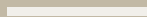


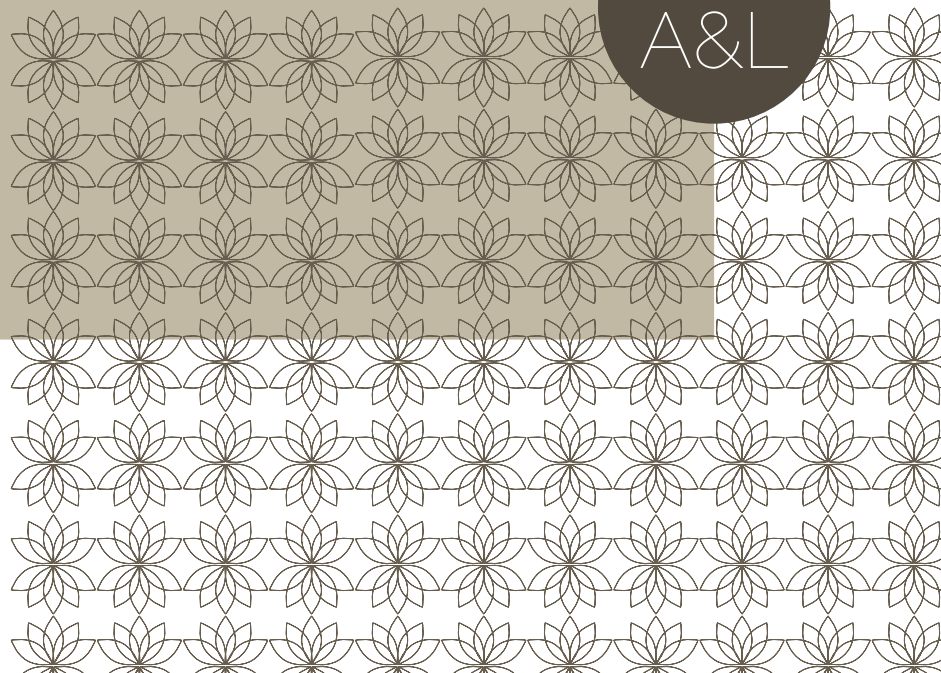


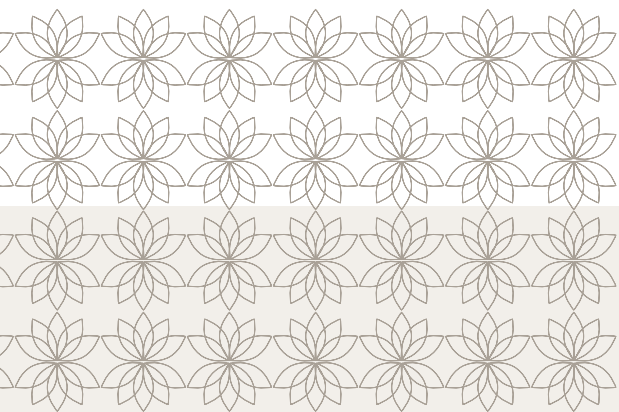
SPA





VITAL SPA





HERZLICH WILLKOMMEN

Nehmen Sie sich Zeit für sich und gönnen Sie sich luxuriöses Wohlfühlen. Die Kraft der Natur spüren und die eigene Balance finden. Mit herrlichen Anwendungen verwöhnen lassen und sich einmal nur auf Entspannung und sinnlichen Genuss konzentrieren.
Angenehme Gesichts- und Körperbehandlungen, entspannende Massagen und romantische Stunden zu zweit warten auf Sie.





INHALTSVERZEICHNIS



GESICHTSBEHANDLUNGEN

6



DETOX & BODYFORMING

12



PFLEGE FÜR HÄNDE UND FÜSSE

14



MASSAGEN

16



PEELINGS

24



PACKUNGEN

26



BEHANDLUNGEN SPEZIELL FÜR SCHWANGERE

27



KINDER & TEENAGERBEHANDLUNGEN

28



ZEIT ZU ZWEIT

30



WOHLFÜHLPAKETE

36



SPA- & WELLNESS-INFOS

38



UNSERE KOSMETIKPARTNER

39



SAUNA GUIDE

40



GESICHTSBEHANDLUNGEN



FÜR EINEN STRAHLENDEN AUFTRITT!

Unser Gesicht verrät viel über uns und 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.



TEAM DR JOSEPH

TEAM DR JOSEPH - INTENSE PURIFYING FACE TREATMENT

Intensiv reinigende Gesichtsbehandlung

Hauttypspezifische Tiefenreinigung nach Methode TEAM DR JOSEPH: Ihre Haut? Rein und zart. Ihr Gesicht? Strahlend. Ihr Gefühl? Klar und energievoll. Das Behandlungsritual wird durch eine spezielle Peel Off Maske zur optimalen Feuchtigkeitsversorgung abgerundet. Das Ergebnis: Vitale, ebenmäßige und jugendliche Haut.

50 Min. Euro 89

TEAM DR JOSEPH - CELLULAR RECREATION FACE TREATMENT

Tiefenwirksame Schönheitspflege

Eine wunderbar natürliche Wirkstoffpflege speziell auf Ihre Hautbedürfnisse abgestimmt. Mit Sofort-Effekt nach Methode TEAM DR JOSEPH unterstützt durch ein tief entspannendes Verwöhn-Programm. Nach eingehender Hautdiagnose wird die ideale Wirkstoffkombination für Sie erstellt und die Augenbrauen auf Wunsch fassoniert. Das hochwirksame Intensiv-Serum mit selektiven Wirkstoffkomplexen sorgt für das natürliche Gleichgewicht Ihrer Haut. In Kombination mit einer modulierten Gesichtsmassage und einer Intensiv-Maske können hochkonzentrierte Aktivstoffe tief mit Ihrer Haut vereint werden. Für eine gesunde und intensiv gepflegte Ausstrahlung.

80 Min. Euro 130

TEAM DR JOSEPH - BIO LIFTING FACE TREATMENT

Intensivbehandlung mit biodynamischen Lifting

Das ganzheitliche Maximumprogramm nach der Methode TEAM DR JOSEPH: Intensivbehandlung mit biodynamischer Liftingmassage individuell und effektiv. Erleben Sie eine wahrhaft einzigartige Schönheitsbehandlung. Die bioenergetische Blütenstempel-Lifting Massage unterstützt die natürliche Fähigkeit Ihrer Haut zur Selbstregulation. Wohlbefinden, tiefe Entspannung und gesteigerte Hautvitalität sind die spürbaren Ergebnisse des inneren Harmonisierungsprozesses. Spezial-Serum und Intensivmaske verstärken nachhaltig das Ergebnis. Hightech aus der Natur für einen glatten, erholten und strahlenden Teint. Auf Wunsch inkl. Augenbrauen fassonieren.

110 Min. Euro 150

TEAM DR JOSEPH - EXPRESS POWER LIFTING FÜR DEN MANN

Methode TEAM DR JOSEPH für Ihn.

Kraftvoll, naturnah, wirkungsstark! Natürliche Hightech Power für eine dynamische und gepflegte Ausstrahlung.

50 Min. Euro 89





!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!

80 Min. Euro 130

!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.

50 Min. Euro 89

!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.

80 Min. Euro 135

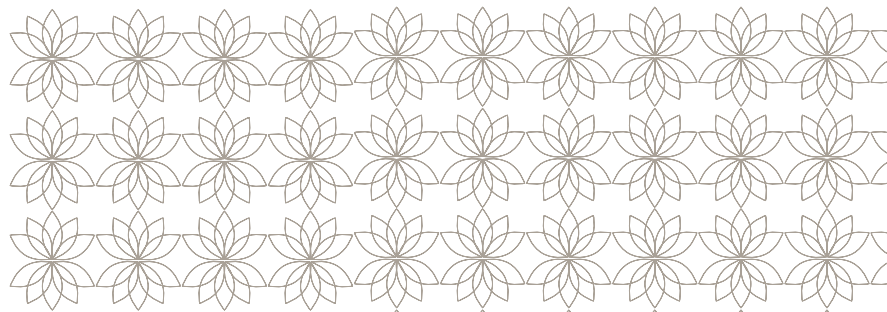
NEU: !QMS - OXYGEN-GESICHTSBEHANDLUNG

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!

