



SIX ELEMENTS SPA
AT Siddhartha





Herzlich Willkommen



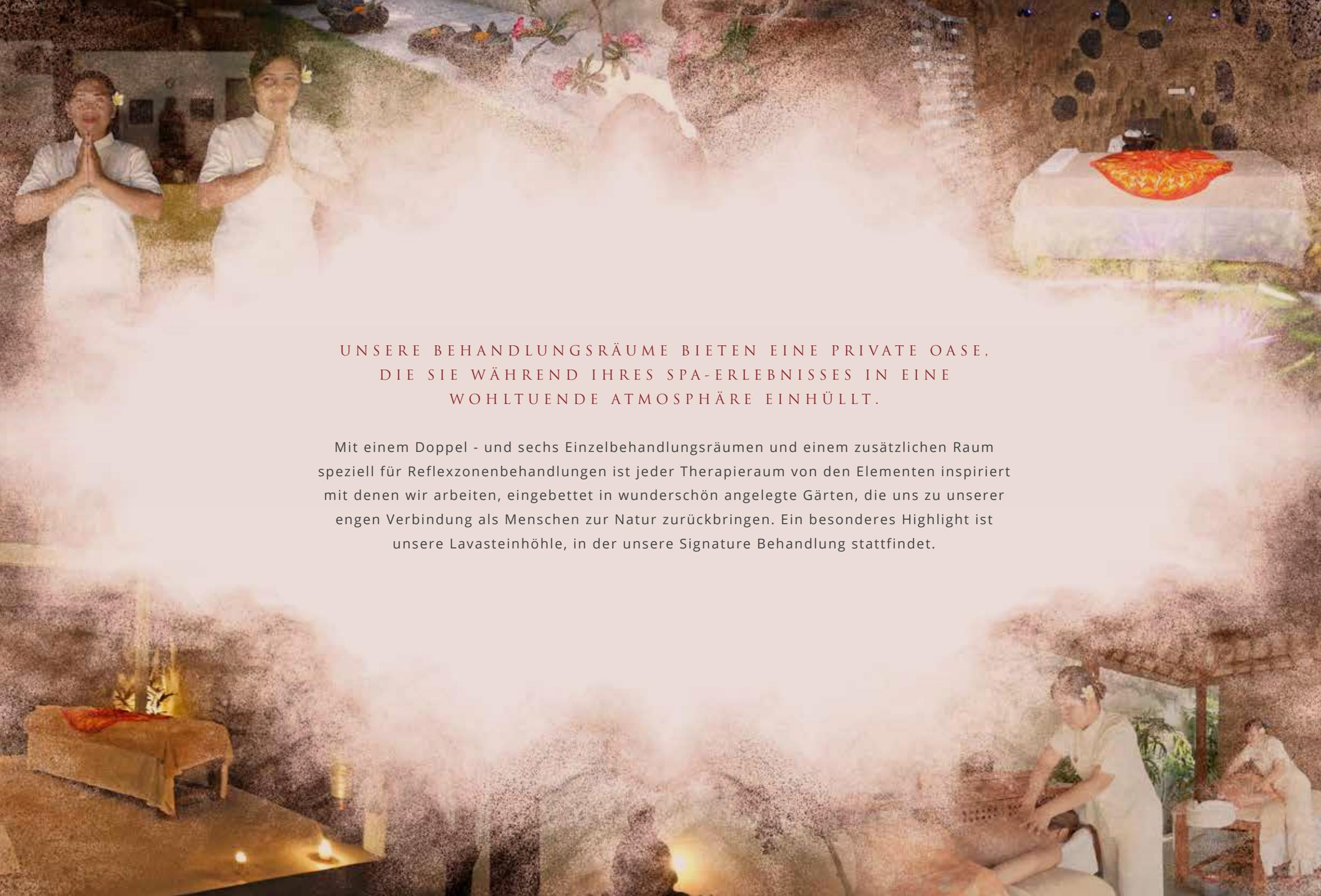
Luft Holz Feuer Metall Erde Wasser

IHR AUFENTHALT BEI UNS IM SIDDHARTHA IST AUCH EINE EINLADUNG FÜR SIE, SICH DURCH DIE VERSCHIEDENEN BEHANDLUNGEN, DIE WIR ANBIETEN, MIT DER NATUR ZU VERBINDEN.

