

AUSZEIT ANGEBOTSAKTION

MAGISCHES WINTERANTLITZ

- Gesichtsbedampfung
- Gesichtsreinigung
- Honig-Zimt-Gesichtspeeling
- Gesichtsmaske „Wintertraum“
- Gesichtsmassage mit Wintercreme (Auf Wunsch mit Augenbrauen zupfen und färben mit Henna)
- Ein Glas „Speculatio Fantastico“

Spezialpreis für 75 Min: 68,00 €

KUSCHELWEICHE WINTERFÜSSE

- Wärmendes Fußbad, Fußpeeling, wärmende Fußpackung
- Energetische Fußmassage (auf Wunsch Fußpflege)
- Winterpunsch

Spezialpreis für 75 Min: 68,00 €

MOOR-TRAUM

- Gesichts- und Nackenmassage mit Moorstempel
- Moor-Peeling für den Rücken
- Rückenmassage mit tiefenwärmenden Moorstempeln
- Eine Tasse Winterpunsch

75 Min: 78,00 €

WINTER-TRAUM

- Fußpeeling und wärmendes Fußbad, energetische Fußmassage
- Wohltuende Rückenmassage mit Honig-Karamell-Duft
- Ein Glas „Speculatio Fantastico“

75 Min: 78,00 €

KRAFT TANKEN

BLOCKADENLÖSUNG / COACHING

Die Hypnotische Blockadenlösung ist eine leichte Hypnoseform, die Ihnen zeigt, wie das Unterbewusstsein angeregt und aufgefordert wird, Vergangenes und Belastendes loszulassen. Dadurch erhalten Sie Freiraum für neue Erkenntnisse und Entwicklungen.

Für die Bewältigung schwieriger Lebensthemen und der damit verbundenen Lebensveränderung empfehle ich das ILP-Coaching. Mithilfe der Integrierten lösungsorientierten Psychologie (ILP) erhalten Sie die Fähigkeit, einzelne Themen zuversichtlich und selbstbewusst zu lösen. Mithilfe von lösungsorientierten, systemisch-energetischen Übungen werden Ziele erarbeitet und Ressourcen sowie Erfahrungen aktiviert. Hierbei unterstütze ich Sie durch Einzelcoaching und Autonomietraining.

Einzelsitzung - Preis: 75 € pro Stunde

SEELENWOHL-WANDERUNG / ACHTSAMKEITS- SONNTAGSSPAZIERGANG

Die Seelenwohl-Wanderung bietet die Möglichkeit, Dinge die man nicht ändern kann, anzunehmen und negative Emotionen loszulassen. So lernen Sie, Erreichtes wertzuschätzen und die wirklich wichtigen Dinge im Leben positiv zu betrachten. Sie werden Kraft und Energie aus der Natur ziehen, um einen neuen Blickwinkel auf das zu erhalten, was Sie belastet. Mit dem neu gewonnenen Freiraum im Kopf und der Entspannung im Körper legen Sie den Grundstein für neue Ideen, Entscheidungen und Lebensveränderungen

Die Herausforderung bei dem Achtsamkeitsspaziergang ist: Nur ich spreche und leite Sie an, Ihre Gedanken und Emotionen wahrzunehmen. Sie erleben ein Genussstraining hören, sehen, fühlen, riechen und schmecken. Mit Atemübungen lassen Sie Gedanken und Sorgen los.

Einzelsitzung - Dauer: 150 – 180 Min.

Preis: 65,00 €

Gruppensitzung: max. 6 Personen

ENTSPANNUNG UND REGENERATION?

Ich biete Ihnen eine „Auszeit“ mit Wohlfühlgarantie und Erfolgsaussicht.

Neugierig? Dann vereinbaren Sie einen Termin, ich berate Sie gern.