80 Min. Euro 150

Extra: Oxygen Behandlung im Rahmen einer anderen Gesichtsbildung

20 Min. Euro 34





EXTRAS FÜR IHR GESICHT

Wimpern färben	Euro 22
Brauen färben	Euro 17
Wimpern & Brauen färben	Euro 33
Brauen in Form bringen (bei Gesichtsbehandlungen bereits inkludiert)	Euro 17
Depilation Oberlippe und Kinn	Euro 17





DETOX & BODYFORMING





Einfach nur schön. Ganz entspannt Ihren Körper in Form bringen.
Mit unseren hochwirksamen Body-Treatments.



!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.

50 Min. Euro 85

TEAM DR JOSEPH - DETOX CELLULITE BEHANDLUNG

Gradliniger Körperkult - Innovatives Celluliteprogramm

Erleben Sie eine einzigartige und effektive Cellulitebehandlung: Schröpfstechnik in Kombination mit wirkstarken Naturprodukten, die Ihnen helfen die Zeichen der Cellulite effizient, langfristig und sichtbar zu lindern. Einzigartige Besonderheiten dieser Behandlung sind ein anregendes Körperpeeling, eine stimulierende Schröpfglasbehandlung sowie eine modulierte Cellulitemassage. Für das Extra an Feuchtigkeit und Stoffwechselaktivierung empfehlen wir Ihnen, das Celluliteprogramm mit einer Algenpackung zu kombinieren. Rundum definiert!

50 Min. Euro 86

80 Min.

Inkl. Algenpackung Euro 109

TEAM DR JOSEPH – BAUCH-STRAFFUNGSPROGRAMM

Blickpunkt Körpermitte - Bauch-Straffungsprogramm

Dieses effiziente Körpertreatment hilft, den Bauchraum zu entstauen, den Bauchumfang sanft zu vermindern und die Bauchdecke zu straffen. Ziel dieses Programmes ist eine leichte Stimulation des Bauchraumes, die zu einer Verbesserung der Hautspannung führt und die Konturen strafft.

50 Min. Euro 85



PFLEGE FÜR HÄNDE UND FÜSSE

Jetzt profitieren Sie auch mit Naturnägeln von einem Nagellack, der lange hält und einen ultrastarken Glanz mitbringt!

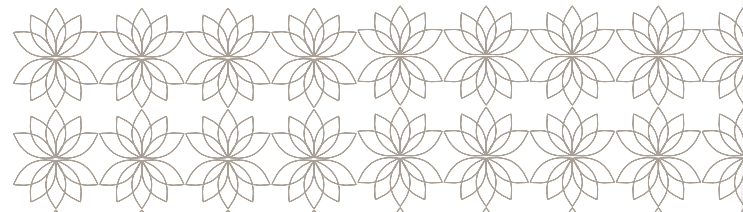
Die UV-Nagellacke gibt es in vielen verschiedenen Farben, für jeden Geschmack und jede Persönlichkeit. Der UV-Nagellack vereint die positiven Eigenschaften eines gewöhnlichen Nagellacks mit jenen eines UV-Gels. Das Ergebnis: Strahlend schöne Nägel in satten Farben! Das Gel lässt sich wie ein Nagellack 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.



UV-Lack Hände oder Füße	Euro 45
UV- oder Gel-Lack entfernen	Euro 25
Lack Hände oder Füße	Euro 20
Spa-Maniküre	Euro 65
Spa-Pediküre	Euro 65
+ Lack	Euro 10
+ UV-Lack	Euro 25

DEPILATION MIT WARMWACHS

Beine komplett	Euro 50
Beine bis Knie	Euro 38
Achsel oder Leiste (nur Bikinizone)	Euro 25
Rücken oder Brust	Euro 40





Tel. 812
spa@wellnessresort.it
Reservierung
10.00 - 12.00 Uhr
13.00 - 19.00 Uhr





MASSAGEN





Pure relax

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.



ENERGY

ALPINE MASSAGE APFEL & HAGEBUTTE

Feuchtigkeit & Zellregeneration

Eine sinnlich fruchtige Schönheitsmassage. Äpfel und Hagebutten sind die idealen Früchte für die Regeneration und Pflege der feuchtigkeitsarmen und gestressten Haut. Durch diese einzigartige Kombination kann die Zellregeneration gefördert werden und die Haut wird intensiv mit Feuchtigkeit versorgt.

50 Min. Euro 79

ALPINE MASSAGE RINGELBLUME & KAMILLE

Entspannung & Regeneration

Ringelblume & Kamille, die ideale Pflege für sensible, trockene Haut. Gönnen Sie sich diese alpine Schönheitsmassage, beruhigend & regenerierend.

50 Min. Euro 79

ALPINE MASSAGE WEINTRAUBENKERN & SANDDORN

Anti-Age

Die Weintraubkerne enthalten Polyphenole und gelten als eine der wichtigsten Entdeckungen für eine besonders wirksame Hautpflege und Schutz gegen freie Radikale. Ein Vitamin-Cocktail wirkt schützend gegen oxidativen Stress der Haut und vermittelt ein angenehm seidiges Wohlgefühl.

