



## Frühjahrs Angebote

Stand Mai 2022

Massageangebote gültig bis 01.07.2022

### Wildrosenölmassage

Lassen Sie sich verwöhnen! Beruhigende, zart duftende Ganzkörper-Aromaöl-massage mit wertvollem Rosenblüten-Extrakt und kostbarem Wildrosenöl. Erlesene Pflegestoffe glätten Ihre Haut, spenden Feuchtigkeit und schenken ihr ein strahlendes Aussehen.

Ganzkörpermassage 60 Min statt € 69,00 nur € 45,00

### Detoxing Behandlung

Schröpfmassage mit Birkenöl: Unterstütze deine Frühjahrskur / Fastenkur mit einer Detoxing-Behandlung. Diese leichte Schröpfmassage (Rücken oder Beine) mit Entgiftungs-Effekt löst Verklebungen der Faszien (Bindegewebe). Das Birkenöl hilft beim Abtransport der Schlackenstoffe und sorgt für ein gleichmäßiges Hautbild. Teilkörpermassage (Rücken oder Beine) 30 Min

Teilkörpermassage 30 Min statt € 35,00 nur € 25,00

### Klangmassage- / Anwendung nach Walter Häßner

Bei dieser wunderbaren Klanganwendung werden sechs Klangschalen und zwei Gongs um dich herum aufgestellt und drei Klangschalen auf den bekleideten Körper aufgelegt und bespielt. Ihre meditativen Klänge und Schwingungen führen dich in einen Zustand der Entspannung, der Gelassenheit und des tiefen, inneren Friedens. Die reinigende und energetisierende Wirkung der Klänge kann im seelischen sowie im Körperlichen Bereich Blockaden und Spannungen lösen. (inklusive Nachruhezeit, Vor- und Nachgespräch und einer Tasse Tee)

Anwendung, ca 60 Min statt € 79,00 nur € 45,00

*Sie suchen ein passendes Geschenk für Ihre Lieben?*

*Wie wäre es mit einem Gutschein für eine Massage,  
eine Klanganwendung oder eine Yoga-Einzelstunde?*



Zurück zu [Ruhetöne](#).

Silke Virajá Göbel  
Wellnesstrainerin · Entspannungstrainerin · Yogalehrerin BYV

eMail an [Ruhetöne](#)

Lückenstraße 10a · 56073 Koblenz  
Telefon 0173-3035623 · eMail [silke@ruhetoene.de](mailto:silke@ruhetoene.de) · [www.ruhetoene.de](http://www.ruhetoene.de)



## OUTDOOR-YOGA auf der Festung Ehrenbreitstein

**Jeden Mittwoch, 17.30 – 19.00 Uhr bei trockenem Wetter und manchmal auch Montags ☺**

Genießt du es auch bei schönem Wetter Yoga im Freien zu üben, so ganz eins zu sein mit der Natur? Dann sei dabei – immer mittwochs bei trockenem Wetter auf dem Buga-Gelände der Festung Ehrenbreitstein.

Ob der Kurs stattfindet erfährst du in meiner What's App Gruppe.

Schicke mir dafür gerne deine Handynummer und ich nehme dich in die Gruppe mit auf.

Bitte bis jeweils mittwochs, **14.00 Uhr** per Whats App oder SMS anmelden. Die Anmeldung für die Yogastunde auf der Festung ist dann verbindlich. Zahlung vorab per Paypal

(paypal.me/silkegoebel) oder Barzahlung auf der Festung. Teilnahmegebühr

€ 12,00

## YOGA online via ZOOM

**Praktiziere Yoga wann du willst, wo du willst**

Du magst dich terminlich nicht binden und Yoga lieber an deinem persönlichen Lieblingsort praktizieren? Du möchtest aber gerne eine professionelle Anleitung? Dann buche dir die Zoom-Aufzeichnung meiner Yogastunde auf der Festung Ehrenbreitstein und praktiziere mit mir Yoga wann und wo du willst. Teilnahmegebühr

€ 10,00

Für die Einzelstunde (90 min) bekommst du einen Zugangslink von mir zugeschickt. Du brauchst entweder einen PC, ein Laptop, Tablett oder Handy (bei Tablett und Handy bitte vorher Zoom-App runterladen).

Die Anmeldung für die Yogastunde bzw. den kompletten Yogakurs ist dann jeweils verbindlich.

Zahlung vorab per Paypal (paypal.me/silkegoebel) oder per Banküberweisung

(Silke Göbel, Volksbank RheinAhrEifel IBAN: DE82 5776 1591 5042 0820 00).

Zurück zu [Ruhetöne](#).

eMail an [Ruhetöne](#)

Silke Virajá Göbel  
Wellnesstrainerin · Entspannungstrainerin · Yogalehrerin BYV

Lückenstraße 10a · 56073 Koblenz  
Telefon 0173-3035623 · eMail silke@ruhetoene.de · www.ruhetoene.de