

### **Lilla gårdspaketet \***

Välj en passande kroppspeeling samt aromadoft till badet som passar just din hud och ditt sinne. Behandlingen avslutas med ryggmassage och fuktgivande bodyspray.

70 min 795:-

### **Stora gårdspaketet \***

Valfri kroppspeeling, örtbad, helkroppsmassage och spa ansiktsbehandling.

120 min 1395:-

### **Stora badälskaren \***

Aromabastu, avkoppling i jacuzzin, helkroppsmassage, fot- och handmassage med avslutande ansiktsbehandling.

150 min 1495:-

### **Höjden av Lugna Gården 2 pers \***

Valfri kroppspeeling, aromabastu, avkoppling i jacuzzin, ryggmassage och avslutande aromainpackning med spa ansiktsbehandling.

300 min 2100:-/per person

**Obs! I priset ingår frukttallrik, frukost och lättare lunch**

### **Detox Thermal -2personer \***

Den unika och naturliga lermasken tillför kroppen massvis av mineraler och ökar hudens fuktighet, utmärkt för acne, trötta och stela leder. Ansiktsmask, ansiktsmassage, kristalliserande mineralbad som avslutas med en thermal mineral kroppslosion.

120 min 745:-/per person

### **Du och jag \***

Aromabastu, egen peeling, örtbad, avkopplande massage med heta lavastenar.

**Obs! I priset ingår fika**

130 min 895:-/per person

### **Duon -2 personer \***

Aromabastu, örtbad och ryggmassage.

120 min 745:-/per person

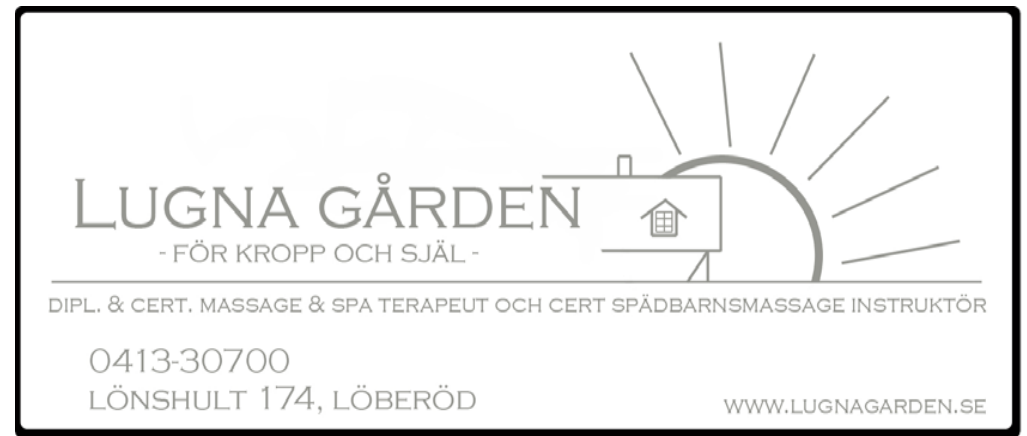
**Obs! I priset ingår fika**

### **Yacuzzi bad**

Egen peeling, dusch och bodylotion.

60 min 298:- per/person  
(249:- vid bokning av behandling)

**Badrock ingår**



## **Längtar du efter lugn och ro i din tillvaro?**

På Lugna Gården finns allt du kan önska dig.

Lugnet, stillheten, tystnaden och en avkopplande stund för dig själv eller upplev en mysig övernattning här i gårdshuset med dina nära och kära.

Med sin lilla personlighet gör vi allt för att du skall känna att ett besök hos oss värmer dig länge och väl.

Anordnar gärna det lilla extra för särskilda evenemang så som företagsträffar, möhippor, svensexor, dam- och herr kvällar.

**Varmt välkomna**

## Varmt välkomna in i värmen

Avbokning senare än 24 timmar innan behandlingstillfälle debiteras med halva behandlingstkostnaden!

\* Kaffe, té, handduk och badrock ingår

Tilläggsval: Frukost 79:- Lunch med dricka 159:- Frukttallrik 49:- Tilltugg 49:-

Handduk- och badrocklån 50:- Aromabastu 75:- Vedeldad bastunna 150:-

### Spa Ansiktsbehandling

Rengöring, peeling, mask och avslutande ansiktsmassage med mjukgörande ansiktskräm

25 min 350:-

**Ansiktsmassage** (Fotmassage/ Axlar & nacke - går även bra att välja)

Massagen är koncentrerad på ansiktet men även dekolletage och skalpmassage ingår

15 min 250:-

### Halvkroppsmassage

Svensk klassisk massage -djupgående

40 min 425:-

Spa massage -avkopplande

40 min 395:-

### Helkroppsmassage

Svensk klassisk massage -djupgående

50 min 495:-

Spa massage -avkopplande

50 min 475:-

Ansikts- och skalpmassage ingår mot ett tillägg av 150:-

### Ryggmassage

Svensk klassisk massage

Axlar och nacke ingår

25 min 350:-

### Fibromassage

En behandling för fibromyalgipatienter där man genom värme och lättare beröring ökar blodcirkulationen, får spända och trötta muskler och leder att slappna av, ökar flödet på kroppets eget "lugn och ro hormon- oxytocin" vilket ökar ens välbefinnande och stärker varje individ.

60 min 575:-

### Body Scrub

 (Kräuter-mild, Ungersk-medel, Turkisk-kraftfull)

Kroppspeelingens renande effekter gör huden mjuk och len. Avslutas med dusch och en mild återfuktande bodyspray som ger huden det lilla extra.