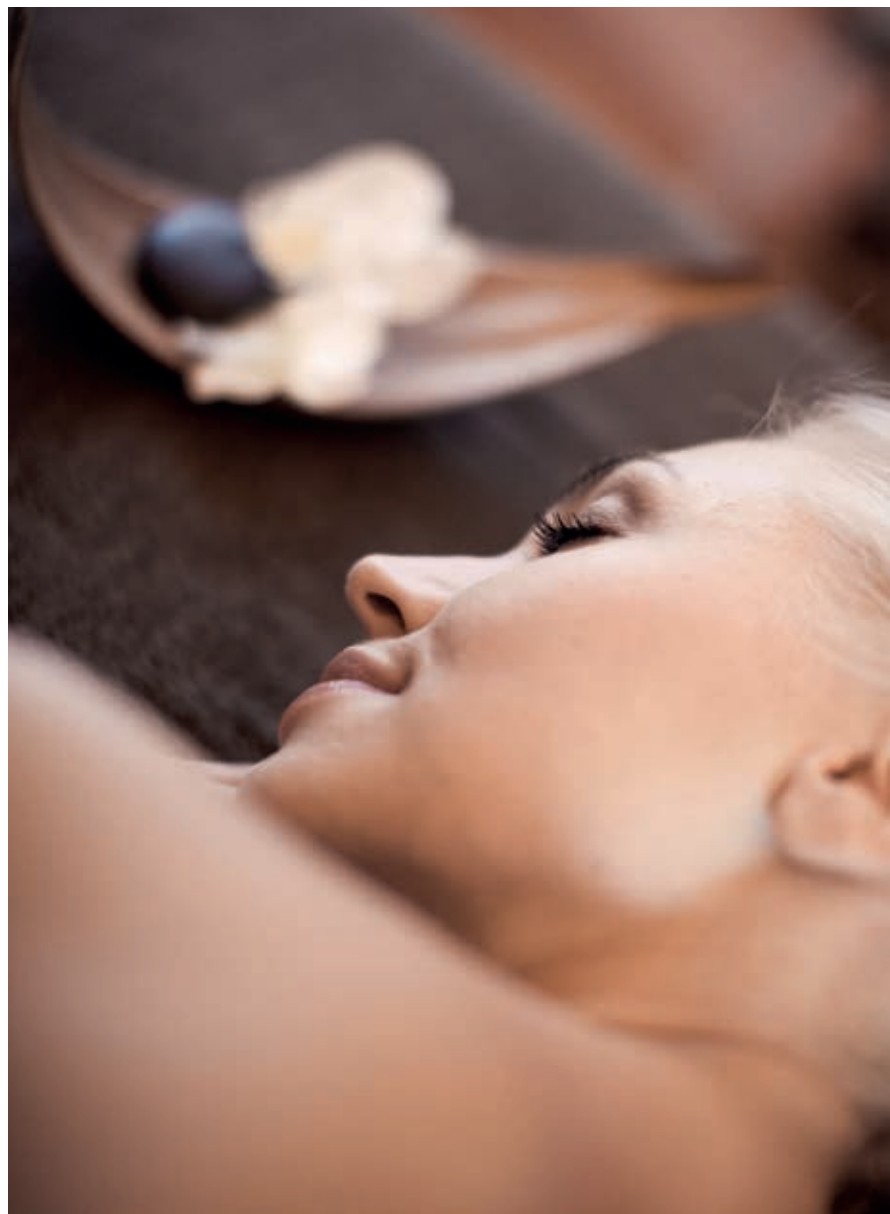
50 Min. Euro 79

ALPINE MASSAGE ARNIKA & JOHANNISKRAUT

Sport & Vitality

Intensive Sport-Körpercreme für ein Plus an Vitalität und Kraft. Die Kombination aus reinem Arnika-Extrakt und Johanniskraut hilft, Verspannungen zu lösen und die Muskulatur zu beleben.

50 Min. Euro 79





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 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. Inklusive Verwöhn-Fußbad zum Start der Behandlung.

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

75 Min. Euro 105

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. Inklusive Verwöhn-Fußbad zum Start der Behandlung.

50 Min. Euro 89

GO WELL – DYNAMISCHE FUSS-BEINMASSAGE

Zügellose Leichtfüßigkeit

Den ganzen Tag auf den Beinen? Gönnen Sie sich eine tiefgreifende erdende Beinmassage, welche das Gewebe lockert, die Durchblutung wieder in Fluss bringt und den Kopf frei macht. Für vitale, erholte und entspannte Füße und Beine und eine tiefgehende mentale Fitness.

50 Min. Euro 79

VITAL

SPORTMASSAGE

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

Ganzkörper: 50 Min. Euro 82

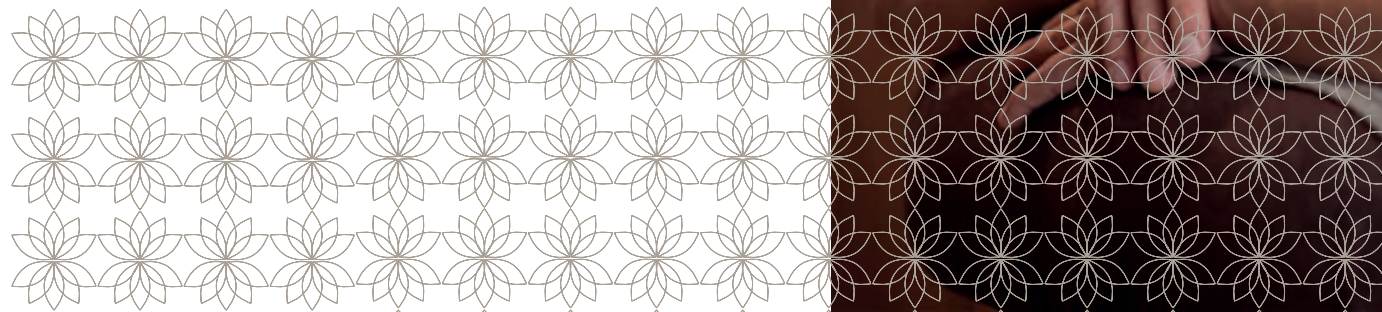
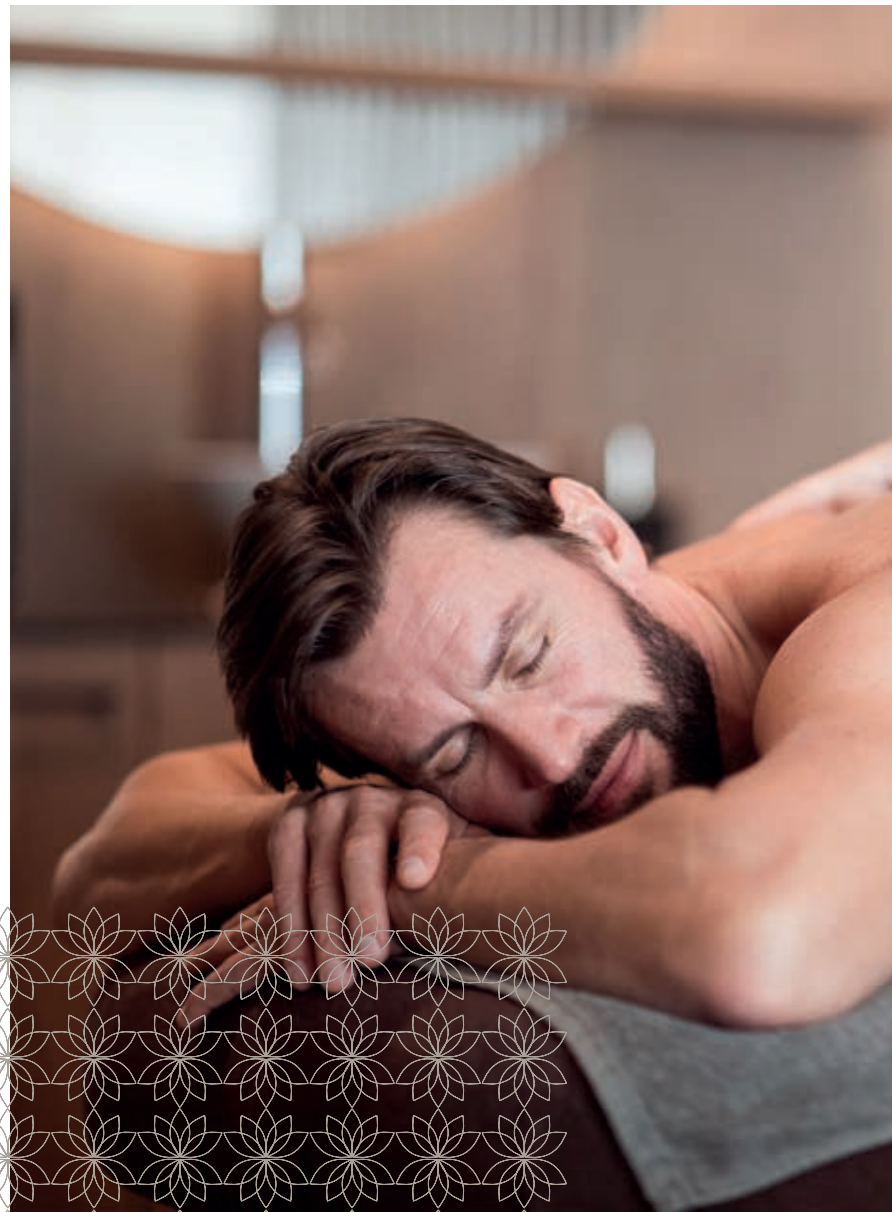
INDIVIDUALMASSAGE

Bei einem kurzem Vorgespräch werden die Behandlungsschwerpunkte besprochen. Anschließend folgt eine individuelle Massage, wobei man sich auf Ihre Problembereiche konzentriert.

Verschiedene Massagetechniken, von Warm- und Kaltreizen über Saugglocken bis zur klassischen Massage, lassen spürbare Verbesserungen erkennen.

25 Min. Euro 47

50 Min. Euro 82





*Feeling of
wellbeing*



TEAM DR JOSEPH - RESONANZ-RÜCKENMASSAGE

Die Wirkung der Resonanz-Rückenmassage 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.

50 Min.

Euro 82

BELVITA-PREMIUM-SPA-MASSAGE

Diese Behandlung kann als aktivierende Massage oder Entspannungsmassage gebucht werden. Beide Rituale dienen zum Stressabbau und führen zu einem besseren Schlaf. Das Johanniskraut-Öl dient zur Entspannung nach einem ruhigen Wellnessstag. Arnika-Öl wirkt aktivierend nach einem anstrengenden Sport-Tag.

