

**Massage Sils, der Ort im Engadin, wo sie zu Ihrem Wohlbefinden zurückfinden.**

Meine Kraft, die hohe Lebensqualität und die wunderbare Natur, welche uns umgibt, haben zur Entstehung dieses Projekts geführt, welches sich auf die konstante Forschung auf dem Weg zum Wohlbefinden basiert.

Mein Name ist Anna. Seit ich denken kann, verbinde ich die Liebe zur Natur mit der Leidenschaft zur Arbeit. Spezifische, langjährige Ausbildungen und der Wunsch, hohe Qualität anbieten zu können, garantieren Ihnen Behandlungen und Relax in einem heimeligen Ambiente.

Ich heisse sie herzlich willkommen. Anna.

«Sorge Dich gut um Deinen Körper. Es ist der einzige Ort, den Du zum Leben hast» *Jim Rohn*

**Qualifikationen**

- Abschluss in Physiotherapie, Fakultät für Medizin und Chirurgie, Bari
- Shiatsu Berufsschule, Panta Rei
- Ausbildung Indiba Activ




Massage Sils

Anna De Musso  
Physio-Shiatsu-Indiba-Therapeutin

Chesa Fonio  
7514 Sils Maria

Informationen und Reservationen:  
T +41 76 602 20 23 (Bitte hinterlassen Sie eine Nachricht)  
annademusso@live.it

# Massage Sils



Klassische Massage  
Sportmassage  
Aromamassage  
Migräne Massage  
Fussreflexzonentherapie  
Hot Stone Massage  
Shiatsu  
Silser Massage  
Gesichtsmassage  
INDIBA Activ

### **Klassische Massage**

60 Min. CHF 110.-

Auch unter dem Begriff «Schwedische Massage» bekannt ist charakteristisch für ihre Dehnungs- Zug- und Druckbewegungen. Bewirkt eine Steigerung der Durchblutung in den behandelten Muskelgruppen, dem Bindegewebe und der Haut. Bei richtiger Anwendung werden Verklebungen des Bindegewebes, auch als Faszien bekannt, gelöst.

### **Teilmassage**

40 Min. CHF 90.-

### **Sportmassage**

60 Min. CHF 120.-

Ist eine Ergänzung zur Klassischen Massage. Die Massage wird dementsprechend Kräftiger durchgeführt, um Verspannte Muskeln zu lockern, die Regenerationsfähigkeit zu beschleunigen und die Leistungsfähigkeit zu erhöhen.

### **Aromamassage**

60 Min. CHF 120.-

Eine Aromamassage ist ein ganz besonderes Erlebnis für Körper und Geist. Die wunderbaren Düfte, das warme Öl auf der Haut und die entspannenden Massagegriffe führen zu einer besonders heilsamen Entspannung von Körper, Geist und Seele.

### **Migräne Massage**

60 Min. CHF 110.-

Diese manuelle Therapie basiert auf der Akupunkturlehre und wirkt über die Reizung von Akupunkturpunkten und der energetischen Verteilung über die Meridiane im Gesicht und Kopfbereich. Zugleich wird bei der Migräne Massage auch eine manuelle Lymphdrainage des Gesichts angewendet, was zu einem beschleunigten Abtransport der Lymphe und einer verbesserten Blutzirkulation führt.

### **Fussreflexzonen-therapie**

60 Min. CHF 110.-

Die Reflexzonen-therapie geht von einem ganzheitlichen Körperbild aus. Der menschliche Körper spiegelt sich im Fuss. Dadurch können durch gezielte Druckmassagen an speziellen Stellen am Fuss körperliche und seelische Beschwerden im restlichen Körper gelöst werden.

### **Hot Stone Massage**

75 Min. CHF 140.- (nur Körper)

90 Min. CHF 170.- (Körper und Gesicht)

Die Hot Stone Massage ist eine alte Therapieform der Naturvölker Asiens und Amerikas. Dabei gleiten warme, eingeölte Basaltsteine über den Körper, was zu einer tiefgehenden Entspannung führt. Durch die warmen Steine in Kombination mit einer harmonischen Massage können auch tief liegende Verspannungen gelöst werden. Man fühlt eine Vereinigung von Körper, Geist und Seele.

### **Shiatsu**

75 Min. CHF 140.-

Durch Fingerdrucktechniken werden Meridianpunkte, an denen das Chi (die Energie) blockiert ist, befreit. Die Gelenke werden beweglicher und besser geschmiert, Verspannungen werden abgebaut und eine generelle tiefe Entspannung tritt ein. Die Behandlung wird auf einer Matte durchgeführt. Bequeme Kleidung wird empfohlen.

### **Silser Massage**

120 Min. CHF 200.-

Bei dieser exklusiven wohltuenden Ganzkörperbehandlung werden verschiedene Massagetechniken und Massageanwendungen wirkungsvoll miteinander durch Kräuterstempeln kombiniert. Die Kräuterstempel werden zum Massieren erwärmt und zumeist streichend über den Körper geführt. Die Behandlung mit Kräutersäcken ist sehr entspannend, für das Gewebe jedoch anregend.

### **Gesichtsmassage**

60 Min. CHF 110.-

Natürliche Schönheitsbehandlungen für das Gesicht. Peeling, Maske, Heissölmassage, Dampf, Kristalle – sind ein ganz besonderes Erlebnis.

### **INDIBA Activ**

30 Min. CHF 60.-

Neu bieten wir Ihnen diese revolutionäre Therapieform an. Die Tecar Therapie ist eine manuelle Elektrostimulation die sich in die manuelle Kompetenz des Therapeuten integriert. Die Wirkung der Hände des Therapeuten wird verstärkt und eine angenehme, schmerzfreie Behandlung ist möglich. Eine neuartige und effiziente Therapie.

Neu