EMOTION LIFE CENTER GÖSTLING

WOHLBEFINDEN - FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE

TRAINING THERAPIE WELLNESS MEDIZIN

HERZLICH WILLKOMMEN!

Es freut uns, Sie im Emotion Life Center Göstling begrüßen zu dürfen. Die folgenden Seiten sollen Sie über unser Angebot informieren und Lust darauf machen, sich bei uns mit Wellnessbehandlungen verwöhnen zu lassen und Ihrem Körper, Geist und Seele Gutes zu tun.

Wir betrachten Ihr Wohlbefinden als ganzheitliches System und nutzen alle Ressourcen, um Sie auf allen Ebenen zu verwöhnen. Zusätzlich stehen professionelle Trainingsgeräte und exzellent ausgebildete Fitnesstrainer für Ihren Leistungssport oder Ihr privates Freizeittraining zur Verfügung.

Sollten Sie Ihren Aufenthalt in Göstling an der Ybbs mit der Inanspruchnahme physikalischer Therapien verbinden wollen, finden Sie auch darüber einen Überblick. Durch integratives Zusammenwirken von Medizin, Physiotherapie und Training arbeiten Sie gemeinsam mit Ärzten und Therapeuten an Ihrer gesundheitlichen Verbesserung vor allem im Bereich des Bewegungsapparates.

Wir wünschen Ihnen einen erholsamen Aufenthalt in Göstling an der Ybbs und stehen für Auskünfte jederzeit gerne zur Verfügung.

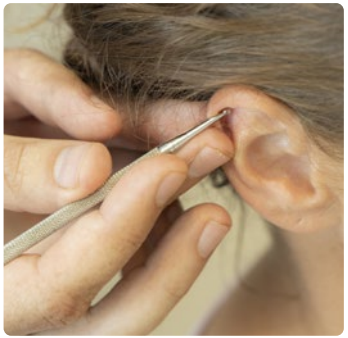
WELLNESS

Wir sehen den Menschen in seiner Ganzheit und setzen es uns zum Ziel, ihn auf allen Ebenen seiner Sinne zu verwöhnen.

Dafür nutzen wir alle Ressourcen, die uns zur Verfügung stehen. Die Kraft des Wassers zur Beruhigung, verschiedenste Massagetechniken zur Entspannung und die Wirkung ausgewählter Kosmetika für die Schönheit.

Ein Tag bei uns soll Sie erstrahlen lassen, innerlich und äußerlich.

Klassische Massagen



Klassische Massage

Die Massage ist eine der ältesten Behandlungsmethoden der Welt. Sie wirkt nicht nur an der Behandlungsstelle, sondern im gesamten Organismus. Ziel der Massage ist eine tiefe Entspannung der Muskulatur, das Lösen von Verspannungen, Myogelosen und Triggerpunkten, eine Förderung der Durchblutung und Linderung von Schmerzen.

Speziell bei der Akupunktmeridianmassage werden Energieblockaden gelöst und der Energiefluss im gesamten Körper ausgeglichen und angeregt.

- Teilmassage
- Ganzkörpermassage
- Gesichtsmassage
- Gesichtslymphdrainage
- Bindegewebsmassage
- Akupunktmeridianmassage (APM)
- Nackenentspannungsmassage
- Aqua Thermo Jet

Wohlfühlmassagen

Hot Stones

Die Hot Stone Massage wird mit erhitzten Lavasteinen durchgeführt, die die Wärme besonders gut speichern.
Mehrere Steine werden an bestimmten Körperstellen aufgelegt, gleichzeitig wird mit den warmen Steinen am eingeölten Körper massiert.
Diese Kombination aus Wärme und Massage führt zu einem besonders tiefen Entspannungserlebnis.

Lomi Lomi

Vertrauen Sie den Händen Ihres Masseurs und schweben Sie davon in eine Welt der Entspannung und der Südseeträume.
Bei dieser hawaiianischen Massageform mit viel Öl und Einsatz großflächiger Unterarmtechnik, erreicht man Dehnungen der Muskulatur am ganzen Körper.

