D

A&L

VITAL SPA

INHALTSVERZEICHNIS

	GESICHTSBEHANDLUNGEN	6
	WELLNESS & BODYSTYLING	12
	BÄDER ZUM WOHLFÜHLEN	18
	MASSAGEN	22
	KINDER- UND TEENAGERBEHANDLUNGEN	38
	ZEIT ZU ZWEIT	40
	WELLNESSPAKETE	42
	SPA & WELLNESSINFOS	48

HERZLICH **WILLKOMMEN**

Nehmen Sie sich Zeit für sich und gönnen Sie sich luxuriöses Wohlfühlen. Mit herrlichen Anwendungen verwöhnen lassen und sich einmal nur auf Entspannung und sinnlichen Genuss konzentrieren. Lassen Sie sich ins Reich der Sinne und der erlesenen Schönheitspflege entführen und bringen Sie so Ihr eigenes Ich zum Strahlen.

Feine Gesichtsbehandlungen, entspannende Massagen, romantische Stunden zu zweit, Bäder wie für Königinnen und Könige und Vieles mehr wartet auf Sie.

WELLNESS RESORT

Das neue Spa- und Healthresort im Überblick. Wenn die Kraft der Berge inspiriert, entsteht immer etwas Großartiges!

KIDS FUN PARK
JUNIOR-CLUB
MINI-CLUB
VERBINDUNGSGANG
ROYAL SOLE-POOL
SKY LOUNGE
PANORAMA RUHEOASE
HOTELBAR - LOBBY - RESTAURANTS
RUHEOASEN
SAUNAWELT MIT IN- & OUTDOOR POOL
A&L SPA - HEALTH & BEAUTY
PARKGARAGE
FITNESS - ACTIVE - CENTER
LIEGEWIESE

GESICHTSBEHANDLUNGEN

GESICHTSBEHANDLUNGEN

Für einen strahlenden Auftritt!

Unser Gesicht verrät viel über uns - unsere Seele ... Daher widmen wir Ihrem Gesicht unsere sorgfältigste und sanfteste Pflege. Nach individueller Beratung verwöhnen wir mit perfekt auf Sie abgestimmten Produkten. Für Ihr Gesicht ist das Beste gerade gut genug.

SALIN DE BIOSEL GESICHTSBEHANDLUNG - Beauté à la carte

Jede Haut ist einzigartig. Deshalb können Produkte und Anwendungen von SALIN de BIOSEL « à la carte » individuell auf die Bedürfnisse Ihrer Haut angepasst werden. Auf diese Weise kreieren unsere Kosmetikerinnen eine spezifisch auf Ihren Hauttyp abgestimmte zielführende Behandlung, um das Maximum aus den Eigenschaften Ihrer Haut herauszuholen. Und zwar unmittelbar! Bereits bei der ersten Anwendung spricht die Gesichtshaut auf die natürlichen Wirkstoffe an.

Dauer: 55 Min. **Euro 89,00**
(inklusive Ausreinigen oder Augenbrauen zupfen)

Dauer: 85 Min. **Euro 129,00**
(inklusive Ausreinigen und Augenbrauen zupfen)

!QMS - DER BOOSTER-FAKTOR IN DER ANTI-AGING-PFLEGE

!QMS - CLASSIC-GESICHTSBEHANDLUNG

Verbessert das Feuchtigkeitsspeichervermögen der Haut. Ideal bei trockener, feuchtigkeitsarmer und strapazierter Haut. Mit dieser sensationellen Schönheitsbehandlung schlüpfen Sie in eine neue Haut. Die Zellneubildung wird stimuliert und natürliche, hochprozentige Collagene werden von außen in tiefe Schichten der Haut eingeschleust. Somit kann die Haut mehr Feuchtigkeit binden und gewinnt an Geschmeidigkeit, Vitalität und Spannkraft. Sie sehen um Jahre jünger und vitaler aus. Der Erfolg dieser exklusiven Behandlung ist sofort sichtbar!

Dauer: 85 Min. Euro 125,00

!QMS - RELAX-GESICHTSBEHANDLUNG

Eine reinigende, stoffwechselaktivierende Relax-Behandlung für zwischendurch oder zum Kennenlernen. Die Relax-o-Firm-Behandlung entfernt übermäßige Verhornungen der Haut mild, aber gründlich. Die Haut wird gründlich gereinigt und der Stoffwechsel verbessert. Die neue abschließende I.T.E.M.-Maske beruhigt, regeneriert und spendet der Haut viel Feuchtigkeit.

Dauer: 55 Min. Euro 80,00

!QMS - LUXUS-LIFTING-BEHANDLUNG

Die einzigartige kosmetische Therapie zur Verbesserung der Gewebestruktur der Haut. Diese Krönung der !QMS-Behandlungen ist eine absolute Luxus-Lifting-Behandlung. Sie spendet Ihrer Haut von innen her Energie und Festigkeit und stabilisiert sie in ihrer Funktion. Das Ergebnis: eine straffe, samtweiche Pfirsichhaut.

Dauer: 85 Min. **Euro 135,00**

NEU: !QMS - OXYGEN-GESICHTSBEHANDLUNG

Eine unserer Top Anti-Aging-Behandlungen, bei der die eingesetzten Wirkstoffe effektiv und nachhaltig auf und in die Haut appliziert werden. Die intensivierte Versorgung mit Sauerstoff unterstützt die Durchblutung und stimuliert den Regenerationsprozess der Haut. Eine besonders effektive Behandlung, die sofort für ein straffes, ebenes und strahlendes Hautbild sorgt!

Dauer: 85 Min. **Euro 149,00**

Extra: Oxygen Behandlung im Rahmen einer anderen Gesichtsbehandlung
Dauer: 20 Min. **Euro 34,00**

EXTRAS FÜR IHR GESICHT

	im Rahmen einer Gesichtsbehandlung	als Einzelbehandlung
Wimpern färben	Euro 10,00	Euro 14,00
Brauen färben	Euro 8,00	Euro 10,00
Wimpern & Brauen färben	Euro 14,00	Euro 19,00
Brauen in Form bringen	inkludiert bei der Classic- & Relax-Gesichtsbehandlung	Euro 10,00
Depilation Oberlippe und Kinn	Euro 10,00	Euro 12,00

WELLNESS & BODYSTYLING

Ganz entspannt den Körper in (Best-)Form bringen!

!QMS-KÖRPER-EFFEKT-CELLULITE-BEHANDLUNG

So wird schlaffes Gewebe straffes Gewebe. Schnell, effektiv und einfach. Wenn Sie eine schnelle Straffung bestimmter Körperzonen wünschen, dann ist diese Effektbehandlung genau richtig. Diese Behandlung hat eine Dreifachwirkung: Sie wirkt entschlackend, durchblutend und straffend. Der Entgiftungs- und Entschlackungsprozess arbeitet spürbar auf Hochtouren.Das Ergebnis ist ein festeres Bindegewebe und eine straffere Körperkontur. Sie fühlen sich einfach wohler und attraktiver.

