

LASSEN SIE ES SICH GUTGEHEN

Ein SPA im Herzen der Alpen: Bei angenehmen Peelings und Packungen, entspannenden Bädern und wohltuenden Massagen verströmen die würzigen Aromen der Südtiroler Berge eine Behaglichkeit, die an fröhliche Tage in der Kindheit und tiefe Geborgenheit erinnert. Lassen Sie sich ruhig fallen und genießen Sie die feinen Düfte und entspannend-belebenden Wirkungsweisen unserer landestypischen Pflanzen und Kräuter.

Klassische Massagen

Auf die Schnelle was Gutes

Eine auf Sie abgestimmte Massage für Rücken, Nacken, Schultern, aber auch für die Beinmuskulatur. Mit sanftem Druck werden Verspannungen gelöst, Muskulatur gelockert und neue Energie freigesetzt.

Dauer 25min: 35€

Vitalmassage

Beginnend mit warmen Fußkompressen, können Sie besonders gut loslassen. Eine Massage der Waden und Füße in Kombination mit der Rücken- und Nackenpartie sorgt für einen neuen Energieschub und wirkt lindernd bei Muskelverspannung.

Dauer 50min: 58€

Lymphdrainage

Beruhigende, sanfte Massage mit entwässernder und entstauer Wirkung. Stärkt das Immunsystem, mildert Schwellungen und regt sanft die Entschlackung und Entgiftung des Körpers an.

Dauer 50min: 58€

SportVitalmassage

Die perfekte Behandlung nach einem aktiven Tag. Einstimmendes Latschenkieferfußbad der Sarnen Latsche und anschließende Fußmassage. Gefolgt von einer aktivierenden Ganzkörpermassage mit Latschenkieferöl. Mit neuem Schwung zu mehr Leichtigkeit und Wohlfühl!

Dauer 80min: 80€

HotStoneMassage

Diese tiefenentspannende Massage mit warmen Lavasteinen und speziellen Massagetechniken sorgt für einen neuen Energieschub und wirkt lindernd bei Muskelverspannungen, aber auch bei innerer Unruhe.

Dauer 50min: 60€

RückenSpezialmassage

Wirkungsstarke Naturprodukte und eine modulierte Massage mit Schröpfgläsern lösen Verspannungen der Rückenmuskulatur und verbessern die Dynamik der Wirbelsäule. Sie verschaffen Entspannung für den gestressten Rücken und helfen eine gute Haltung zu bewahren. Dauer 50min: 58€

Unser Tipp: Peelings lassen sich ausgezeichnet vor einer Massage anwenden, da die Haut die Wirkstoffe der wertvollen Öle so optimal aufnehmen kann. Für Ihre besonderen Glücksmomente: Kombination Peeling und Massage 80 €

Wussten Sie schon ...? Massagen aktivieren die Selbstheilungskräfte, steigern das Wohlbefinden, stärken die körperliche und geistige Aktivität und fördern innere Ruhe und Gelassenheit.

Peelings

Lärchenpeeling 20 Min. - 32 €

Latschenpeeling 20 Min. - 32 €

Heupeeling 20 Min. - 32 €

Wussten Sie schon ...? Nach einem Peeling erstrahlt die Haut in neuer Frische, denn durch das Entfernen von abgestorbenen Hautschüppchen und Verhornungen wird sie wieder seidenweich, rein und glatt. Ein Peeling regt die Durchblutung an und bringt die Hauterneuerung in Schwung. So erscheint Ihr Teint sofort wesentlich frischer. Über die Vorzüge eines Peelings wussten übrigens schon die alten Ägypter Bescheid. Sie haben die Haut mit Nilsand und Salz gepeelt.

