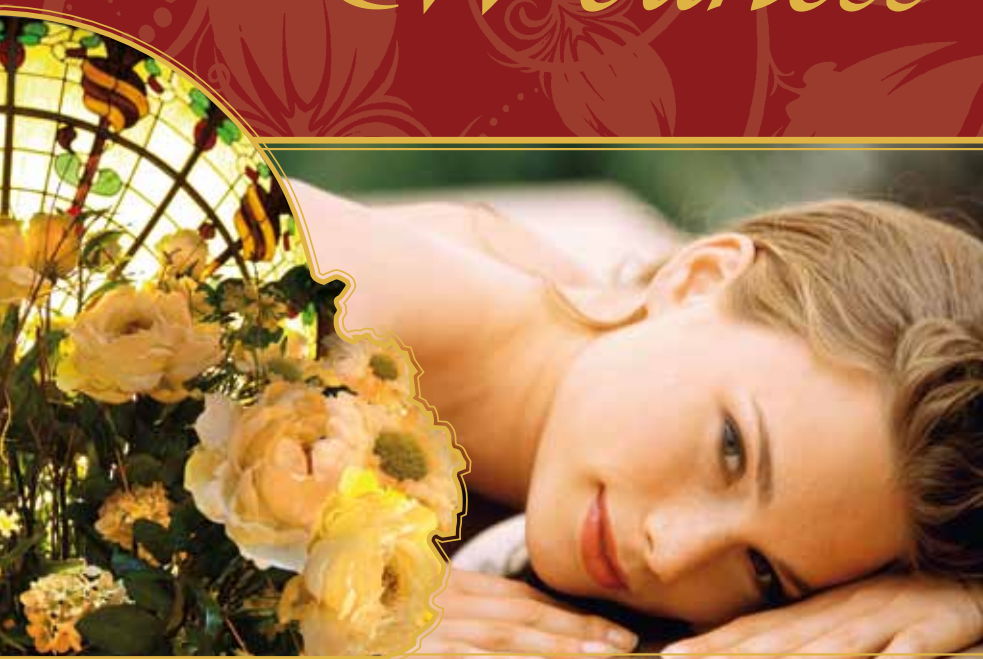


Beauty & Wellness



superior
★ ★ ★ ★ ★
Alpenrose

W E L L N E S S - R E S I D E N Z



Gesicht & Dekolleté Seite 4

Körperbehandlungen Seite 8

Schön von Kopf bis Fuß Seite 12

Verwöhnpakete zum Vorzugspreis für SIE & IHN Seite 14

Anti-Stress Programm individuell Seite 16

Massagen für Körper und Seele Seite 18

Ayurvedische Behandlungen Seite 24

Wellnessbäder Seite 26

Wohlfühlpakete zum Verwöhnpreis Seite 28

Spezielle Behandlungs-Zeremonien Seite 30

Gesundheit und Fitness Seite 34

Fit & Fun Wochenprogramm Seite 38

Rund um die Alpenrose Seite 40

*Der Luxus
des Genießens*

*Schönheit ist Gleichklang zwischen
innerer Balance und äußerem Wohlfühl*

Gesicht & Dekolleté

Gesicht & Dekolleté

Gesichts-, Hals- und Dekolletébehandlung

nach MARIA GALLAND PARIS oder INGRID MILLET
Tiefenreinigung mit Vapozon, Augenbrauen fassonieren,
Gesichtsmassage, Maske je nach Hauttyp

90 Min € 80,-

Gesichtspflegebehandlung für IHN

nach MARIA GALLAND PARIS
Entspannt pflegen – herrlich entspannen.
Reinigung, Tonic, Gesichtsmassage und Feuchtigkeitsmaske
mit Tiefenreinigung

60 Min € 65,-

90 Min € 80,-

**MARIA
GALLAND**
PARIS

Maria Galland zählt zu den weltweit führenden Marken, die sich auf der Basis neuester Forschungen und jahrzehntelanger Erfahrung ständig weiterentwickelt. Maria Galland Paris bietet ganzheitliche, maßgeschneiderte Behandlungskonzepte und innovative, wirkungsstarke Produkte.

Speziell für Teenies (bis 14 Jahre)

Auf die Bedürfnisse der jungen Haut abgestimmte
Gesichtsbehandlung: Reinigung, Tonic, Tiefenreinigung,
Maske je nach Hauttyp

60 Min € 55,-

Soin Profilift – absolut anders

Innovative Behandlung mit sichtbarem Liftingeffekt und
Spezialmassage, bei der Stoffe gegen den Festigkeitsverlust
eingeschleust werden. Man sieht es deutlich.

90 Min € 95,-

De-Luxe Liftingbehandlung

bekämpft die Spuren des Alters mit der Kraft von hochreinen
Goldpartikeln, zweifachem Kaviar-Extrakt, Bio-Collagen
und einem patentierten Pro-Junghormon DHEA
mit Maske und Modellage

60 Min € 80,-

90 Min € 120,-

Masque Thalasso – Die kühle Kraft des Meeres

Klassische Gesichtsbehandlung mit einer Power-Kur aus dem
Meer. Ein Extrakt aus Braunalgenzellen befreit die Haut von
abgestorbenen Partikeln und sorgt für Feuchtigkeit

90 Min € 90,-

*Strahlend schön,
natürlich zart*

Gesicht & Dekolleté



Masque Modellant – Mineralien regen an

Diese wärmende Mineralienmaske wirkt wie ein Katalysator für zuvor aufgetragene hochwirksame Spezialpräparate. Die Lymphfähigkeit und Blutzirkulation werden aktiviert

90 Min € 90,-

NEU: System Dermatologique

besonders geeignet für Allergiker
Gesichtsbehandlung mit Produkten, die auf Ihren persönlichen Hautzustand abgestimmt werden. Die Hautfunktionen werden dauerhaft aktiviert, die Regeneration der oberen Hautschichten angeregt, oxidativer Stress abgebaut. Die ideale Pflege auch vor oder nach einem chirurgischen Lifting. Ohne Parabene, Paraffine und Farbstoffe.

90 Min € 95,-

1964 entdeckte die Biochemikerin Ingrid Millet, dass sich in den Zellen des Kaviars alle für eine perfekte Zellentwicklung notwendigen Stoffe befinden. Ergänzt durch pflanzliche Wirkstoffe aus dem Meer wurde in den folgenden Jahren eine erfolgreiche Kosmetiklinie kreiert.