50 Min.

Euro 82

RELAX

BERÜHRENDE AUSZEIT – ARMOMAMASSAGE

Bewusste Berührung für Körper und Geist. Eine Entspannungsmassage, die beruhigend auf körperlicher und mentaler Ebene wirkt. Der Duft ausgewählter Bio-Aromaöle und die sanfte Massagetechnik berühren ganzheitlich. Eine multi-sensorische Anwendung, die Ihre Muskulatur ins Gleichgewicht bringt und die Seele streichelt. Wirkungsvoll und traditionell!

Teilkörper: 25 Min. Euro 47

Ganzkörper: 50 Min. Euro 82

Ganzkörper: 70 Min. Euro 96

ENERGETISCHE CHAKRENMASSAGE

New Energy

Ein freier Geist und ein entspannter Körper führen Sie zu Ihrer inneren Mitte. Sanft duftende reine Chakren-Öle, energetisch geführte Massagegriffe und der gezielte Einsatz von Edelsteinen auf Ihren Energiezentren ermöglichen eine tiefgreifende Entspannung. Spüren Sie eine neue Form von tiefem Wohlbefinden.

50 Min. Euro 82

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.

50 Min. Euro 82

KOPF-GESICHT-MASSAGE

25 Min. Euro 47

KOPF-NACKEN-GESICHT-MASSAGE

25 Min. Euro 47

KOPF-NACKEN-GESICHT-RÜCKEN-MASSAGE

50 Min. Euro 82

KOPF-NACKEN-MASSAGE

25 Min. Euro 47



AYURVEDA

Ayurveda ist das Wissen vom Leben. Ayurveda ist die älteste ganzheitliche Medizin der Welt. Es ist die Lehre der Gesundhaltung des Körpers und des Heilens von Krankheiten im Einklang mit den biologischen Grundsätzen der Natur. Ziel ist es, das Gleichgewicht von seelischem und körperlichem Wohlbefinden wiederherzustellen.

ABHYANGA

Die berühmteste der ayurvedischen Massagen. Ein unbeschreibliches Gefühl der Ganzheit und Fülle entsteht, wenn jeder Zentimeter der Haut mit warmem Sesamöl 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.

70 Min. Euro 120

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.

50 Min. Euro 82



PEELINGS

Ein samtweiches Gefühl auf der Haut mithilfe bester Wirkstoffe aus der Natur. Einfach zum Wohlfühlen.

PEELING MIT HEUEXTRAKTEN

Optimale Reinheit

Ganzkörperpeeling mit Marillenkernen & Heuextrakten

Das sanfte, effiziente BIO Körperpeeling mit Heublumenextrakten und gemahlenen Marillenkernen reinigt die Haut porentief und lässt diese klarer und leuchtender erscheinen.

25 Min. Euro 41

AROMA-SALZ PEELING

Intensive Zartheit

Ganzkörper Aroma-Salz Peeling. Dieses Ganzkörperpeeling mit Aroma-Massageöl und Salz aus dem Totem Meer unterstützt die Erneuerung Ihrer Haut, fördert den Gewebestoffwechsel und macht Ihre Haut samtweich. Für ein intensiv frisches Gefühl.

25 Min. Euro 41

LEINENHANDSCHUH TROCKENPEELING

Anregende Frische

Dieses aktivierende Ganzkörperpeeling mit Rohleinen-Handschuhen und wirksamen Essenzen verbessert die Blut- und Lymphzirkulation und unterstützt den Stoffwechsel. Es wirkt reinigend und sorgt für ein klares und strahlendes Hautbild. Für spürbar neue Energie und ein starkes Körpergefühl.

25 Min. Euro 41





*Natural
body
peelings*



PACKUNGEN

Aktivierend, beruhigend, verwöhnend. Natürlich intensive Hautpflege für ein neues Wohlbefinden.

SPORT & VITALITY

Gebündelte Energie mit Arnika & Johanniskraut

Fühlen Sie die belebende Kraft der Sonnenpflanzen. Diese Gesundheitspackung spendet Ihren müden Gelenken und Muskeln neue Fitness. Die Kraft des Wirkstoffkomplexes aus Arnika und Johanniskraut baut Stress ab, löst Verspannungen und unterstützt die Leistungsfähigkeit Ihrer Muskulatur.

25 Min. Euro 42

HYDRATION

Süße Verführung für ein Plus an Feuchtigkeit mit Apfel & Hagebutte

Gönnen Sie Ihrer Haut ein sinnlich fruchtiges Schönheitsbad. Der Apfelextrakt ist reich an Vitaminen, Mineralstoffen, Pektinen und Wachsen - den idealen Wirkstoffen für die Pflege anspruchsvoller Haut. In Kombination mit der kostbaren Hagebutte wird das Wohlbefinden Ihrer Haut besonders gefördert und der Feuchtigkeitsverlust vermindert. Ihre Haut wirkt glatter und praller.

25 Min. Euro 42

HARMONY

Sanfte Erholung mit Ringelblume & Kamille

Freuen Sie sich auf ein besonderes Verwöhnprogramm mit Ringelblume und Kamille. Die aktivierenden und beruhigenden Inhaltsstoffe wirken ausgleichend auf empfindliche und gereizte Haut. Ihr Teint wird wieder frisch, Ihre Haut geschmeidig und strahlend.

25 Min. Euro 42

ANTI AGE

Effektive Schönheit mit Weintrauben & Sanddorn

Regeneration pur – schlüpfen Sie in ein neues Hautgefühl. Die gesamte Kraft der Weintrauben und des Sanddorns in dieser Schönheitspackung erhöhen den Eigenschutz Ihrer Haut und vermitteln ein angenehm seidiges Wohlgefühl.

25 Min. Euro 42

Die Kombination aus vorangehender Packung und abschließender Massage garantiert optimales Entspannen!

ALS KOMBIPAKETE ERHALTEN SIE:

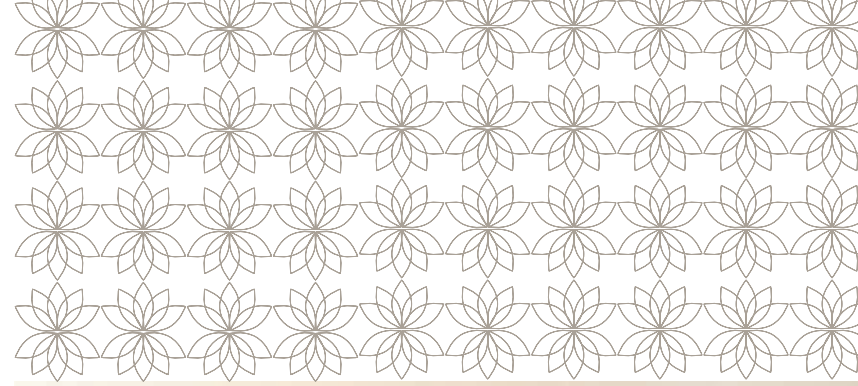
Packung mit Massage: 50 Min. Euro 79

Packung mit Peeling: 50 Min. Euro 79



BEHANDLUNGEN SPEZIELL FÜR SCHWANGERE

- TEAM DR JOSEPH GESICHTSBEHANDLUNGEN | SEITE 8
- IQMS GESICHTSBEHANDLUNGEN | SEITE 10
- GO WELL - DYNAMISCHE BEIN-FUSSMASSAGE | SEITE 19
- INDIVIDUAL-MASSAGE | SEITE 20
- KOPF-GESICHT-MASSAGE | SEITE 22
- KOPF-NACKEN-GESICHT-MASSAGE | SEITE 22
- KOPF-NACKEN-MASSAGE | SEITE 22
- KOPF-NACKEN-GESICHT-RÜCKEN-MASSAGE | SEITE 22
- SPA-MANIKÜRE | SEITE 14
- SPA-PEDIKÜRE | SEITE 14





KINDER & TEENAGERBEHANDLUNGEN





MANIKÜRE ODER PEDIKÜRE

Werde zur Prinzessin mit Nagellack und Glitzersteinchen

25 Min. Euro 40

GESICHTSBEHANDLUNG FÜR TEENIES

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

50 Min. Euro 69

KIDS-MASSAGE

Die süßeste Art zum Entspannen für Kinder mit einem Öl nach Wahl.