Dauer: 50 Min. **Euro 70,00**

NEU: KAFFEE-PEELING

Das Peeling entfernt alte Hautschuppen, fördert die Zellerneuerung, wirkt anregend und fördert die Durchblutung. Koffein, der Wirtkstoff aus dem Kaffee, soll das Gewebe entwässern und fördert den Fettabbau.

Dauer: 25 Min. **Euro 44,00**

LIGNE ST. BARTH

ST. BARTH SOFTNESS

Körperpeelingmassage mit Kokosnussöl und Papaya. Entspannende Peelingmassage für eine zarte, samtige und ebenmäßige Haut. Die Fruchtenzyme frischer Papaya und reines Kokosnussöl pflegen die Haut nachhaltig und verwöhnen sie mit wertvollen Nährstoffen.

Dauer: 25 Min. **Euro 44,00**

ST. BARTH SLIMNESS

Wohltuende und entstauende Beinmassage. Für eine schnelle Entlastung und Entspannung bei schweren Beinen. Unser Efeugel wirkt entstauend und entwässernd, kräftigt die Venen und regt das Lymphsystem an. Menthol und Kampfer fördern die Mikrozirkulation, erfrischen und beleben.

Dauer: 25 Min. **Euro 44,00**

ST. BARTH SENSATION

Edle Körperpackung mit wohltuender Entspannungsmassage. Diese wohltuende Körperpackung spendet intensive Feuchtigkeit und ist ein Genuss für alle Sinne. Nachdem die pflegende Körperpackung Ihre Haut intensiv mit Nährstoffen und Lipiden aus hochwertigsten pflanzlichen Ölen versorgt hat, entspannen Sie bei einer herrlich duftenden Massage.

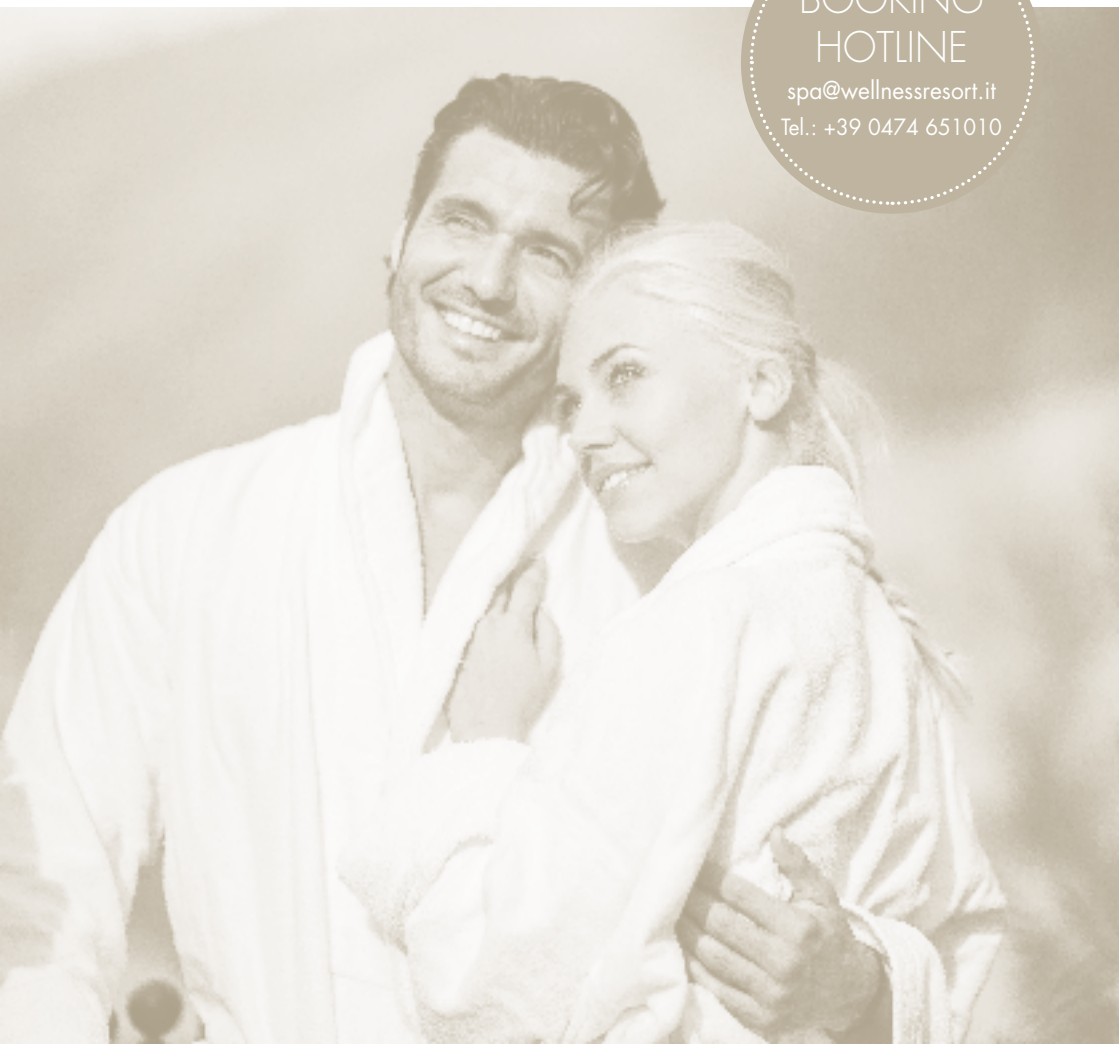
Dauer: 50 Min. **Euro 78,00**

SALIN DE BIOSEL - DETOX CURE

Wenn die Zellen voller Kraft und Aktivität sind, wickeln sie ihre Ernährungs- und Ausscheidungsfunktion harmonisch ab. Sobald aber ihre Energie und Vitalität schwindet, können die Regenerationsprozesse nicht mehr so erfolgen, wie sie sollten, und im Gewebe beginnen sich Bioabfälle anzusammeln, die in der Regel als „Giftstoffe" bezeichnet werden. Es gibt Giftstoffe endogener (interner) Natur, die aus übermäßiger oder falscher Ernährung sowie aus Arzneimittelrückständen, etc. stammen, und jene exogener (externer) Natur wie Rauch, Luftverschmutzung, Wasser etc. Die Giftstoffe können sich im Körper ansammeln, wenn die Ausscheidungsorgane (Nieren, Haut und Lunge) nicht in der Lage waren, sie zu beseitigen. Stress und eine sitzende Tätigkeit fördern deren Präsenz. Sie sind echte Gifte für das Bindegewebe und die Haut, sie begünstigen die Fettüberlastung, Hypersensitivität und Allergien und beschleunigen die allgemeine Alterung der Epidermis.