INGRID MILLET
PARIS

Source Pure – frisch-fruchtig, aromatisch

Extrakte aus Blüten und Früchten versorgen die Haut optimal mit Feuchtigkeit und verfeinern das Hautbild. Eine ideale Aromabehandlung für trockene, empfindliche und sensible Haut.

90 Min € 85,-

Bio Elita – die schnelle Energiezufuhr

Mit dieser außergewöhnlichen Behandlungsmethode werden alle Vitalfunktionen der Haut gleichzeitig stimuliert. Ihre Haut ist wieder voller Energie und sieht strahlend aus.
mit Tiefenreinigung

60 Min € 75,-

90 Min € 90,-

Perle de Caviar – verblüffender Liftingeffekt

Regenerierende Luxusbehandlung mit 42 % Kaviarkomplex. Maske je nach Hauttyp mit Kaviar und Spurenelementen – die Haut wird optimal regeneriert und mit Feuchtigkeit versorgt.

90 Min € 120,-

Sanfte Schönheit – Cremen statt Liften

Sie denken über ein Face-Lift oder Botox-Injektionen nach? Versuchen Sie es doch vorher mit den neuen Anti-Aging-Seren. Die hochdosierte Kombination von niedrig- und hochmolekularen Hyaluronsäuren glättet die Haut sichtbar.

1 Hydran-Behandlung mit Ultraschall à 30 Min € 55,-

3 Behandlungen à 30 Min € 140,-

5 Behandlungen à 30 Min € 225,-

Mikrodermabrasion

lässt Hautprobleme verschwinden
Hochwirksame und sanfte „Hautabschleifung“ zur wirkungsvollen Behandlung von Hautproblemen aller Art. Narben und Pigmentflecken werden beseitigt oder deutlich gemildert.

Gesicht 60 Min € 135,-

Gesicht-, Hals- und Dekolleté 90 Min € 170,-

Spezial-Behandlung mit Ultraschall 120 Min € 210,-



Gesicht & Körper



Freshness nach Ligne St. Barth

Frische Früchte schmeicheln der Haut
Entspannende Intensivbehandlung von Gesicht, Hals und Dekolleté mit frischen Früchten, begleitet von karibischen Düften.
Eine pflegende Handmassage rundet das Wohlfühlerlebnis ab.

90 Min € 110,-
60 Min € 80,-



Ligne St. Barth – ausgezeichnet mit dem Spa-Award

Die Basis der hochwertigen Pflegeserie Ligne St. Barth sind natürliche Wirkstoffe aus karibischen Pflanzen. Das Hauptaugenmerk liegt hier bei der besonderen Hautverträglichkeit der Produkte – auch bei sensibler Haut. Ligne St. Barth verzichtet ganz auf Tierversuche.

Körper zart und straff

„Elasticity“ nach Ligne St. Barth

Körperpackung mit Tonerde und Ananas- oder Gurkenmousse.
Efeu, Menthol und Kampfer aktivieren und entschlacken das Gewebe. Ein exotisches Pflegebad mit hochwertigen kaltgepressten Ölen runden diese Behandlung ab.

60 Min € 70,-

„Softness“ nach Ligne St. Barth

Körperpeeling mit Kokosnuss- oder Avocadoöl. Ideal als Vorbereitung für eine lang anhaltende Bräune. Fruchtenzyme, frischer Papaya, Naturjoghurt und ein mineralisierter Seesandkomplex entfernen abgestorbene Hautschüppchen.

60 Min € 80,-

Nacken- und Rückenpflege

Eine Spezialbehandlung mit Tiefenreinigung, Peeling und Modellage

50 Min € 60,-

Körper zart und straff

Ägyptos-Vitalwickel

Die spezielle Wickeltechnik sorgt für besondere Ergebnisse an den cellulitegefährdeten Problemzonen. Zur Pflege bei Hautproblemen wie Schuppenflechte und Neurodermitis durch den Einsatz von Totes-Meer-Salz in der Vitalerde; geringere Sichtbarkeit von Narben und Dehnungsstreifen durch hautstraffende Effekte; Straffung des Gewebes nach Diät oder Schwangerschaft. Insgesamt verbessertes Wohlbefinden und mehr Vitalität. Ideal auch für Ihn!

1 Anwendung 90 Min € 115,-
3 Anwendungen € 305,-

Ägyptos – 4-Elemente Körperpackungen

Die 4-Elemente-Körperpackungen beinhalten hochwirksame Inhaltsstoffe, die das Hautbild entscheidend verbessern.
Wählen Sie nach Ihren Bedürfnissen aus:

Feuer – Straffung:

Eine äußerst effektive Behandlung gegen schlaffe und lockere Haut. Strafft und festigt das Gewebe nachhaltig und verleiht der Haut jugendliches Aussehen!

Wasser – Anti-Cellulite

Ein spezieller Algencocktail regt Stoffwechsel, Entgiftung und Entschlackung sowie Abtransport von Schadstoffen an.
Deutliche Verbesserung von Cellulite!

Erde – Regeneration

Kaffee-Packung – beschleunigt den Fettstoffwechsel
Entstaut, entwässert und zaubert straffe und feste Körperkonturen.

Luft – Cleopatras Schönheit

Genießen Sie diese königliche Wohlfühlpackung mit einer geballten Ladung an Hautvitaminen. Ihre Haut dankt es mit einer unvergleichlichen Ausstrahlung.

Meersalzpeeling und Packung 50 Min € 55,-



Körper zart und straff

Thalasso – Wirkstoff des Meeres

Körperpeeling, Meersalzbad, Algen-Entschlackungspackung und Körpercreme: Die Therapie erfrischt und festigt die Haut. Der Körper wird von Schlackenstoffen befreit, die Durchblutung wird aktiviert und Lymphansammlungen vermindert.

90 Min € 105,-

Macadamia Peeling

Genießen Sie ein Peeling aus reichhaltigen Ölen und gemahlenden Macadamia-Nüssen. Anschließend genießen Sie eine außergewöhnliche Massage aus sanften Berührungen und besonderen Streichtechniken mit speziellen Naturhölzern.

