



*...die Natur spüren, das Leben genießen*

## Alpine Wellness

*Angebote für Ihr Wohlbefinden*



Die wahre Lebenskunst besteht darin,  
im Alltäglichen das Wunderbare zu sehen

---

## UNSERE MASSAGEBEHANDLUNGEN

### Klassische Massage

Die klassische Massage dient vor allem zur Vorbeugung und Behandlung von Verspannungen der Muskulatur.

Dauer: 25 Min.	€ 34,-	5er Block	€ 155,-
Dauer: 50 Min.	€ 59,-	5er Block	€ 275,-

### Sportmassage

Eine kräftige Massage als Teil- oder Ganzkörperbehandlung zur Lockerung verspannter oder stark beanspruchter Muskelpartien

Dauer: 25 Min.	€ 34,-
Dauer: 50 Min.	€ 59,-

### Fußreflexzonenmassage

Unsere Füße sind wie ein Mikrokosmos unseres gesamten Körpers. Sie enthalten tausende feiner Nerven, die mit jedem Organ und allen Systemen des Körpers in Verbindung stehen. Massiert man die Reflexzonen, so führt das zu erstaunlichen Ergebnissen.

Dauer: 25 Min.	€ 34,-
----------------	--------

### „Stressless“-Massage

Entspannende Massage speziell für den Schulter-Nackенbereich, dabei werden auch Kopf und Gesicht unter Einbeziehung der chinesischen Akupunkturpunkte massiert.

Dauer 25 Min	€ 34,-
--------------	--------

## „Von Kopf bis Fuß“ – Aromamassage

Eine intensive Massage des gesamten Körpers, bei der mit einer speziellen Technik auch mit den Ellbogen massiert wird. Diese Anwendung beinhaltet ebenso eine sehr entspannende Massage von Kopf, Gesicht und Nacken. Durch die Verwendung hochwertiger Aromaöl-Kompositionen wirkt diese Massage besonders entspannend für Körper und Geist.

Dauer: 50 Min. € 63,-

## Traditionelle Thai Yoga Massage

... steht für eine thailändische Massagetechnik, bedeutet aber weit mehr als das; Es ist eine Verbindung aus Akupressur, Dehnung (passivem Yoga), Energiearbeit und Meditation und hat somit immer den gesamten Menschen im Blick. Die Thai-Massage wird traditionell bekleidet auf einer Matte am Boden praktiziert. Die Massage gleicht einem Ritual und bewirkt einen fast meditativen Zustand der Tiefenentspannung.

Dauer: 50 Min. € 63,-

## Hand-Massage

So viel tun unsere Hände für uns – tun Sie auch was für Ihre Hände. Ähnlich den Füßen besitzen die Hände Reflexzonen. Deshalb kann eine Handmassage auf den gesamten Organismus einwirken und auch Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich lösen.

Mit Kräuter-Dampfkompresse und pflegenden Aromaölmischung.

Dauer: 25 Min. € 36,-

## Trockenbürsten- Aromaölmassage

Zur Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens.

Durch die kräftige Massage mit einer Naturfaserbürste werden die abgestorbenen oberen Zellschichten der Haut entfernt. Die Poren öffnen sich, und die Haut wird besser durchblutet, zugleich wird auch das gesamte Nervensystem angeregt.

Anschließend werden Ihre Sinne mit einer wohltuenden Aromaölmassage verzaubert.

Dauer: 50 Min. € 63,-





## BÄDER

### Alpenkräuterbad

Eine besondere Variante bieten wir Ihnen mit unserem „Alpenkräuterbad“. Dem Bad werden kostbare Alpenkräuter wie Lavendel oder Melisse hinzugegeben. Die Pflanzkraft aus der Natur entwickelt im warmen Wasser ihre volle Wirkung und schenkt Ihnen Wohlbefinden.