25 Min. Euro 40

KIDS PAKETE

...WEIL ICH EIN MÄDCHEN BIN

Bis 16 Jahre

- 1 Gesichtsbildung
- 1 Maniküre

80 Min. Euro 98

COOLE JUNGES

Bis 16 Jahre

- 1 Gesichtsbildung
- 1 Kids-Massage

80 Min. Euro 98

FAMILY PAKET

PAPA, MAMA & ICH

- 1 Teilkörper-Aromamassage für Mama
- 1 Teilkörper-Aromamassage für Papa
- 1 Kids-Massage nach Wahl

Paketpreis: Euro 121





ZEIT ZU ZWEIT





MOUNTAIN LOVE

- Peeling
- Partnermassage
- Anschließend genießen Sie Ihre Zweisamkeit bei einer „Ahrntaler Marende“ und einem Glas Prosecco in unserer Partnerlounge.

110 Min.

Euro 125 pro Person

PARTNERMASSAGE

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

Wählen Sie zwischen:

- Aromaölmassage
- Alpine Massage mit Ringelblume & Kamille
- Alpine Massage mit Apfel & Hagebutte
- Alpine Massage mit Arnika & Johanniskraut
- Alpine Massage mit Weintraubenkern & Sanddorn

50 Min.

Euro 82 pro Person

KUSCHELZEIT

- Hamam
- Partnermassage

Paketpreis:

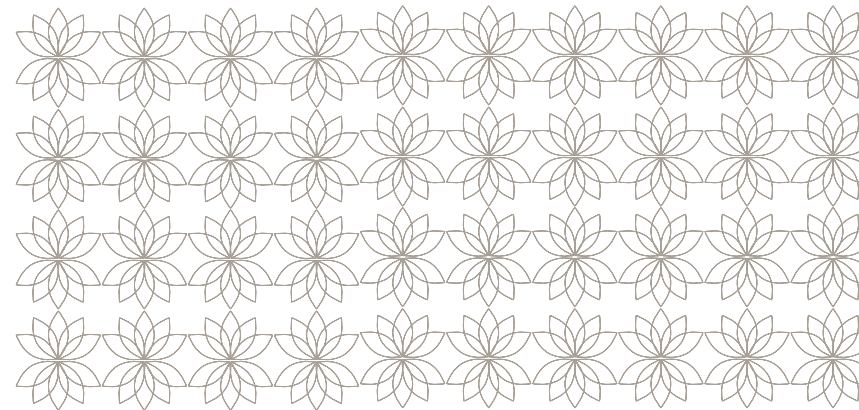
Euro 162 pro Person

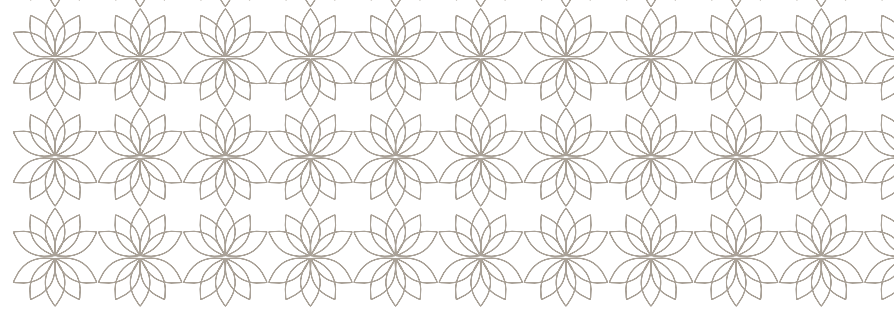
TIME TO RELAX

Genießen Sie die Zweisamkeit in privater Atmosphäre. Wir bereiten für Sie ein Bad in unserer Partner-Whirlwanne vor. Nachruhen können Sie in unserem Kuschelnest bei kulinarischem Genuss mit Canapées, Pralinen und einer Flasche Prosecco. Gemeinsam den Augenblick genießen - freuen Sie sich auf unvergesslich schöne Momente!

80 Min.

Euro 65 pro Person





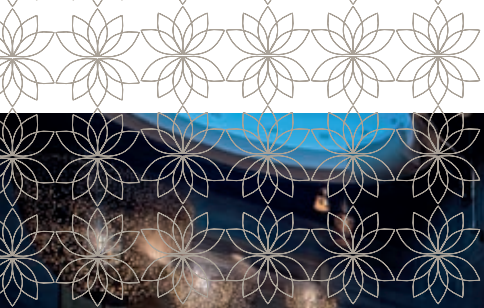
HAMAM

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.

80 Min. 195 Euro - 2 Personen

50 Min. 125 Euro - 1 Person







SKY LOUNGE DREAMS

Die neue Sky Lounge exklusiv für ungestörte Wellness-Momente mieten!
Ein besonderer Abend ganz im Zeichen von Wohlfühlen und Entspannen.

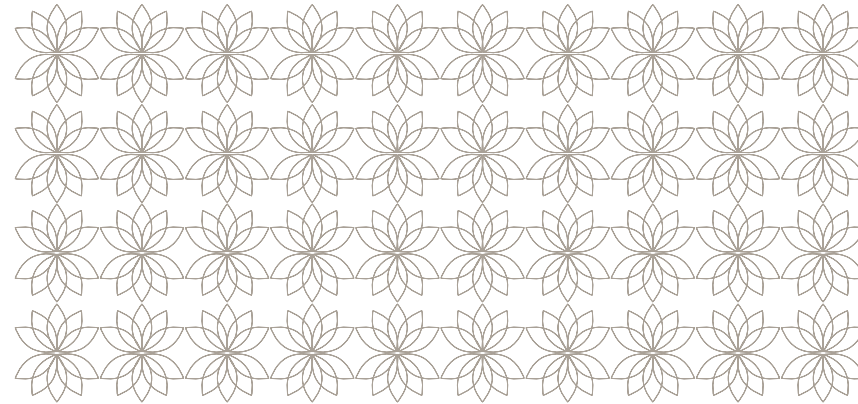
- Saunieren in der Panoramasauna
- Schwimmen unter Sternenhimmel im Sky-Sauna-Pool mit Whirl-Liegen
- Relaxen auf der Dachterrasse oder im Sky Relax Ruheraum
- 1 Flasche Südtiroler Sekt und eine süße Überraschung Deluxe lassen Sie auf Wolke 7 schweben

Täglich buchbar von 20.30 bis 22.30 Uhr.

Reservierung an der Hotel-Rezeption bis spätestens 18.00 Uhr des Vortages möglich.

120 Min.

Euro 145 pro Person





WOHLFÜHLPAKETE

Tel. 812

spa@wellnessresort.it

Reservierung

10.00 - 12.00 Uhr

13.00 - 19.00 Uhr





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.