60 Min € 65,-

Pulsationstherapie zur Zellaktivierung

Das Gewebe wird in Schwingungen gebracht. Vermehrte Durchblutung, Entschlackung und porentiefe Reinigung sind die Folge.

Gesicht, Rücken oder Beine
Ganzkörper

25 Min € 35,-

55 Min € 60,-

Body-Contouring à la Sauna

Zum Abbau von Fettansammlungen. Das entschlackende und modellierende Peeling wirkt wie eine Sauna auf den Blutkreislauf. Die Wirkstoffe dringen tief ein und glätten Cellulite nachhaltig.

60 Min € 78,-

*Anregend, belebend
und erfrischend*

Hände und Füße



Maniküre

| | |
|--------------------------|--------|
| Maniküre mit Handmassage | € 27,- |
| Maniküre mit Lack | € 30,- |
| Maniküre mit French-Lack | € 35,- |

Paraffin-Handbad

| | |
|---|---------------|
| Durch dieses Spezial-Handbad werden wertvolle Pflegestoffe in die Haut eingeschleust. Gepflegte Nägel und Nagelhaut sind die Folge. | 30 Min € 35,- |
| In Kombination mit Gesichtsbildung | € 25,- |

Naturnagel-Verstärkung

| | |
|---|---------------|
| Über Ihre Nagelform wird eine dünne Kunststoffschicht gezogen | |
| Natur-Technik | 60 Min € 70,- |
| French-Technik | 90 Min € 80,- |

Nagelmodellage

| | |
|--|---------------|
| Dient zur Nagelverlängerung und -stärkung: Natur-Technik | 90 Min € 75,- |
| French-Technik | 90 Min € 85,- |

Pediküre

| | |
|---------------------------|--------|
| Pediküre mit Fußmassage | € 40,- |
| Pediküre mit Lack | € 43,- |
| Pediküre mit French-Lack | € 45,- |
| Pediküre mit Fußmodellage | € 65,- |

Wellfeet

| | |
|---|---------------|
| Gibt Ihren Füßen ein Gefühl von Frische und Pflege. Fußpeeling mit Himalayasalz und natürlichen Ölen, Packung und Massage | 30 Min € 28,- |
|---|---------------|

| | |
|--|---------------------|
| Depilation mit Warmwachs (schonende Haarentfernung) | ab € 6,- bis € 44,- |
|--|---------------------|

Schön von Kopf bis Fuß

Strahlende Augenblicke

| | |
|---|---------------|
| Diese Behandlung konzentriert sich auf die Augenpartie, feuchtigkeitsspendend, abschwellend und beruhigend. | 30 Min € 38,- |
| Wimpern färben | € 13,- |
| Augenbrauen färben | € 7,- |
| Augenbrauen fassonieren | € 5,- |

| | |
|-------------------------------|-------------------|
| Individuelle Make-up Beratung | ca. 30 Min € 35,- |
| Tages Make-up | ca. 20 Min € 23,- |

Dezent und individuell – Permanent Make-up

Entdecken Sie den Schlüssel zu einfacher Schönheit. Permanent Make-up setzt Ihre optischen Vorzüge in Szene, die Konturen Ihrer Augenbrauen, Lider und Lippen. Mit Hilfe des Long-Time-Liners, eines Spezialgerätes, werden feine Farbpigmente sanft in die zweite Schicht der Oberhaut eingebracht. Selbstverständlich auf Ihren persönlichen Haut- und Haartyp abgestimmt, dezent und individuell. Jeden Mittwoch in unserer Spa-Beautyfarm oder nach Terminvereinbarung!

Der Tupfen auf dem i – Ihr Friseurbesuch

Legen Sie Wert auf einen erstklassigen Haarschnitt? Verspüren Sie Lust auf eine neue Haarfarbe? In unserem Frisiersalon sorgen wir für den letzten Schliff. Tel. + 43 (0) 52 43 / 52 93-613 Von Montag bis Freitag, 11.00 bis 19.30 Uhr durchgehend für Sie geöffnet.

GOLDWELL
CLOSER TO STYLISTS. CLOSER TO HAIR.



Verwöhnpakete für Sie & Ihn



Schönheit zum
Vorzugspreis

Verwöhnpakete für Sie

Body & Face für Sie

- 1 Gesichts-, Hals- & Dekolletébehandlung 90 Min (inkl. Ampulle und Maske)
 - 1 Ganzkörper-Meersalzpeeling und
 - 1 Lavendel Entspannungsbad 50 Min
 - 1 Aromaölmassage 50 Min
 - 1x Tiefenentspannung auf der Alpha-Liege **oder**
 - 1x Benützung Solarium **oder** Infrarotkabine
- Tagesprogramm € 180,-

Luxus-Schönheitstage

- 1 De-Luxe-Liftingbehandlung mit Goldkolloiden und Brustmodellage 90 Min
 - 1 Hydronbehandlung mit Ultraschall und Augenmodellage 60 Min
 - 1 Garshan – traditionelle ayurvedische Trockenmassage 50 Min
 - 1 Maniküre mit Handparaffin
 - 1 Cleopatrabad in der Softpackliege
- 3-Tage-Programm € 375,-

Für werdende Mamis

- 1 Gesichts-, Hals- und Dekolletébehandlung 90 Min
 - 1 spezielle Schwangerschaftsmassage 110 Min
 - 1x Tiefenentspannung auf der Alphalieg
 - 1 Pediküre und kühlende Beinbehandlung 25 Min
- 2-Tage-Programm € 231,-

Verwöhnpakete für Ihn

Body & Face für Ihn

- 1 Gesichts-Pflegebehandlung 60 Min
 - 1 Bierbad und eine Intuitiv-Sensitiv Massage 50 Min
 - 1 Maniküre und Pediküre
- Tagesprogramm € 185,-

Ein Hauch Exotik

- 1 reinigendes Ganzkörper Meersalzpeeling 25 Min
 - 1 Gesichtspflegebehandlung für die verwöhnte Männerhaut 60 Min
 - 1 Kräuter-Stempelmassage für den Rücken 25 Min
 - 1 Thai-Yoga-Massage 80 Min **oder**
 - 1 Lomi Lomi Nui – hawaiianische Ganzkörpermassage 90 Min
 - 1 Pediküre mit Fußpeeling und Fußmassage 50 Min
- 2- oder 3-Tage-Programm € 249,-

