



# PREISLISTE

KOSMETIK  
MASSAGEN  
RITUALE  
EXTRAS  
YOGA

STAND MÄRZ 2026

# ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Terminanfragen für Behandlungen bitte ausschließlich über WhatsApp!

Mein Studio steht dir 15 Minuten vor & nach deiner Behandlung offen. Komme in Ruhe und gönne dir gerne noch einen Tee zu Beginn und/oder im Anschluss.

Stornierungsbedingungen findest du auf meiner Homepage [www.welleny.de](http://www.welleny.de).

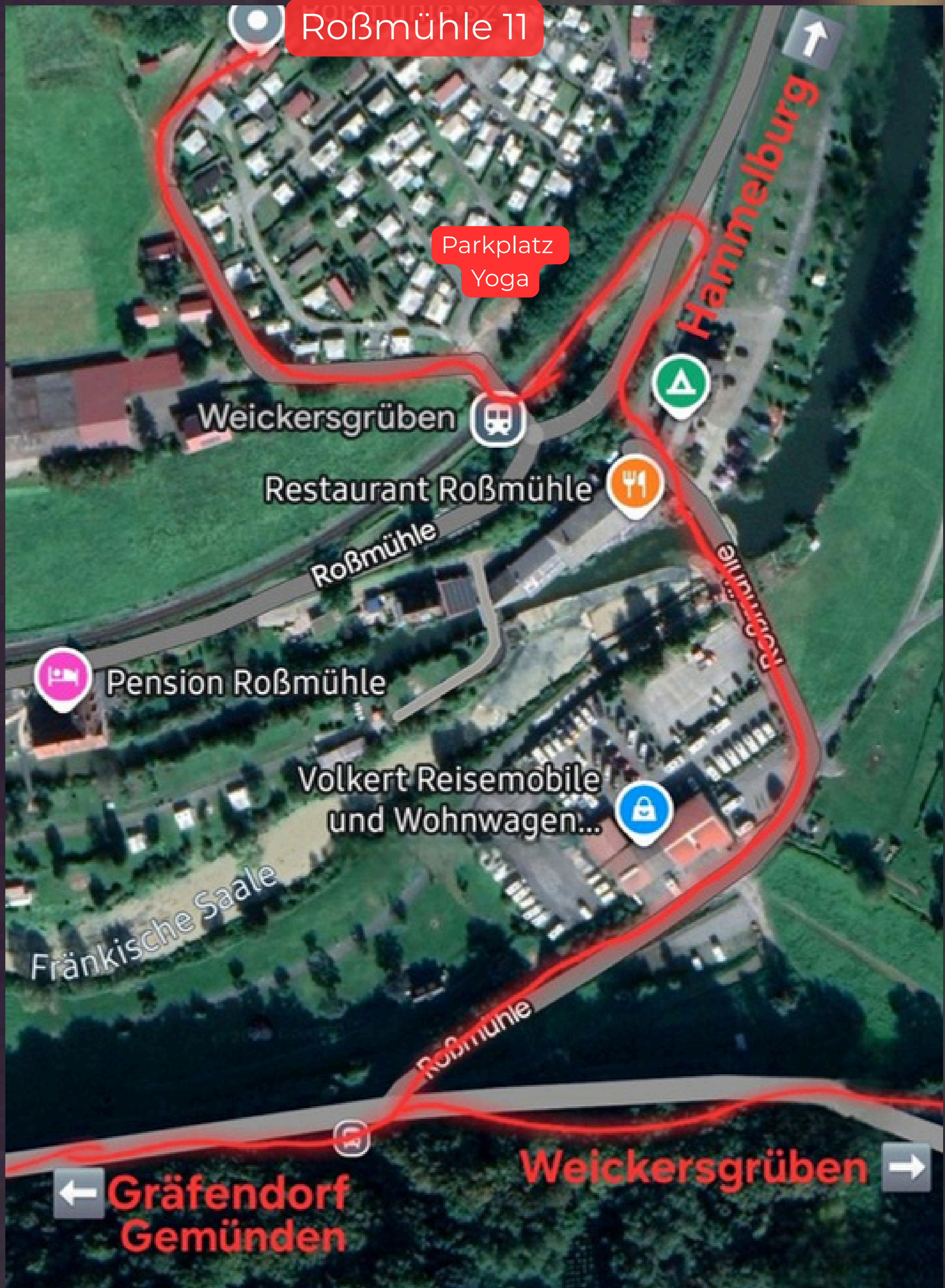
Adresse:  
Roßmühle 11  
97782 Gräfendorf-Roßmühle  
0170-8021139

Die Brücke über die Saale darf überquert werden, wird allerdings von Google Maps nicht erkannt. Bitte beachte das bei Anreise, um unnötige Umwege zu meiden.

