



★★★★★

A&L

VITAL SPA



## INDICE



TRATTAMENTI PER IL VISO

6



BENESSERE & BODYSTYLING

12



BAGNI PREZIOSI

18



MASSAGGI

22



TRATTAMENTI PER BAMBINI ED ADOLESCENTI

38



MOMENTI INDIMENTICABILI IN DUE

40



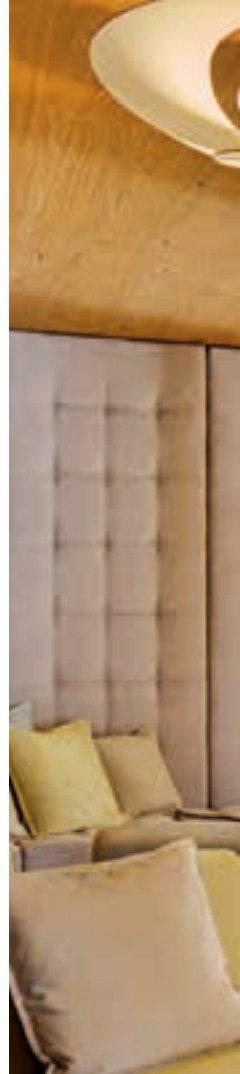
PACCHETTI BENESSERE

42



INFORMAZIONI A & L SPA

48





## BENVENUTI NEL REGNO DELLA BELLEZZA!

Prendetevi il tempo per Voi stessi e concedetevi un po' di lussuoso benessere. Fatevi coccolare con magnifici trattamenti e concentratevi esplicitamente su relax e sensuale piacere.

Lasciatevi condurre nel regno dei sensi e di squisiti trattamenti di bellezza e riportate a Voi stessi in questo modo carica e splendore. Delicati trattamenti per il viso, massaggi rilassanti, ore romantiche in due, bagni speciali per re e regine e molte altre delizie Vi aspettano.

# WELLNESS RESORT

Dall'energia delle montagne,  
fonte d'ispirazione del nuovo  
Wellnessresort, nasce sempre  
qualcosa di eccezionale! Ecco  
una panoramica sui risultati...





SKY LOUNGE

OASI DEL RELAX PANORAMICA

ROYAL SOLE-POOL

CORRIDOIO

JUNIOR-CLUB

MINI-CLUB

KIDS FUN PARK

BAR - LOBBY - RISTORANTE

OASI DI RELAX

MONDO SAUNE CON PISCINA INDOOR & OUTDOOR

A&L SPA - HEALTH & BEAUTY

GARAGE

FITNESS - ACTIVE - CENTER

GIARDINO CON TERRAZZA SOLARIUM





TRATTAMENTI PER IL VISO





## TRATTAMENTI PER IL VISO

Per un'apparizione perfetta!

Il viso svela molto di noi stessi - e della nostra anima ...

Di conseguenza riserviamo al Vostro viso, con tanta cura, il trattamento più tenue ed accurato. Dopo una consulenza individuale e meticolosa

La coccoliamo con prodotti perfettamente adatti alle Sue esigenze.

Per il Suo viso, il meglio é il minimo che possiamo offrirLe.

### TRATTAMENTO VISO SALIN DE BIOSEL - Beauté à la carte

Ogni pelle è unica ed un cosmetico efficace per una persona può non essere così efficace per migliaia di altre.

Ecco perchè SALIN de BIOSEL ha ideato l'esclusivo laboratorio Beauté à la Carte, strumento professionale che tiene conto unicamente delle caratteristiche della pelle.

I prodotti vengono scelti e mischiati al momento a seconda del bisogno della Sua pelle. Le nostre consulenti estetiche sanno creare prodotti e trattamenti "strettamente personali", differenti e risolutivi. Risultati evidenti già dalla prima applicazione: la pelle del viso risponderà agli stimoli dei principi attivi iniziando a lavorare in sincronia con essi, rivelando una bellezza impeccabile .... La tua.

Durata: 55 min.

**Euro 89,00**

(incluso pulizia profonda del viso oppure regolazione sopracciglia)

Durata: 85 min.

**Euro 129,00**

(incluso pulizia profonda del viso e regolazione sopracciglia)





## !QMS - LA MARCIA IN PIÙ NEL TRATTAMENTO ANTI-AGING

### !QMS - TRATTAMENTO CLASSICO

Migliora la capacità d'idratazione della pelle. Ideale in presenza di pelli secche, disidratate e affaticate, questo sensazionale trattamento di bellezza Vi donerà un'epidermide completamente rinnovata, stimolando la rigenerazione cellulare e facendo penetrare negli strati cutanei più profondi un'elevata percentuale di collagene naturale. Grazie al modelage alle alghe, la pelle è in grado di assorbire maggiore idratazione, risultando più elastica, vitale e rassodata. Il Vostro aspetto risulterà ringiovanito, i risultati saranno immediatamente visibili.

Durata: 85 min.

**Euro 125,00**

---

### !QMS - TRATTAMENTO RELAX

Un trattamento rilassante, depurativo e stimolante sul metabolismo.

La maschera Relax-O-Firm elimina delicatamente ma accuratamente le particelle cheratinizzate in eccesso, depurando la pelle in profondità e migliorandone il metabolismo. La nuova maschera conclusiva I.T.E.M. esercita un effetto lenitivo, rigenerante e altamente idratante.

Durata: 55 min.

**Euro 80,00**

---

## !QMS - TRATTAMENTO LUSSUOSO LIFTING

Straordinaria terapia cosmetica che migliora la struttura tissutale della pelle.

Un trattamento !QMS il cui effetto è un assoluto e lussuoso lifting, che dona alla pelle energia e tonicità dall'interno, stabilizzandone le funzioni. Il risultato è una cute rassodata e vellutata come una pesca.

Durata: 85 min.

**Euro 135,00**

---

## NOVITÀ: !QMS - TRATTAMENTO OXYGEN

Uno dei nostri migliori trattamenti anti-aging che assicura efficacia e durevolezza, grazie ai principi attivi applicati sulla pelle. La cura, resa più intensa con l'ossigeno, favorisce la circolazione e stimola il processo rigenerativo cutaneo. Un trattamento particolarmente efficace, che dona immediatamente un incarnato sodo, levigato e luminoso.

Durata: 85 min.

**Euro 149,00**

Trattamento oxygen in combinazione ad un altro trattamento viso

Durata: 20 min.