FUSSRELAX

- Spa-Pediküre
- Go Well - dynamische Fuß-Beinmassage
- Padabhyanga

Paketpreis: Euro 203

BODY SHAPE

- IQMS Körper-Effektbehandlung
- Detox Cellulite Behandlung (50 Min.)
- Bauch-Straffungsprogramm

Paketpreis: Euro 230

LADIES DAY

- Spa-Pediküre mit Lack
- Spa-Maniküre mit Lack
- Classic Gesichtsbildung

Paketpreis: Euro 252

JAMES BOND

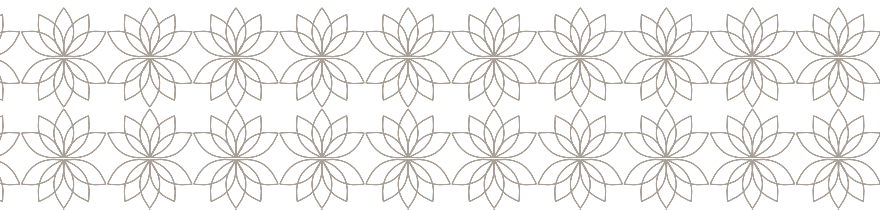
- Express Power Lifting Gesichtsbildung
- Alpine Ganzkörpermassage nach Wahl

Paketpreis: Euro 151

DEEP RELAX

- Abhyanga
- Energetische Chakrenmassage
- Harmony Körperpackung

Paketpreis: Euro 220





SPA- & WELLNESS-INFOS

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: 812

IHRE GESUNDHEIT IST UNS WICHTIG

Bitte informieren Sie uns bei der Terminvereinbarung über eventuelle gesundheitliche Einschränkungen, Schwangerschaft oder Unverträglichkeiten. Wir beraten Sie auch gerne persönlich, um die optimalen Anwendungen für Sie zusammen zu stellen.

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-Rezeption im Amonti.

BEKLEIDUNG

Damit Sie es so bequem wie möglich haben, erscheinen Sie zu den Behandlungen im flauschigen A&L Bademantel. Wir bitten Sie Schmuck und Wertsachen im Zimmersafe zu deponieren. Gerne reichen wir Ihnen für die Massagen auch einen Einmal-Slip.

JEDER MOMENT IST KOSTBAR

Bitte melden Sie sich kurz vor Beginn des Termins an unserer Spa Rezeption an und genießen Sie eine entspannende Tasse Tee als Einstimmung auf Ihre Behandlung. Aus Rücksicht gegenüber den nachfolgenden Gästen, bitten wir um Verständnis, dass bei Verspätung Ihrerseits, sich Ihre Behandlungszeit entsprechend verkürzt.

RUHE UND ERHOLUNG

Wir sind eine Oase der Ruhe. Wir bitten Sie daher, leise zu sprechen und sich eine handyfreie Zeit zu gönnen!

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.



UNSERE KOSMETIKPARTNER

!QMSMEDICOSMETICS

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.

PRODUKTVERKAUF

Ob als Geschenk für Ihre Lieben zu Hause oder einfach ein schönes Andenken an Ihre Spa-Anwendung, alle Produkte sind bei uns auch im Verkauf erhältlich.

HIGHTECH NATURAL COSMETICS

TEAM DR JOSEPH

SÜDTIROL

TEAM DR JOSEPH – Hightech Natural Cosmetics

Im 21. Jahrhundert kommen Höchstleistungen nur noch von professionellen Teams – davon sind wir überzeugt. Tag für Tag folgen wir unserem Pioniersanspruch, Kosmetik, Hightech, Natur und Ästhetik in einzigartiger Qualität zu verbinden: Hightech Natural Cosmetics, für eine neue Generation von Hautpflege.

TEAM DR JOSEPH Das Beste aus Hightech + Natur

- Spürbarer Soforteffekt
- bio-zertifiziert
- 35 Jahre Erfahrung, entwickelt für Profis
- 15x prämiert und ausgezeichnet
- ganzheitliche Behandlungen für Ihre Hautgesundheit
- ergebnisorientiert, für maximalen Effekt



SAUNA GUIDE





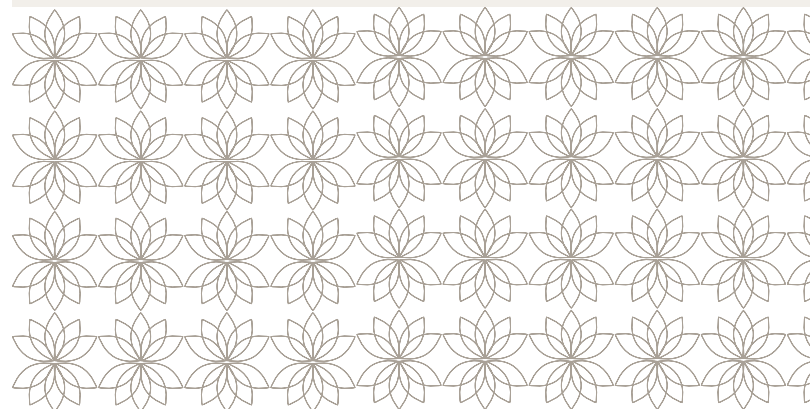
WENN ENTSPANNUNG EIN ORT IST,
SIND SIE GERADE ANGEKOMMEN.

WILLKOMMEN IN DEN A&L SAUNAWELTEN

Wärme & Erfrischung als vitalisierender Gegensatz. Im A&L Wellnessresort kommen Körper & Geist im Luxus der Entspannung an. Die professionellen Aufgüsse unseres Vitaltrainers sind dabei Höhepunkte des Sauna-Genusses. Um Ihr Saunaerlebnis so wohltuend und entspannend wie möglich zu gestalten, haben wir für Sie diesen Sauna-Guide zusammen gestellt. Hier finden Sie die Tipps zum richtigen Saunieren, unsere Sauna-Regeln, Informationen zum gewünschten Dresscode und eine Beschreibung unserer Saunen.

Sollten Fragen offen bleiben: Zögern Sie nicht, sich an unser Team im A&L Vital Spa zu wenden!

Wir wünschen Ihnen eine schöne Saunazeit!
Ihre Familie Steger
A&L Wellnessresort



DIE WIRKUNG DER SAUNA

Das Schwitzen in der Sauna trainiert das Wärmeregulationssystem des Körpers. Durch das Wechselspiel von Wärme und Kälte werden die Blutgefäße in der Haut und in den Schleimhäuten der Atemwege stimuliert. So lernt der Körper, sich unterschiedlichen Temperaturen anzupassen. Folglich werden Erkältungsviren besser abgewehrt und grippalen Infekten wird vorgebeugt.

DIE DAMPFAUNA

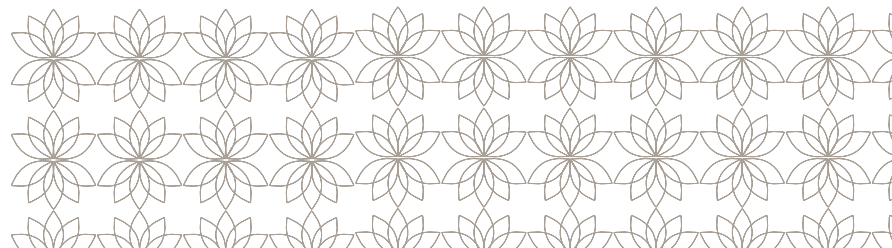
Dampfsaunen und Kabinen mit besonders feuchter Raumluft wirken hauptsächlich auf die Atemwege und Schleimhäute. In Verbindung mit den eingesetzten Aromen und Ölen wird eine antibakterielle und den Stoffwechsel anregende Wirkung erzielt. Außerdem hat der Besuch in Feuchtkabinen eine spürbare Schönheitswirkung. Insbesondere in Kombination mit Peelings und Rückfettungen werden die obersten Hautschichten verjüngt und gepflegt. Nach dem Dampfbadbesuch empfiehlt sich eine lauwarme Dusche und eine ausgiebige Nachruhpase.

DIE FINNISCHE SAUNA

Finnische Saunen sind trockene Heißluftbäder mit zwischengeschalteten Abkühlungsreizen und wirken sich bei richtiger Nutzung nachweislich positiv auf die Gesundheit aus. Die Wechselwirkung von Wärme- und Abkühlungsreizen fördert die Durchblutung der Haut und der Schleimhäute, trainiert sanft das Herz-Kreislauf-System sowie die Anpassung von Blutdruck und Blutverteilung, steigert die Abwehrkräfte gegen Infekte, dient der Hautreinigung und Zellneubildung und wirkt entspannend auf Psyche und Muskulatur.