Dauer: 25 Min.                      1 Person € 32,-                      2 Personen € 44,-

### Himmliches Ziegenmilchbad

Die wertvollen Inhaltsstoffe wie Ziegenmilch, Mineralien, Vitamine und Feuchtigkeitsfaktoren versprechen ein pflegendes, rückfettendes und entspannendes Badevergnügen. Um die volle Wirkung des Ziegenmilchbades zu erzielen, wird die Haut nach dem Bad nur vorsichtig abgetupft.

Dauer: 25 Min.                      1 Person € 32,-                      2 Personen € 44,-

### Milch-Honig-Beauty Bad

Schon in der Antike galten Bäder mit Milch und Honigextrakten als Pflege-Elixier besonderer Qualität. Gönnen Sie sich das natürliche Gefühl sanfter Pflege. Umschmeichelt Körper und Sinne!

Dauer: 25 Min.                      1 Person € 32,-                      2 Personen € 44,-

### Osttiroler Latschenkieferbad – Reinste Erholung!

Der Volksmund nennt die Latschenkiefer "Bergsegen" und beschreibt damit auch die kräftige Wirkung des Latschenkieferöls. Auftrieb – für Körper und Seele.

Dauer: 25 Min.                      1 Person € 32,-                      2 Personen € 44,-

### Bierbad– dazu 1 Pfiff Bier – das alte Wissen aus den Klöstern

Das Bierbad ist kein gewöhnliches Wannenbad, sondern eine einzigartige Kombination mit enzymatischer, stoffwechselfördernder Wirkung. Malze, Braugerste und Hopfen enthalten wertvollen Vitamine, Mineralien und Spurenelemente die ausgleichend, nährend und zellaktivierend auf dem Körper wirken.

Dauer: 25 Min.                      1 Person € 34,-                      2 Personen € 46,-

### Aromaölbad – Symphonie der Sinne

Beim Aromaölbad werden ätherische Öle in Verbindung mit Basisölen als Badezusatz verwendet. Je nachdem welches Öl verwendet wird, wirkt das Aromabad entspannend, anregend, aufmunternd oder erfrischend.

Umgeben von wohlriechenden Aromen genießen Sie ein wunderbares Baderlebnis.

Dauer: 25 Min.                      1 Person € 34,-                      2 Personen € 46,-



## ANWENDUNGEN AUF DER LUFTSCHWEBELIEGE

### **Almheupackung** - Baden im Heu in der Schwebeliege

Wirkt muskelentspannend und belebend. Die milde Wärme der Heupackung und die freigesetzten Ätherischen Öle aktivieren den Stoffwechsel und entschlacken den Körper.

Dauer: 25 Min. € 32,-

### **Naturmoorpackung** – Lokale Wärme

Moor entsteht in einem seit Jahrtausenden währenden Umwandlungsprozess aus Kräutern, Samen, Bäumen, Blättern, Früchten und Wurzeln und ist so reich an Nährstoffen und Mineralien. Moorpackungen steigern die Durchblutung, regen den Stoffwechsel an, können Muskelverspannungen lösen und Schmerzen lindern, auch bei chronisch-rheumatischen Erkrankungen sehr bewährt.

Dauer: 25 Min. € 34,-

### **Cleopatra Körperpackung**

Die besonderen Wirkstoffe der Ziegenmilch und der natürlichen Öle pflegen Ihre Haut samtweich und frisch. Spüren Sie nach dem Comfort Spa CLEOPATRA die angenehm duftende seidige Haut - für einen jugendlichen Teint.

Dauer: 25 Min. € 34,-

### **Nachtkerzenölpackung**

Aus den reifen Samen der Nachtkerze wird ein reichhaltiges Öl gewonnen, es enthält wichtige Aminosäuren, Mineralien und Vitamine und ist vor allem reich an ungesättigten Fettsäuren. Der natürliche Schutzmantel der Haut wird gestärkt; fördert die Durchblutung, regt den Stoffwechsel an und bekämpft die Zeichen der Hautalterung.

Dauer: 25 Min. € 34,-

### **Meersalzwickel**

Das Meersalz hat allgemein eine entschlackende, hautstraffende und regenerative Wirkung. Durch den Ganzkörperwickel können sich diese positiven Eigenschaften voll entfalten. Die Haut wird gekräftigt und erfrischt.