Das Six Elements Spa folgt den Grundlagen der östlichen Philosophie und nutzt die alten Weisheiten und die Prinzipien der sechs Elemente – Luft, Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser –, von denen angenommen wird, dass sie die grundlegenden Elemente von Allem im Universum sind. Diese Elemente sind in ständigem Fluss und Bewegung.

Unsere Behandlungen berücksichtigen das ganze Wesen jedes Gastes und bringen seine Lebenskraft (in verschiedenen Traditionen als „Prana“ oder „Chi“ bezeichnet) ins Gleichgewicht.





UNSERE BEHANDLUNGSRÄUME BIETEN EINE PRIVATE OASE,
DIE SIE WÄHREND IHRES SPA-ERLEBNISSES IN EINE
WOHLTUENDE ATMOSPHÄRE EINHÜLLT.

Mit einem Doppel - und sechs Einzelbehandlungsräumen und einem zusätzlichen Raum speziell für Reflexzonenbehandlungen ist jeder Therapieraum von den Elementen inspiriert mit denen wir arbeiten, eingebettet in wunderschön angelegte Gärten, die uns zu unserer engen Verbindung als Menschen zur Natur zurückbringen. Ein besonderes Highlight ist unsere Lavasteinhöhle, in der unsere Signature Behandlung stattfindet.



SIGNATURBEHANDLUNGEN



Signaturbehandlung

🕒 120 minuten

ALLE
BEHANDLUNGEN
BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand - und Gesichtstuch

ÄTHERISCHE ÖLE:

ZITRONE
BERGAMOTTE
BASILIKUM
BERNSTEIN
FRANGIPANI
ZEDERNHOLZ
ZITRONENGRAS



Diese einzigartige Behandlung nutzt unsere speziell angefertigte Lavastein Höhle. Unsere Signature-Behandlung verwendet 31 therapeutische Lavasteine, die in Wasser erhitzt und auf die wichtigsten Energiepunkte Ihres Körpers gelegt werden, um diese zu aktivieren. Die selben Steine werden dann verwendet, um bestimmte Bereiche Ihres Körpers sanft zu massieren um diesen zu Entgiften und die Energie und den Blutfluss zu stimulieren und zu verbessern.

Auf diese erholsame Körpermassage folgt eine beruhigende, tropische Bambusregendusche, während Sie sich auf einem Bett aus Bananenblättern und frischen Blütenblättern ausruhen. Danach entspannen und erholen Sie sich in einem besonderen Blumenbad in unserer Lavasteinhöhle, die aus lokalem Lavastein geschlagen und von der Kraft der Natur und den heiligen Höhlen der Insel inspiriert ist.



Luft BEWEGUNG

🕒 120 minuten

ALLE
BEHANDLUNGEN
BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand - und Gesichtstuch

ÄTHERISCHE ÖLE:

ZIMT
INGWER
GERANIE
ROSE
JASMIN
PATSCHULI
MOSCHUS

Die LUFT Behandlung nutzt die Prinzipien einer traditionellen Massage im Javanischen Stil mit langsamen, rhythmischen Bewegungen um Endorphine freizusetzen, Verspannungen abzubauen, das allgemeine Wohlbefinden zu verbessern und Ihren Körper zu revitalisieren. Auf diese Massage folgt ein „Mandi Lulur“-Peeling und eine Körpermilchmaske um die Haut zu erneuern, zu erfrischen und ihr Säuregleichgewicht wieder herzustellen.