Mandaraana Tiefenentspannungsmassage
Eine Massageform, die besonders von langen Ausstreichungen des Körpers mit reichlich warmem Sesamöl gekennzeichnet ist. Diese Ganzkörperbehandlung (inklusive Kopf und Gesicht) bietet tiefe körperliche und seelische Erholung auf ganzheitlicher Ebene.

Packungen, Peelings
Ein Ganzkörperpeeling befreit die Haut von abgestorbenen Hautschuppen, wirkt durchblutungsfördernd und zellbildungsanregend. Ihr Wohlbefinden wird durch das zart gepflegte Hautgefühl deutlich gesteigert.

Moor ist ein reines Naturprodukt. Eine warme Moorpackung wirkt äußerst entspannend auf den gesamten Organismus.
Zusätzlich wirkt die im Moor enthaltene Huminsäure lokal entzündungshemmend und die Durchblutung wird stark gesteigert, was wiederum stoffwechselanregend und schmerzlindernd wirkt.

Kosmetik, Fußpflege und Maniküre

Kosmetik

Eine Kosmetikbehandlung ist wohltuend für alle Sinne und lässt die Haut erstrahlen. Ziel der Behandlung ist, durch die Analyse des Hautbildes, die Reinigung der Poren und die anregende Pflege mit Packungen, Ampullen und Cremes die Haut vor äußeren Umwelteinflüssen zu schützen.

Fußpflege

Die Füße sind unser Fundament und wichtig für den ganzen Bewegungsapparat. Durch gezielte Pflege, die die Hornhautentfernung, Behandlung von Hühneraugen und Warzen, sowie Nagelpflege umfasst, werden Sie danach wie auf Wolken schweben.

Maniküre

Gönnen Sie sich eine kosmetische Pflege der Hände. Dabei werden die Hände gesäubert, Nägel gefeilt, die Nagelhaut gekürzt und optional die Nägel lackiert.

Emotion Wohlfühlpakete

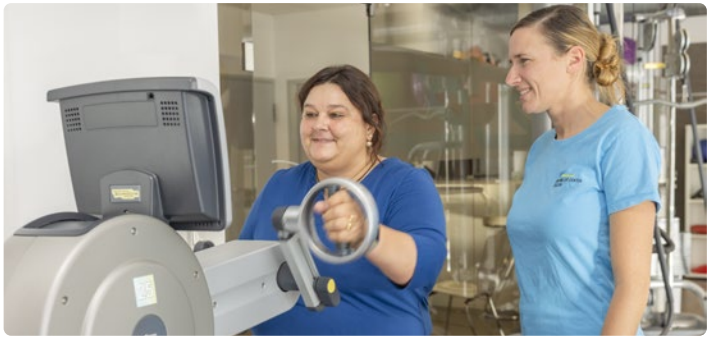
„Mostviertlerisch“
Für alle Bodenständigen, Erdigen und für alle Fans des wunderschönen Mostviertels. Genießen Sie eine Moorpackung, entspannen Sie bei einer Johanniskraut- oder Aromaölmassage und am Aqua Thermo Jet.

„Platz für Neues“
In angenehmer Atmosphäre erwartet Sie ein entschlackender Leberwickel mit wohltuenden Wärmepackungen in Kombination mit der einzigartigen Überwassermassage auf unserem Aqua Thermo Jet, und anschließend eine Honigmassage.

„Fitness“
Individuell angepasstes Training mit einer zusätzlicher Sportmassage, zur Auflockerung der Muskulatur und dadurch auch für die schnelle Regeneration oder auch zur Vorbereitung auf den nächsten Wettkampf.

TRAINING

Professionelle Trainingsgestaltung auf höchstem Niveau. Unser Team umfasst Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten und Fitnesstrainer. Unser Tätigkeitsbereich umfasst den Gesundheits-, Freizeit- und auch den Leistungssport.
Wir arbeiten mit modernster Leistungsdiagnostik, systematischer Trainingssteuerung und professionellen Geräten. Erreichen Sie mit uns Ihr persönliches Ziel.