Bei diesen Behandlungen kommt bio-energetische Massage zur Anwendung, mit Pflanzenextrakten und Mineralien, Körperwickel mit entgiftenden Phytoextrakten, Balneotherapie mit Salzen des Toten Meeres und energetischen Ölen. Detox Cure gibt dem Körper seine Jugend zurück, und dem Geist seine Dynamik.

Detox Cure mit Bad, Dauer 80 Min. (inkl. 20 Min. Bad)	Euro 129,00
Detox Cure ohne Bad, Dauer 50 Min.	Euro 89,00



BOOKING HOTLINE

spa@wellnessresort.it

Tel.: +39 0474 651010

PFLEGE FÜR HÄNDE UND FÜSSE

Jetzt profitieren Sie auch mit Naturnägeln von einem Nagellack, der lange hält und einen ultrastarken Glanz mitbringt!
Die UV-Nagellacke gibt es in verschiedenen Farben für jeden Geschmack und jede Persönlichkeit. Der UV-Nagellack vereint die positiven Eigenschaften eines gewöhnlichen Nagellacks mit jenen eines UV-Gels. Das Ergebnis: Strahlend schöne Nägel in satten Farben! Das Gel lässt sich wie ein Nagellack auftragen, wird jedoch unter UV-Licht ausgehärtet. Die Farben sind kratz- und splitterfest und halten auch stärkeren Belastungen problemlos stand. Schluss mit Nagellack, der nach wenigen Tagen bereits abblättert: Die UV-Nagellacke haben Bestand und garantieren exzellente Ergebnisse.

Hollywood-Lack Hände oder Füße	Euro 45,00
Hollywood-Maniküre und Lack	Euro 60,00
Hollywood-Pediküre und Lack	Euro 90,00

Maniküre	Euro 36,00
Maniküre mit Lack	Euro 41,00
Pediküre	Euro 60,00
Pediküre mit Lack	Euro 65,00

DEPILATION MIT WARMWACHS

Beine komplett	Euro 45,00
Beine bis Knie	Euro 32,00
Achsel oder Leiste	Euro 18,00
Rücken oder Brust für Herren	Euro 30,00

ZUCKERPASTENDEPILATION:

Oberlippe	Euro 12,00
Bikini-Zone	Euro 18,00

BÄDER ZUM WOHLFÜHLEN

BÄDER ZUM WOHLFÜHLEN

Eintauchen in puren Luxus.

Tun Sie Ihrem Körper Gutes – Sie haben nur den einen. Gönnen Sie ihm daher bestmögliche Pflege! Lassen Sie sich vom Scheitel bis zur Sohle verwöhnen, mit erlesenen, wohltuenden und wunderbar duftenden Ingredienzien.

TRADITIONELLES „AHRNTALER HEUBADL"

Eine Tradition wird wieder modern. Ein Bad, welches auf der eigenen Südtiroler Tradition aufbaut, mit herrlich entspannenden und pflegenden Wirkungen für die Haut. Nach 20 Minuten im Heu ist die Müdigkeit des Vortages wie weggeblasen. Glieder- und Kreuzschmerzen sind verschwunden. Anschließend an das Bad genießen Sie eine nachwirkende Ruhepause sowie eine wohltuende Wellnessmassage zum Abschluss der Anwendung.

Heubad 30 Min. Bad mit anschließender Ruhephase	Euro 62,00
Heubad mit Rückenmassage, 80 Min.	Euro 89,00

WASSERBÄDER

KLEOPATRABAD

Die spezielle Rezeptur der Schönheitsgöttin Kleopatra wird Sie in unserem Vitalbad verzaubern. Einmal in Milch und Honig baden. Lassen Sie sich überraschen!

Dauer: 20 Min. **Euro 32,00**

HOT-CHOCOLATE-BAD

Das Hot-Chocolate-Bad ist ein reines Naturprodukt und ein Hochgenuss für unsere Sinne. Durch seinen hohen Anteil an Wirkstoffen, natürlichen Fetten und Ölen ist es sehr hautpflegend und rückfettend. Es sorgt für eine optimale Ernährung, Verjüngung und Geschmeidigkeit der Haut.

Dauer: 20 Min. **Euro 32,00**

ROSENBLÜTENBAD

Schönheitsbad nach Vitalis Dr. Joseph. Beim Rosenblütenbad werden die beruhigenden Inhaltsstoffe der Rosenblüte mit ihrem feinen Duft genutzt. Es ist wohltuend für Körper und Geist und wirkt harmonisierend, antidepressiv und reinigend. Das Rosenblütenbad kann einzeln angewendet oder mit einer Massage kombiniert werden.

Dauer: 20 Min. **Euro 36,00**

MASSAGEN

MASSAGEN

Fast jeder kennt es, man ist verspannt und fühlt sich nicht richtig wohl in seiner Haut. Eine Massage von kundigen Händen wirkt da wahre Wunder! Entspannen Sie sich und lassen Sie sich so richtig durchkneten und mit zärtlichen Streichungen sanft verwöhnen. Ob klassisch, ayurvedisch oder alpin … es ist immer eine Wohltat.

KLASSISCHE MASSAGEN

Ganzkörpermassage, 50 Min.	Euro 65,00
Teilkörpermassage, 25 Min.	Euro 36,00
Kopf-Nacken-Massage, 25 Min.	Euro 36,00
Kopf-Nacken-Gesichtsmassage, 25 Min.	Euro 36,00
Kopf-Nacken-Gesicht-Rückenmassage, 50 Min.	Euro 68,00

AROMAMASSAGE

Diese Ganzkörpermassage mit ätherischen Ölen lädt Sie ein, sich so richtig rundum verwöhnen zu lassen. Die wunderbaren Düfte, das Öl auf Ihrer Haut und die sanften Massagestreichungen führen zu einer besonders heilsamen Entspannung von Körper, Geist und Seele. Diese weiche, fließende Behandlung mit den hochwertigen, natürlichen Ölen lockert und entspannt die Muskeln, strafft das Bindegewebe, verbessert die Hautspannung, lindert Schmerzen und lässt gestaute Energie wieder frei fließen. Sie fühlen sich rundum wohl, gestärkt und in einem neuen Gefühl von Ausgeglichenheit.

Dauer: 50 Min. **Euro 69,00**

ST. BARTH HARMONY

Genießen Sie eine entspannende, sanfte Körpermassage mit speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten intensiven Pflegeprodukten. Wählen Sie reines Kokosnussöl zur intensiven Versorgung der besonders trockenen Haut, kaltgepresstes Avocadoöl bei besonders feiner Haut zur Funktionsunterstützung oder Efeugel und Mentholöl zur Stärkung von Gewebe und Hautmantel. Als besonderes Finish wählen Sie Ihre Lieblings-Bodylotion.

