



Von ganzem
Herzen xund

herzkreislauf●●●
zentrum GROSS GERUNGS

Erholen und Auftanken Wohlfühlangebote 2026

Xundheitswelt
Von Natur aus
gut für Gesundheit und Wohlbefinden.





FINDEN SIE ZU NEUER ENERGIE

Nehmen Sie sich Ihre persönliche Auszeit und lassen Sie es sich und Ihrem Herzen so richtig gut gehen. Entspannen Sie bei einer wohltuenden Massage oder fördern Sie bei einer Yoga-einheit Ihre Körperwahrnehmung. Finden Sie bei unseren Angeboten zu neuer Energie und fühlen Sie sich danach erholt und befreit von den Lasten des Alltags.

UNSERE WOHLFÜHLANGEBOTE

Entspannungsmassage

Bei der Entspannungsmassage werden einzelne Partien wie Rücken, Nacken, Arme und Beine mit langsamen, rhythmischen Streichbewegungen massiert. Durch die verschiedenen Techniken und Lockerungen wird zum einen die Muskulatur entspannt, zum anderen Stress und Anspannung abgebaut.

Die Entspannungsmassage steigert die Vitalität und das allgemeine Wohlbefinden, versetzt den Körper in einen wunderbaren Ruhezustand und hat eine erholsame sowie entspannende Wirkung auf das gesamte Nervensystem. Gleichzeitig hat sie positive Auswirkungen auf Schlafstörungen, Unruhezustände und jegliche Anspannungen im Körper. Die Entspannungsmassage fällt jedoch nicht in den Bereich der medizinischen oder therapeutischen Massage. Sie darf nicht mit einer medizinischen Massage verglichen werden. Sie dient ausschließlich der Erholung.

Dauer: 40 Minuten

Preis: € 62,00



Bildquelle: Canva

Aromamassage

Diese Massage nutzt gezielt die Wirkung von Aromen auf Körper, Geist und Seele. Die Wirkung der Düfte kann dabei von Mensch zu Mensch und nach individueller Gemütslage stark variieren. Während der Massage werden daher ganz gezielt bestimmte aromatisierte Öle eingesetzt. Diese werden tief in die Haut einmassiert und so das Nerven-, Blut- und Lymphsystem stimuliert.

Durch die langanhaltende und tiefenentspannende Wirkung finden Sie zu neuer Vitalität, Energie und Lebenskraft!

Dauer: 25 Minuten | 50 Minuten

Preis: € 38,00 | € 72,00

Kontraindikationen:

- Unverträglichkeit der Öle (Allergie)
- Hauterkrankungen im Behandlungsgebiet

Massage nach Breuss

Unter einer Massage nach Breuss wird eine energetische Rückenmassage mit anschließender Lockerung der tiefen Rückenmuskulatur verstanden. Bei dieser Anwendung wird davon ausgegangen, dass die Leiden direkt oder indirekt mit der Wirbelsäule zusammenhängen.

Bei der Massage wird die Wirbelsäule gestärkt und die Energie wieder ins Fließen gebracht. Ziel der Massage nach Breuss ist es, eine eventuelle Fehlstellung der Wirbel durch leichten Druck auf die Dornfortsätze zu korrigieren. Der Schwerpunkt liegt auf einer statischen Wiederherstellung einer geraden Wirbelsäule.

Dauer: 40 Minuten

Preis: € 67,00

Kontraindikationen:

- Schwere Osteoporose
- Akuter Bandscheibenvorfall



Hydrojet-Massage



Bildquelle: Canva

Hydrojet-Massage

Die Hydrojet-Massage ist eine innovative Therapieform, bei der kraftvolle, kreisende Wasserstrahlen unter einer flexiblen Liegefläche rotieren. Diese Methode lockert die Muskulatur, strafft das Gewebe und fördert gleichzeitig die Durchblutung durch die angenehme Wärme. Dies hilft, Verspannungen zu lösen und die Muskeln sanft zu lockern.

Dauer: 25 Minuten

Preis: € 33,00

Kontraindikationen:

- Schrittmacher, Defibrillator
- Zustand nach rezenter Operation
- Zustand nach Wirbelkörperfraktur

Yoga mit Herz

Diese Yogaeinheit vereint wohltuende Mobilisations-, Dehn- und sanfte Kräftigungsabläufe zu einem ganzheitlichen Training für den gesamten Körper. Die Haltungen werden jeweils für einige Atemzüge gehalten, wodurch Körperwahrnehmung, Gleichgewicht und Achtsamkeit nachhaltig gefördert werden. Abgerundet wird die Einheit durch eine beruhigende Sequenz aus Entspannungsübungen, die die innere Ruhe vertieft und einen harmonischen Abschluss schafft.

Dauer: 60 Minuten

Preis: € 15,00

Termin: jeden Mittwoch um 16:15 Uhr

(Anmeldung bis 10:00 Uhr an der Therapie-Reception)

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern die männliche Form verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter.



VEREINBAREN SIE IHREN TERMIN!

Ganz einfach per Telefon

Zur telefonischen Terminvereinbarung wenden Sie sich gerne an unsere Therapie-Reception unter **+43 2812 8681-620!**

Montag bis Freitag • von 07:00 bis 15:30 Uhr

Persönlich - Direkt im Haus

Unsere Mitarbeiter der Therapie-Reception im 1. Untergeschoss sind gerne bei Fragen und Terminbuchung **persönlich** oder unter der **DW 620** für Sie da!

Montag bis Freitag • von 07:00 bis 10:00 Uhr
• von 13:00 bis 14:00 Uhr

Preise & Bezahlung

Bitte beachten Sie, dass keine Direktverrechnung mit der Krankenversicherung möglich ist!

Die in dieser Broschüre angeführten Therapiepreise beinhalten die MwSt. und verstehen sich in Euro. Bezahlung bar, mittels Diners Club-, Visa-, oder Mastercard sowie Bankomatkarte möglich. Preisänderungen vorbehalten.



BLEIBEN SIE INFORMIERT...

...und folgen Sie uns auf Social Media!



facebook.com/
HerzKreislaufZentrumGrossGerungs



linkedin.com/company/
herzkreislaufzentrum



instagram.com/
herzkreislaufzentrumgg



youtube.com/
@herz-kreislauf-zentrumgrog7829

Herz-Kreislauf-Zentrum Groß Gerungs

Kreuzberg 310, 3920 Groß Gerungs

Tel.: +43 2812 8681-0 • Fax: +43 2812 8681-300

Mail: info@herz-kreislauf.at • www.herz-kreislauf.at

Gültig 2026 ohne Gewähr und vorbehaltlich Satz- und Tippfehler.
Preisänderungen vorbehalten.

Stand: Dezember 2025