„Mandi Lulur“ ist ein Körperpeeling, das seinen Ursprung in den indonesischen Königspalästen in Zentral-Java hat. Der Name kommt von dem Wort „Mandi“, das Bad bedeutet, und „Lulur“, das sich auf Blumen in der Indonesischen Sprache bezieht. Es wird angenommen, dass dies das Reinigungsritual für die Prinzessinnen des Javanischen Königshauses war. Die Verwendung einer speziellen Mischung aus Kräutern und Gewürzen macht die Haut weich und revitalisiert sie.

OPTIONAL: WIR EMPFEHLEN IHNEN, SICH NACH DIESER MASSAGE BEI EINEM BLÜTENBAD ZU ENTSPANNEN





Holz

VITALITÄT

🕒 120 minuten

ALLE
BEHANDLUNGEN
BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand - und Gesichtstuch

ÄTHERISCHE ÖLE:

PFEFFERMINZE
EUKALYPTUS
YLANG-YLANG
VETIVER



Die HOLZ Behandlung fokussiert sich durch variierende tiefe bis sanfte Druckbewegungen darauf, Verspannungen zu lösen und die Durchblutung in tiefer gelegenen Geweben anzuregen. Anschließend werden Ihre Sinne mit einem Grüntee-Körperpeeling stimuliert und die Behandlung wird mit einer reinigenden Körpermaske mit weißer Tonerde abgeschlossen.



Feuer

ENERGIE

🕒 90 minuten

ALLE
BEHANDLUNGEN
BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand - und Gesichtstuch

ÄTHERISCHE ÖLE:

BASILIKUM
ROSMARIN
ZITRONE



Die FEUER Behandlung besteht aus einer starken Druckmassage mit unterstützenden Dehnungstechniken die auf einer auf dem Holzboden liegenden Matte ausgeführt werden. Diese Massage erhöht den Blut- und Energiefluss sowie die Mobilität, lindert Schmerzen und lockert verspannte und steife Muskeln während sie den Stoffwechsel fördert.

OPTIONAL: WIR EMPFEHLEN IHNEN, SICH NACH DIESER INTENSIVEN MASSAGE BEI EINEM BERUHIGENDEN, AROMATISCHEN VOLLBLÜTENBAD ZU ENTSPANNEN



Erde

NÄHRUNG

🕒 90 minuten

ALLE
BEHANDLUNGEN
BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand - und Gesichtstuch

ÄTHERISCHE ÖLE:

JASMIN
CANANGA
ORANGE



Die ERDE Behandlung zielt darauf ab, Verspannungen und Stress durch eine Kombination aus speziellen Dehnungstechniken und konzentriertem Druck auf Energiepunkte zu reduzieren, Muskelschmerzen zu lindern und das Gleichgewicht im ganzen Körper wieder herzustellen. Diese Massage wird auf einer auf dem Holzboden liegenden Matte durchgeführt und schafft Balance indem sie Spannungen löst.

OPTIONAL: WIR EMPFEHLEN IHNEN, SICH NACH DIESER INTENSIVEN MASSAGE BEI EINEM BERUHIGENDEN, AROMATISCHEN VOLLBLÜTENBAD ZU ENTSPANNEN



Metall

AUSSTRAHLUNG

🕒 120 minuten

ALLE
BEHANDLUNGEN
BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand- und Gesichtstuch

ÄTHERISCHE ÖLE:

LAVENDEL
ZEDERNHOLZ
ORANGE

Die METALL Behandlung ist eine aus traditionellen Balinesischen Praktiken bestehende Massage. Sie besteht aus einer sanften Massage, die das Wohlbefinden verbessert und Stress abbaut indem sie Geist und Körper beruhigt. Diese Massage wird mit einem traditionellen Balinesischen Kräuter Körper Peeling und einer Körper „Boreh“ Maske mit Balinesischen Gewürzen kombiniert, um abgestorbene Hautzellen von Ihrem Körper zu entfernen und Muskeln und Haut zu beruhigen.

