

GRANDHOTEL
PUPP

CARLSBAD
1701

**SPA
FRANZISKA**

MENÜ DER BEHANDLUNGEN

SPA FRANZISKA

1. Erlebnisrituale	4
Kräuterbad nach Franziska Pupp	5
Private Spa Suite für zwei Personen	5
Reinigendes Hanfritual für Körper und Geist	6
2. Spa-Behandlungen	7
Torfbad und Gesichtsmaske	8
Perlbad	8
Bad mit Hydromassage	9
Aquai Therapie – trockenes Bad	9
Sauerstofftherapie	10
Paraffin Wachsbad für Hände	10
Andullation Therapie	11
3. Gesichtspflege	12
Goldbehandlung für perfekte Hautstraffung und Hautverjüngung	13
Perlglanz Haut Aufhellung	13
Tiefenreinigung der Haut mit Meeresmineralien	14
Maßgeschneiderte Hautbehandlung	14

4. Körperpflege	15
Therapie für Rücken gegen Müdigkeit	16
Mineralisches Körperpeeling	16
Ritual der Wiedergeburt	17
Manuelle Kryolipolyse	17
5. Massagen	18
Entspannende CBD Massage	19
Klassische schwedische Massage	19
Massage mit heißen Steinen	20
Aroma Massage	20
Manuelle Lymphdrainage	21
Massage für werdende Mütter	21
Fußreflexzonenmassage	22
Massage für Kinder und Teenager	22
6. Ayurveda Behandlungen	23
Abhyanga vierhändige	24
Massage Abhyanga Massage	24
Shirodhara vierhändige Massage	25
Shirodhara Massage	25
Pinda Sveda Massage	26
Gesichtsmassage	26
Babymassage	27

SPA FRANZISKA

ERLEBNIS- RITUALE



KRÄUTERBAD NACH FRANZISKA PUPP

Franziska Pupp liebte über alles die Natur und kannte sehr gut die wohltuende Wirkung von Kräutern und die heilende Kraft des Wassers. Sie beauftragte deshalb ihren persönlichen Heiler, ein Bad für sie zu schaffen, das beide Kräfte in sich vereint. Ein Erlebnis in Gestalt des Kräuterölbades nach diesem Originalrezept können sich auch Sie im Grandhotel Pupp gönnen.

20 Minuten

PRIVATE SPA SUITE FÜR ZWEI PERSONEN

Entspannen Sie sich in einer diskreten Umgebung. Die gemütliche private Spa Suite verfügt über einen geräumigen Whirlpool, eine Kräutersauna und Lounge-Betten für intensive Entspannung. Leckere Erfrischung macht Ihr Erlebnis unvergesslich.

60 Minuten

REINIGENDES HANFRITUAL FÜR KÖRPER UND GEIST

Erleben Sie ein holistisches Ritual, das das traditionelle Karlsbader Heilbad mit der Erfahrung und der Einstellung der tschechischen Marke Cannor verbindet, die sich auf CBD-haltige Produkte für die Körper- und Gesichtspflege konzentriert. Zuerst genießen Sie ein mit handverlesenen Kräutern angereichert Mineralbad, das den Körper stärkt, den Geist entspannt und zu einer tiefgreifenden Entgiftung des Körpers beiträgt. Nach dem Bad folgt eine Rückenerwärmung mit heißen Steinen und eine Ganzkörpermassage mit Hanföl, die die Schmerzen erleichtert und Muskelverspannung lockert. Das Öl mit Cannabidiol ist hypoallergen, so ist es auch für sehr empfindliche Haut geeignet.

90 Minuten



SPA FRANZISKA

SPA- BEHANDLUNGEN



TORFBAD UND GESICHTSMASKE

Erleben Sie die perfekte Harmonie zweier kraftvoller Naturtherapien.