Dauer: 50 Min. **Euro 75,00**

HOT-CHOCOLATE-MASSAGE

Genießen Sie die Schokoladenseite des Lebens! Schokolade ist das Synonym für Lebensfreude, Genuss und Sinnesfreude. Klar und golden strömt die wertvolle Kakaobutter - eines der teuersten Pflanzenfette - auf Ihren Körper. Die beruhigende Stimulanz der Schokolade überträgt sich auf die Haut. Einzigartig ist das Erlebnis der warmen Ströme und des stimulierenden Verteilens.

Dauer: 50 Min. **Euro 69,00**

ALPINE MASSAGEN

ALPICARE-MASSAGE MIT ARNIKA UND JOHANNISKRAUT

Arnika und Johanniskraut regenerieren und beleben Körper und Sinne. Diese alpine Massage ist nicht nur ein Balsam für die Seele, sondern spendet müden Gelenken und Muskeln neue Fitness.

Ganzkörper, 50 Min. Euro 69,00

NEU: ALPICARE MASSAGE MIT FELDTHYMIAN UND ZIRBELKIEFER

Feldthymian belebt den Hautstoffwechsel, stärkt Nerven und fördert die Durchblutung der Haut, kombiniert it der ausgleichenden Wirkung der Zirbelkiefer auf Kreislauf und Befinden. Die Massagecreme stärkt nicht nur die Atmung, sondern speziell auch Ihre Nerven.

Ganzkörper, 50 Min. Euro 69,00

NEU: ALPICARE MASSAGE MIT LATSCHENKIEFER UND WALDKIEFER

Latschenkiefer und Waldkiefer stärken und entgiften den Körper, fördern die Durchblutung und sorgen für einen gesunden Teint.

Ganzkörper, 50 Min. Euro 69,00

SPORTBEHANDLUNGEN

SPORTMASSAGE

Speziell geeignet bei Verspannungen und Muskelkater, lockert die Muskeln und hilft den Erholungsprozess zu beschleunigen.

Ganzkörper, 45 Min.	Euro 69,00

PERSONAL TRAINING

Sie wollen schnell Effekte erzielen oder Entspannungstechniken erlernen? Dann sind Sie hier genau richtig. Mit unserem diplomierten Fitnesstrainer erarbeiten Sie Ihren persönlichen Fitnessplan, damit Sie auch zu Hause nach Herzenslust trainieren können.

Dauer: 30 Min.	Euro 35,00
Dauer: 60 Min.	Euro 65,00

THERAPEUTISCHE ANWENDUNGEN

DORN-STONE-THERAPIE

Geeignet für Menschen mit Rückenproblemen, bei Kopfschmerzen, Fehlstellungen, Muskelverspannungen und Stress. Sie ist eine einzigartige Kombination von Gleichstellung der Wirbelsäule und der Gelenke in Verbindung mit einer Massage und Energiearbeit im Einsatz von Wärme- und Kältereizen. Die Dorn-Stone-Therapie und Massage ist die ganzheitliche Methode, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.

Dauer: 50 Min. Euro 75,00

BREUSS-MASSAGE

Die Breuss-Massage mit Johanniskrautöl ist eine feinfühlige, energetisch-manuelle Rückenmassage, die seelische, energetische und körperliche Blockaden lösen kann. Die Breuss-Massage leitet die Regeneration von unterversorgten Bandscheiben ein, sie ist der Schlüssel zur Lösung vieler Probleme im Bewegungsapparat, besonders im Kreuzbeinbereich.

Dauer: 25 Min. Euro 39,00

DORN-BREUSS-MASSAGE

Die Dorn-Breuss-Methode ist eine sanfte Wirbel- und Gelenksbehandlung mit Johanniskrautöl Bei dieser sanften, dynamischen Massage am Rücken nach Dieter Dorn werden Muskelverspannungen erspürt und mit geringem Druck ausgestrichen. Diese Massage dient zur allgemeinen Entspannung der wichtigsten Muskeln entlang der Wirbelsäule. Die Beweglichkeit wird ganzheitlich gefördert und die Arbeit der Selbstheilungskräfte des gesamten Körpers wird optimiert.

Dauer: 50 Min. Euro 70,00

SCHMERZTHERAPIE MIT KRÄUTERWICKEL

Eine spezielle Therapie mit Kräuterwickel bei Muskelzerrungen, Prellungen und Verrenkungen.

Dauer: 25 Min. Euro 35,00

Dauer: 50 Min. Euro 69,00

INDIVIDUALMASSAGE

Bei einem kurzem Vorgespräch werden die Behandlungsschwerpunkte besprochen. Anschließend erfolgt eine individuelle Massage, wo man sich auf Ihre Problembereiche konzentriert. Verschiedene Massagetechniken von Warm- und Kaltreizen über Saugglocken bis zur klassischen Massage lassen spürbare Verbesserungen erkennen.

Ganzkörper, 50 Min. **Euro 65,00**

Teilkörper, 25 Min. **Euro 34,00**

VITALIS-RESONANZ-RÜCKENMASSAGE

Die Wirkung der Resonanzmassage Rücken beruht vor allem auf ihrer tiefen Muskelentspannung durch die Kombination von lockernden Massagegriffen, von Wärme sowie durch sanftes Lösen von Muskelverklebungen durch die altbewährte Schröpftechnik.
Zum Abschluss sorgen die Töne der Klangschalen für Tiefenentspannung.

Dauer: 50 Min. **Euro 70,00**

STIMULIERENDE FUSSZONENMASSAGE

Unsere Füße sind eine Landkarte des Körpers. Die Fußsohle ist in Areale unterteilt, die mit bestimmten Organen im Körper zusammenhängen. Wird ein bestimmter Punkt auf den Fußsohlen stimuliert, lässt sich das entsprechende Organ reflektorisch beeinflussen. Wir aktivieren mit der Fußreflexzonenmassage die Selbstheilungskräfte, die Organe werden besser durchblutet, die gestaute und blockierte Lebensenergie beginnt wieder zu fließen.

Dauer: 50 Min. **Euro 64,00**

Fussreflexzonenmassage in Kombination mit einer Teilmassage
Dauer: 70 Min. **Euro 90,00**

TCM – TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN-BERATUNG

Ausgehend von den Testergebnissen des Vitalchecks nach TCM, der von unserem Wellnesstrainer Andreas durchgeführt wird, erhalten Sie Tipps und Anregungen für einen gesunden Lebensstil sowie einen personalisierten Ernährungsplan.