Dauer: 25 Min. € 32,-

**KÖRPERPEELINGS** verjüngen die Haut, machen sie glatt und fördern die Durchblutung

### **Herbal-Peeling**

Mit erlesenen Kräutern und Ziegenmilch - befreit die Haut von abgestorbenen Hautschüppchen und regt zur verstärkten Regenerierung an - für eine streichelzarte geschmeidig gepflegte Haut.

Dauer 25 Min. € 38,-

### **Natursalz-Ölpeeling**

Das Salz des Toten Meeres wirkt mit der Kraft verschiedener Mineralien und Spurenelemente. Verstopfte Hautporen werden geöffnet und von Talkablagerungen befreit. Die Haut fühlt sich zart und jugendlich an.

Dauer 25 Min. € 38,-

## **Verwöhnpakete**

### Milch & Honig

Peeling nach Ihrer Wahl und anschließendes Milch-Honig-Beautybad

Dauer 50 Min. € 65,-

### Samt & Seide

Peeling nach Ihrer Wahl und anschließende Nachtkerzenölpackung auf der Schwebeliege

Dauer 50 Min. € 67,-

### Entspannt & schön

Peeling nach Ihrer Wahl und anschließende Ölmassage

Dauer 50 Min. € 67,-

### Auszeit für Sie

- \* Meersalzwickel
- \* Aromaölmassage und Vitaldrink

Dauer: 70 Min. € 86,-

### Auszeit für Ihn

- \* Almheupackung
- \* Ganzkörpermassage

Dauer: 70 Min € 85,-

### „Wellness- Schnupperpaket“

- \* 1 Klassische Rückenmassage
- \* 1 Fußreflexzonenmassage mit Heusack
- \* 1 Aromaölbad – Symphonie der Sinne für SIE oder
- \* 1 Bierbad in der Whirlwanne für IHN

€ 92,-

## Kurland **Immediate Beauty**

Gesichtsbehandlung mit Soforteffekt **für die Frau**

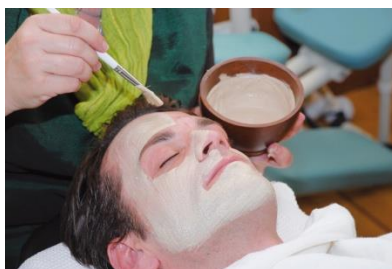


Frische, Vitalität und Entspannung pur, sofort sichtbar – mit hochaktiven Pflanzenseren der Marke Kurland® und speziellen Massagegriffen aus dem „chinesischen Gesichtsbad“  
Reinigung, chinesisches Gesichtsbad – Akkupressurmassage  
Peeling, Tonisieren, Intensivpflege, Maske  
Zusätzlich sorgt die warme Almheupackung auf dem Bauch für tiefe, ganzheitliche Entspannung.  
Dauer: 45 Min. € 69,-

---

## Kurland **Immediate PerformANce**

die Gesichtsbildung mit Soforteffekt **für den Mann**



Erfolg und Leistungsdruck prägen die Berufswelt von heute. „Mann“ ist dauernd unterwegs und kommt kaum zum Ausspannen. Dass sich der Stress auch in den Gesichtszügen ablesen lässt, ist kaum vermeidbar. Immediate PerformANce ist die Gesichtsbildung für den erfolgreichen Mann von heute. In nur kurzer Zeit bringt sie Frische und Vitalität zurück und sorgt für ein gepflegtes Aussehen. Sie fühlen sich anschließend völlig entspannt.  
Dauer: 45 Min. € 69,-

## PERMANENT CONTOUR - die Welt der Stempelmassagen

Spüren, erleben staunen...

Bei diesen besonderen Massagen für Gesicht und Körper mit bedampften Stempeln werden die wertvollen Wirkstoffe sanft und gezielt in die tieferen Hautschichten eingebracht.

Die Behandlungen werden mit den passenden Spezialölen und wirkstoffreichen Zutaten perfekt abgerundet. Verwendet werden reine Naturprodukte.