ANFAHRT



Katrin Unger

August-Bebel-Str. 9 • 08412 Werdau

Mobil: 0152 06 54 82 38

E-Mail: info@auszeit-werdau.de

www.auszeit-werdau.de



Auszeit
Massage | Coaching | Seelenwohl

ANWENDUNGEN

INDIVIDUELL, EINZIGARTIG UND BEDÜRFNISORIENTIERT

✦ KLASSISCHE MASSAGE

Massage für Kopf, Gesicht, Nacken & Hände

✦ SEELENSCHMEICHLER

✦ FUßREFLEXZONENMASSAGE, ENERGETISCHE FUßMASSAGE

✦ AUSZEIT FÜR DIE WERDENDE MAMA

✦ VITALAUSZEIT

Massage mit Massage-Cups

Wohlfühlpreise für die oben genannten Anwendungen ab 01.01.2026:	30 min 36,50€	60 min 73,00 €	90 min 105,00 €
--	------------------	-------------------	--------------------

ANWENDUNGEN

✦ WOHLFÜHLMOMENT MIT TIEFENWÄRME

heiße Stein- oder Moorstempel

✦ KLOSTERBÜRSTENMASSAGE

auf Wunsch zzgl. Salz-Öl-Wickel, Algenpackung

✦ TIBETANISCHE KLOPFMASSAGE: SANFTES FÜR DIE REFLEXZONEN

Jede Zelle des Körpers wird durch sanftes Klopfen in wohltuende Schwingungen gebracht.

✦ KRÄUTERGENUSS

Massage mit Kräuterstempeln

Wohlfühlpreise für die oben genannten Anwendungen ab 01.01.2026:	30 min 36,50€	60 min 73,00 €	90 min 105,00 €
--	------------------	-------------------	--------------------

✦ ENTSPANNUNG FÜR DIE KLEINEN

Wohlfühlpreise für die Kleinen:	15 min 12,50 €	30 min 25,00 €
---------------------------------	-------------------	-------------------

*Wohlfühlmomente sind
der Schlüssel zur Seele.*

AUSZEITPAKETE FÜR ZWEI

✦ KRÄUTER-AUSZEIT

- Erwärmung und Ankommen in der Infrarotsauna
- Ganzkörperkräuterpeeling
- Massage mit Kräuteröl
- Ausklingen Ihrer Auszeit in der Lounge mit kleinem Seelenschmankerl

150 Min:	180 Min:	210 Min:
225,00 €	245,00 €	275,00 €

✦ WINTER-AUSZEIT

- Erwärmung und Ankommen in der Infrarotsauna
- Ganzkörperwinterpeeling
- Massage mit Winteröl
- Ausklingen Ihrer Auszeit in der Lounge mit kleinem Seelenschmankerl

150 Min:	180 Min:	210 Min:
225,00 €	245,00 €	275,00 €

✦ SEELEN-AUSZEIT

- Erwärmung und Ankommen in der Infrarotsauna
- Melissen-Ganzkörperpeeling
- Gesichts-, Kopf- und Nackenmassage
- Fußmassage
- Ausklingen der Auszeit in der Lounge mit kleinem Seelenschmankerl

150 Min: 225,00 €

Die Angebote der Auszeitpakete und der Winteraktion sind buchbar bis zum 31.03.2026.

AUSZEITPAKETE FÜR STÜRMISCHE TAGE

Wenn es draußen stürmt und schneit, dann nimmt man sich für Wohlfühlmomente Zeit. Bei zauberhaften Massagen und Kerzenschein stimmt man sich mit Ruhe und Zufriedenheit auf die Herbst- und Winterzeit ein.

Tauchen Sie ein – in die wundersame Welt entspannender Herbst- und Winter-Massagen – **für ein einzigartiges Auszeit-Vergnügen mit Sucht-Potenzial!**

Sie suchen noch ein zauberhaftes Wohlfühlgeschenk, dann zögern Sie nicht und verschenken die einzigartigen Angebote doch einmal einem besonderen Menschen, buchen Sie jetzt Ihre Auszeit für einen lieben Menschen, mit einem lieben Menschen oder Ihre eigene „Auszeit für Körper und Seele“.

✦ HERBSTZAUBER

- Streicheleinheiten für Gesicht, Kopf und Nacken mit warmen Kräuteröl
- Kräuterpeeling für den Rücken
- Rückenmassage mit warmen Moorstempeln und Kräuteröl
- Herbstgetränk

90 Min:	120 Min:
115,00 €	130,00 €*

* inkl. Infrarotkabine

✦ WINTERFEELING

- Wohltuende Chocolate-Honey-Gesichtsmaske
- entspannende Fußmassage
- entspannende-Gesichtsmassage mit Chocolate-Trüffel-Duft
- Rückenmassage mit Hot Stones und Chocolate-Trüffel-Duft
- Heiße Schokolade

90 Min:	120 Min:
115,00 €	130,00 €*

* inkl. Infrarotkabine