Dauer: 30 Min. **Euro 33,00**

MASSAGEZEREMONIEN

HOT-STONE-MASSAGE

Tiefenentspannung durch die Kraft der Steine. Diese ganzheitliche Intensivmassage der Arizona-Indianer erfolgt mit heißen Lavasteinen. Dadurch erzielt man eine tiefenwirksame Lockerung der Muskulatur und löst damit Verspannungen. Eine Behandlung zum rundherum Wohlfühlen.

Ganzkörper, 70 Min. **Euro 88,00**

Rückenbehandlung, 25 Min. **Euro 39,00**

LOMI LOMI NUI

Hawaiianische Tempelmassage – ein Fest für die Sinne. Dieses spezielle Massageerlebnis hat nicht nur zum Ziel, verspannte Muskeln zu lockern, sondern spricht den ganzen Menschen an. Es ist eine Mischung aus Ritual, Massage, und Körperarbeit. Auch die Psyche des Menschen spielt eine wichtige Rolle. Ein ganz besonderes Erlebnis für die Tiefenentspannung.

Ganzkörper de luxe, 100 Min. **Euro 129,00**

Ganzkörper, 70 Min. **Euro 89,00**

4-händig, 70 Min. **Euro 140,00**

ZWEIWELTENMASSAGE

Shiatsu und Lomi-Lomi-Nui-Massage. Diese einzigartige Massagekombination ist ein Fest für Ihre Sinne. Zuerst wird der Energiefluss Ihres Körpers ins Gleichgewicht gebracht. Es können sich Blockaden lösen, die sich beispielsweise als Verspannungen im Körper bemerkbar machen. Anschließend erfolgt durch die Lomi-Lomi-Massage eine Tiefenentspannung für Körper und Geist. Sie kommen zur Ruhe, entspannen und regenerieren.

Dauer: 70 Min. **Euro 89,00**

BALI PIJAT - BALINESISCHE TEMPELMASSAGE

Die traditionelle balinesische Massage entwickelte sich aus chinesischen Therapiemethoden und der klassischen Massage mit hinduistischen (ayurvedischen) Einflüssen.Sie ist eine intensive Gewebemassage mit Mangoöl, mit mittelfestem bis hartem Druck von Handballen, Fingern und Daumen, um auch tiefere Muskelschichten und Energiezentren Ihres Körpers zu erreichen. In Kombination mit Dehn- und Streckeinlagen, die fließend in die Massage eingehen, wird diese Kombination zu einer einzigartigen Behandlungsmethode für Körper, Geist und Seele.

Die Wirkung der balinesischen Tempelmassage:
· Ein exotisches Gesamterlebnis
· Intensive Tiefenentspannung
· Aktivierung körpereigener Energien
· Lösung von Blockaden und Verspannungen
· Neue Kraft und Lebensenergie
· Stärkung des Immunsystems
· Nachhaltiger Stressabbau
· Sichtbar straffere Haut

Dauer: 90 Min. Euro 105,00

BALINESISCHER SCHÖNHEITSTAG
Pflegeritual von Kopf bis Fuß, bestehend aus einem Peeling mit anschließender exotischer Körperpackung und Balinesischer Ganzkörpermassage.

Dauer:130 Min. Euro 229,00

SPECIAL TREATMENTS

DIE MASSAGEN WERDEN BEKLEIDET AUF EINER BEQUEMEN MATTE DURCHGEFÜHRT

TRADITIONELLE THAI-MASSAGE

Die traditionelle Thai-Massage gilt als Basis für alle Formen der Thai-Massage. Sie ist eine mehr als 2.500 Jahre alte fernöstliche Ganzkörperbehandlung, bei der durch Akupressur und Dehnung das Energieleitsystem des Körpers stimuliert wird und dadurch Muskulatur, Sehnen und Bänder entspannt werden. Dabei liegen Sie bequem bekleidet auf einer weichen Matte am Boden. Die Wirkung der Thai-Massage:

· Ein exotisches Gesamterlebnis
· Intensive Tiefenentspannung
· Aktivierung körpereigener Energien
· Lösung von Blockaden und
· Verspannungen
· Neue Kraft und Lebensenergie
· Stärkung des Immunsystems
· Nachhaltiger Stressabbau

Dauer: 70 Min. Euro 89,00

SHIATSU

Die japanische Kunst der Berührung hat bemerkenswerte Auswirkungen auf Ihre gesamte Gesundheit. Sie kommen zur Ruhe, entspannen und regenerieren. Geübte Hände bringen mit Feingefühl und wohl dosierter Kraft Ihren Körper ins Gleichgewicht. Mit effizienten Druck-, Dehnungsund Mobilisierungstechniken wie auch strukturellen Entlastungen regt Shiatsu den Energiefluss im Körper an. Es können sich Blockaden lösen, die sich beispielsweise als Verspannungen im Körper bemerkbar machen. Dabei liegen Sie bequem bekleidet auf einer weichen Matte am Boden.

Dauer: 50 Min. Euro 75,00

YOGAMASSAGE

Stress abbauen, Harmonie finden, Energie tanken – mit der Yogamassage schaffen Sie den Ausgleich zum hektischen Alltag. Sie liegen ganz entspannt am Boden und genießen die durch den Therapeuten durchgeführten Yoga-Dehnungen. Durch diese Dehnungen werden die Meridiane des Körpers geöffnet und bei gleichzeitiger Massage werden auch die Akkupunkturpunkte stimuliert und der Energiefluss angeregt. Ihre Konzentration, die Stabilität und die Beweglichkeit der Wirbelsäule werden gefördert.

Dauer: 50 Min. **Euro 70,00**

TIEFENENTSPANNUNGSMASSAGE

Abschalten, zur Ruhe kommen, entspannen. Zuerst werden Ihre Füße durch die Chi Machine in leichte Schwingungen gebracht. Dieses Schwingen setzt unser Therapeut durch eine spezielle Wiegetechnik am ganzen Körper fort. Die Lymphe werden angeregt. Der Körper kann sich erholen, der Geist kommt zur Ruhe und die Vitalität und Selbstheilungskräfte werden gestärkt. Diese Anwendung erfolgt in bequemer Sportbekleidung.

Dauer: 50 Min. **Euro 70,00**

AYURVEDA MASSAGEN

ABHYANGA

Die berühmteste der ayurvedischen Massagen. Ein unbeschreibliches Gefühl der Ganzheit und Fülle entsteht, wenn jeder Zentimeter der Haut mit warmem, speziellem Öl übergossen wird, um anschließend mit weichen Händen einfühlsam massiert zu werden. Spielerisch werden die einzelnen Energiezonen und Punkte liebevoll behandelt. Schlacken werden aus dem Gewebe gelöst. Strahlkraft, Energie und Vitalität kehren wieder zurück.