### Permanent Contour face

...für ein ausgeglichenes, entspanntes und glattes Hautbild

Speziell entwickelte Massagetechniken für den Gesichts- & Dekolletébereich mit verschiedenen Stempelfüllungen. Diese warme Massagetechnik verleiht ihrer Haut ein angenehmes, entspanntes und weiches Gefühl.

Dauer 30 Min. € 45,-



### Permanent Contour Slim line

...für makellose Beine

Mit warmem Seifenschaum, einer einzigartigen Massagetechnik, erfrischenden Ölen und prickelnden Eissäckchen ist diese Behandlung ein wahrer Frischekick für müde und schlaffe Beine.

Dauer 25 Min. € 39,-



### Old India Ganzkörper - Stempelmassage

...für tiefe Entspannung und innere Ruhe

Diese moderne Ganzkörper-Stempelmassage ist ein wahres Erlebnis für die Sinne. Mit bedampften Kräuterstempeln aus reinen Naturprodukten erleben Sie hier eine völlig neue Art der Entspannung und ein tolles Hautgefühl. Verspannungen werden gelöst und bringen eine wohlige langanhaltende Entspannung für den ganzen Körper

Dauer 50 Min. € 65,-







## HIMMLISCHES VERÖHNPAKET FÜR ZWEI

### **Meersalzwickel**

Einstimmende Minuten – genießen Sie die wohltuende Wärme und Entspannung in der Infrarotkabine. Ein frisch zubereiteter Meersalzwickel zeichnet sich durch einen hohen Mineralstoffgehalt und eingelagerte organische Substanzen (Schlick und Algen) aus. Dies bewirkt das Herauslösen von Schlackstoffen und begünstigt die spätere Aufnahme der Pflegeprodukte.

### **Entspannungsmassage**

### **Alpenkräuterbad**

Entspannen Sie mit dem Duft und der Kraft der Alpen. Sie schließen die Augen und haben das Gefühl mitten in einer Wiese zu liegen, umringt mit wohlduftenden Alpenkräutern, dazu genießen Sie unterm Sternenhimmel und bei Kerzenlicht, ein prickelndes Glas Sekt.

Anschließend ruhen Sie im kuscheligen Wasserbett nach.

Dauer 80 Min. € 175,-

## BERGSEGEN (1-2 Personen)

### **Bürstenmassage**

Mit anschmiegsamen und doch kräftigen Naturborstenbürsten wird der gesamte Körper massiert. Dabei werden Durchblutung und Stoffwechsel angeregt und Schlackenstoffe abtransportiert.

Ihre Haut ist optimal vorbereitet für die Aufnahme der wertvollen Inhaltsstoffe der Latschenkiefer.

### **Osttiroler Latschenkieferbad**

Wo lässt sie sich intensiver spüren, die wunderbare Leichtigkeit des Seins, als im Wasser umgeben von einer herrlichen Bergwelt? Doch erst der Zusatz wertvoller Essenzen macht den Genuss im Bad vollends zum Wohlfühlerlebnis. Der Volksmund nennt die Latschenkiefer "Bergsegen" und beschreibt damit auch die kräftige Wirkung des Latschenkieferöls. Dazu wird Ihnen ein herzhaft garnierter Obstteller serviert! Auftrieb - für Körper und Seele.

Anschließend genießen Sie das Nachruhen im Wasserbett.

Dauer: 1 Pers. 60 Min. € 75,-

2 Pers. 80 Min. € 99,-



Genießen Sie nach Ihrer Anwendung frische  
Tees von unserer Teebar!

Benützung der Infrarotkabine  
inkl. Nachruhen im Wasserbett im „Zirbenbad“  
Dauer 25 Min. € 10,-

**Solarium:** Jetons erhalten Sie an der Reception  
1 Stück € 6,-  
5 Stück € 25,50

**Schenken Sie Wohlbefinden –**  
wohltuende Streicheleinheiten für Körper & Seele

Geschenkgutscheine werden nach Ihren  
persönlichen Wünschen erstellt