Das traditionelle, Balinesische Kräuter Peeling wärmt den Körper, verbessert die Durchblutung und lindert Muskel-, Knochen- und Kopfschmerzen, Fieber und Schüttelfrost. Die „Boreh“ Körpermaske entspannt die Muskeln, glättet die Haut und beruhigt den Geist. Fast alle verwendeten Kräuter und Gewürze wärmen und nähren den Körper. Muskat zum Beispiel kann mit seinem Gehalt an Antioxidantien und Beruhigungsmitteln Muskel- und Nervenverspannungen überwinden. Pfeffer wärmt den Körper. Nelken regen die Durchblutung an, erleichtern die Atmung und beseitigen Übelkeit. Ingwer spendet auch Wärme und hilft, Entzündungen und juckende Haut zu überwinden.

Kräuter & Gewürze: Gewürznelke, Kurkuma, Ingwer, Muskatnuss, schwarzer Pfeffer, Galgant

OPTIONAL: WIR EMPFEHLEN IHNEN, SICH NACH DIESER MASSAGE BEI EINEM BERUHIGENDEN, AROMATISCHEN VOLLBLÜTENBAD ZU ENTSPANNEN





Wasser

REINIGUNG

🕒 90 minuten

ALLE
BEHANDLUNGEN
BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand- und Gesichtstuch

ÄTHERISCHE ÖLE:

FRANGIPANI
CANANGA
CHAMPAKA
ROSE
LOTUS



Die WASSER Behandlung ist eine von zwei Therapistinnen ausgeführte, vierhändige Synchron Massage. Sie fördert die Blutzirkulation, löst Verspannungen im ganzen Körper und beruhigt das Nervensystem.

OPTIONAL: UM DIESE MASSAGE ABZURUNDEN STEHEN IHNEN EIN AROMATISCHES VOLLBLÜTENBAD, EIN AVOCADO-KÖRPERPEELING ODER EINE MEERESALGEN-KÖRPERMASKE ZUR AUSWAHL.



Licht der Natur

P F L E G E

🕒 90 minuten

ALLE
BEHANDLUNGEN
BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand- und Gesichtstuch

ÄTHERISCHE ÖLE:

MANDARINE
YLANG-YLANG
PATSCHULI



Die LICHT Behandlung ist speziell darauf ausgelegt, Ihre Stimmung zu heben und Ihre Perspektiven zu verändern indem Energieblockaden gelöst und Stress abgebaut wird. Gezielte Akupressur- und Reflexzontechniken werden mit entspannenden Massagen und Dehnungen kombiniert. Diese Therapie beinhaltet auch eine Kopf- und Kopfhautmassage.

OPTIONAL: WIR EMPFEHLEN IHNEN, SICH NACH DIESER MASSAGE BEI EINEM BERUHIGENDEN, AROMATISCHEN VOLLBLÜTENBAD ZU ENTSPANNEN



Romantik

FÜR ZWEI

🕒 4 Stunden

ALLE
BEHANDLUNGEN
BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand - und Gesichtstuch

ÄTHERISCHE ÖLE:

PFEFFERMINZE
EUKALYPTUS
YLANG-YLANG
VETIVER

Ein luxuriöses Massage- und Körperbehandlungspaket für Paare. Ihre vierstündige Behandlung beginnt mit einer gezielten Reflexzonenmassage gefolgt von einer feuchtigkeitsspendenden und erfrischenden Gesichtsbehandlung. Dem folgt eine entspannende Körpermassage mit einem traditionel Balinesischen Kräuter-Körperpeeling und einer Balinesischen Körper „Boreh“Gewürzmaske.

Das aromatische Vollblütenbad garantiert Entspannung pur und ein gesunder Vitaminsaft Ihrer Wahl und ein leichter Snack runden dieses halbtägige Erlebnis ab.