**Euro 34,00**

---



## GLI EXTRA PER IL SUO VISO

	in combinazione ad un trattamento viso	als Einzelbehandlung
Colorazione ciglia	Euro 10,00	Euro 14,00
Colorazione sopraciglia	Euro 8,00	Euro 10,00
Colorazione ciglia e sopraciglia	Euro 14,00	Euro 19,00
Regolazione sopraciglia	<b>incluso nel trattamento viso Classic &amp; Relax</b>	Euro 10,00
Depilazione labbro superiore e mento	Euro 10,00	Euro 12,00





## BENESSERE & BODYSTYLING

Porti in ottima forma il Suo corpo in modo rilassante!



---

### !QMS TRATTAMENTO HIGH IMPACT ANTICELLULITE PER IL CORPO

Se desiderate rassodare rapidamente addome, gambe e glutei, ecco la soluzione: un trattamento dalla triplice azione: depurativa, drenante, rassodante. L'effetto disintossicante e depurativo è così poderoso che si avverte subito. Il risultato: un tessuto connettivo più sodo e una silhouette più compatta. Vi sentirete meglio e più attraenti – è una garanzia!

Durata: 50 min.

**Euro 70,00**



## NOVITÀ: PEELING AL CAFFÈ

Un massaggio-peeling distensivo per una pelle tenera, liscia e vellutata. Combatte e previene la formazione di vene varicose e lavora sugli accumuli di cellulite, favorendone l'assorbimento.

Durata ca. 25 min.

**Euro 44,00**

---

## LIGNE ST. BARTH

### ST. BARTH SOFTNESS

Massaggio con peeling del corpo a base d'olio di cocco e papaya. Un rilassante massaggio con peeling per una pelle delicata, setosa e uniforme. Gli enzimi della frutta della papaya fresca e del puro olio di cocco si prendono a lungo cura della pelle, nutrendola con preziose sostanze.

Durata: 25 min.

**Euro 44,00**

---

### ST. BARTH SLIMNESS

Massaggio delle gambe benefico e disintossicante. Per un rapido decongestionamento e rilassamento delle gambe affaticate a causa di lunghi periodi trascorsi in piedi o seduti, dopo un lungo volo o semplicemente per ottenere gambe slanciate e snelle. La combinazione del gel all'edera e dell'olio con canfora e mentolo è disintossicante e drenante, rinforzante sulle vene e stimolante sul sistema linfatico.

Durata: 25 min.

**Euro 44,00**

---

### ST. BARTH SENSATION

Esclusivo impacco del corpo con benefico massaggio rilassante. Questo benefico impacco esercita un intenso effetto idratante ed è un piacere per tutti i sensi. Dopo aver fornito alla pelle un nutrimento intensivo, grazie alle preziose sostanze e ai lipidi ricavati da preziosi oli vegetali Vi rilasserete con un massaggio deliziosamente profumato.

Durata: 50 min.

**Euro 78,00**

## SALIN DE BIOSEL - CURA DETOX

Quando le cellule sono in pieno vigore e attività, la loro funzione di nutrizione e di eliminazione si svolge armoniosamente, ma non appena la loro energia e vitalità si affievolisce, i processi di rigenerazione non possono avvenire nel modo dovuto e nei tessuti cominciano ad accumularsi i rifiuti organici solitamente definiti come „tossine“.

Vi sono tossine di natura endogena (interne) proveniente dell'alimentazione eccessiva o sbagliata, residui di medicinali ecc. di natura esogena (esterna) fumo, inquinamento aria od acqua ecc. Le tossine possono accumularsi nell'organismo perché gli organi escretori (reni, pelle e polmoni), non sono riusciti ad eliminarle. Stress e attività sedentaria favoriscono la loro presenza. Sono veri veleni per il tessuto connettivale e la pelle favorendo il sovraccarico adiposo, l'iper sensibilità, l'allergie, accelerando l'invecchiamento generalizzato dell'epidermide.

In queste cure vengono applicati massaggi bio energetici con estratti di piante e minerali, avvolgimenti del corpo con fitoestratti detossinanti, balneoterapie con Sali del Mar Morto e oli energetici. Detox Cure restituisce la giovinezza al fisico e dinamismo allo spirito.