Parken kannst du während einer Behandlung unter dem Carport direkt vor dem Studio. Für Yogaklassen gibt es hier nicht genug Plätze. In dem Fall bitte den Parkplatz nach der Bahnbrücke nutzen.

Ich freue mich so sehr auf  
deinen Besuch!!

# ANFAHRT



Green Luxury  
KOSMETIK  
by Pharmos Natur

---

BALANCE

75 Min / 115€

Reinigung | Peeling | Ausreinigen | Augenbrauenkorrektur |  
Wirkstoffserum | Aloe Vera Frischpflanzenblatt Massage |  
Gesichtsmassage | Maske | Hand- & Armmassage |  
Abschlusspflege.

---

GREEN LUXURY

90 Min / 135€

wie 75 Min + warme Fußkompressen zu Beginn & eine  
ausgiebige Massage von Gesicht, Nacken, Dekolleté, Kopf,  
Arme & Schulter.

---

DETOX FACE

105 Min / 155€

wie 90 Min + entstauende Face Cupping Schröpfmassage  
im Gesicht und einer speziellen Detoxmaske.

---

LOVE YOUR AGE

105 Min / 155€

wie 90 Min + Verwendung aller Love Your Age Produkte  
& einer Liftingmassage mit dem Gua Sha aus reinem  
Bergkristall.

---

CLEAN SKIN

45 Min / 70€

Reinigung | Enzympeeling | intensives Ausreinigen |  
Wirkstoffserum | Aloe Vera Frischpflanzenblatt Massage |  
Abschlusspflege.

---

# Wellness MASSAGEN

---

## AROMÖLMASSEGE

60 Min / 90€

Klassische Wellness-Ganzkörpermassage mit naturreinen ätherischen Ölen, die ganz intuitiv nach dem momentanen Befinden ausgewählt werden.

---

## FREIER KOPF

60 Min / 90€

Eine energetische Kombimassage aus Rücken-, Gesichts-, Nacken- & Kopfmassage um Spannungen zu lösen.

---

## ANTI STRESS

90 Min / 135€

Endlich Me Time! Die ideale Massage, um Stress loszulassen, das Nervensystem zu beruhigen und neue Energie zu tanken.

---

## DETOX BODY

90 Min / 135€

Entstauend und befreiend für das Lymph- & Bindegewebe. Energie kommt ins Fließen, ein Gefühl von Leichtigkeit stellt sich ein. Inkl. Garshan Seidenhandschuhmassage zur Anregung des Stoffwechsels.

---

## WERDENDE MAMA

30 Min / 50€

60 Min / 90€

Wir passen den Ablauf maßgeschneidert deinen Wünschen an. So unterschiedlich wie jede Schwangerschaft ist somit auch diese Behandlung.

---

# Wellness MASSAGEN

---

## PHÖNIX FEELING

60 Min / 90€

Eine Peelingmassage mit einer Kombination aus ayurvedischen Kräutern und reinem Sesamöl gibt deinem ganzen Körper ein sehr belebtes und gereinigte Hautgefühl.

---

## LOMI LOMI NUI

90 Min / 150€

Auf Hawaii steht diese Körperzeremonie für das Ritual eines Neubeginns. Energie kommt wie eine sanfte Welle ins Fließen, energetische Räume öffnen sich und tiefer innerer Frieden kann entstehen.

---

## VEGETODYNAMIK®

60 Min / 115€

Die höchste Kunst der Berührung! Diese intuitive Körperbehandlung nach Margot Esser-Greineder, sorgt für ein Reset deines vegetativen Nervensystem um in deine ursprüngliche Balance zurückzukehren.

---

# Day Spa RITUALE

---

NO 1 BACK TO BALANCE      90 Min / 140€  
120 Min / 180€

Eine Verbindung aus Rückenmassage & anschließender, individueller Gesichtsbearbeitung.

---

NO 2 BODY & FACE      120 Min / 185€  
180 Min / 270€

Eine Kombination aus Gesichtsbearbeitung & Wellnessmassage. Individuell auf dich maßgeschneidert durch verschiedene mögliche Schwerpunkte, wie z.B. Detox, Anti Stress, etc.

---

NO 3 VITAL RITUAL      105 Min / 160€

Gestartet wird mit einem belebenden Steinsalz Ganzkörperpeeling. Anschließend gibt es eine Muskeln lockernde Ganzkörpermassage mit dem Fokus auf Rücken & Füße.

---

NO 4 SOUL FLOW      120 Min / 165€

Eine ganz persönliche 1:1 Yogaeinheit gefolgt von einer entspannenden Anti Stress-Ganzkörpermassage bringt Körper, Geist & Seele in Balance.