Anti-Stress Programm individuell

Anti-Stress Programm individuell

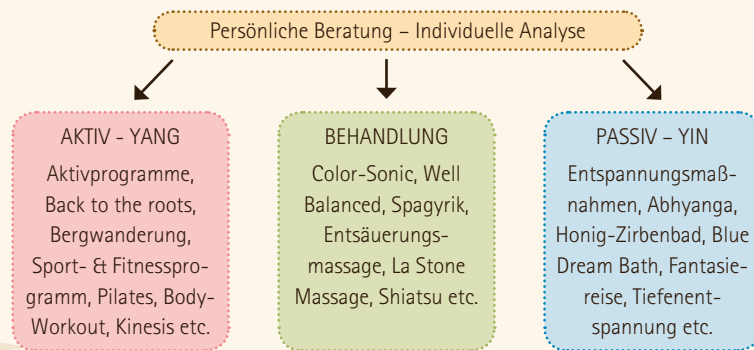
„Essentially you“ – Heute zählst nur du!

Das klingt verführerisch und hat gleichzeitig einen therapeutischen Sinn. Wir müssen „funktionieren“: am Arbeitsplatz, in Familien und Partnerschaften, und sogar in der Freizeit hört es nicht auf mit Leistungsansprüchen an die beste „performance“.

Dabei übersehen wir, dass Stressoren in unserem Leben auch eine positive Rolle spielen. Der Eustress oder gesunde Stress bringt unsere Lebensgeister zum Sprühen und sorgt für Lust auf Herausforderungen.

Die Grenze zum Dysstress ist jedoch durchlässig: Oft beginnt es mit Schlafstörungen, Konzentrations- oder Gedächtnisstörungen, aber auch verminderter Lust an Aktivitäten, auf menschliche Kontakte.

Mit „Essentially You“ helfen wir Ihnen, wieder zu Ihrem eigenen inneren Kern zu kommen. Dabei ist es wichtig Yin und Yang zu ihrem Recht zu verhelfen. Alle Programme sind von den individuellen Anforderungen abhängig. Nach dem ausführlichen Erstgespräch erstellen wir Ihr persönliches „Essentially You“-Konzept das auf 3 Säulen beruht.



3 Tage, die alle unter dem Motto „Heute zählst nur du“ stehen, reichen schon aus, um frische Energien zu sammeln. Sie sehen dann wieder klarer, sind in der Lage, auch im Alltag Wichtiges von Unwesentlichem zu trennen und sich die persönlichen Rückzugsräume zu schaffen, die Ihre Energiereserven laufend füllen.

Terminvereinbarung im Vitaltempel

Heute zählst
nur du!

Massagen

für Körper und Seele



Ein Traum der Entspannung

Klassische Massagen



Ganzkörpermassage 50 Min € 54,-

Alpiennenmassage – Ganzkörper

mit Murmeltieröl – fördert die Durchblutung, regeneriert Hautzellen, löst Muskelverkrampfungen, stärkt das Immunsystem

mit Johanniskrautöl – wirkt beruhigend, bei Erschöpfung, Schlaflosigkeit, nervösen Beschwerden

mit Arnikaöl – erhöht die Durchblutung, wirkt kühlend, steigert die Leistungsfähigkeit und hilft bei Muskelregeneration

alpienne
KOSMETIK & SPA

..... 50 Min € 56,-

Lymphdrainage 50 Min € 54,-

..... 25 Min € 35,-

Fußreflexzonenmassage 50 Min € 54,-

..... 25 Min € 35,-

Wellnessmassage

Wohlfühl-Behandlung für den gesamten Körper 80 Min € 81,-

Intuitiv-Sensitiv-Massage

Eine individuelle Massage, bei der wir gezielt auf Ihre Bedürfnisse eingehen und verschiedene Massagetechniken kombinieren. 50 Min € 60,-

Sportmassage oder Teilmassage 25 Min € 35,-

Steinölfango und Teilmassage 50 Min € 49,-

mit Fußreflexzonenmassage 50 Min € 62,-

Kinder-Wellnessmassage

Wohlfühlbehandlung für Ihr Kind mit „Alpienne“ Baby Kinderöl das besonders beruhigende Wirkstoffe enthält. 25 Min € 35,-

Entsäuerungsmassage – Stoffwechsellagerend

Löst Säuren und Schlacken aus dem Gewebe 80 Min € 80,-
in Verbindung mit Basenbad. € 98,-

Comboca-Therapie – Stoffwechsellagerend

Meridiane und Akupunkturpunkte, die den gesamten Organismus positiv beeinflussen, werden stimuliert. Fördert die Ausscheidung von Schlacken und Giftstoffen und hilft bei Gewichtsabnahme.

1 Behandlung 50 Min € 68,-

4 Behandlungen à 50 Min € 189,-

Energetische Massagen



Well-Balanced

spagyrische Ganzkörperbehandlung

Durch die individuell abgestimmten spagyrischen Essenzen und Farböle und eine Kombination aus verschiedenen Massagetechniken, Trockenbürstungen und energetische Ausgleichstherapie, erhält diese Behandlung ihre persönliche Note.

80 Min € 98,-

Lomi Lomi Nui

Erleben Sie eine Mischung aus Ritual, Massage, Tanz und Körperarbeit. Lomi Lomi Nui ist wie der kraftvolle, wellenförmige Tanz des Meeres und wirkt wie Balsam auf Körper und Geist. Durch tiefe Entspannung verlassen Sie den Alltag und kommen an den Ort der Harmonie und Ausgeglichenheit. Ziel dieser zuwendungsvollen Massage ist es, den Menschen wieder zu regenerieren und in Einklang mit sich und seiner Umgebung zu bringen.

mit 1 TherapeutIn 90 Min € 120,-

synchron mit 2 TherapeutInnen 70 Min € 150,-

Reiki - Energiemassage

Reiki ist eine japanische Handauflegetechnik bei der es zu einer angenehmen positiven Energieübertragung kommt. Die Energie wird über die Chakren aufgenommen und weitergegeben. Reiki stärkt das Immunsystem, entspannt, fördert Intuition und spirituelles Wachstum und führt zu mehr Lebensfreude.