Cura detox con bagno, 80 min. (incl. bagno di 20 min.) **Euro 129,00**

Cura detox senza bagno, 50 min. **Euro 89,00**

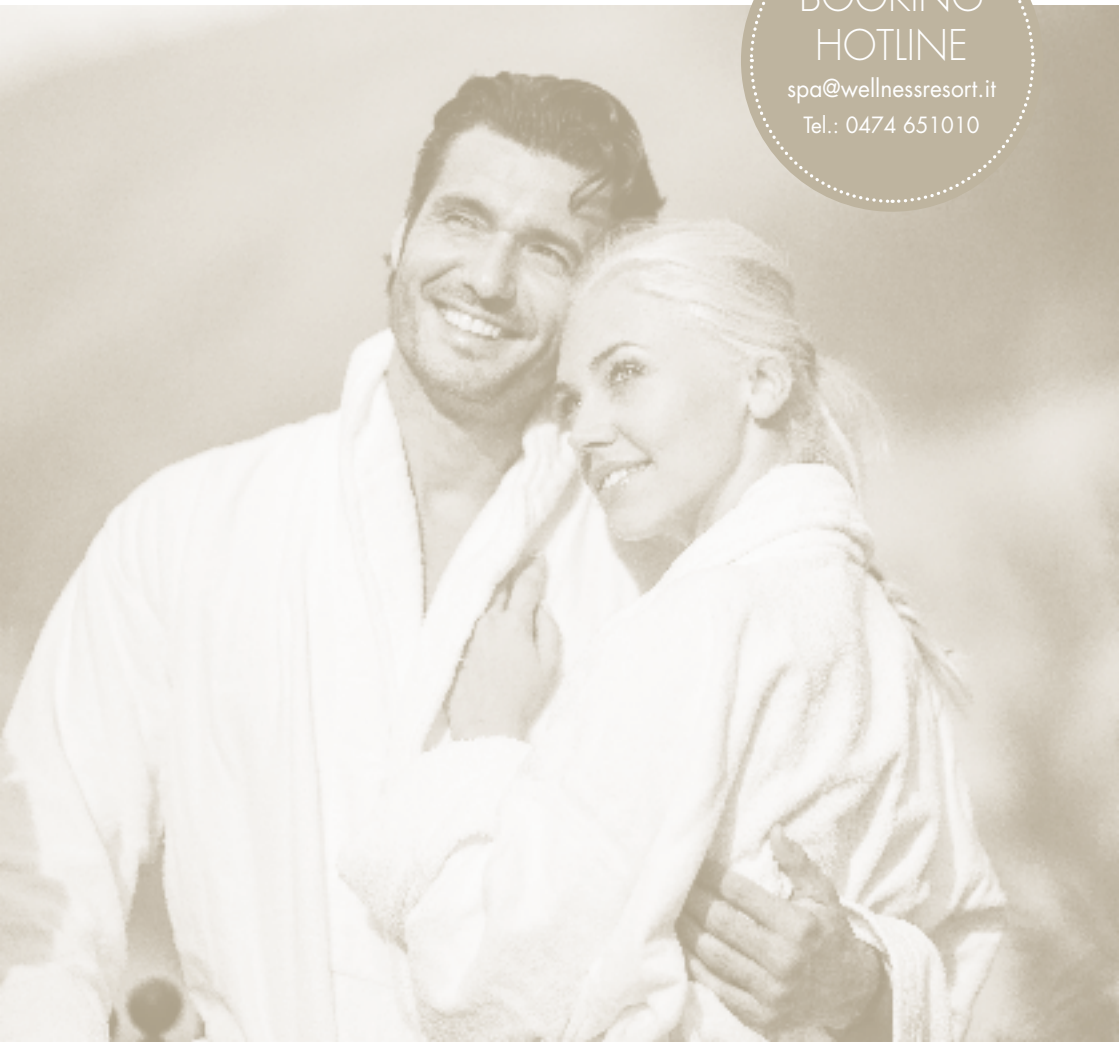
---



BOOKING  
HOTLINE

[spa@wellnessresort.it](mailto:spa@wellnessresort.it)

Tel.: 0474 651010



## TRATTAMENTI PER MANI E PIEDI

Aproffittate adesso del nostro nuovo smalto che fa brillare le vostre unghie e tigne a lungo! I smalti UV vi offriamo in diversi colori per ogni gusto.

Il risultato: unghie luminose in colori strepitosi. Il trattamento è simile a quello dello smalto tradizionale, ma per garantire la durezza viene asciutto sotto luce UV.

I colori sono anti graffio e regono uso quotidiano senza problemi. Basta con smalti che resistono solo alcuni giorni. I smaldi UV resistono e garantiscono risultati eccellenti.

---

Hollywood smalto mani o piedi	<b>Euro 45,00</b>
Hollywood manicure & smalto	<b>Euro 60,00</b>
Hollywood pedicure & smalto	<b>Euro 90,00</b>

---

Manicure	<b>Euro 36,00</b>
Manicure con smalto	<b>Euro 41,00</b>
Pedicure	<b>Euro 60,00</b>
Pedicure con smalto	<b>Euro 65,00</b>

## DEPILAZIONE CON CERA

---

Gambe complete	<b>Euro 45,00</b>
Gambe fino al ginocchio	<b>Euro 32,00</b>
Ascelle o inguine	<b>Euro 18,00</b>
Schiena o torace, per uomini	<b>Euro 30,00</b>

## DEPILAZIONE CON CERETTA ALLO ZUCCHERO

---

Labbro superiore	<b>Euro 12,00</b>
Zona bikini	<b>Euro 18,00</b>









BAGNI PREZIOSI





## BAGNI PREZIOSI

Tuffarsi in un bagno di lusso.

Tratti bene il Suo corpo – ne ha soltanto uno a disposizione. Gli conceda quindi il miglior trattamento possibile! Si faccia coccolare dai capelli ai piedi, con ricercati, meravigliosi, profumati ingredienti.

### TRADIZIONALE “BAGNO DI Fieno DELLA VALLE AURINA”

Una tradizione di nuovo attuale. Un bagno che trova le sue origini nella tradizione altoatesina, un trattamento con effetto straordinariamente rilassante e curativo per la pelle. Dopo 20 minuti nel fieno la stanchezza della giornata scompare, così come i dolori alle membra e alla schiena. A seguire potrete concludere il trattamento concedendovi una piacevole pausa e un benefico massaggio wellness alla schiena.

Bagno di fieno, 30 min. di bagno,  
di seguito pausa per rilassarsi

**Euro 62,00**

Bagno di fieno con massaggio alla schiena, 80 min.

**Euro 89,00**



## BAGNI IN ACQUA

### BAGNO DI CLEOPATRA

La speciale ricetta della regina della bellezza contenuta nel nostro bagno Vital non potrà che ammaliarVi. ImmergeteVi nel latte e nel miele e lasciateVi sorprendere!

Durata: 20 min.

**Euro 32,00**

---

### BAGNO HOT CHOCOLATE

Il bagno Hot Chocolate è un prodotto che giunge direttamente dalla natura e stimola tutti i nostri sensi. Grazie all'elevato contenuto di principi attivi, oli e grassi naturali, nutre la pelle e ne bilancia l'idratazione. La pelle apparirà più sana, morbida e ringiovanita.

Durata: 20 min.

**Euro 32,00**

---

### BAGNO AI PETALI DI ROSA

Bagno di bellezza del Dr. Joseph Vitalis. Nel bagno ai petali di rosa vengono sfruttate le proprietà calmanti delle rose e del loro delicato profumo. Corpo e mente ne traggono beneficio grazie al loro effetto armonizzante, antidepressivo e purificatore. Il bagno ai fiori di rosa può essere, a piacimento, combinato a un massaggio.

Durata: 20 min.

**Euro 36,00**

---





MASSAGGI





## MASSAGGI

Quasi tutti hanno già avuto questo problema – si è contratti e non ci si sente a suo agio nella propria pelle. Un massaggio fatto da mani esperte può avere effetti miracolosi! Si rilassi e si lasci massaggiare con forza e coccolare con soffici e morbide carezze. Massaggi classici, ayurvedici oppure alpini ... é sempre un piacere che dà sollievo.

### MASSAGGI CLASSICI

Massaggio completo, 50 min.	<b>Euro 65,00</b>
Massaggio parziale, 25 min.	<b>Euro 36,00</b>
Massaggio capo e nuca, 25 min.	<b>Euro 36,00</b>
Massaggio capo, nuca e viso, 25 min.	<b>Euro 36,00</b>
Massaggio capo, nuca, viso e schiena, 50 min.	<b>Euro 68,00</b>

---





## MASSAGGIO AROMATICO

Questo massaggio completo con oli essenziali Vi invita a gustare tutto davvero. I profumi meravigliosi sulla pelle portano ad un rilassamento particolarmente sano di corpo, mente e anima. Ci si sente completamente a proprio agio e rafforzato!