35 min 350:-

### Foot de Lux 1-2 personer

Behandlingen inleds med ett fotbad i örtsalt och eukalyptusolja, kraftfull fotpeeling med mineralsalt och doft av eukalyptus. Nagelbands stärkande Myrrh olja som övergår i en mysig hand- och armmassage som slutligen avslutas uppe i nacken, ansikte och skalp. Té ingår.

40 min 495:-

60 min 395:- / per person vid bokning av 2

### Aromainpackning \*

Valfri kroppspeeling förbereder huden för en underbar inpackning där ni själv väljer aromaolja som tillsammans med den mineralrika krämen gör under för en torr, trött och glämig hy.

Ansiktsrengöring ingår.

60 min 795:-

### Moor Mud Lerinpackning \*

Ni packas in i den varma peelande leran från Ungerns sjöbotten. Den mineralrika leran återger fukt till torr och livlös hud samt är väldigt bra för trötta och stela muskler och leder. Passar utmärkt till acnehy. Medans leran verkar får ni uppleva en spa ansiktsbehandling. Efter en dusch appliceras en mineralrik kräm från de Ungerska thermal källorna.

70 min 850:-

### Samezen Hot Stone Massage –en samisk tradition \*

En riktig upplevelsekur som får ens tankar att vandra bort en stund då lugnet faller in. Den skonsamma och renande kamomillscruben förbereder huden innan det är dags att stiga ner i ett varmt kamomillbad. Efter en stunds vila appliceras en varm björkolja som med sin utrensande och läkande egenskap ger huden ny vitalitet och med de varma lava stenarna känner du att verkligheten är långt borta. Ansiktsrengöring ingår.

80 min 850:-

### Stenmassage

De varma lava stenarna ger en avkopplande och rogivande känsla för kropp och själ.

Tillsammans med en lugnande aromaolja följs baksidans trötta muskler och du upplever en enorm inre värme.

40 min 475:-

### Stone de lux \*

En rofylld och värmande helkroppsmassage med heta lavastenar ger kroppen inre ro och fyller själen med ny energi. Ansiktsbehandling och fotmassage med inpackning ingår.

90 min 895:-

### Lavendel Dream \*

Låt dina sinnen omslutas av ett hav av blå lavendel och dröm dig bort till de stora fälten. Lavendels antiseptiska, lindrande och läkande egenskaper renar din kropp och balanserar, stärker och lugnar ditt sinne. Torrborstning, saltscrub med lavendelolja, lavendelspray följt av stillsam helkroppsmassage som avslutas vid nacke och skalp.

En värmande fotkräm appliceras i samband med fotmassagen.

Ansiktsbehandling ingår mot ett tillägg av 200:-

90 min 950:-

## Grupp Evenemang

### **Himmelriket** \* (min. 5 pers, max 10 pers)

Aromabastu, egen peeling och ansiktsrengöring, avkoppling i jacuzzi, ansiktsmassage och bodylotion.

Rygg och axelmassage ingår mot ett tillägg av 200:-

**Obs! I priset ingår frukttallrik och tilltugg**

**180 min 695:-/per person**

### **Jubileumspaketet** \* (min. 6 pers max 15 pers)

Vedeldad bastu, egenpeeling, jacuzzi, produkter för rengöring till ansikte, fötter och kropp.

**Obs! Lättare förtäring ingår före och efter behandlingen**

**240 min 795:-/per person**

### **Längtan** \* (min 4 pers max 15 pers)

Jacuzzi, fotinpackning med mjukgörande aloe vera- och eukalyptus lotion.

Fuktgivande kräm för händer och ansikte och kamomille bodyspray för kroppen.

**Obs! Ostbricka och frukt ingår**

**180 min 695:-/per person**

### **Övernattning 2-4 personer**

Gör ert besök till det där lilla extra och stanna över i vårt mysiga gårdshus med rum för 4 personer. Kom på eftermiddagen och njut av fikakorgen. Promenera sedan eller rulla iväg på cyklar som finns för utlåning till nejdens sevärdheter, bara inom 1-2 km när man mycket! Man kan börja med en tur till Qvesarums Byggnadsvård, där ni kommer få en helt fantastisk inblick i en inredningsdesign/renovering utöver det vanliga, där den gamla stilen är bevarad liksom nytt. Motomot ligger Ateljé Solglimten där Emanuel och Marianne Javelid visar målningar resp silverdesign. Åt andra hållet närmar man sig Löberöds slott genom den gamla kastanjeallén. Där finner ni Ateljé Ingela Jarlssons i en flygelbyggnad nära slottskyrkan, där hon under vita valv ställer ut målningar, keramik och skulptur. När väl hjulen rullar, fortsätter ni fram till bygdens stolthet, vårt vackra Naturresevat Rövarekulan, dit man kommer för att fylla kropp och själ med inre ro. De vackra skifferbrankerna, den omgivande naturen och bruset av ån får en att bara känna välbehag och inre stillhet.

Väl tillbaka i gårdshuset blir ni serverade middag och som kvällsplock blir det ostbricka med tillbehör. Dagen efter lämnar ni gården kl. 11.00 och givetvis mätta och nöjda efter god sömn och frukostmat.

**Njut av en underbar behandling här på gården och erhåller 15% rabatt i samband med bokning av övernattning!!**

**2 personer 1195:-/per person**

**3-4 personer 995:-/per person**