50 Min € 65,-

Shiatsu - Fingerdruckmassage

Die japanische Shiatsu Massage harmonisiert durch Druck auf die Akkupunkturpunkte den Energiefluss des Körpers. Über Meridiane werden gezielte Reize gesetzt und mit Hilfe von Druck, Dehnung und Mobilisation intensive Entspannung erreicht.

50 Min € 65,-

Energetische Massagen

Nuad Phaen Boran

traditionelle Thai-Yoga-Massage – steigert die Beweglichkeit
Oberflächliche und tiefe Spannungen werden gelöst und die natürlichen Körperenergien wieder frei zum Fließen gebracht. Die Behandlung findet in bequemer Kleidung auf einer Matte am Boden statt. Verschiedene Druck- und Dehnungstechniken werden angewandt, um eine bessere energetische Versorgung zu bewirken.

80 Min € 98,-

Nuad-Tao-Thai-Fußmassage

Mit spezieller Drucktechnik und einem Holzmassagetable werden die Reflexzonen des Fußes aktiviert, was eine energetische Wiederbelebung und Tiefenentspannung bewirkt (inkl. Fußbad).

75 Min € 88,-



Color Sonic Behandlung

Diese Behandlung entführt Sie auf eine Reise in die Welt der Sinne und bringt Körper und Geist in Einklang. Durch die Kombination der Stimmgabel-, Farblicht- und Reflexzonen-Behandlung mit Heublumenwickel und erlesenen Essenzen erlangen Sie in kürzester Zeit einen Zustand der Tiefenentspannung!

Diese Behandlung ist besonders empfehlenswert für:
die Verbesserung der Gehirnfunktionen,
Erhöhung der körperlichen Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit,
Abbau von Stress indem es den Körper zentriert,
verfeinert den Hörsinn,
bringt das Nervensystem wieder ins Gleichgewicht.

Als Erinnerung erhalten Sie zusätzlich zur Behandlung noch eine Chakra-Kerze, die für Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele sorgt.

80 Min € 98,-

Speziell wirksame Massagen



„haki®- stretch & relax“ Behandlung

Speziell für Schulter-, Nacken- und Kopfbereich, dort wo in erster Linie bei jedem Menschen Stress und Probleme liegen. Sie ist deshalb gerade besonders für kopflastige, gestresste Menschen geeignet. Mit Druck-, Streich- und Schwingbewegungen, die durch Rhythmus entspannender Musik begleitet werden, werden das Nerven- und Muskelsystem harmonisiert und so Ausgeglichenheit, entspannte Ruhe und Regeneration erreicht. Inklusive Ruhephase.
Inkl. speziellem Nackenkissen für Zuhause

50 Min € 62,-
€ 80,-

La-Stone-Massage

Eine ganzheitliche energetische Behandlung mit heißen Lava- und gekühlten Marmorsteinen. Durch die wechselnde Anwendung der Steine regen wir die Durchblutung und den Lymphfluss an. Verspannungen werden gelöst und das Energiesystem aufgeladen.

Ganzkörperbehandlung
Rückenbehandlung

80 Min € 98,-
25 Min € 38,-

Breussmassage

Eine spezielle Wirbelsäulenmassage, die eine ideale Vorbereitung auf die Wirbelsäulenbehandlung nach Dorn & Breuss ist.

25 Min € 35,-

Speziell wirksame Massagen

Wirbelsäulentherapie nach Dorn & Breuss

Schmerzen und Funktionsstörungen der Wirbelsäule werden häufig durch Fehlstellung oder Blockierung der Wirbel verursacht. Auf schonende Weise werden die Wirbelkörper in ihre anatomisch richtige Lage gebracht.

50 Min € 65,-

Klimakterium (Wechselbeschwerden)

Beginn und Dauer des Klimakterium liegt zwischen 45 und 60 Lebensjahren. Durch Massage und Kräuterstempel können verschiedene Symptome, die entstehen gelindert werden z.B. Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Schwindel, Herzklopfen, Reizbarkeit, Depression u.s.w.

110 Min € 125,-

Schwangerschaftsmassage

Werdende Mütter müssen sich an physische und psychische Veränderungen während der Schwangerschaft gewöhnen. Es gibt dabei viele körperliche Beschwerden, die von Verspannungen, Kopfschmerzen, Wassereinlagerungen (Ödeme) bis zu Kreuzschmerzen führen. Ab dem 7. Monat ist das Baby im Bauch stark genug, dass man diese Beschwerden erheblich lindern kann.

110 Min € 125,-



Ayurvedische Behandlungen



Ayurveda - die traditionelle
indische Heilkunst

Ayurvedische Behandlungen



Abhyanga

Der gesamte Körper wird in gleichmäßigen Rhythmen mit warmem Öl eingeeilt. Streichungen, Kreisungen und eine punktuelle Druckmassage setzen reinigende Impulse, aktivieren den Energie- und Lymphfluss und straffen die Haut.

80 Min € 120,-

Padabhyanga

Füße, Unterschenkel und Knie werden mit feinen Bewegungen massiert, gedehnt und ausgestrichen. Die verwendeten Öle wirken dabei kräftigend und zugleich beruhigend auf den ganzen Körper.

50 Min € 69,-

Shirodara-Stirnölguss

Kopfhaut und Stirn werden sanft von einem dünnen Strahl lauwarmen Öls massiert, Nervensystem und Geist werden tief entspannt.

45 Min € 69,-

Shirodara mit Abhyanga

110 Min € 148,-

Mukabhyanga

Beginnend mit einer nachhaltigen Kopfmassage wird der Haarboden mit wertvollen Ölen genährt, die Durchblutung gefördert und das Haar gekräftigt. Mit sanften Streichbewegungen und individuell ausgewähltem Öl wird anschließend Ihr Gesicht verwöhnt. Verspannungen an Nacken und Schulter werden durch eine intensive Massage spürbar gelockert.

50 Min € 69,-

Garshan: Traditionelle ayurvedische

Trockenmassage mit Seidenhandschuhen
Die Durchblutung von Muskeln, Haut und besonders dem Bindegewebe wird angeregt und so die Entschlackung des Körpers gefördert. Nach einer Garshan-Massage fühlt man sich kraftvoll, warm, klar und leicht.