INFRAROT-RELAX-LIEGEN

Die Infrarotliegen bringen den Körper allein durch die Wärme der Infrarotstrahlen zum Schwitzen. Dabei dringen die Infrarotstrahlen in die Haut ein und erzeugen eine angenehme Tiefenwärme von innen heraus - man spricht auch von einem Tiefenwärme-Effekt. In unserem Körper gibt es Strukturen, die Infrarotstrahlung besonders gut absorbieren, dazu gehören vor allem die Muskeln. Es kommt also zu einer sehr wirkungsvollen, intramuskulären Durchblutungssteigerung, die dann über den Kreislauf im gesamten Körper verteilt wird.





TIPPS ZUM RICHTIGEN SAUNIEREN

- Nehmen Sie sich Zeit für Ihren Besuch in der Sauna! Sie benötigen mindestens zwei Stunden, um das Saunieren zu genießen.
- Vermeiden Sie Anstrengung, Hektik und Stress! Beim Saunagang stehen Ruhe und Entspannung im Vordergrund.
- Besuchen Sie die Sauna weder hungrig noch mit vollem Magen! Zwischen dem Saunagang und der letzten großen Mahlzeit sollte mindestens eine Stunde vergangen sein.
- Nehmen Sie vor dem Saunagang eine Reinigungsdusche und trocknen Sie sich vor dem Betreten der Kabine gründlich ab.
- Betreten Sie die Sauna nur, wenn Ihnen warm ist! Ein warmes Fußbad im Vorfeld fördert das Schwitzen zusätzlich.
- Betreten Sie die Sauna keinesfalls bekleidet.
- Vermeiden Sie körperliche Anstrengungen! Jede Betätigung wie z. B. Gymnastik kann zu unnötiger Belastung von Kreislauf und Atmung führen.
- Pro Saunagang empfehlen wir zwischen 10 und 15 Minuten Verweildauer, je nach persönlichem Wohlbefinden. Verlassen Sie die Sauna, wenn Sie sich nicht mehr wohlfühlen.



- Kühlen Sie sich nach dem Saunagang ab! Atmen Sie an der frischen Luft tief durch und reiben Sie sich anschließend mit kaltem Wasser oder Eis ab: zuerst die Arme und Beine, dann Rücken und Rumpf – von den Extremitäten zum Herzen hin – und zuletzt den Kopf.
- Nach der Abkühlung wirken ein leichtes Erwärmen der Füße mit einem warmen Fußbad und das Überziehen von Wollsocken wohltuend auf den gesamten Körper.
- Ruhen Sie Ihren Körper im warmen Bademantel eingehüllt aus! Zwischen den Saunagängen empfehlen wir eine Ruhephase von mindestens 30 Minuten.
- Wiederholen Sie den Saunagang höchstens drei Mal. Auch im Sommer fördert ein Saunabesuch die Gesundheit und pflegt die Schönheit.
- Saunaaufgüsse werden von unseren Vitaltrainern durchgeführt. Die entsprechenden Uhrzeiten finden Sie in unserem Veranstaltungsprogramm.
- Informieren Sie sich bei unseren kompetenten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern im A&L Vital Spa. Gerne beraten sie Sie zu Behandlungsangeboten sowie zu den Wirkungen der Sauna.





SAUNA - DRESSCODE

Die Sauna ist ein Nacktbereich und darf folglich nur unbekleidet betreten werden. Für mehr Intimität in der Saunaaanlage kann ein Handtuch getragen werden. Der gesamte Saunabereich darf nur mit Badeschuhen betreten werden. Nutzen Sie das Dampfbad ohne Badesandalen und ohne Handtuch. Betreten Sie die Trockenkabinen ohne Badesandalen mit Handtuch (Holzschutz- und Hygienegründe) und bedecken Sie damit die gesamte genutzte Holzfläche (Sitz- und Fußbereich).

5 GRÜNDE, WARUM UNSERE SAUNEN OHNE BADEANZUG GENUTZT WERDEN:

1. Wenn Sie die Saunakabinen ohne Badebekleidung betreten, kann die Wärmestrahlung Ihre Haut ungehindert erreichen, was für den wohltuenden Effekt der Sauna wichtig ist.
2. Durch die synthetischen Stoffe von Badeanzug und Badehose könnten bei der hohen Raumtemperatur Gifte oder andere Substanzen abgegeben werden.
3. In der Saunakabine schwitzt Ihr Körper und der Schweiß würde sich in der Badebekleidung sammeln. Die Verdunstung und damit Kühlung wird verhindert, somit würde der eigentlich gewünschte Effekt der Sauna behindert.
4. Ist der Badeanzug aus synthetischem Material hergestellt, würde es sich nicht besonders gut anfühlen, darin zu schwitzen. Es könnten unangenehme Gerüche entstehen und eine Bakterienübertragung oder -sammung durch den Stoff stattfinden. Es spielen also vor allem hygienische Überlegungen eine Rolle.
5. Gehen Sie anschließend mit dem selben Badeanzug in den Pool, würde dieser darin „gewaschen“ werden. Natürlich wäre das ein nicht gerade hygienischer Aspekt für andere badende Saunagäste.



SAUNAETIKETTE REGELN FÜR DIE NUTZUNG DES SAUNABEREICHS

- Ruhe ist im Saunabereich oberstes Gebot! Wir bitten Sie, in den Liegebereichen und in den Ruheoasen andere Gäste bei ihrer Entspannung nicht zu stören.
- Zur Sky Lounge im 4. Stock haben Kinder unter 18 Jahren keinen Zutritt.
- Der Saunabereich ist ein Nacktbereich, es ist verboten die Saunen in Badebekleidung zu betreten.
- Beachten Sie unsere Tipps zum richtigen Saunieren. Es wird großer Wert auf die Einhaltung der Hygieneempfehlungen gelegt.