Durata: 50 min. **Euro 69,00**

---

## ST. BARTH HARMONY

GodeteVi un rilassante e delicato massaggio del corpo con i prodotti intensamente curativi, selezionati in base alle Vostre esigenze specifiche. Scegliete l'olio di noce di cocco, puro e tiepido, per il trattamento delle pelli particolarmente secche, l'olio d'avocado spremuto a freddo per il miglioramento della funzionalità di pelli particolarmente delicate o il gel all'edera e l'olio al mentolo per il rafforzamento dei tessuti e dell'epidermide. Potrete concludere scegliendo la lozione per il corpo che preferite.

Durata: 50 min. **Euro 75,00**

---

## MASSAGGIO HOT CHOCOLATE

Assaporate la dolcezza della vita! Cioccolato è sinonimo di gioia di vivere, piacere e allegria. Il burro di cacao, uno dei grassi vegetali più preziosi, scorre chiaro e dorato sulla Vostra pelle mentre il cioccolato la coccola con un effetto calmante. La percezione del fluido caldo che si distribuisce su tutto il corpo fa di questo massaggio un'esperienza davvero unica.

Durata: 50 min. **Euro 69,00**

---



## MASSAGGI ALPINI

### MASSAGGIO ALPICARE CON ARNICA & IPERICO

Arnica & iperico hanno un'azione rigenerante e rivitalizzante sul corpo e sui sensi. Questo massaggio alpino non è solo un balsamo per l'anima ma restituisce nuovo vigore alle articolazioni e ai muscoli stanchi.

Massaggio completo, 50 min.

**Euro 69,00**

---

### MASSAGGIO ALPICARE CON TIMO SERPILLO & CIRMOLLO

Estratti di timo serpillio e di cirmolo per tonificare e depurare il corpo.

Il profondo rilassamento indotto da questi massaggi conferisce alla pelle una nuova freschezza e rinvigorisce i nervi.

Massaggio completo, 50 min.

**Euro 69,00**

---

### MASSAGGIO ALPICARE CON PINO MUGO & PINO SILVESTRE

Pino mugo e pino silvestre per depurare e disintossicare il corpo. Questo straordinario massaggio profumato di fragranze alpine stimola la circolazione, rafforza e dona alla pelle un aspetto sano.

Massaggio completo, 50 min.

**Euro 69,00**

---



## TRATTAMENTI SPORTIVI

### MASSAGGIO SPORTIVO

Particolarmente indicato in caso di irrigidimenti e indolenzimento post-sportivo. Scioglie i muscoli e favorisce il processo di recupero.

Massaggio completo, 45 min. **Euro 69,00**

---

### PERSONAL TRAINING

Volete dei risultati immediati oppure imparare delle tecniche di rilassamento? Allora la seduta di personal training fa proprio al caso vostro. Con il nostro fitness trainer professionista elaborerete il vostro programma fitness personalizzato, così potrete allenarvi anche a casa.

Durata: 30 min. **Euro 35,00**

Durata: 60 min. **Euro 65,00**

---

## TRATTAMENTI TERAPEUTICI

### TERAPIA DORN-STONE

Adatto alle persone che presentano problemi alla schiena, cefalee, portamento scorretto, crampi muscolari e stress. Straordinaria combinazione tra riequilibrio di colonna vertebrale e articolazioni, in combinazione con un massaggio e l'effetto energetico delle stimolazioni calde e fredde. Il massaggio e la terapia Dorn-Stone sono un metodo completo per ripristinare l'equilibrio tra mente, corpo e anima.

Durata: 50 min.

**Euro 75,00**

---

### MASSAGGIO BREUSS

Il massaggio Breuss con olio di iperico è una delicata ma energetica manipolazione della schiena, capace di sciogliere i blocchi psichici, energetici e fisici. Questo massaggio attiva la rigenerazione dei dischi intervertebrali sottoalimentati ed è la chiave per la risoluzione di molti problemi dell'apparato motorio, soprattutto nella zona lombare.

Durata: 25 min.

**Euro 39,00**

---

### MASSAGGIO DORN & BREUSS

Il metodo Dorn & Breuss con olio di iperico è un trattamento delicato della colonna vertebrale e delle articolazioni. Questo massaggio alla schiena dolce ma dinamico, basato sul metodo di Dieter Dorn, consente di individuare le contratture muscolari e di stenderle con pressioni minime. Favorisce inoltre il rilassamento generale delle più importanti fasce muscolari lungo la colonna vertebrale, stimolando la mobilità e ottimizzando la funzionalità delle energie autocurative del corpo.

Durata: 50 min.

**Euro 70,00**

---

### TRATTAMENTO DEL DOLORE CON IMPACCO ALLE ERBE

Un trattamento speciale con impacchi alle erbe contro gli strappi muscolari, le contusioni e le lussazioni.

Durata: 25 min.

**Euro 35,00**

Durata: 50 min.

**Euro 69,00**

---



## MASSAGGIO PERSONALIZZATO

Dopo un breve colloquio il massaggio personalizzato si concentrerà su punti problematici. Le diverse tecniche, quali le stimolazioni a caldo e freddo o i più classici massaggi porteranno effettivi miglioramenti a tutto il corpo.

Massaggio completo, 50 min. **Euro 65,00**

Massaggio parziale, 25 min. **Euro 34,00**

---

## MASSAGGIO VITALIS CON RISONANZA ALLA SCHIENA

L'effetto del massaggio della schiena con risonanza si basa soprattutto su un profondo rilassamento della muscolatura, grazie alla combinazione di un massaggio rilassante, calore e delicato scioglimento dei blocchi muscolari, ottenuti con la tecnica delle coppe e le campane tibetane.

Durata: 50 min. **Euro 70,00**

---

## MASSAGGIO RIFLESSOLOGICO PLANTARE STIMOLANTE

I piedi sono la mappa del nostro corpo. La pianta dei piedi è suddivisa in aree collegate a determinati organi del corpo. Stimolando una zona sulla pianta dei piedi, è possibile agire sul rispettivo organo. Con il massaggio riflessologico plantare siamo in grado di attivare il potere di autoguarigione, di migliorare l'irrorazione sanguigna degli organi e di riattivare il flusso di energia vitale ristagnante e bloccata.