---

NO 5 ZEIT ZUSAMMEN

Zeit & Preis  
individuell nach Personenanzahl &  
Behandlungszeit

Zu Beginn genießt ihr ein Gläschen alk.freien Sekt gemeinsam. Dann darf abwechselnd eine Person bei einer Behandlung entspannen, und die andere kann die Wartezeit bei einem Tee, einem guten Buch oder einfach in Stille verbringen.

---

**Gerne können wir individuelle Rituale zusammen  
gestalten - für deine ganz persönliche  
Wellness-Auszeit!**

# Beauty EXTRAS

ZU JEDER BEHANDLUNG ZUBUCHBAR. NICHT EINZELN MÖGLICH.  
BITTE BEI TERMINVEREINBARUNG MIT ANGEBEN UM GENUG  
EXTRAZEIT EINZUPLANEN.

---

AUGENBRAUEN FÄRBEN	15 €
--------------------	------

---

WIMPERN FÄRBEN	20 €
----------------	------

---

FÄRBEN KOMBI	30 €
--------------	------

---

GUA SHA MASSAGE	ca. 15 Min / 20 €
-----------------	-------------------

---

FACE CUPPING	ca. 15 Min / 20 €
--------------	-------------------

---

ALOE VERA	ca. 10 Min / 20 €
-----------	-------------------

IN MASSAGE INKLUDIERT	10 €
-----------------------	------

---

# YOGA

## Preise

Dauer zwischen 75 - 90 Minuten

Buchungen ausschließlich über Eversports.  
Hier findest du auch alle Stornierungsbedingungen.

Die Preise und Zeiten für Workshops, Soundhealing, Waldbaden, Events, Vorträge, Konzerte, usw. variieren. Alle Infos hierzu über Instagram, Eversports, etc.

Das gesamte Yogazubehör wie Matten, Bolster, etc. stelle ich zur Verfügung.

Mein Yogastudio steht dir je 30 Minuten vor und nach der Yogastunde zur Verfügung. Komme in Ruhe, trinke einen Tee & gönne dir ein bisschen Zeit oder stöbere durch meinen Shop.

Parken bitte nach der Bahnbrücke rechts, dann der Beschilderung folgen und den Fußweg nach oben nehmen.

---

Drop-In / Einzelstunde Gruppe	20 €
-------------------------------	------

---

3 x Schnuppern -einmalig buchbar-	50 €
-----------------------------------	------

---

10er Karte	180 €
------------	-------

---

Privatstunde ca. 60 Min	60 €
-------------------------	------

---

# YOGA

## Stundenplan

Dauer zwischen 75 - 90 Minuten

Buchungen ausschließlich über Eversports.  
Hier findest du auch alle Stornierungsbedingungen.

Die Preise und Zeiten für Workshops, Soundhealing, Waldbaden, Events, Vorträge, Konzerte, usw. variieren. Alle Infos hierzu über Instagram, Eversports, etc.

Das gesamte Yogazubehör wie Matten, Bolster, etc. stelle ich zur Verfügung.

Mein Yogastudio steht dir je 30 Minuten vor und nach der Yogastunde zur Verfügung. Komme in Ruhe, trinke einen Tee & gönne dir ein bisschen Zeit oder stöbere durch meinen Shop.

Parken bitte nach der Bahnbrücke rechts, dann der Beschilderung folgen und den Fußweg nach oben nehmen.

---

MONTAG	Welleny Flow	18:30 - ca. 19:45
--------	--------------	-------------------

---

FREITAG	Morning Sequence	9:30 - ca. 10:45
---------	------------------	------------------

---

FREITAG	Yin Yoga	18:00 - ca. 19:30
---------	----------	-------------------

---

SAMSTAG	wechselndes Angebot	
---------	---------------------	--

---

# YOGA

## Was ist was??

### Welleny Flow

Bei meinem Welleny Flow am Montag Abend werde ich Stile von Hatha & Vinyasa Yoga kombinieren. Jahreszeit, Mondzyklen, Chakren und sonstigen Themen werde ich in diese Yogastunden einfließen lassen. Für jeden geeignet, da jede Haltung in verschiedenen Schwierigkeitsstufen gemacht werden kann.

### Morning Sequence

Auch hier werde ich das Thema der Stunde individuell gestalten und es werden Elemente aus Vinyasa und Hatha Yoga zusammenfließen. So kannst du das Wochenende voller Energie begrüßen :-)

### Yin Yoga

Yin Yoga entspannt dein Nervensystem, indem Dehnungshaltungen bis zu 5 Minuten gehalten werden. Dadurch können sich Spannungen im Faszienewebe reduzieren und die Beweglichkeit verbessern. Es ist ein ruhiges Yoga, aber mit ganz viel Tiefe. Für jede/jeden geeignet.