einer Maske aus frischem Aloe-Vera-Gel führen zu einem lebendigen und frischen Aussehen.

75 Min. 121,00 €

### Biolifting

Natur pur mit Verjüngungskraft. Hochwirksame Pflege durch 7 Wirkprinzipien aus Aloe Vera, Avellana-Öl, Traubenkernöl, Cranberry-Sesamöl, Mangobutter und Hyaluron. PHARMOS NATUR® Pflanzenkomplexe glätten Linien und Fältchen und stärken das Bindegewebe.

90 Min. 139,00 €



## PHARMOS NATUR® CERTIFIED NATURAL ACTIVE INGREDIENT COSMETICS WITH THE HEALING POWER OF THE ALOE VERA PLANT

### **Skin Balance**

*Balancing and regenerating treatment for impure skin and combination skin. A refined skin texture and a wonderful sense of well-being through the fresh aloe vera in combination with cell vital oil and the bioactive regeneration mask.*

**50 min. 95,00 €**

### **Intensive Moisture**

*The intensively moisturizing massage with a fresh aloe vera leaf, followed by a mask of fresh aloe vera gel, results in a lively and fresh look.*

**75 min. 121,00 €**

### **Biolifting**

*Pure nature with rejuvenation power. Highly effective care through 7 active principles from aloe vera, avellana oil, grape seed oil, cranberry sesame oil, mango butter and hyaluron. PHARMOS NATUR® plant complexes smooth lines and wrinkles and strengthen the connective tissue.*

**90 min. 139,00 €**

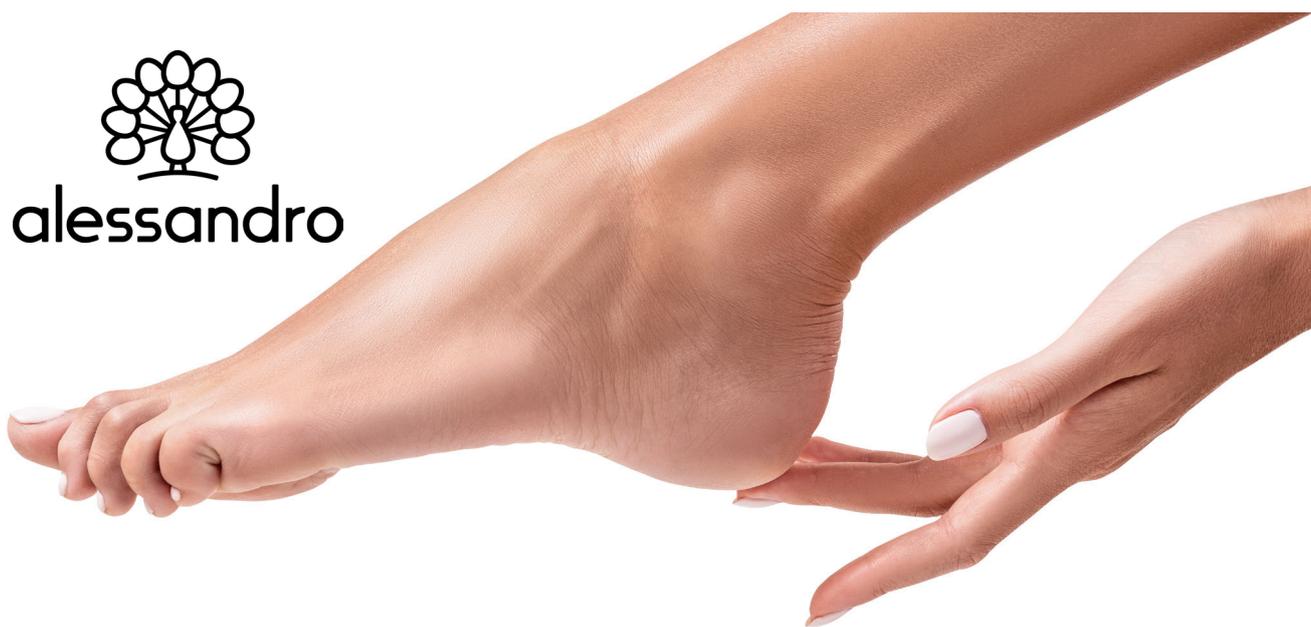
15

# HAND & FEET

## MANICURE & PEDICURE



**alessandro**



### **Spa-Maniküre**

Nägel feilen, Handpeeling, Handbad, Nagelhaut entfernen, Handmassage.

**45 Min. 49,00 €**

### **Spa-Pediküre**

Fußbad, Fußpeeling, Nägel kürzen, Nägel in Form feilen, Nagelhaut entfernen, Hornhaut entfernen, Fußmassage.

**45 Min. 55,00 €**

### **Lackieren**

Klassischer Nagellack.

**15 Min. 15,00 €**

### **Spa Manicure**

*File nails, hand peeling, hand bath, remove cuticles,*

**45 min. 49,00 €**

### **Spa Pedicure**

*Foot bath, foot peeling, trimming of nails, filing of nails into shape, removal of cuticles, removal of callused skin, foot massage.*

**45 min. 55,00 €**

### **Varnish**

*Classic nail polish.*

**15 min. 15,00 €**



**RIVA – Das Hotel am Bodensee**

Seestraße 25  
(Zufahrt über Kamorstraße)  
D-78464 Konstanz

Telefon: +49 (0) 75 31 - 3 63 09-0  
Telefax: +49 (0) 75 31 - 3 63 09-99  
E-Mail: [welcome@hotel-riva.de](mailto:welcome@hotel-riva.de)  
[www.hotel-riva.de](http://www.hotel-riva.de)