Durata: 50 min. **Euro 64,00**

In combinazione con un massaggio parziale

Durata: 70 min. **Euro 90,00**

---

## CONSULENZA MTC – MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

In base ai risultati del check-up della vitalità secondo la MTC eseguito dal nostro wellness trainer Andreas, riceverete consigli e suggerimenti per condurre uno stile di vita sano e un programma di nutrizione personalizzata.

Durata: 30 min. **Euro 33,00**

---





## CERIMONIE DI MASSAGGI

### HOT-STONE-MASSAGE

Rilassamento profondo grazie all'energia delle pietre. Questo massaggio intenso e totalitario degli Indiani dell'Arizona prevede l'uso di pietre laviche calde, che rilassano i muscoli in profondità sciogliendo le tensioni. Un trattamento per un benessere completo.

Corpo completo, 70 min. **Euro 88,00**

Schiena, 25 min. **Euro 39,00**

---

### LOMI LOMI NUI

Massaggio del tempio hawaiano – una gioia per i sensi. Questo massaggio specifico non ha come unico obiettivo il rilassamento di muscoli irrigiditi, ma punta a coinvolgere tutta la persona. Un misto di rituale, massaggio e sforzo fisico. Anche la psiche ha un ruolo fondamentale. Un'esperienza tutta particolare per un rilassamento profondo.

Massaggio completo De Luxe, 100 min. **Euro 129,00**

Massaggio completo, 70 min. **Euro 89,00**

Quattro mani, 70 min. **Euro 140,00**

---

### MASSAGGIO "DUE MONDI"

Shiatsu e massaggio Lomi Lomi Nui. Quest'unica combinazione di massaggi è una festa per i sensi. Inizialmente vengono riequilibrati i flussi d'energia del corpo. Bloccaggi si possono dissolvere, i quali per esempio si manifestano nel corpo come contratture. Successivamente godrà di un rilassamento profondo per corpo e mente, grazie ad un massaggio Lomi-Lomi. Ritroverà tranquillità, potrà rilassarsi e rigenerarsi.

Durata: 70 min. **Euro 89,00**

---

## BALI PIJAT - MASSAGGIO DEI TEMPLI BALINESI

Il tradizionale massaggio balinese con l'olio al mango, si é evoluto dai metodi terapeutici cinesi e dai classici massaggi condizionati dall'hinduismo (Ayurveda). É un intenso massaggio del tessuto con pressione media e forte, fatta con il palmo della mano, con le dita ed il pollice, per raggiungere anche strati muscolari più profondi ed attivare i centri d'energia del Suo corpo. In combinazione con distensioni , che si integrano nel massaggio, é un metodo di trattamento unico per corpo, mente ed anima.

L'effetto del massaggio dei templi balinesi:

- Un'esperienza esotica complessiva
- Rilassamento profondo ed intenso
- Attivazione delle energie endogeni
- Scioglimento di bloccaggi e contrazioni
- Nuova forza ed energia vitale
- Rafforzo del sistema immunitario
- Persistente riduzione dello stress
- Pelle visibilmente più soda

Durata: 90 min.    **Euro 105,00**

## GIORNATA DI BELLEZZA BALINESE

Peeling, di seguito impacco corpo con frutti esotici e massaggio completo Balinese.

Durata: 130 min.    **Euro 229,00**

---





## TRATTAMENTI SPECIALI

PER QUESTI MASSAGGI PRESENTATEVI ALLA SPA RECEPTION CON VESTITI COMODI.

Durante questi massaggi rimarrete comodamente sdraiati su un morbido tappeto posto sul pavimento.

### MASSAGGIO TRADIZIONALE THAI

Il tradizionale massaggio Thai é la base per tutte le forme di massaggi Thai. Nell'estremo oriente é un trattamento completo per il corpo, oramai da 2500 anni, nel quale con acupressura e distensione viene stimolato il sistema energetico del corpo e grazie al quale vengono rilassati muscolatura, tendini e legamenti. Durante il trattamento rimarrete vestiti e comodamente sdraiati su un morbido tappeto posto sul pavimento.

L'effetto del massaggio Thai:

- Un'esperienza esotica complessiva
- Rilassamento profondo ed intenso
- Attivazione delle energie endogeni
- Scioglimento di blocaggi e contrazioni
- Nuova forza ed energia vitale
- Rafforzo del sistema immunitario
- Persistente riduzione dello stress

Durata: 70 min.

**Euro 89,00**

---

### SHIATSU

L'arte giapponese della manipolazione può avere considerevoli effetti sulla Vostra salute complessiva, permettendovi di ritrovare la Vostra tranquillità, rilassarVi e rigenerarVi. Le mani esperte dei massaggiatori, unendo delicatezza ad un uso dotato della forza, riporteranno il Vostro corpo in perfetto equilibrio. Con tecniche di pressione, allungamento e mobilitazione, unite ad allentamenti strutturali, lo shiatsu stimola il flusso energetico nel nostro corpo. In questo modo è possibile sciogliere dei blocchi, che si concretizzano per esempio attraverso tensioni muscolari. Durante il trattamento rimarrete vestiti e comodamente sdraiati su un morbido tappeto posto sul pavimento.

Durata: 50 min.

**Euro 75,00**

---



## MASSAGGIO YOGA

Liberarsi dallo stress, ritrovare l'armonia, fare il pieno di energia – grazie al massaggio yoga ritroverete l'equilibrio nella vita quotidiana. Sarete distesi per terra e rilassati mentre il terapeuta eseguirà una tecnica di massaggio yoga. Grazie a questo tipo di stretching, i meridiani del corpo si aprono e contemporaneamente il massaggio stimola i punti dell'agopuntura e favorisce il flusso di energia, aumentando la concentrazione e la stabilità e la mobilità della colonna vertebrale.

Durata: 50 min.    **Euro 70,00**

---

## MASSAGGIO PER IL RELAX PROFONDO

Staccare la spina, riposarsi, rilassarsi. Inseriti nell'apparecchio Chi, i piedi vengono fatti oscillare. Grazie a una speciale tecnica eseguita dal nostro terapeuta, queste oscillazioni vengono estese a tutto il corpo, stimolando la linfa. Questo trattamento permette al corpo di rigenerarsi e allo spirito di riposarsi, aumentando la vitalità e il potere di autoguarigione. Per questo massaggio presentatevi alla Spa Reception con vestiti comodi.