Tauchen Sie ein in ein entspannendes Moorbad, in dem sanft gemahlen wird, 100% natürlicher Torf, angereichert mit Humin- und Fulvosäuren, eine wohltuende Wirkung auf Müdigkeit, Muskelschmerzen und Hautprobleme hat. Während des Bades wird eine Algenmaske auf das gereinigte Gesicht aufgetragen, die die heilende Kraft der Meeresmineralien zur Revitalisierung der Haut nutzt. Dieses umfassende Ritual entspannt nicht nur Körper und Geist, sondern versorgt auch die Haut mit den nötigen Nährstoffen und Pflege. Gönnen Sie sich, als ob Sie gerade von einer Entdeckungsreise in die Tiefen der Natur zurückgekehrt wären.

20 Minuten

PERLBAD

Tauchen Sie in das geräumige Massagebad ein und lassen Sie sich von Millionen kleiner Bläschen, die im Wasser mit Quellensalz sprudeln, massieren. Das Perlbad verbessert die Blutzirkulation und löst Muskelverspannungen.

Wassertemperatur: 36–37 °C.

20 Minuten

BAD MIT HYDROMASSAGE

Die Hydromassage bringt totale geistige und körperliche Entspannung. Die Wirkung der Blasen auf den Körper aktiviert das Lymphsystem, stimuliert den Abfluss der Flüssigkeiten aus dem Gewebe und wirkt so effektiv gegen Cellulite und anderen möglichen Problemen, die durch Fettansammlungen verursacht sind.

Wassertemperatur: 37 °C.

20 Minuten

AQUAI THERAPIE TROCKENES BAD

Die trockene Wassermassage ist zur Entspannung und Rehabilitation geeignet. Die Aquai Therapie löst Muskelverspannungen, lindert Schmerzen, verbessert die Durchblutung und entspannt den Geist.

20 Minuten

SAUERSTOFFTHERAPIE

Eine Regenerationsbehandlung, bei der befeuchteter Sauerstoff in einer viel höheren Konzentration als in der normalen Luftkonzentration ist, eingeatmet wird. Sie wirkt auf den gesamten Organismus, regeneriert und steigert die körperliche und geistige Kondition. Reiner Sauerstoff erhöht Ihre Aktivität und Mobilität. Die regelmäßige Anwendung der Sauerstofftherapie kann die Lebensqualität erheblich verbessern.

60 Minuten

PARAFFIN WACHSBAD FÜR HÄNDE

Paraffin Wachsbad für Hände ist eine intensive Wärmetherapie, die die Blutzirkulation verbessert, die Muskeln entspannt und Steifheit reduziert. Das Wachs bildet eine harte Schale, die die Wärme speichert, wodurch sich die Poren öffnen. Dadurch können die verwendeten Cremes tiefer in die Haut eindringen und so wird die Wirkung der Behandlung verstärkt.

20 Minuten

ANDULLATION THERAPIE

Sie verbessert die Blutzirkulation und den Stoffwechsel. Sie wird deswegen bei chronischen Krankheiten wie Arthritis, Migräne oder steifen Nackenmuskeln oder den Menschen mit Symptomen von Burnout empfohlen. Das Wesen der Andullation Therapie ist die Kombination von pulsierenden Schwingungen mit Infrarotwärme, die ein tieferes Eindringen in das Gewebe fördert und die gewünschten biophysikalischen Prozesse im Körper anregt.

20 Minuten

SPA FRANZISKA

GESICHTSPFLEGE

GOLDBEHANDLUNG FÜR PERFEKTE HAUTSTRAFFUNG UND HAUTVERJÜNGUNG

Innovative Hautpflege mit fortschrittlicher Anti-Age-Technologie. Die Straffungs- und Lifting-Behandlung nutzt die regenerierenden Eigenschaften von 24 Karat Gold und die glättende Wirkung der Hyaluronsäure. Sie mildert Falten, reinigt die Poren und steigert die natürliche Kollagenproduktion, und damit wird die Hautstruktur, die Festigkeit und Elastizität verbessert. Gleichzeitig stärkt sie die Durchblutung und hat eine stark feuchtigkeitsspendende Wirkung. Die kleinen Goldpartikel werden in die Haut absorbiert und tragen zu ihrer Gesundheit, Frische und strahlendem Aussehen bei.