DAS ZIEL DER MASSAGEN UND BEHANDLUNGEN IM SIX ELEMENTS
SPA IM SIDDHARTHA IST IMMER DIE WIEDERHERSTELLUNG ODER
VERBESSERUNG IHRER GESUNDHEIT UND IHRES WOHLBEFINDENS.

Tauchen Sie ein die die entspannenden und belebenden Therapien und geniessen Sie, wie Ihr Körper,
Ihr Geist und Ihre Seele sich erholen und beleben und wieder ins Gleichgewicht kommen.

MASSAGEN UND THERAPIEN





ERHOLUNG FÜR REISENDE

🕒 30 minuten

Nach langen Reisen sind Körper und Geist geschwächt und man leidet öfters unter Orientierungslosigkeit, Dehydration und Übermüdung. Massagetherapien können dabei helfen, die Auswirkungen von Jetlag zu reduzieren indem sie die Durchblutung anregen und im Körper angesammelten Stress reduzieren.

Wir empfehlen Ihnen eine der folgenden Massagen:

- **30-minütige entspannende Körpermassage gegen Jetlag.**
- **30-minütige kräftige Massage zur Linderung von steifen Gelenken, Nacken-, Kopf- und Schulterschmerzen.**
- **30-minütige Fußreflexzonenmassage zur Verbesserung der Durchblutung und Reduzierung von Schwellungen.**



TRADITIONELLE BALINESISCHE MASSAGE

🕒 60 minuten

Diese traditionelle Balinesische Ganzkörpermassage verwendet eine Kombination von Techniken mit festem Finger- und Handflächendruck (tiefes Gewebe), um Blutzirkulation, Sauerstoff und „Qi“ (Energie) in Ihrem Körper zu stimulieren und ein Gefühl tiefer Entspannung zu vermitteln.

ALLE BEHANDLUNGEN BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand- und Gesichtstuch



ANTI-STRESS -MASSAGE

🕒 60 minuten

Diese Massage baut Druck ab, indem sie Ihr Nervensystem durch gezielte Massagen an Kopf, Nacken, Schultern und oberem Rücken stimuliert. Eine verbesserte Durchblutung beruhigt Ihr Nervensystem und stärkt Ihr ganzes Immunsystem.



ENTSPANNUNG

🕒 45 minuten

Diese Massage ist die perfekte Linderung von Nacken- und Schulterverspannungen und zielt auf problematische Bereiche Ihres Oberkörpers (Nacken, Schultern und Rücken), um die Durchblutung zu verbessern, Muskelknoten zu lösen und Schmerzen zu lindern.



SONNENBRAND BEHANDLUNG

🕒 60 minuten

Rehydrieren und beruhigen Sie Ihre sonnenstrapazierte Haut. Unsere Sonnenbrand-Körperpackung besteht aus einer Kombination von Gurkenscheiben, gemischt mit einer Mischung aus Lavendel, Teebaum- und Kamillenöl. Ihr Körper wird mit dieser kühlenden und pflegenden Mischung umhüllt und anschließend für 30 Minuten sanft in ein weiches Baumwolltuch gehüllt. Erfrischen Sie sich mit einer Dusche und anschließend pflegen unsere Therapistinnen Ihre Haut mit einer beruhigenden Körperlotion.

ALLE BEHANDLUNGEN BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand- und Gesichtstuch



FUßREFLEXZONENMASSAGE - FÜßE & BEINE

🕒 60 minuten

Die Fußreflexzonenmassage basiert auf der Vorstellung, dass die Füße über Nervenbahnen mit allen Organen des Körpers verknüpft sind. Eine gezielte Druckmassage der Reflexzonen gibt einen Reiz an die jeweiligen Zielorgane um sie bei Heilungsprozessen zu unterstützen. Durchblutung und Stoffwechsel werden dadurch gefördert. Diese uralte Heiltherapie zielt darauf ab, die Funktion des gesamten Körpers wieder ins Gleichgewicht zu bringen und zu harmonisieren, die Durchblutung zu verbessern und Verspannungen zu lösen.