Durata: 50 min.    **Euro 70,00**





## MASSAGGI AYURVEDICI

### ABHYANGA

Il più conosciuto dei massaggi ayurvedici. Una indescrivibile sensazione di pienezza e totalità nasce quando ogni centimetro della pelle viene cosparso da uno speciale olio caldo, per essere poi massaggiato da mani morbide. Le zone energetiche e i singoli punti vengono trattati con cura particolare. Le scorie vengono eliminate dai tessuti, favorendo il ritorno di dinamismo, energia e vitalità.

Massaggio completo, 70 min. **Euro 89,00**

Quattro mani, 70 min. **Euro 140,00**

---



## PADABHYANGA

Liberarsi dallo stress con un pediluvio rilassante e un massaggio alla testa e alla nuca. Piedi, polpacci e ginocchia vengono massaggiati in seguito con gli oli caldi alle erbe, eliminando irrigidimenti, disturbi del sonno e nervosismo.

Durata: 50 min. **Euro 69,00**

---

## GARSHAN MASSAGGIO CON GUANTO DI SETA

Garshan è un trattamento della tradizione ayurvedica che prevede il massaggio di tutto il corpo con l'ausilio di un guanto di seta. Gli energici movimenti massaggianti stimolano la circolazione dei tessuti nonché il sistema linfatico. Garshan rende la pelle liscia e soffice come il velluto, ed è l'ideale anche per combattere apatia e stanchezza. Tale trattamento è particolarmente raccomandato per chi vuole perdere peso, snellirsi e combattere la cellulite.

Massaggio completo, 50 min. **Euro 69,00**

---

## UDVARTANA IMPACCO CON POLVERE E PEELING

L'impacco alla polvere con sale marino e polvere di zenzero per rassodare e nutrire la pelle. Udvartana è ideale per la riduzione e per il rassodamento dei tessuti. Ottimi risultati soprattutto sui punti in cui si accumula qualche chilo di troppo. All'inizio del trattamento il corpo viene cosparso di una mistura di polveri a base di zenzero e sale che viene poi massaggiata energicamente sul corpo. I tessuti appaiono visibilmente ridotti e ringiovaniti. L'effetto è piacevolmente rivitalizzante.

Massaggio completo, 50 min. **Euro 75,00**

---



## TRATTAMENTI PER BAMBINI ED ADOLESCENTI



### MANICURE O PEDICURE

Diventare una principessa con smalto e strass ...

Durata: ca. 25 min.      **Euro 30,00**

### “TEENIE” TRATTAMENTO DEL VISO

Trattamento del viso specifico per le esigenze della pelle giovane con pulizia, massaggio e maschera.

Durata: ca. 55 min.      **Euro 60,00**



**BAGNI** ... fino a 10 anni accompagnati da un genitore

### BAGNO PER PRINCIPESSE O PRINCIPI

Bagno rilassante con essenze aromatiche e un sacco di bagnoschiuma appositamente per i nostri più piccoli.

Durata: 20 min. **Euro 33,00**

### BAGNO HOT CHOCOLATE

Un sogno che si avvera: un bagno nel cioccolato.

Durata: 20 min. **Euro 33,00**

---

## MASSAGGI

### MASSAGGIO HOT CHOCOLATE

Il modo più dolce per il rilassamento dei bambini.

Durata: 25 min. **Euro 36,00**

---

## PACCHETTI

### PAPÀ, MAMMA & IO

- 1 massaggio parziale per mamma
- 1 massaggio parziale per papà
- 1 massaggio per il bambino Hot-Chocolate
- 1 show nella pool salina
- incluso 2 bicchieri di prosecco e 1 succo di sorpresa per il bambino (la mattina)

Prezzo speciale **Euro 152,00**

### SPECIAL FOR KIDS

- 1 bagno a scelta
- 1 massaggio per il bambino Hot-Chocolate

Prezzo speciale **Euro 59,00**

---



## MOMENTI INDIMENTICABILI IN DUE

Piacere sensuale per innamorati



### HAMAM

Il termine hamam viene generalmente utilizzato per descrivere il tradizionale bagno turco orientale. In realtà è molto più di un semplice bagno turco. È una successione di trattamenti benefici e terapeutici, un vero paradiso dei sensi. Vapore, calore, umidità, schiuma, essenze, idromassaggio e un massaggio saponato con la spazzola danno origine a una complessa opera d'arte che ha come risultato il massimo benessere. Un bagno da mille e una notte.

2 persone, 85 min.

a persona **Euro 65,00**

1 persona, 50 min.

**Euro 85,00**

---

### BAGNO SERAIL

Entrando nel bagno Serail verrete avvolti da un piacevole getto di calore. Scegliete fra la varietà di impacchi di bellezza, benefici o curativi. L'impacco preparato appositamente per Voi verrà spalmato su tutto il corpo e la piacevole consistenza dell'impasto, il calore benefico e il vapore sono un vero toccasana. Lascereate il bagno Serail con una pelle di seta e un benessere diffuso in tutto il corpo e nello spirito. Il suo effetto terapeutico ed energizzante Vi accompagnerà ancora per giorni interi.

per persona

**Euro 36,00**





## POOL SALINA ROYAL

... Il bagno reale! Chi vuole davvero provare sensazioni "regali", non può perdersi questo nuovissimo e piacevole bagno! Fluttuerete in acqua salata riscaldata a 35°. Non appena immergerete la testa nell'acqua, avvertirete i suoni dei delfini e delle balene. Giochi di luci e colori pulsanti rilasseranno i sensi, introducendo un dialogo interiore di immagini oniriche. Le acque del "Mar Morto" hanno un effetto terapeutico su tutto il corpo, depurando la pelle e rinforzando capelli e tessuti connettivi. Vi sembrerà di toccare il cielo con un dito. La pool salina Royal è gratuitamente aperta tutti i giorni dalle ore 12 alle ore 20 e, fino alle ore 12, può anche essere riservata in esclusiva per Voi!

Romantic show comprensivo di 1 bicchiere di prosecco per persona **Euro 29,00**

Show con 1 bambino fino a 12 anni  
comprensivo di 1 bicchiere di succo per bambino **Euro 10,00**

---

## MASSAGGIO DI COPPIA NELL'OASI ST. BARTH

Nella vita di tutti i giorni rimane spesso poco tempo per stare insieme! ConcedeteVi quindi il doppio piacere del nostro massaggio di coppia nell'Oasi St. Barth! Lo scopo del massaggio è il rilassamento profondo: lasciateVi coccolare insieme dalla dolce pressione di mani esperte, liberando la mente dai problemi quotidiani!