90 Minuten

PERLGLANZ HAUT AUFHELLUNG

Diese schnell wirkende auf Kryotherapie basierende Behandlung hellt die Haut sofort auf, glättet sie und lässt die Haut weich und strahlend. Die Kryotherapie zeigt sich seit langem als wirksames Mittel zur Verringerung von Schwellungen, zur Beruhigung gereizter Haut oder zur Verbesserung der Festigkeit und Vitalität der Haut.

90 Minuten

TIEFENREINIGUNG DER HAUT MIT MEERESMINERALIEN

Hautbehandlung mit wirksamen kosmetischen Produkten, die die Poren reinigen und die Haut weich und gesund machen. Die natürliche Heilkraft der Meeresminerale befreit die Haut von Giftstoffen, die durch die Auswirkungen der städtischen Umwelt und des Lebensstils belastet sind: Umweltverschmutzung, Rauch, Licht von Bildschirmen und Stress, der zu vorzeitiger Hautalterung führt. Auf Ihren Wunsch kann sie auch spezielle Extraktionstechniken für eine noch intensivere Reinigung beinhalten.

75 Minuten

MASSGESCHNEIDERTE HAUTBEHANDLUNG

Diese Behandlung wurde so konzipiert, dass sie genau so wirkt, wie es Ihre Haut verlangt und die Ergebnisse sind auf den ersten Blick sichtbar. Dazu dienen individuell zusammengestellte botanische Wirkstoffseren, Masken und aromatische Intensivkomplexe. Wählen Sie genau die Behandlung, die Sie brauchen: feuchtigkeitsspendende und beruhigende, entgiftende oder aufhellende.

60 Minuten

SPA FRANZISKA

KÖRPERPFLEGE



THERAPIE FÜR RÜCKEN GEGEN MÜDIGKEIT

Eine fast Wundertherapie, die entwickelt wurde, um Verspannungen in Rücken, Nacken und Schultern zu lösen, lässt Sie die Sorgen des Alltags vergessen. Die selbst erwärmende Schlammpackung lockert Verspannungen der Rückenmuskulatur und die anschließende Rückenmassage versetzt Sie in einen Zustand völliger Glückseligkeit. Die energetische und entspannende Behandlung baut auch Stress ab und hinterlässt in Ihrem ganzen Körper ein Gefühl des Wohlbefindens.

60 Minuten

MINERALISCHES KÖRPERPEELING

Die pflegende und beruhigende Behandlung beginnt mit dem Auftragen eines Körperöls nach Ihrer Wahl, gefolgt von einem intensiven Peeling mit einem Mineralsalz-Peeling. Sie bringt Beruhigung, baut Stress ab, reinigt die Haut und lässt sie seidig und strahlend.

60 min

RITUAL DER WIEDERGEBURT

Die besondere Behandlung beginnt mit einem wohltuenden Peeling, dann folgt ein Körperwickel für Entgiftung, der Sie in körperliches und geistiges Gleichgewicht bringt. Die Kombination der Körperpflege und Hautbehandlung spendet Energie und sorgt für ein Gefühl der Verjüngung und gesamter Entspannung. Der Therapeut stimuliert sanft bestimmte Bereiche von Gesicht und Körper, um Entgiftung, Entspannung und Revitalisierung zu fördern. Sichtbare Ergebnisse werden durch die Kombination von energetischer Lymphdrainage, die den Körper von Giftstoffen befreit und das Lymphsystem entspannt, mit modernen und effektiven Methoden wie die Kryotherapie des Gesichtes ist.