Gesichts- und Kosmetikbehandlungen

Bei unseren Gesichtsbehandlungen vertrauen auf die Naturkosmetiklinie von Gertraud Gruber. Denn wahre Schönheit entsteht aus dem Gleichklang von Körper, Geist und Seele. Daher versteht sich die Pflege von Gertraud Gruber seit jeher als Ganzheitskosmetik. Fein aufeinander abgestimmt, verbinden sich spezielle Behandlungsmethoden und hochwertige Präparate zu unverwechselbaren Erlebnissen, die hinsichtlich Wirksamkeit und Wohlfühl höchste Ansprüche erfüllen.

Klassische Gesichtsbehandlung

Feuchtigkeitsspendende, aufbauende Pflege mit individuellen Produkten für jeden Hauttyp. Wirkt beruhigend, erfrischend und glättend. Reinigung, Peeling, Augenbrauen regulieren, Maske oder Packung, Kopf-Schulter- Nackenmassage und Tagespflege. Geeignet für alle Hauttypen, da wir die Produkte speziell auf Ihren Hauttyp abstimmen.

Dauer 80min: 68€

Dauer 50min: 55€

HydroWellnessPlus

Ein erfrischendes Wohlfühlerlebnis für mehr Feuchtigkeit. Spüren Sie das wunderbare Hauterlebnis aus purer Frische und Vitalität. Hochkonzentrierte Algenwirkstoffe pflegen die zarte Haut von Gesicht, Hals und Dekolleté. Zu den pflanzlichen Ingredienzien gehören Phytosqualan aus der Olive sowie Extrakte aus Lapacho und grünem Tee. Diese wirken revitalisierend und regulieren den Feuchtigkeitsgehalt der Haut. Zusätzlich sorgen Nachtkerzenöl und Sheabutter für mehr Spannkraft und Elastizität.

Geeignet für alle Hauttypen, besonders empfehlenswert für trockene und sensible Haut. Auch bestens für den Mann geeignet. Dauer 80min: 80€

MethodeSYMPHONIE

Premiumbehandlung mit einer Komposition aktiver reiner Wirkstoffe.

Gönnen Sie sich den Luxus dieser außergewöhnlichen Behandlung, denn kaum etwas wirkt tiefer und nachhaltiger auf Wohlbefinden, Ausstrahlung und Schönheit. Das Ergebnis ist ein strahlendes, samtiges und verjüngtes Hautbild. Geeignet für alternde, angespannte und fahle Haut.

Dauer 80min: 74€

Wussten Sie schon ...? Das Gesicht ist der Spiegel der Seele. Deshalb widmen sich unsere Behandlungen in erster Linie Ihrem Wohlbefinden. Bei unseren professionellen Gesichtsbearbeitungen wird die Haut durch intensive Pflege von Gesicht, Hals und Dekolleté angeregt, sich zu regenerieren: für einen strahlend schönen Teint.

Augenbrauenregulierung 9 €

Augenbrauen färben 10 €

Wimpern färben 13 €

Depilation

- Ganzes Bein 32 €

- Halbes Bein 22 €

- Achselhöhle 12 €

- Oberlippe 5 €

- Oberlippe & Kinn 10 €

Maniküre 32 €

- mit Farblack 37 €

- mit Permanentlack 42 €

Pediküre 35 €

- mit Farblack 40 €

- mit Permanentlack 45 €

Urlaubskombi

Maniküre und Pediküre in Kombination 62 €

mit Farblack 72 €

mit Permanentlack 82 €

Bäder

Lärchen Badl 20 Min. - 32 €

Ringelblumen und Kamillen Badl 20 Min. - 32 €

Heublumen und Wacholder Badl 20 Min. - 32 €

Heu Badl 20 Min. - 32 €

Wussten Sie schon ...? Heubäder gehören seit Jahrhunderten untrennbar zur Kultur Südtirols. Diese einzigartige Tradition bringt uns Menschen wieder ein gutes Stück zurück zur Natur. Auf den Südtiroler Almen und Bergwiesen wächst ein Heu, das sich durch seinen besonders hohen Kräuteranteil auszeichnet und aufgrund seines Artenreichtums besonders wertvoll ist.

