

# Våra behandlingar

## Massage

- Svensk klassisk massage halvkropp, 30 min, 550 kr
- Svensk klassisk massage halvkropp, 45 min, 700 kr
- Svensk klassisk massage helkropp, 60 min, 800 kr
- Rehab behandling (ex arbets-/idrottsskada) 45 min, 750 kr
- Gravidmassage, 60 min, 800 kr

## Massage i solrummet

*Det är en fördel att först sola och sedan få massage. Det infraröda ljuset ger muskelavslappning och ökar tänjbarheten i muskler vilket gör en uppvärmd kropp betydligt mer mottaglig för massagebehandling.*

- Svensk klassisk massage halvkropp, solljus 30 min + massage 30 min, 750 kr
- Svensk klassisk massage halvkropp, på stranden, 45 min, 850 kr
- Svensk klassisk massage helkropp, på stranden, 70 min, 1100 kr
- Duo Massage (två personer) på stranden 30 min + massage 30 min, 1600 kr
- Rehab behandling på stranden, 15 min sol + massage 45 min, 950 kr
- Gravidmassage på stranden 70 min, 1000 kr

## Samtalsterapi & Samtalscoaching

- Samtalsterapi, 50 min, 750 kr
- Samtalscoaching, 50 min, 750 kr
- Både samtalsterapi & samtalscoaching erbjuds online till samma pris.

## Rörelseträning

*Du är unik - så är också ditt rörelsemönster. HUR du rör dig kan påverka din livskvalitet. För dig som är intresserad av HUR du rör dig, inte ATT du rör dig. Bli fri från smärta och värk. Kom som du är, inget ombyte behövs.*

- Kostnadsfri rörelseanalys, 20 minuter
- Personlig rörelseträning, 60 min, 800 kr (från mitten av november)
- Paketpris 5/10/15 ggr - be om prisuppgift

# Njut i vårt tropiska solrum

Brakar du blir väldigt trött vintertid och kanske till och med känner dig nedstämd och deppig till följd av bristen på solljus? Sol & Sands solrum har en medelhavsmiljö med sand och palmer. Solljusbehandlingen är avstressande, energigivande och stärker immunförsvaret.

Solljusbehandling, från 13 år, 60 min, 320 kr

Klippkort solen, 10 ggr, 2600 kr

Klippkort solen, 10 ggr pensionär, 1990 kr

Sunshine, vårt säsongskort, (sola fritt oktober-mars), 4990 kr\*

\* Du kan delbetala med Klarna  
Sunshine kortet är personligt och du solar max 1 gång/dag.

Boka hela solrummet, max 5 personer, 60 min, 1300 kr

Boka hela solrummet, max 8 personer, 60 min, 2200 kr

Önskar du beställa till fruktfat eller kaffe & fralla? Kontakta oss för offert.

**SOL & SAND**  
hälsocenter 