105 Minuten

MANUELLE KRYOLIPOLYSE

Dreiphasige Entgiftungsbehandlung der Problemzonen mit positiver Wirkung auf den Zustand und die Glättung der von Cellulite betroffenen Haut. Die Eiskugel-Massage lindert schnell das Gefühl müder Beine und strafft die Konturen der Haut, die sie frisch und geschmeidig lässt. Eine anschließende Massage, die auf der natürlichen Kraft der Algen basiert, befreit den Körper von Giftstoffen. Die abschließende Körpermaske strafft die bestimmten problematischen Partien.

90 Minuten

SPA FRANZISKA

MASSAGEN



ENTSPANNENDE CBD MASSAGE

Heilende Ganzkörpermassage mit entzündungshemmendem Öl, das Cannabidiol enthält. Die Kombination aus schmerzlinderndem Öl, heißen Steinen entlang der Wirbelsäule und bewährten Massagetechniken hat eine wohltuende Wirkung auf Körper und Geist.

60/90 Minuten

KLASSISCHE SCHWEDISCHE MASSAGE

Eine Ganzkörpermassage, die darauf abzielt, steife Muskeln zu entspannen und ihre Schmerzen zu beseitigen. Sie hat auch eine beruhigende Wirkung auf das Nervensystem und trägt zum geistigen Gleichgewicht bei. Der Therapeut massiert mit langen, sanften Massagegriffen der Ellenbogen und Unterarme, deren Intensität an Ihre Wünsche angepasst wird.

45/60/90 Minuten

MASSAGE MIT HEISSEN STEINEN

Die wohltuende Massage basiert auf einer Kombination aus ätherischen Ölen, der Kraft der Berührung und der Energie der Erde. Die wohltuende Wärme der heißen Steine hilft die Muskeln zu entspannen und die Gemüter zu beruhigen.

60/90 Minuten

AROMA MASSAGE

Diese Massage, bei der der Therapeut einen leichten bis mittleren Druck ausübt, bringt Entspannung für den Geist und lässt Sie die ganze Welt zumindest für eine Weile vergessen. Die gesamte Behandlung ist an Ihre individuellen Bedürfnisse und Wünsche angepasst, sei es eine belebende Wirkung, eine antioxidative Wirkung, eine Lockerung der Spannung oder ein erholsamerer Schlaf. Bei dieser Behandlung werden traditionelle Massagetechniken mit modernen Trends und innovativen Techniken kombiniert.

60/90 Minuten

MANUELLE LYMPHDRAINAGE

Eine Behandlung derer Technik auf leichtem Druck und langsamen Bewegungen basiert ist. Sie verbessert die Funktion des Lymphsystems, fördert die Ausscheidung von Giftstoffen und reduziert die im Körper gespeicherte Wassermenge.

60/90 Minuten

MASSAGE FÜR WERDENDE MÜTTER

Eine Ganzkörpermassage, die mit sanftem Druck Schmerzen, Stress und Muskelverspannungen lindert. Außerdem wird die Haut dank einem speziellen Öl hydratisiert und gepflegt. Die gesamte Behandlung ist für Frauen im zweiten und dritten Schwangerschaftsdrittel gedacht.

60 Minuten

FUSSREFLEXZONEN- MASSAGE

Entlasten Sie Ihre müden Füße und tanken Sie den natürlichen Energiespiegel. Bei dieser Therapie wird eine Kombination aus sanftem und festem Druck auf Reflexpunkte an den Füßen ausgeübt. Sie ist besonders ideal nach langen Spaziergängen, intensivem Sport oder wenn die Füße von hohen Absätzen müde sind.

45 Minuten

MASSAGE FÜR KINDER UND TEENAGER

Diese Therapie, die für Kinder ab 5 Jahren geeignet ist, hilft die Energie ins Gleichgewicht zu bringen, stimuliert das Nervensystem und stärkt die Immunität. Sie beeinflusst auch positiv die Qualität des Schlafes und versorgt die Haut mit Nährstoffen und Feuchtigkeit.