Scegliete Voi tra:

- Massaggio Hot Chocolate
- Massaggio aromatico
- Massaggio Alpicare con Arnica & Iperico
- Massaggio Alpicare con timo serpillio & cirmolo
- Massaggio Alpicare con pino mugò & pino silvestre

Durata: 45 min. per persona **Euro 69,00**

- Massaggio completo classico

Durata: 45 min. per persona **Euro 65,00**

---





PACCHETTI BENESSERE





## PACCHETTI BENESSERE

10 % DI SCONTO IN CONFRONTO AI TRATTAMENTI SINGOLI

Il totale é più della somma dei singoli componenti – e costa di meno! Ovviamente Vi potete godere a Vostro piacimento l'uno o l'altro trattamento. Il risultato sarà più efficace, se però Vi decidete per un pacchetto di trattamenti studiato dai nostri esperti – perfettamente coordinati tra loro e ad un prezzo più che attrattivo.

## PACCHETTI "FARSI DEL BENE" PER LEI & LUI

### NEW ENERGY

- Massaggio riflessologico plantare stimolante
- Massaggio tradizionale Thai
- Massaggio Lomi Lomi Nui

Prezzo speciale **Euro 224,00**

---

### RELAX SECONDO LA MTC

Medicina Tradizionale Cinese

- Massaggio Lomi Lomi Nui
- Massaggio per il relax profondo
- Personal training (60 min.) con il terapeuta Shendo Shiatsu Andreas Steger
- Check-up della vitalità secondo la MTC e consigli per uno stile di vita sano

Prezzo speciale **Euro 234,00**

---



## GO WELL

- Pedicure
- Massaggio riflessologico plantare stimolante
- Padabhyanga – massaggio rilassante dei piedi

Prezzo speciale **Euro 179,00**

---

## BODY SHAPE

- Trattamento anticellulite Biosel Detox
- IQMS trattamento high impact per il corpo
- Massaggio St. Barth Harmony con olio all'edera e mentolo

Prezzo speciale **Euro 219,00**

---

## LADIES DAY

- Trattamento viso classico
- Pedicure con smalto
- Massaggio individuale

Prezzo speciale **Euro 239,00**

---

## ONLY FOR MEN

- Trattamento viso Relax
- Massaggio completo Alpicare con timo e cirmolo

Prezzo speciale **Euro 136,00**

---

## PACCHETTO PER LA SCHIENA

- Massaggio con risonanza alla schiena
- Massaggio Hot Stone per la schiena
- Massaggio Breuss

Prezzo speciale **Euro 134,00**

---

## HAPPY BABY

Pacchetto speciale per future mamme

- Trattamento viso Salin de Biosel (85 min.)
- Massaggio alla testa, alla nuca e al viso
- Pedicure con smalto
- Manicure con smalto

Prezzo speciale **Euro 249,00**

---

## PURE DETOX

- Biosel trattamento detox con bagno
- Alpicare massaggio completo con pino mugo & pino silvestre
- Udvartana con Svedana

Prezzo speciale **Euro 269,00**

---

## PACCHETTO AYURVEDA

- Abhyanga
- Udvartana con Svedana
- Padabhyanga

Prezzo speciale **Euro 239,00**



## PACCHETTI DA GUSTARE CON IL PARTNER

### PACCHETTO COCCOLE

- Hamam orientale per 2
- Massaggio di coppia con oli aromatici
- Romantic show per due nella pool salina comprensivo di 1 bicchiere di prosecco

Prezzo speciale per persona **Euro 144,00**

---

### SOGNO PER DUE

- Bagno Serail in coppia
- St. Barth Sensation per lei & lui
- Massaggio di coppia Alpicare

Prezzo speciale per persona **Euro 168,00**

---

### WE LOVE US

- Peeling al caffè nella cabina di coppia
- Bagno per 2
- Massaggio di coppia „Hot Chocolate“

Prezzo speciale per persona **Euro 119,00**



# INFORMAZIONI SPA E WELLNESS

Un luogo del piacere e del relax

## ORARI D'APERTURA

A & L Vital Spa: ore 8.30 - 20.00

Il mondo sauna: ore 11.00 - 19.00

Sky Lounge: ore 11.00 - 20.00

Piscine: ore 7.00 - 20.00

Sport- & Fitness-Center: ore 7.00 - 20.00

---

## PRENOTAZIONE DEI TRATTAMENTI

Vi consigliamo di prenotare i trattamenti benessere già da casa, così da consentire di soddisfare le Vostre richieste.

e-mail: [spa@wellnessresort.it](mailto:spa@wellnessresort.it)

telefono 0474 651010

Telefono interno: 414 dall'Alpenschlössl e 88 414 dal Linderhof.

---

## TERAPEUTI

Il nostro team è costituito da terapeuti di sesso maschile e femminile. Al momento della prenotazione, comunicateci le Vostre preferenze.

---

## GARANZIA DI QUALITÀ

Il nostro A & L Vital Spa è certificato "Belvita Leading Wellness" e fa parte dei più importanti hotel wellness dell'Alto Adige.

---

## CONSULENZA

Approfittate della consulenza personalizzata dei nostri collaboratori della Spa Reception al A & L Vital Spa.

---

## ABBIGLIAMENTO

Vi suggeriamo di presentarVi ai trattamenti in accappatoio, ciabatte e costume da bagno. Prima di ogni trattamento, Vi verrà consegnato uno slip monouso. Per il trattamento Shiatsu, il massaggio Thai, il massaggio Yoga e il massaggio per il profondo relax presentateVi alla Spa Reception con vestiti comodi.

---

## PRENDERSI DEL TEMPO

Per adeguare il trattamento alle Vostre esigenze, Vi preghiamo di presentarVi all'appuntamento 5 minuti prima alla Spa Reception.





## CANCELLAZIONE

La cancellazione dei trattamenti prenotati è sgradevole per tutti. Il mancato rispetto di un appuntamento preclude ad altri la possibilità di fruire dei nostri servizi. Vi chiediamo dunque di informarci della cancellazione almeno 1 giorno prima. In caso di cancellazione dell'ultimo minuto, saremo costretti ad addebitarVi il 75 % del costo del trattamento prenotato.