Trainingsberatung
Wir sind erster Ansprechpartner in Trainingsfragen und legen Wert auf ständigen, persönlichen Kontakt zu unseren Sportlern.
Wir begleiten Sie bei der Durchführung Ihres Trainingsplanes und nehmen Rücksicht auf die individuelle Situation.

Fitnessstudio und Fitnesspark

Fitnessstudio

Unser Fitnessstudio, ein Platz für Jung und Alt. Ob Muskelaufbau nach Krankheit, Verletzung, Operation, sowie für Körperstabilität und zur Formung Ihres Körpers oder zur Vorbeugung von Osteoporose durch Krafttraining.

Unsere regelmäßigen Fitnesskurse entnehmen Sie bitte dem Kursangebot.

Emotion Fitnesspark

Die frei zugänglichen, modernen Outdoor-Trainingsgeräte im Park hinter dem Ybbstaler Solebad sind für alle kostenlos nutzbar.

Der Parcours ist so konzipiert, dass alle Bereiche des Körpers durch leichte Bewegungsabläufe aktiviert werden und bieten allen Generationen die Gelegenheit, Gelenke, Muskeln und Atmung zu stärken.

EMOTION LIFE CENTER GÖSTLING

REGELMÄSSIGE KURSE

Die rechtzeitige Anmeldung zu den Kursen ist unbedingt erforderlich! - Stand Dezember 2023.

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
8.00 - 8.30	AQUA FITNESS	NORDIC WALKING		NORDIC WALKING	
8.30 - 9.00			PILATES		
9.00 - 9.30					SLING TRAINING
9.30 - 10.00					
10.00 - 10.30			DEINE STARKE MITTE	MOBIL UND BEWEGLICH	
10.30 - 11.00					
16.00 - 16.30				POWER KIDS	
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30	FIT TROTZ DIABETES & CO	OSTEOPOROSE TRAINING	POWER JUNIORS		
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30	PILATES	NORDIC WALKING	GESUNDER RÜCKEN	SLING TRAINING	
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30		BAUCH BEIN PO			
19.30 - 20.00					

THERAPIEN

Gesundheit ist mehr als nur Fitness.
Moderne Therapie umfasst nicht nur die Arbeit mit dem Patienten, sondern ist dem Training bereits sehr ähnlich geworden. Gemeinsam mit dem Therapeuten werden Ziele definiert, die durch das Zusammenwirken verschiedenster Methoden erreicht werden können.
Die Therapie setzt sich aus vielen Bausteinen der Medizin, des Trainings und der klassischen Physiotherapie zusammen. Auch hier geht es, gleich wie im Training, um das Erreichen eines Zieles. Des höchsten Zieles überhaupt: Der Gesundheit.

Voraussetzung für die Inanspruchnahme einer physikalischen Therapie:
Eine ärztliche Verordnung, direkt ausgestellt von einem Krankenhaus bzw. einem Facharzt (Orthopädie, Gynäkologie, Neurologie) auf der die notwendigen Therapien genau definiert sind, oder Sie vereinbaren einen fachärztlichen Untersuchungstermin direkt im Emotion Therapiezentrum.

Das breitgefächerte Therapieangebot beinhaltet

- Einzelheilgymnastik
- Unterwasserheilgymnastik
- Ergotherapie
- Medizinisches Aufbautraining
- Ultraschall, Ströme
- Moor, Infrarot, Paraffinbad
- Lymphdrainagen
- Heilmassagen
- Aqua Thermo Jet - Überwassermassage
- Stangerbad mit Unterwasserdruckstrahlmassage
- Medizinische Bäder

EMOTION LIFE CENTER GÖSTLING

TRAINING THERAPIE WELLNESS MEDIZIN

MEDIZIN

Die Hilfe, die Sie bekommen, wenn Sie sie brauchen.
Das Institut deckt die gesamte Palette der physikalischen Therapie im Sinne von klassischen Maßnahmen bei Wirbelsäulen- und Gelenkserkrankungen sowie auch Rehabilitationsmaßnahmen nach Gelenksersatzoperationen und operativen Frakturbehandlungen ab.