30/60 Minuten

SPA FRANZISKA

AYURVEDA BEHANDLUNGEN



ABHYANGA VIERHÄNDIGE MASSAGE

Erleben Sie eine Gesamtentspannung dank einer intensiven vierhändigen Ganzkörpermassage, bei der zwei Therapeuten mit synchronisierten Bewegungen die Wirkung der Behandlung vervielfachen. Abhyanga ist die perfekte Therapie, die Entspannung für überarbeitetes oder aufgeregtes Gemüt und ermüdete Muskeln bringt und lässt die Außenwelt vergessen.

60/90 Minuten

ABHYANGA MASSAGE

Die berühmteste ayurvedische Ganzkörpermassage löst Verspannungen in Muskeln, Sehnen und Gelenken, wirkt positiv auf das Lymphsystem, die Immunität und den Blutkreislauf. Das bei der Massage verwendete Kräuteröl hilft den Geist zu entspannen und den Schlaf zu verbessern.

60/90 Minuten

SHIRODHARA VIERHÄNDIGE MASSAGE

Die vierhändige Ganzkörpermassage ist die perfekte Pflege, die bis an die Grenze der Tiefenentspannung geht. Zwei Therapeuten führen eine Massage mit gleichzeitigen, synchronisierten Bewegungen durch, die darauf abzielt, Muskelverspannungen zu lösen, den Geist zu beruhigen und Stress abzubauen, Ängste zu unterdrücken und die Intuition zu wecken. Ein Gefühl der vollständigen Ruhe wird dann durch einen Rinnsal warmen Kräuteröls hervorgerufen, das der Therapeut über die Stirn vom Bereich des so genannten „dritten Auges“ zum Scheitel hinunterfließen lässt.

90 Minuten

SHIRODHARA MASSAGE

Die entspannendste Behandlung der ayurvedischen Therapie versetzt Sie in einen Zustand völliger Glückseligkeit und geistigen Gleichgewichts. Nach einer entspannenden Ganzkörpermassage kommt die Zeit für Beruhigung und Entspannung Ihres beschäftigten Geistes. Warmes Kräuteröl fließt vom so genannten „dritten Auge“ in das Haar und ergießt sich sanft auf den Scheitel. Sein kontinuierlicher Fluss schafft ein Gefühl absoluter Harmonie und vollkommener Entspannung. Gleichzeitig damit nährt er die Kopfhaut und das Haar und verleiht dem Haar Gesundheit und Glanz.

90 Minuten

PINDA SVEDA MASSAGE

Eine traditionelle Therapie, die eine ayurvedische Ganzkörpermassage mit der Wirkung von erwärmten Beuteln kombiniert, die mit einer Mischung aus ausgewählten Kräutern und Reis gefüllt sind. Sie verbessert erheblich die Blutzirkulation, erwärmt die Muskeln und löst ihre Verspannungen. Eine perfekte Wahl vor allem für diejenigen, die ständig das Gefühl der Kälte haben.

90 Minuten

GESICHTSMASSAGE

Diese ayurvedische Massage pflegt die Haut, baut Stress ab und trägt wesentlich zum geistigen Wohlbefinden bei. Sie erhöht die natürliche Kollagenproduktion und strafft die Haut. Das Rosenwasser und die Kräutermaske, die während der Massage verwendet werden, haben eine beruhigende und entzündungshemmende Wirkung. Die Behandlung umfasst auch eine Nacken- und Schultermassage, die die Halswirbelsäule und die Muskeln löst.

60 Minuten

BABYMASSAGE

Die ayurvedische Massage für Babys ab dem 6. Lebensmonat trägt zu einer guten Entwicklung und einem erholsamen Schlaf bei. Das verwendete Öl wird mit Rücksicht auf die empfindliche Haut des Babys ausgewählt.

20 Minuten