---

## GALATEO DELLA SAUNA

In sauna è fatto divieto di indossare tessili. L'utilizzo della sauna in costume da bagno è vietato. I materiali sintetici esposti a temperature elevate possono liberare sostanze nocive e creare irritazioni alla pelle. Per una maggiore intimità e per coprire le parti intime può essere indossato un telo. L'accesso ai bagni a vapore è consentito solo senza sandali e senza telo sauna. Le cabine asciutte devono essere utilizzate senza sandali e muniti di telo sauna (protezione legno e motivi igienici) coprendo completamente le superfici d'appoggio

**Per il massimo piacere e un corretto utilizzo della sauna invitiamo i nostri ospiti a osservare le istruzioni seguenti:**

1. Evitate di utilizzare la sauna se affamati o a stomaco pieno.
  2. Prima dell'utilizzo della sauna va effettuata una doccia. Il corpo deve essere perfettamente asciugato prima dell'utilizzo della cabina.
  3. Accedete alla sauna a corpo riscaldato, un pediluvio caldo favorisce ciò e stimola la sudorazione.
  4. Utilizzate la cabina per un periodo da 10-15 minuti secondo il Vostro personale benessere e la Vostra condizione fisica.
  5. Provvedete a rinfrescarVi sufficientemente dopo la sauna: partite dalle vie respiratorie, proseguite con getti freddi localizzati prima su braccia e gambe, poi su schiena e torso-dalle estremità verso il cuore - e finite con la testa.
  6. Dopo esserVi rinfrescati e prima della fase di riposo consigliamo di riscaldare i piedi fino alle caviglie con un getto di acqua tiepida.
  7. RiposateVi sufficientemente utilizzando il soffice accappatoio, il ciclo di riposo dovrebbe durare almeno 30 minuti.
  8. Ripetete l'utilizzo della sauna fino a un massimo di 3 volte.
  9. Le gettate di vapore nella sauna vengono eseguite dal nostro trainer vital. Gli orari troverete sul nostro programma settimanale e anche il team della Spa Reception è sempre a Vostra disposizione per ulteriori informazioni.
  10. Nell'intera area sauna va rispettata la massima quiete. Invitiamo i nostri ospiti a non arrecare disturbi nelle cabine, nella pool salina e negli spazi adibiti al riposo. I bambini sono ammessi in sauna solamente se accompagnati dai genitori e se esperti nell'utilizzo della sauna.
-

## PARTNER COSMETICI

Le linee di prodotti cosmetici utilizzati sono selezionati con molta attenzione. Il nostro principio guida è di offrirVi la massima qualità dei prodotti ed i trattamenti più efficaci.



### LIGNE ST BARTH

Premiata con il World Spa Award un lussuoso ritrovato caraibico!

La linea di prodotti cosmetici d'alta qualità proveniente dai Caraibi, tramandata dagli aborigeni indiani, è una raffinata meraviglia ricavata da frutti ed oli esotici spremuti a freddo, il cui effetto particolarmente trattante trasforma un trattamento in un lusso vero e proprio.



### SALIN DE BIOSEL

Beauté à la Carte

Sei speciale? Sì, lo sei. Quindi, anche la tua pelle lo è.

Fa parte del tuo patrimonio genetico, unico.

E sai che la tua pelle ti parla? Sulla tua pelle si legge tutto di te, la tua età, il tuo stile di vita, il tuo livello di stress.

E così, come la pelle rivela e modifica continuamente il suo stato, noi di SALIN de BIOSEL attraverso il nostro esclusivo Laboratorio Beauté à la Carte interveniamo su prodotti e trattamenti personalizzandoli ulteriormente a seconda delle necessità. Creiamo, in questo modo, un cosmetico rivoluzionario firmato Beauté à la Carte, realmente differente e risolutivo, che tiene conto unicamente delle caratteristiche della tua pelle e dalla tua pelle riesce ad ottenere il massimo.

I risultati? Evidenti già dalla prima applicazione, la pelle del tuo viso risponderà agli stimoli dei principi attivi iniziando a lavorare in sincronia con essi.

Beauté à la Carte: una ricetta di bellezza unica, la tua.

!QMSMEDICOSMETICS

## !QMS MEDICOSMETICS

Solo il meglio per i nostri clienti!

Oli essenziali, creme ed essenze: tutti i nostri prodotti sono altamente efficaci per garantirvi l'effetto desiderato! Dopo una prima selezione iniziale la nostra gamma di prodotti è stata ulteriormente raffinata. Il naturale risultato è quindi l'impiego esclusivo di linee di altissima qualità che si sono dimostrate valide e che hanno soddisfatto pienamente i nostri clienti.

!QMS

Dietro la famosa marca di successo !QMS Medicosmetics si trova il Dr. Erich Schulte, chirurgo estetico e cosmetico esperto di fama internazionale, nonché sviluppatore nel campo della medicina estetica. Ad oggi, il sistema di trattamento anti-età !QMS risulta unico per i suoi effetti in relazione al mantenimento della salute e alla rigenerazione della pelle. Nel mondo della cosmesi di alta classe questa linea è nota per la sua innovazione e per la sua continua ricerca.

VITALIS  
DR. JOSEPH 

## VITALIS DR JOSEPH

Tradizione e innovazione

Dal 1986 gli specialisti di VITALIS Dr. Joseph sviluppano con successo prodotti innovativi e unici. L'esperienza ventennale e l'uso di tecnologie avanzate in armonia con antiche saggezze sono la nostra garanzia per un successo visibile. VITALIS Dr. Joseph lavora con il più intelligente laboratorio del mondo: la natura.

Lavoro pionieristico

L'appassionato lavoro di ricerca nel regno vegetale e una profonda conoscenza della natura fanno del Erb. Dipl. Dr. Franz Josef uno dei pionieri nell'ambito dell'aromatologia e cosmesi naturale. CEO di VITALIS Dr. Joseph, Erb. Dipl. Dr. Franz Josef è sinonimo di credibilità e competenza. Prodotti naturali, formulati con intelligenza.





★★★★★

## ALPENSCHLÖSSL & LINDERHOF

**FAM. STEGER**

39030 Cadipietra - Valle Aurina · Alto Adige - Italia

[www.wellnessresort.it](http://www.wellnessresort.it)

**ALPENSCHLÖSSL**

Tel. 0474 651010

[alpenschoessl@wellnessresort.it](mailto:alpenschoessl@wellnessresort.it)

**LINDERHOF**

Tel. 0474 652190

[linderhof@wellnessresort.it](mailto:linderhof@wellnessresort.it)

**BOOKING  
HOTLINE**

[spa@wellnessresort.it](mailto:spa@wellnessresort.it)

Tel.: 0474 651010