Besonders hervorzuheben ist auch die Möglichkeit der Unterwassertherapie im Sinne von Unterwasserheilgymnastik sowie Unterwasserdruckstrahlmassagen und Elektrotherapie.

Wir sind Vertragspartner aller österreichischen Krankenkassen. Die Abwicklung von der Bewilligung bis zur Abrechnung erfolgt durch das Emotion Therapiezentum.

Sportmedizin

Die Sportmedizin umfasst die Prävention, Diagnose und Behandlung von Störungen, welche durch sportliche Betätigung ausgelöst oder verschlimmert werden können. Sie umfasst aber auch den Einsatz körperlicher Tätigkeit zum Erhalt oder zur Wiedererlangung der Gesundheit. Eine besondere Rolle kommt den Sportmedizinern bei der Gesundheitsberatung, der raschen Wiedereingliederung nach Krankheit oder Verletzung in das Training und der Prävention von Fehlbelastungen und Verletzungen zu.

Metabolic Balance

Metabolic Balance ist ein Stoffwechselprogramm zur Gewichtsregulation. Mit Hilfe Ihres persönlich für Sie erstellten Ernährungsplanes stellen Sie Ihre bisherige Ernährung auf ein gesundes, ausgewogenes und individuell auf Sie zugeschnittenes Nahrungsprofil um. Dieser Ernährungsplan wird auf Basis Ihrer aktuellen Labordaten und Angaben zu Ihrer Gesundheit erstellt. Kostenlose Informationsvorträge zu Metabolic Balance finden regelmäßig bei uns statt.

EMOTION LIFE CENTER GÖSTLING

PREISLISTE gültig ab 1. Jänner 2024, Preise in Euro, inkl. Ust.

Wellness/Beauty

Wellness-Massagen

Nackenentspannungsmassage, 25 Minuten	43,00
Klassische Teilmassage, 25 Minuten	43,00
Klassische Teilmassage, 40 Minuten	63,00
10er Block Klassische Teilmassage je 25 Minuten	387,00
Aromaölmassage, 25 Minuten	46,00
Aromaölmassage, 50 Minuten	79,00
Honigmassage, 25 Minuten	47,00
Fußreflexzonenmassage, 25 Minuten	43,00
Kopf-, Nacken- und Gesichtsmassage, 25 Minuten	43,00
Gesichtslymphdrainage, 25 Minuten	43,00
Ganzkörpermassage, 50 Minuten	76,00
Aqua Thermo Jet, 25 Minuten	30,00

Spezialmassagen

Rückenintensivmassage, 40 Minuten	69,00
Lomi Lomi Ganzkörperbehandlung, 90 Minuten	134,00
Lomi Lomi Teilbehandlung, 50 Minuten	82,00
Akupunktmeridianmassage, 50 Minuten	82,00
Hot Stone Massage, 40 Minuten	69,00
Hot Stone Massage, 60 Minuten	82,00
Cranio Sacral Behandlung, 50 Minuten	89,00

Tiefenentspannungsmassagen

Tiefenentspannungsmassage Mandaraana, 40 Minuten	69,00
Tiefenentspannungsmassage Mandaraana, 60 Minuten	100,00
Tiefenentspannungsmassage Mandaraana, 90 Minuten	134,00

Packungen und Peelings

Ganzkörperpeeling, 25 Minuten	44,00
Moorpackung, 20 Minuten	20,00

Kosmetik

Kosmetik Grundbehandlung mit Gesichtsmassage, 90 Minuten	131,00
Kosmetik Gesichts-, Aknebehandlung, 50 Minuten	87,00
Wimpern färben	15,00
Augenbrauen färben und fassonieren	15,00
Haarentfernung mit Warmwachs, pro 15 Minuten	15,00