Ganzkörper, 70 Min.	Euro 89,00
4-händig, 70 Min.	Euro 140,00

PADABHYANGA

Beginnend mit einem wohltuenden Fußbad und einer Kopf-Nacken-Massage wird der größte Stress gelöst. Mit warmen Ölen werden anschließend Füße, Waden und Knie massiert. Steifheit verschwindet, Schlafstörungen und Nervosität werden gelindert.

Dauer: 50 Min. **Euro 69,00**

GARSHAN SEIDENHANDSCHUHMASSAGE

Garshan ist eine traditionelle ayurvedische Ganzkörpermassage mit Handschuhen aus Seide. Dabei wird durch die kräftigen Massagebewegungen das Gewebe besser durchblutet und das Lymphsystem stimuliert. Garshan wirkt auch gegen Antriebsschwäche und Müdigkeit. Ebenso ergibt sich eine samtig-weiche und glatte Haut. Besonders empfehlenswert ist diese Form der Massage zur Gewichtsabnahme, Entschlackung und bei Cellulite.

Ganzkörper, 50 Min. **Euro 69,00**

UDVARTANA PULVERPACKUNG UND PEELING

Pulverpackung mit Ingwer und Meersalz, welche die Haut straffen und nähren. Udvartana wird speziell zur Gewebsreduktion und zur Hautstraffung eingesetzt. Speziell die Stellen, wo sich überflüssige Pfunde angesammelt haben, können besonders intensiv behandelt werden. Zu Beginn der Behandlung wird eine Körperpackung aus Ingwer und Salz aufgetragen. Anschließend wird das Ingwer- und Salzpulver kräftig in den Körper einmassiert, dadurch kann sich das Gewebe sichtbar verjüngen und reduzieren. Der Effekt ist angenehm belebend.

Ganzkörper, 50 Min. **Euro 75,00**

KINDER & TEENAGERBEHANDLUNGEN

Die Kleinen wie die Großen behandeln.

MANIKÜRE ODER PEDIKÜRE

Werde zur Prinzessin mit Nagellack und Glitzersteinchen

Dauer: ca. 25 Min. **Euro 30,00**

GESICHTSBEHANDLUNG FÜR TEENIES

Spezielle Reinigung, Gesichtsmassage und Maske für junge Haut - für das 1. Kennenlernen der Schönheitspflege.

Dauer: ca. 55 Min. **Euro 60,00**

BÄDER ... bis 10 Jahre in Begleitung eines Elternteils.

PRINZESSINNEN- ODER PRINZENBAD

Entspannender Badetraum mit wohltuenden Essenzen und viel Badeschaum speziell für Königskinder.

Dauer: 20 Min. **Euro 33,00**

HOT-CHOCOLATE-BAD

Ein Traum wird wahr: Baden in Schokolade.

Dauer: 20 Min. **Euro 33,00**

MASSAGEN

HOT-CHOCOLATE-MASSAGE

Die süßeste Art zum Entspannen für Kinder.

Dauer: 25 Min. **Euro 36,00**

PAKETE

PAPA, MAMA & ICH

· 1 Teilmassage für Mama
· 1 Teilmassage für Papa
· 1 Kindermassage Hot-Chocolate
· 1 gemeinsamer Privat-Solepool
· inklusive 2 Gläser Prosecco und 1 Kinder-Überraschungsgetränk (vormittags)

Spezialpreis **Euro 152,00**

SPECIAL FOR KIDS

· Kinderbad nach Wahl
· 1 Kindermassage Hot-Chocolate

Spezialpreis **Euro 59,00**

ZEIT ZU ZWEIT

Sinnlicher Genuss für Verliebte

HAMAM

Unter Hamam versteht man im Allgemeinen das traditionelle orientalische Schwitzbad. Doch es ist weit mehr – es ist vielmehr eine Aneinanderreihung von wohltuenden und pflegenden Anwendungen. Es ist ein wahres Fest der Sinne: Dampfbad, Wärme, Feuchtigkeit, Schaum, Düfte, Whirlpool-Genuss und eine Seifenbürstenmassage ergeben ein komplexes Gesamtkunstwerk im Dienste des Wohlbefindens – eben wie Badefreuden in 1001 Nacht.

2 Personen, 85 Min.	pro Person **Euro 65,00**
1 Person, 50 Min.	**Euro 85,00**

SERAILBAD

DAMPFBAD BEGINNEND MIT EINEM PEELING MIT ANSCHLIESSENDER PACKUNG.

Beim Eintritt in das Dampfbad werden sei von wohlig warmer Strahlungswärme umhüllt. Die eigens für Sie zubereitete Packung wird am ganzen Körper dünn aufgetragen. Die angenehme Konsistenz der Packungsmasse, die gesunde Strahlungswärme und der Dampf sind eine Wohltat für Ihren Körper. Mit einer Haut wie Samt und Seide und mit gesteigertem seelischen und körperlichen Wohlbefinden können Sie das Serailbad nun verlassen. Noch Tage später werden Sie eine pflegende und aufbauende Wirkung spüren.

pro Person	**Euro 36,00**

ROYAL-SOLEPOOL

Das königliche Bad! Wer wissen will, wie man sich königlich fühlt, probiert am besten unser neuestes Badevergnügen. Sie schweben schwerelos im 35 °C warmen salzhaltigen Wasser. Sobald Ihr Kopf leicht in das Wasser eintaucht, hören und spüren Sie Klänge aus der Lebenswelt der Delfine und Wale. Farbig pulsierende Lichtspiele entspannen die Sinne und führen zu einem Dialog von inneren Traumbildern. Das Wasser des Toten Meeres hat eine heilende Wirkung auf den ganzen Körper, entschlackt die Haut und stärkt das Haar und das Hautgewebe. Man fühlt sich himmlisch und schwebt wie auf Wolke 7. Der Royal-Solepool ist täglich von 12 bis 20 Uhr kostenlos geöffnet (Kein Zutritt für Kinder unter 16 Jahren) und kann bis 12 Uhr auch ganz exklusiv gemietet werden.

Solepool-Romantikshow inkl. 1 Glas Prosecco	pro Person **Euro 29,00**
Show mit 1 Kind bis 12 Jahre inkl. 1 Glas Saft	pro Kind **Euro 10,00**

PARTNERMASSAGE IN UNSERER ST.-BARTH-KABINE

Im Alltag bleibt oft wenig Zeit für Zweisamkeiten! Gönnen Sie sich deshalb das doppelte Vergnügen unserer Partnermassage in der St.-Barth-Oase! Ziel der Massage ist die Tiefenentspannung. Lassen Sie sich gemeinsam durch sanft fließende Massagegriffe verwöhnen, um Alltagsprobleme hinter sich zu lassen!