50 Min € 89,-

Traumhafte Wellnessbäder

Wasserträume –
schwebend entspannen

Traumhafte Wellnessbäder

Tiroler Steinölbad oder Steinöl-Vitalbad

Hat einen äußerst hohen Gehalt an natürlichem Schwefel und ist eine wahre Wohltat für Muskulatur und Gelenke.

20 Min € 25,-

Aromaölbad mit Sahne

20 Min € 25,-

Basenbad mit Peeling

20 Min € 27,-

Honig-Zirbenbad (mit echten Zirbenspänen)

20 Min € 28,-

Unser TIPP: alle Bäder bereiten wir auch für 2 Personen zu. Aufpreis je Bad € 5,-

Schwebebäder in der Softpackliege

Die Softpackliege ermöglicht Ihnen ein fast schwereloses Liegen, das eine völlige Entspannung der Muskulatur und eine verbesserte Wirkstoffaufnahme der Haut bewirkt.

Nachtkerzenölbad

Empfehlenswert für sensible und trockene Haut und besonders gut geeignet bei Neurodermitis und Schuppenflechte.

45 Min € 40,-

Vanille-Kokos-Traum – Karibik-Feeling pur

45 Min € 40,-

Basenbad (zur Entschlackung und zum Säureabbau)

45 Min € 38,-

Traumhaft: Blue-Dream-Bath

250 Düsen, die nach den Reflexzonen des Körpers angeordnet sind, lockern Verspannungen, Stress wird abgebaut.

Sinnliche Badezusätze regen Sie zum Träumen an.

Anschließend empfehlen wir eine wohltuende Massage.

20 Min € 34,-

Rosen auf der Alm

Ein Fest für zwei im „Romantik Bad!“

Blütenduft, Kerzenschein, ein Himmelbett unterm Zirbendach. Sie fühlen sich wie in einer romantischen Almhütte – nur Sie zwei im Romantik Bad! Genuss pur! Das entspannende Bad zu zweit.

Verwöhnen Sie sich gegenseitig mit einem sanften Ölpeeling, die Haut wird streichelzart. Und dann? Dann ist Kuschezeit im weichen Himmelbett. Mit herrlich duftenden Körperölen runden Sie Ihren Romantikausflug „auf die Alm“ ab. Kuscheldauer:

70 Min € 68,-

Prickelnd und süß – das sind auch unsere kleinen kulinarischen Verwöhnhäppchen. Die süße Versuchung und das Gläschen Champagner. Bade- & Kuscheldauer:

75 Min € 95,-

Wohlfühlpakete zum Verwöhnpreis



Genuss für
Körper und Seele

Wohlfühlpakete zum Verwöhnpreis

Fernöstliche Träume

- 1 Balinesisches Baderitual
 - 1 La-Stone Massage 80 Min
 - 1 Mukabhyanga ayurv. Behandlung 50 Min
 - 1 Nuad-Tao-Thai Yogamassage 80 Min
- € 324,-

Dream & Relax

- 1 Blue-Dream-Bath 20 Min
 - 1 „haki®- stretch & relax“ Behandlung 50 Min
 - 1 Intuitiv-Sensitiv Massage 50 Min
 - 1 Fußreflexzonenmassage 25 Min
 - 1 Tiefenentspannung auf der Alpha-Liege
- € 181,-

Einfach loslassen und genießen

- 1 Vanille-Kokos-Packung in der Schwebeliege 45 Min **oder**
 - 1 Wellnessbad Ihrer Wahl
 - 1 Lomi Lomi Nui hawaiianische Ganzkörpermassage 90 Min
 - 1 Well-Balanced – spagyrisches Ganzkörperbehandlung 80 Min
 - 1 Harmonisierung auf der Mediwave Matte
- € 230,-

Ihrem Rücken zuliebe

- 1 Steinöfango und Teilmassage 50 Min
 - 1 Breussmassage 25 Min
 - 1 Wirbelsäulentherapie nach Dorn & Breuss
 - 1 Personal Training im Fit & House
 - 1 EH Flexi Bar im Rahmen des Fit & Fun Wochenprogrammes
- € 215,-

Märchen aus dem Zauberergarten

Märchen aus dem Zauberergarten

Numens – das 5 Elemente Ritual

Tauchen Sie ein in das Geheimnis der 5 Wandlungsphasen – Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser. Erleben Sie ein einzigartiges Ritual mit besonderen Anwendungen, Düften und Farben. Abgestimmt auf die Jahreszeiten spielt jedes der 5 Elemente für zwei Stunden die Hauptrolle. Für 10 Wochen steht jeweils ein Element im Mittelpunkt der wunderbaren Inszenierung. Altes asiatisches Wissen gepaart mit sinnlichen Elementen machen dieses Ritual zu einem besonderen Körpererlebnis, bei dem Sie sich außer der Entspannung vor allem sich selber hingeben und tiefer kennen lernen können.

Paaranwendung 120 Min € 198,-
Einzelanwendung 90 Min € 160,-

Balinesisches Baderitual

Die Behandlung beginnt mit einem duftenden Dampfbad – anschließend folgt ein Körperwickel mit einer Heilerdenmischung und Lulur-Öl auf der warmen Steinliege. Der Körperpackung folgt eine reinigende Seifenschaummassage mit sanftem Peelingeffekt. Begleitet wird diese Behandlung durch eine kleine Einführung in die Welt der Klangmassage und dem exotischen Duft von Räucherstäbchen. Anschließend genießt man ein wohliges Orangen-Blütenbad mit Honig und Badesalz und zum Abschluss eine sanfte Einölung.

Paaranwendung 120 Min € 145,-
Einzelanwendung 80 Min € 98,-

La Luna – Sonne & Mond

Unser La Luna entführt Sie sanft und sinnlich in das faszinierende Reich von Sonne und Mond. Beginnend mit einer Aufwärmphase in der Kristallsauna und einer fruchtig-frischen Überraschung danach, erleben Sie unsere traumhafte Sonnenmassage, die alle Ihre Lebensgeister weckt. In unserer einzigartigen sizilianischen Steinbadewanne genießen Sie ein schaumiges Mondscheinbad. Anschließend versinken Sie im kuscheligen Wasserbett und träumen von Ihrer himmlischen Sternenreise.