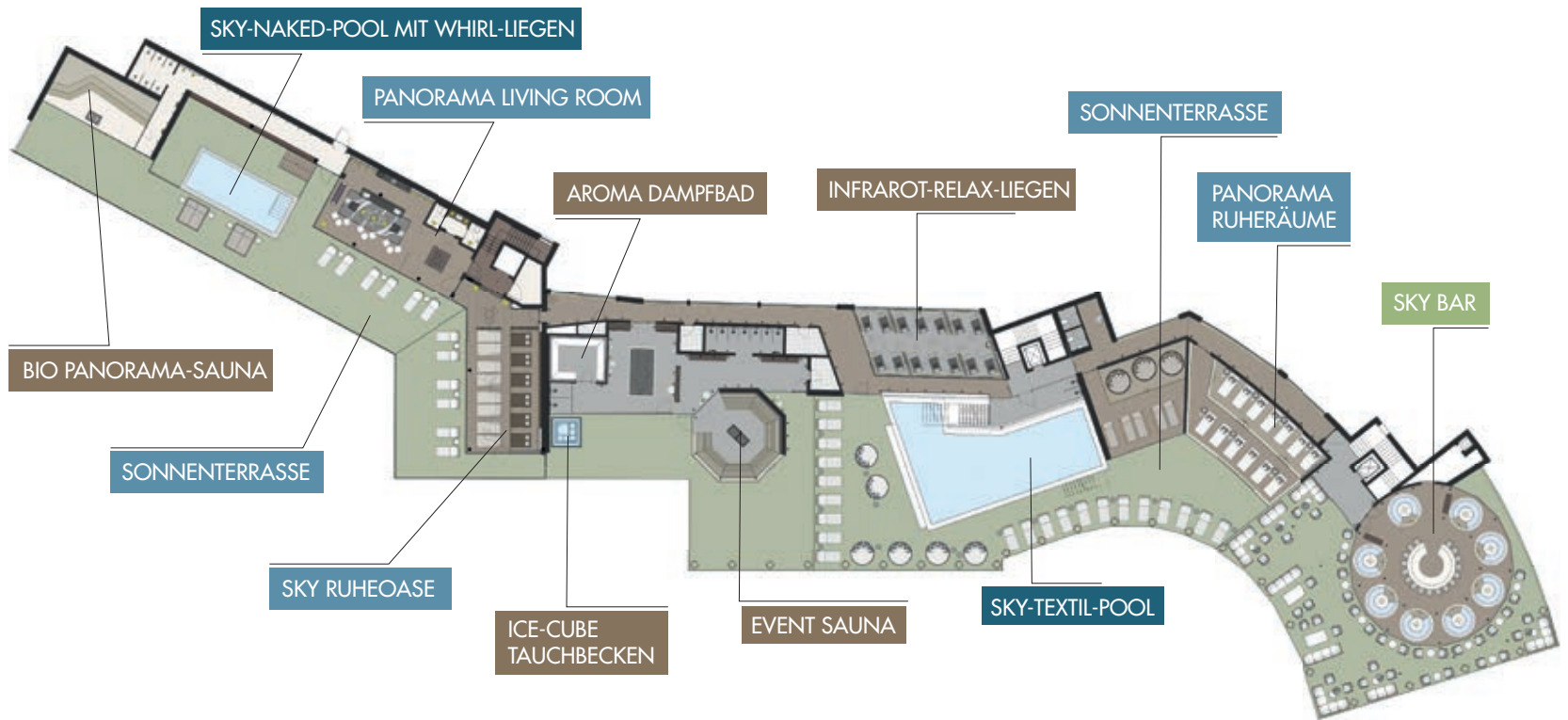
WELLNESSRESORT

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



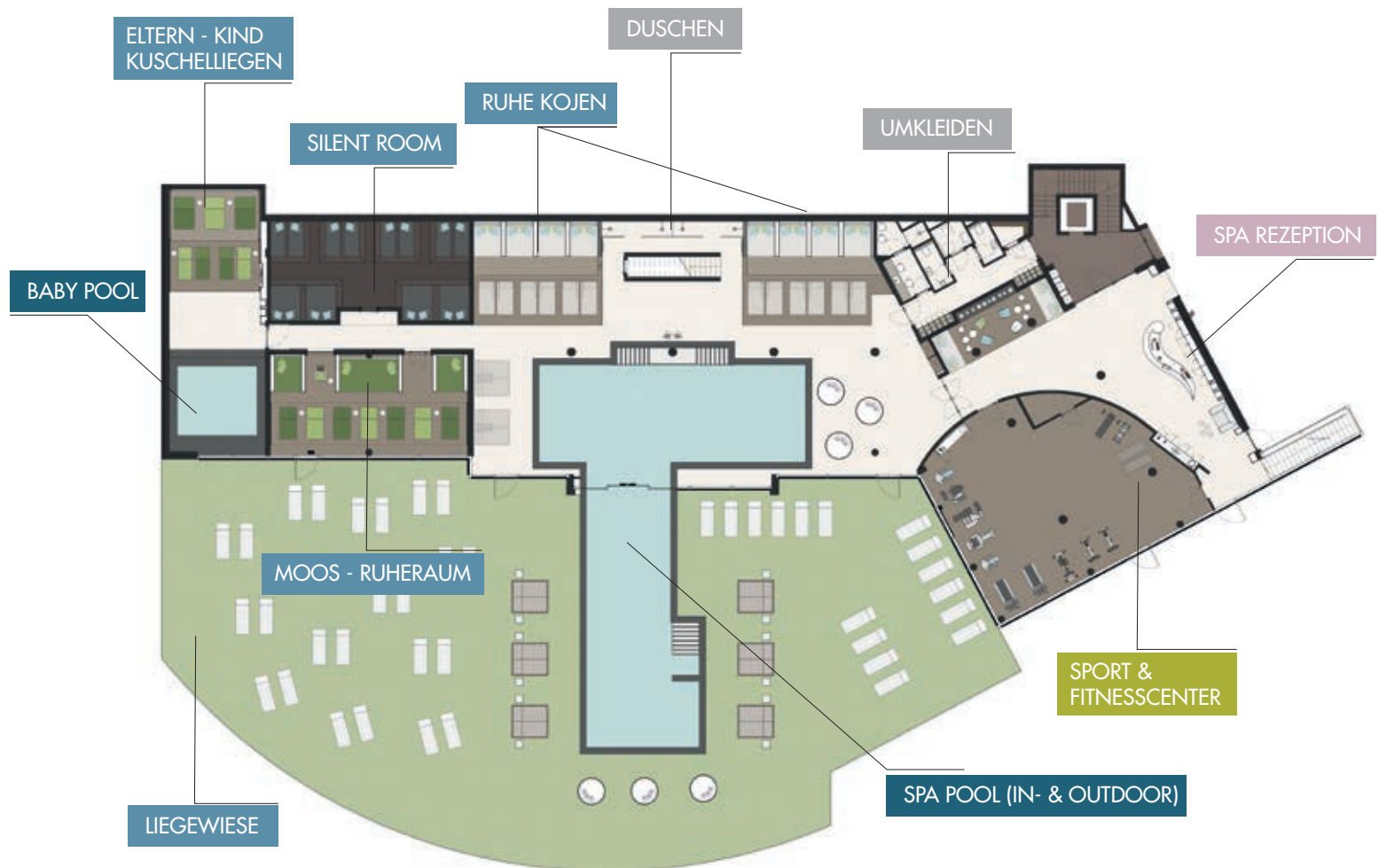
SKY LOUNGE

(4. STOCK)



SPA LODGE

(ERDGESCHOSS)



FAMILY SPA „BLUE PLANET“





AMONTI

Tel. +39 0474 651010
amonti@wellnessresort.it



A&L

FAM. STEGER
I- 39030 Steinhaus im Ahrntal
Südtirol - Italien
www.wellnessresort.it

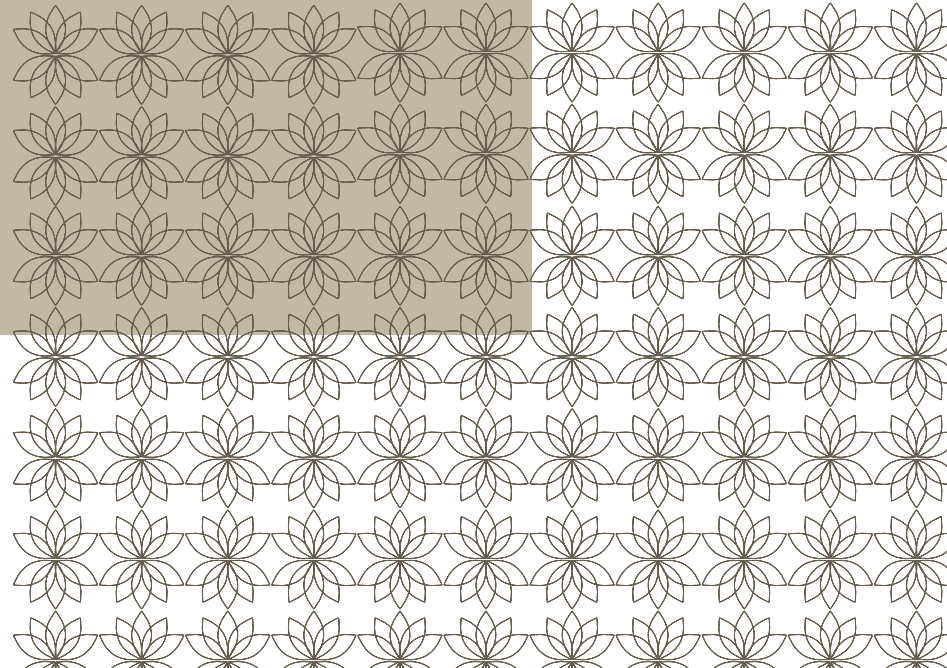


LUNARIS

Tel. +39 0474 652190
lunaris@wellnessresort.it



Grafik & Konzept: www.veronikaandergassen.com
Bilder: Archiv A&I, Wellnessort, Florian Andergassen, Filippo Galluzzi, Fotola,
Vitals Dr. Joseph, Manuel Kollerleger, Brandramic





www.wellnessresort.it