Wählen Sie zwischen:
· Hot-Chocolate-Massage
· Aromaölmassage
· Alpicare-Massage mit Arnika und Johanniskraut
· Alpicare-Massage mit Feldtyhmian und Zirbelkiefer
· Alpicare-Massage mit Latschenkiefer und Waldkiefer

Dauer: 45 Min. pro Person **Euro 69,00**

· Ganzkörper-Klassik
Dauer: 45 Min. pro Person **Euro 65,00**

WOHLFÜHLPAKETE

WOHLFÜHLPAKETE

10% ERMÄSSIGT IM PAKET

Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile - kostet aber weniger! Natürlich können Sie sich auch nach Belieben die eine oder andere Behandlung gönnen. Wirkungsvoller sind die Anwendungen aber, wenn Sie sich für die von unseren Experten geschnürten Pakete entscheiden – perfekt aufeinander abgestimmt und zu einem attraktiven Preis.

VERWÖHNPAKETE FÜR SIE & IHN

NEW ENERGY

· Stimulierende Fußzonenmassage
· Thai Massage
· Lomi Lomi Nui-Massage

Spezialpreis Euro 224,00

RELAX NACH TCM

Traditionelle Chinesische Medizin
· Lomi Lomi Nui-Massage
· Tiefenentspannungsmassage
· 1 Stunde Personal Training mit Shendo-Shiatsu-Praktiker Andreas Steger
· TCM-Vitalcheck und Tipps für einen gesunden Lebensstil

Spezialpreis Euro 234,00

GO WELL

· Pediküre
· Stimulierende Fußzonenmassage
· Padabhyanga – entspannende Fußmassage

Spezialpreis **Euro 179,00**

BODY SHAPE

· Salin de Biosel Detox Cellulite-Behandlung
· !QMS-Körper-Effekt-Behandlung
· St.-Barth-Harmony-Massage mit Efeu- und Mentholöl

Spezialpreis **Euro 219,00**

LADIES DAY

· Classic-Gesichtsbehandlung
· Pediküre mit Lack
· Individualmassage

Spezialpreis **Euro 239,00**

ONLY FOR MEN

· Relax-Gesichtsbehandlung
· Alpicare-Massage mit Feldthymian und Zirbelkiefer

Spezialpreis **Euro 136,00**

RÜCKENFIT

· Hot Stone Rückenmassage
· Resonanz-Rückenmassage
· Breuss-Massage

Spezialpreis **Euro 134,00**

HAPPY BABY

Das Spezialpaket für Schwangere
· Salin de Biosel Gesichtsbehandlung 85 Min.
· Kopf-, Nacken-, Gesichtsmassage
· Pediküre mit Lack
· Maniküre mit Lack

Spezialpreis **Euro 249,00**

DETOX PUR

· Biosel Detox Behandlung mit Bad
· Alpicare Massage mit Latschenkiefer und Waldkiefer
· Udvartana mit Svedana

Spezialpreis **Euro 269,00**

AYURVEDA PAKET

· Abhyanga
· Udvartana mit Svedana
· Padabhyanga

Spezialpreis **Euro 239,00**

PARTNER-GENIESSERPAKETE

KUSCHELPAKET

· Hamam für 2
· Aromaöl-Partnermassage
· Solepool zu zweit inkl. Glas Sekt

Spezialpreis pro Person **Euro 144,00**

TRÄUMEN ZU ZWEIT

· Serailbad für 2
· St. Barth Sensation in unserer St. Barth Partnerkabine
· Partnermassage mit Alpicare-Emulsionen

Spezialpreis pro Person **Euro 168,00**

WE LOVE US

· Kaffee-Peeling in der Partnerkabine
· Bad zu zweit
· Partnermassage Hot-Chocolate

Spezialpreis pro Person **Euro 119,00**

SPA- & WELLNESS-INFOS

Ein Ort der Freude und der Entspannung

ÖFFNUNGSZEITEN

A & L Vital Spa: 8.30 - 20.00 Uhr
Saunawelt: 11.00 - 19.00 Uhr
Sky Lounge: 11.00 - 20.00 Uhr
Poolanlagen: 7.00 - 20.00 Uhr
Sport- & Fitness-Center: 7.00 - 20.00 Uhr

BUCHUNG DER ANWENDUNGEN

Damit alle Ihre Wünsche auch berücksichtigt werden können, empfehlen wir Ihre Anwendungen bereits vor Ihrer Anreise zu buchen. Am einfachsten
per E-Mail: spa@wellnessresort.it oder
telefonisch unter: +39 0474 651010.
Telefon intern: 414 vom Alpenschlössl und 88 414 vom Linderhof.

THERAPEUTEN

Bitte teilen Sie uns etwaige Präferenzen hinsichtlich männlicher oder weiblicher Therapeuten mit.

QUALITÄTSGARANTIE

Unser A & L Vital Spa ist zertifiziert von „Belvita Leading Wellness Hotels" und gehört zu den führenden Spa-Bereichen in Südtirol.

BERATUNG

Nutzen Sie die Möglichkeit der persönlichen Beratung an der Spa-Reception im Alpenschlössl.

BEKLEIDUNG

Zur Anwendung kommen Sie einfach im Bademantel mit Badesandalen und Badeanzug. Bei allen Behandlungen erhalten Sie von uns den notwendigen Einmalslip in der Behandlungskabine. Shiatsu, Thai-Massage, Yogamassage und Tiefenentspannungsmassage in bequemer Bekleidung.

TERMIN

Um die Behandlung auf Ihre Bedürfnisse abstimmen zu können, bitten wir Sie, 5 Minuten vor der Behandlung an der Spa-Reception zu erscheinen.

STORNIERUNG

Terminstornierungen sind ärgerlich - speziell wenn andere Gäste gerne gekommen wären. Bis 24 Stunden vorher können Sie noch kostenfrei stornieren, danach müssen 75 % des Preises in Rechnung gestellt werden, wenn der Termin nicht anderweitig vergeben werden kann.

SAUNAETIKETTE

Die Sauna ist eine textilfreie Zone. Betreten Sie die Saunakabinen stets ohne Badebekleidung, damit die Wärmestrahlung Ihre Haut ungehindert erreicht und die synthetischen Stoffe bei Aussetzung in der hohen Raumtemperatur keine Gifte und Substanzen abgeben. Für mehr Intimität in der Saunaanlage kann ein Handtuch getragen werden.
Nutzen Sie das Dampfbad ohne Badesandalen und ohne Handtuch.
Betreten Sie die Trockenkabine ohne Badesandalen mit Handtuch (Holzschutz- und Hygienegründe) und bedecken Sie damit die gesamte genutzte Holzfläche (= Sitz- und Fußbereich).