Paaranwendung (2 Therap.) 120 Min € 180,-
Einzelanwendung 90 Min € 150,-

Ganz privat im Tempel der Sinne: Gerne reservieren wir La Luna auch exklusiv für Sie beide (ohne Therapeut).

Fragen Sie einfach nach „La Luna – Ein Liebesfest“ 120 Min € 120,-

*Zauberhafte
Wohlfühlinszenierungen*

Märchen aus dem Zaubergarten



Java Lulur Zeremonie

Die Lulur-Behandlung diente ursprünglich zur „Brautreinigung“ auf den Inseln Java und Bali. Zum Einsatz kommen asiatische Kräuter, Gewürze, Blumen und Öle mit verschiedenen Duftessenzen. Die entspannende Atmosphäre wird durch indonesische Musik und Räucherstäbchen unterstützt. Java Lulur wird in fünf Phasen durchgeführt: balinesische Massage mit Ölen, Körperpeeling mit Lulur Scrub, Jogurt-Maske, Blütenbad und ein pflegender Body-Balm.

Paaranwendung 120 Min € 165,-
Einzelanwendung 120 Min € 135,-

African Queen

Orientalische Düfte und hautpflegende Inhaltsstoffe wie Mandel-Avocado, Macadamia Nussöl und Kardamon umhüllen und verwöhnen den Körper. Das Ritual beginnt mit einem reinigenden Meeressalz Peeling mit Jojobaöl, Bienenwachs und Malachit. Anschließend folgt eine stimmungsaufhellende Malachitpackung. Nach dem schäumenden Wohlfühlbad folgt eine anregende Yohimbi Massage (stimulierende Massagestreichungen und Klopfungen)

..... 120 Min € 138,-

Berggeflüster

Dieses Verwöhnprogramm lässt Sie in das berausende Gefühl zarten Wohlbehagens eintauchen. Die Behandlung beginnt mit einem Honigpeeling mit Bergkristallsalz, das seine Wirkung im Kräuterdampfbad voll entfaltet. Anschließend betten wir Sie in der Softpackliege auf weiches, dampfendes Berg-Heu, wo Sie sanft ins Reich der Schwerelosigkeit gleiten. Genießen Sie zum Abschluss eine Massage mit hochwertigen Ölen und Kräuterstempeln.

..... 90 Min € 115,-

Märchen aus dem Zaubergarten

Rajawatu Ritualu – königliches Körperitual

Dieses Ritual bildet eine Einheit aus Massage, Energiebehandlung und Aromatherapie und verheißt Entspannung für Körper und Seele. Mit individuell angepassten Massagesteinen mit schmelzenden Pflegekristallen sollen etwaige energetische Blockaden und Disharmonie gelöst werden. Die Behandlungsphasen: Gesichtspeeling und Maske mit balinesischen Kräutern, die Massage mit den warmen Aroma-Steinen berührt körperlich und emotional. Sie aktiviert blockierte Energiebahnen, schenkt eine tiefe Ruhe und erwärmt den Rücken für viele Stunden.

..... 120 Min € 135,-

Bali Boreh Zeremonie

Diese traditionelle balinesische Körperbehandlung wurde ursprünglich durch Reisbauern in den feuchten, windigen Monsunmonaten angewendet. Sie wärmt den Körper und fördert die Blutzirkulation. Giftstoffe werden über die Haut ausgeschieden. Die natürlichen Behandlungsprodukte werden nach einem jahrhundertealten Rezept aus Gewürzen und Kräutern gemischt. Eine Bali-Boreh-Behandlung besteht aus einem Bad mit Manuka und Ingwer, einer Massage mit Sesam-Ingwer-Öl, einer warmen Boreh-Kräuterpackung und dem Einreiben mit speziellem Karottentonic. Abschließend folgt der Boreh-Body-Balm mit Ingwer und Karotten. Bali Boreh beugt Erkältungen vor und lindert Muskel- sowie Gelenkschmerzen. Im Vordergrund steht jedoch die herrlich wärmende Entspannung.

..... 120 Min € 135,-



Fit und Gesund



*Sportlich schön,
gesund und fit*

Fit und Gesund

Alpenrose-Fitness-Check

Dieser Fitnesscheck ist ideal für Sporteinsteiger bzw. die, die ihr Leistungspotenzial überprüfen lassen möchten.

Kreislauftest mit Laktatmessung ca. 30 Min

Wirbelsäulendiagnostik – (Medi Mouse-Screening)

und Muskelfunktionstest ca. 30 Min

Cardiotraining (Herz-/Kreislauf)

Auswertung, Abschlußbesprechung und

individuelles Trainingsprogramm für zu Hause

Fitness-Check mit 1 EH Personal Coaching

€ 120,-

50 Min € 165,-

Medi Mouse® – Wirbelsäulenscreening

Das Medi Mouse® Wirbelsäulenscreening bestimmt durch manuelles Abfahren des Rückens die Form und Beweglichkeit der Wirbelsäule und somit Form und Lage der Rückenwirbel.

Auffälligkeiten der Wirbelsäule werden bildlich dargestellt.

Check inkl. Muskelfunktionsprüfung, Auswertung, Abschlussbesprechung und auf Sie abgestimmter Trainingsplan für zu Hause.

€ 75,-

Pro Nutri

Sicherstes System zur Analyse der Unverträglichkeit von individuellen Nahrungsmitteln. Das System basiert auf der Austestung von über 520 Lebensmitteln. Wir erstellen Ihnen ein individuell auf Sie abgestimmtes Ernährungsprogramm indem angezeigt wird, welche Nahrungsmittel optimal für eine gesunde, abwechslungsreiche, ausgeglichene und ausreichende Ernährung sind, und diejenigen eliminiert werden, die dem Körper schaden.

ca. 50 Min € 70,-

Nachmessung

20 Min € 33,-

PROGNOS®

Diagnose- und Therapiesystem auf der Basis der Traditionellen Chinesischen Medizin. Hier wurde jahrtausendealtes Wissen mit modernster Computertechnologie zu einem System vereint, das die Früherkennung von Krankheiten und Schwachstellen ermöglicht.

Mit Hilfe der Meridian-Diagnostik, anhand der PROGNOS®-Messtechnologie, erstellen wir einen Status über die energetische Grundversorgung. So können Defizite aufgespürt und mit natürlichen Methoden ausgeglichen werden, lange bevor Symptome auftreten.