REFLEXZONENMASSAGE – FÜßE, BEINE & ARME

🕒 90 minuten

Diese 90-minütige Reflexzonenmassage wird an Füßen, Beinen und Armen durchgeführt. Das Prinzip ist das gleiche wie bei der Fußreflexzonenmassage beschrieben.

ALLE BEHANDLUNGEN BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



aromatisches
Fußbad



erfrischend kühlem
Hand- und Gesichtstuch



SCHÖNHEITSBEHANDLUNGEN



GESICHTSBEHANDLUNG ☑ 60 minuten

Diese Behandlung wird mit traditionellen, lokal hergestellten, natürlichen Hautpflegeprodukten die reinigen, Feuchtigkeit spenden und beruhigen, durchgeführt. Die Gesichtspflege umfasst Reinigung, Tonisierung, ein sanftes Peeling zur Entfernung abgestorbener Hautschüppchen und eine tiefenreinigende Gesichtsmaske. Entspannen Sie sich und genießen Sie diese pflegende Behandlung, die auch eine Gesichts-, Nacken- und Armmassage beinhaltet.

HAAR SPA (CREMEBAD) ☑ 60 minuten

Lehnen Sie sich für eine gründliche und schonende Haar- und Kopfhautbehandlung in unserem speziell angefertigten Stuhl im Salonstil zurück. Eine nährnde Avocado-Haarmaske wird mit einer Tiefenmassage der Kopfhaut aufgetragen und zum Einwirken in Haar und Kopfhaut in ein warmes Handtuch gewickelt. Genießen Sie eine Nacken-, Schulter- und Armmassage sowie die abschließende Haarwäsche mit einem natürlichen Frangipani-Shampoo.

AROMATISCHES VOLLBLÜTENBAD ☑ 20 minuten

Schwelgen Sie bei Kerzenlicht in einem warmen, mit Blütenblättern, Meersalz und ätherischen Ölen angereicherter Bad. Entspannung pur.

ALLE BEHANDLUNGEN BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



erfrischend kühlem
Hand- und Gesichtstuch





MANIKÜRE

☑ 60 minuten

Ihre Nägel werden nach Wunsch geschnitten und/oder gefeilt, gereinigt, poliert und von lästiger Nagelhaut befreit. Es erwartet Sie zudem eine entspannende Hand- und Unterarmmassage.

PEDIKÜRE

☑ 60 minuten

Diese Behandlung beginnt mit einem erfrischenden, aromatischen Fußbad. Unsere wohltuende Pediküre umfasst die Entfernung abgestorbener Haut mit Bimsstein von den Fußsohlen, einer grundlegenden Pflege der Nägel nach Ihrem Wunsch und einer entspannenden Fuß- und Unterschenkelmassage.

MANIKÜRE & PEDIKÜRE

– ZWEI THERAPISTINNEN

☑ 60 minuten

Diese Behandlung beginnt mit einem erfrischenden, aromatischen Fußbad. Diese Behandlung ist eine Kombination unseres Maniküre und Pediküre Angebots. Genießen Sie die zusätzliche Fuß-, Hand- und Unterarm Massage.

ALLE BEHANDLUNGEN BEGINNEN MIT:



Begrüßungsgetränk



erfrischend kühlem
Hand - und Gesichtstuch





SIX ELEMENTS SPA
AT Siddhartha

Jl. Amlapura-Singaraja Desa Kubu Kabupaten Karangasem
Bali, Indonesia 80853

RESERVATIONS & BOOKINGS

P. +62 (0)363 23034 E. reservation@siddhartha-bali.com

WWW.SIDDHARTHA-BALI.COM