Für einen korrekten Saunagenuss beachten Sie bitte folgende Regeln:

1. Besuchen Sie die Sauna weder hungrig noch mit vollem Magen.
2. Genießen Sie vor dem Saunagang einen Duschgang und trocknen Sie sich vor dem Betreten der Kabine gründlich ab.
3. Betreten Sie die Sauna mit erwärmtem Körper, ein warmes Fußbad im Vorfeld fördert das Schwitzen zusätzlich.
4. Besuchen Sie die Kabine für eine Zeit von 10 bis 15 Minuten je nach persönlichem Wohlbefinden.
5. Kühlen Sie sich nach dem Saunagang ausreichend ab: zunächst die Atemwege mit Frischluft, nachfolgend durch lokale kalte Wassergüsse, startend von den Armen und Beinen bis hin zum Rücken und Rumpf, von den Extremitäten zum Herzen hin, abschließend auch den Kopf.
6. Wohltuend nach der Abkühlung ist ein leichtes Erwärmen der Füße bis zum Knöchel mit einem warmen Fußbad.
7. Ruhen Sie Ihren Körper im warmen Bademantel eingehüllt aus. Die Ruhepause sollte mindestens 30 Minuten dauern.
8. Wiederholen Sie den Saunagang maximal 3-mal.
9. Saunaaufgüsse werden durch unseren Vitaltrainer durchgeführt. Uhrzeiten dafür erfahren Sie aus unserem Veranstaltungsprogramm oder bei unserem Team im Beauty-Vital-Club.
10. Ruhe ist im Saunabereich oberstes Gebot. Wir bitten Sie, in den Liegebereichen, im Solepool und den Ruheoasen andere Gäste bei ihrer Entspannung nicht zu stören - Kinder dürfen nur in Begleitung der Eltern den Bereich benützen.

UNSERE KOSMETIKPARTNER

In unserem A & L Spa werden ausschließlich sorgfältig ausgewählte, edelste und hochwirksame Kosmetiklinien und -produkte von namhaften Herstellern verwendet.

!QMSMEDICOSMETICS

!QMS MEDICOSMETICS

Medical competence in cosmetics

QMS Medicosmetics ist eine hochkomplexe Wirkstoffkosmetik, die ihren Ursprung in medizinisch klinischer Forschung auf dem Gebiet der kutanen Mikrozirkulation findet. Die Rezepturen basieren auf den wissenschaftlichen Erkenntnissen der positiven Wirkung hydrolysierter Kollagene zur Unterstützung der Therapie geschädigter und gealterter Haut.

QMS Medicosmetics beinhaltet optimierte Konzentration der aktiven Komponenten, um in Verbindung mit einzigartigen transkutanen Transportsystemen jederzeit eine maximale Bioverfügbarkeit sicherzustellen.

SALIN de BIOSEL

SALIN DE BIOSEL

Beautè à la Carte

Die Marke SALIN de BIOSEL steht für reine und natürliche Kosmetika und SPA-Anwendungen. Sie basieren auf der Verbindung westlicher Phytotherapie mit östlichen Pharmakopöen und können maßgeschneidert angepasst werden an die Bedürfnisse innovativer SPAs die das Besondere wollen.

Keine Schönheit ohne Gesundheit. Daher unsere Philosophie: die Gesundheit der Haut vor schädigenden äußeren Einflüssen bewahren. SALIN de BIOSEL bedeutet Kosmetika und Anwendungskonzepte für die Schönheit der Haut, das Wohlbefinden des Körpers und die Harmonie des Geistes.

Jeder Mensch ist einzigartig. Das gilt auch für unsere Haut. Alter, Lebensstil, Stress und vieles mehr spiegeln sich auf der Haut wider. Sie zeigt eindeutig, wie es ihr geht, und ihre Bedürfnisse verändern sich mit den Lebensumständen. Mit dem ‚Labor' Beauté à la Carte ist es möglich, Produkte von SALIN de BIOSEL exakt an die jeweiligen Bedürfnisse der Haut anzupassen. Dieser bahnbrechende Ansatz wird der Einzigartigkeit des einzelnen Menschen und seiner Haut gerecht. Somit erhält jede Haut wieder die Chance, sich von ihrer schönsten Seite zu zeigen. Und zwar sofort! Die Haut spricht direkt und erfolgreich auf die energetischen Stimuli der natürlichen Wirkstoffe an. Beauté à la Carte: Rezepturen für individuelle Schönheit.

VITALIS DR JOSEPH

Be part of nature

Seit 1986 forscht das Team von VITALIS Dr. Joseph im Bereich Naturkosmetik und entwickelt innovative, gesundheitsfördernde Naturprodukte.

Diese tragen das ICEA und BDIH-Prüfzeichen für „Kontrollierte Naturkosmetik" und werden ausschließlich aus natürlichen Rohstoffen hergestellt. Die Kenntnis antikem, empirischen Wissens, neuzeitliche Erkenntnisse und der gezielte Einsatz moderner Technologie begründen den sichtbaren Erfolg.

Firmengründer Dr. Josef Franz, diplomierter Kräuterexperte und Geschäftsleiter des Meisterbetriebes, ist dank seiner leidenschaftlichen Forschungsarbeit und einem tiefen, umfassenden Verständnis für die Natur ein Pionier in Sachen Naturheilkunde. Ausgewiesene Fachkompetenz und seine nicht nur sprichwörtliche „Nase" verleihen den Produkten die einzigartige, olfaktorische Fülle und Balance. Dr. Josefs persönlicher Leitsatz ist auch der des Unternehmens VITALIS Dr. Joseph: Natürliche Produkte, intelligent formuliert.

LIGNE ST BARTH

Die Manufaktur von Ligne St. Barth befindet sich auf einer der wohl schönsten Inseln der Karibik: St. Barthélemy. Dank schonendster Produktionsprozesse enthalten die Produkte von LIGNE ST BARTH alle aktiven Nährstoffe der verwendeten exotischen Pflanzen, Blüten und Früchte.

Die natürliche Struktur und Zusammensetzung gleicht jener der Epidermis und wird daher besonders gut von der Haut aufgenommen. Alle pflanzlichen Öle entsprechen den höchsten Lebensmittelstandards, die Extrakte den höchsten pharmazeutischen Standards. Alle Produkte sind dermatologisch getestet und ohne Tierversuche hergestellt.

ALPENSCHLÖSSL & LINDERHOF

FAM. STEGER

I- 39030 Steinhaus im Ahrntal · Südtirol - Italien

www.wellnessresort.it

ALPENSCHLÖSSL

Tel. +39 0474 651010

alpenschloessl@wellnessresort.it

LINDERHOF

Tel. +39 0474 652190

linderhof@wellnessresort.it

BOOKING HOTLINE

spa@wellnessresort.it

Tel.: +39 0474 651010

www.veronikaandergassen.com Foto: Archiv, Fotolia, Pixelio, TV Ahrntal/Foto Gorfer