Fußpflege, Maniküre

Fußpflege podologisch, 45 Minuten	48,00
Fußpflege podologisch, 60 Minuten	60,50
Fußpflege, Nachbehandlung, 25 Minuten	41,00
Fußpflege, Nachbehandlung, 15 Minuten	23,00
Maniküre mit Handpeeling, 45 Minuten	48,00
Maniküre mit Nägel lackieren, 45 Minuten	48,00

Emotion Wohlfühlpakete

„Mostviertlerisch“ Moorpackung, 25 Minuten, plus Ganzkörpermassage mit Johanniskraut oder mit Aromaöl, 50 Minuten, plus Aqua Thermo Jet, 25 Minuten	120,00
„Platz für Neues“ Honigmassage, 25 Minuten plus Leberwickel mit Wärmepackung, plus 30 Minuten am Aqua Thermo Jet	85,00
„Fitness“ Personaltraining, 50 Minuten, plus Sportmassage, 25 Minuten	112,00

Fitnesscenter

Einzeleintritt Erwachsene	14,00
10er Block Einzeleintritt Erwachsene	126,00
Abonnement 1 Monat, Preis pro Monat	71,50
Abonnement 6 Monate, Preis pro Monat	63,00
Abonnement 12 Monate, Preis pro Monat	58,00

Für Abonnenten des Fitnesscenters sind alle Kursangebote im Abopreis enthalten. Anmeldung unbedingt erforderlich!
Sonderkonditionen für diverse Vereine, Jugendliche und Kinder.

Leistungsdiagnostik

Ergometrie mit persönlicher Trainingsempfehlung	125,00
Ergometrie Retest	86,00
Personal Training, 50 Minuten	76,00

Gruppentraining

Ganzjährig durchgehendes Kursangebot lt. aktuellem Kursprogramm (Anmeldung unbedingt erforderlich)
Sling Training – Gesunder Rücken – Deine starke Mitte Bauch Bein Po – Pilates – Fit trotz Diabetes & Co – Aquafitness – Osteoporosetraining – Nordic Walking – Power Juniors – Power Kids – Mobil und beweglich

je 50 Minuten	14,00
10er Block für Kursbesuche, 10 x 50 Minuten	126,00

Metabolic Balance

Wissenschaftlich fundiertes Ernährungskonzept zur ganzheitlichen Stoffwechselstärkung und Gewichtsregulierung unter ärztlicher Kontrolle, Kursbeitrag	494,00

Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

WAS SIE IN GÖSTLING & UMGEBUNG SONST NOCH ERWARTET

Ybbstal Radweg

Mendlingtal

Ybbstaler Solebad, Göstling/Ybbs

Wildnis Dürrenstein-Lassingtal

Hochkar

Wildwasserparadies Salza

Haus der Wildnis, Lunz/See

Waidhofen/Ybbs

Leckermoor, Göstling/Ybbs

Siebenhütten, Göstling/Ybbs

Naturpark Ötscher-Tormäuer

Lunzer See

EMOTION LIFE CENTER GÖSTLING

DU WILLST TEIL UNSERES TEAMS WERDEN?

Dann schicke uns doch einfach deine Initiativbewerbung an: elisabeth.poechhacker@elcgoestling.at

EMOTION LIFE CENTER GÖSTLING

Kontakt
Emotion Therapiezentrum GmbH
Oberkogelsbach 21
3345 Göstling/Ybbs
(im Gebäude des Ybbstaler Solebades)

Telefon: +43 (0) 7484 25780
Fax: +43 (0) 7484 25780-30

office@elcgoestling.at
www.emotionlifecenter.com

Öffnungszeiten
Montag – Freitag von 08:00 – 20:00 Uhr
Samstag von 09:00 – 19:00 Uhr
Sonn- und Feiertage,
Heiliger Abend geschlossen.
Änderungen vorbehalten.

Für den Inhalt verantwortlich:
Emotion Therapiezentrum GmbH
Oberkogelsbach 21, 3345 Göstling/Ybbs.

Bildnachweis: Alle Fotos © Theo Kust
Gestaltung und Produktion: www.imagefoto.at