In der Softpackliege können bei 38°C alle Körperpackungen besonders intensiv einwirken. Die Wärme öffnet die Poren und die wertvollen Wirkstoffe können so vom Körper bestmöglichst aufgenommen werden. Zusätzlich wird die Wirbelsäule durch den Schwebezustand komplett entlastet und Sie gelangen zu einer wahren Tiefenentspannung.

Für Länger-Genießer: unsere SPA-Pakete

„Die Lärche mit allen Sinne erfahren“ / Großes Lärchenpaket

Wir beginnen mit einem Peeling aus Meersalz und Lärchenöl. Die sanfte, kreisförmige Reibung der Salzkristalle auf der Haut bewirkt eine Anregung des Stoffwechsels und eine Entgiftung des Körpers. Das darauffolgende Bad verstärkt die Wirkung des Salzes und ermöglicht tiefe angenehme Entspannung. Der dazu gereichte feine Lärchentee unterstützt die Anwendung von Innen. Der Höhepunkt der Behandlung ist die Ganzkörpermassage mit reinem Lärchenöl, bei der die Wirkstoffe gezielt in die Tiefe gelangen und Verspannungen gelöst werden. Der wohltuende Duft der Lärche stärkt die Atemorgane und wirkt nachhaltig auf Körper und Seele.

Dauer 110min: 110€

„Schönheit“ / kleines Lärchenpaket

Diese intensiv feuchtigkeitsspendende Körperbehandlung beginnt mit einem Lärchen-Ganzkörperpeeling. Die anschließende hydratisierende Lärchenpackung schenkt Ihrer Haut ein Plus an Vitalität.

Dauer 50min: 55€

„Muskeln & Gelenke“

Ein einstimmdes Ganzkörperpeeling hilft die Zirkulation zu stimulieren. Danach gibt es eine regenerierende Latschenkieferpackung, um Muskeln und Gelenke fit zu halten. Durch die darauffolgende Teilkörpermassage (Rücken oder Beine) mit sanftem oder starkem Druck wird die Muskulatur gelockert und neue Energien freigesetzt. 80 Min. - 80 €

„Cellulite“

Ein reinigendes Peeling zu Beginn lässt Ihre Haut strahlen. Durch die anschließende Detoxmassage wird Gewebe entstaubt und blockierte Lymphenergie kann wieder frei fließen. Durch ausleitende Massagegriffe wird der Stoffwechsel angeregt und Cellulite gemildert. 80 Min. - 80 €

„Für müde Wanderer“

Nach einem aktiven Tag versorgt eine Vitalmassage mit duftendem Sarner Latschenöl Ihre Haut mit neuen Wirkstoffen. Erleben Sie frische Vitalität und tiefstes Wohlbefinden durch den bewährten Kraftbaum unseres Nachbartals, dem Sarntal. Die anschließende Latschen-Arnika-Packung, in der Schwebeliege angewendet, verspricht tiefe Entspannung und anhaltende Regeneration. 80 Min. - 85 €

„Rücken Special“

Eine muskelentspannende Rückenmassage garantiert neues Auftanken in wunderbarster Form. Das anschließende Nachruhen in der Schwebeliege mit einer wärmenden Rückenpackung aus Arnika rundet diese wohltuende Behandlung ab. 80 Min. - 85 €

„Gesicht & Körper“

Sich von Kopf bis Fuß verwöhnen lassen - ein ideales Behandlungsritual für Entspannung und Wohlbefinden. Es sich einfach einmal gut gehen lassen, andere machen und sich selbst treiben lassen. An nichts denken während professionelle Hände Körper und Haut Gutes tun. Ihr Körper wird es Ihnen danken (auch auf mehrere Tage aufteilbar): Gesichtsbehandlung mit individuell abgestimmten Produkten (50 Min.), Körperpeeling, Körperpackung, Ganzkörpermassage. 150 Min. - 158 €