3 Messungen (Basis-, Vergleichsmessung & Harmonisierung auf der Mediwave Matte und Auswertung)

Nachmessung (Basis & Vergleichsmessung)

ca. 50 Min € 75,-

ca. 20 Min € 30,-

Fit und Gesund



Alpha Liege

Die Alpha Liege ist ein multisensorisches Instrument, das durch das einmalige Zusammenwirken von Farbe, Form und Licht mit Klang, Vibration und Wärme einen Zustand tiefster Entspannung hervorruft. Der Mensch fühlt sich körperlich und mental leicht und frei. Rationales, analytisches Denken tritt in den Hintergrund.

Das Klangprogramm wird mittels Fernbedienung gestartet und läuft automatisch ab

..... ca. 20 Min € 15,-

Infrarotkabine

Verspannungen und Rückenschmerzen werden positiv beeinflusst, das Immunsystem gestärkt, die Durchblutung erhöht sowie der Stoffwechsel verbessert.

..... 1 Jeton € 15,-

Ohrkerzenbehandlung

Ein traditionelles indianisches Entspannungszeremoniell. Es verbessert die Durchblutung im Ohr, wirkt dabei befreiend auf den gesamten Hals-, Nasen- und Ohrenbereich und löst zusätzlich ein Gefühl von Geborgenheit aus.

..... 20 Min € 25,-

Personal Training

Mit Ihrem persönlichen Trainer an Ihrer Seite lernen Sie Übungen durchzuführen und falsches Training zu vermeiden. Vor allem werden Sie feststellen, wie anders sich eine Übung anfühlen kann, wenn Ihr Personal Trainer Sie betreut. Wir bieten Ihnen ein maßgeschneidertes Training und ein Gesundheitsprogramm auch für Zuhause.

1 EH Coaching à 50 Min € 65,-

3 EH Coaching à 50 Min € 175,-

Power Plate

Die neue Vibrationsplatte sorgt für eine gute Figur, Kraft und Vitalität. Die vibrierenden Platten erzeugen Schwingungen, die reflexartige Muskelspannungen bewirken. Die Schwingungen steigern die Durchblutung, bewirken eine Dehnung der Sehnen und Kräftigung der Muskeln. Die Erfolge: schneller Kraftaufbau, verbesserte Beweglichkeit und Koordination, erhöhte Fettverbrennung, bessere Kondition und Abbau von Cellulite.

1 EH mit Coaching à 20 Min € 25,-

3 EH mit Coaching à 20 Min € 68,-

6 EH mit Coaching à 20 Min € 130,-

Mediwave

Die Mediwave wurde entwickelt um den Abbau von Alltagsstress sowie den Körper bei der täglichen Regeneration und der Beseitigung von Energieblockaden zu unterstützen. Diese Schwingungen (Schallwellen) durchdringen den Körper, aktivieren und entspannen den gesamten Organismus (Muskel, Knochen, Gefäße, Haut und Nervensystem).

1 EH Medi-Wave à 30 Min € 15,-

3 EH Medi-Wave à 30 Min € 40,-



Fit & Fun House

Fit & Fun House 

Fit & Fun Wochenprogramm

Öffnungszeiten: Montag - Sonntag 07:45 - 18:45 Uhr
 Unser Fit & Fun Team besteht aus 2 Wellnesstrainern, Fitnesstrainer,
 Sport Magister, 2 Berg-Wanderführer.

Unser Tipp:

Buchen Sie doch mal eine PersonaltrainerIn 1:1 Training.
 Ihr Vorteil: individuelles Training, zu Ihrer gewünschten Zeit, Ihre
 persönliche Stunde, ein Trainingskonzept für zuhause, von MO bis SO möglich.



*Durch Bewegung
den Ausgleich finden*

| Zeit | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag | |
|-----------------------|---|----------|----------|------------|---------|-------------------------------|---------|--|
| 07:45 bis 08:15 | WASSERGYMNASTIK (Ausdauer, Oberkörper, Schwimmbretter, Hilfsmittel, Body Fit) | | | | | | | |
| 08:45 bis 09:15 | MORGENERWACHEN (Makko Ho Übungen, Stretch & Relax, Morgenmeditation, Yoga, Sonnengruß, Qi Gong, Herz Chakra Meditation, Progressive Muskelentspannung, Morgenlauf für Einsteiger) | | | | | | | |
| ab 10:00 | OUTDOORPROGRAMM (Winter: Schneeschuhwandern für Anfänger, Trapper Touren, Snowbiken; Sommer: Geführte Wanderungen im Karwendel & Rofan, Mountainbiketouren, Nordic Walking) | | | | | | | |
| 10:30 bis 11:30 | POWER STUNDEN (Latin Aerobic, Step Aerobic, Pilates II, Bauch Beine Po, Bodyworkout, Bodystyling, Step Aerobic, Kick Power, Line Dance) | | | | | | | |
| 14:00 bis 14:20 | POWER PLATE Vorführung täglich | | | | | | | |
| 14:30 bis 14:45 | | | | | | KINESIS EINFÜHRUNG | | |
| 15:00 bis 16:00 | KINESIS TRAINING (Rückentraining, Bauch Beine Po, Ganzkörpertraining, MFT Training, Flexi Bar, Indian Balance, Qi Gong) | | | | | | | |
| 17:00 bis 18:00 | ABENDEINHEITEN (Yoga Asanas, Rücken Fit, Bodystyling mit Thera Band, Pilates, Mentale Entspannung) | | | | | | | |

Rund um die Alpenrose



*Natur erleben,
Gelassenheit finden*

Rund um die Alpenrose

Alpenpark Karwendel

Im Alpenpark Karwendel, hier in der Sport- und Vitalregion Achensee, erkundet man alpine Urlandschaften wie den Kleinen und Großen Ahornboden oder Österreichs einzigen Grand Canyon, das Vomperloch. Steinadler, Steinbock und Gämsen sind hier ebenso zu Hause wie eine einzigartige Flora. Das größte Naturschutzgebiet Österreichs erstreckt sich auf 730 km² in Tirol, 190 km² liegen in Bayern – dieser einzigartige Naturraum in den Ostalpen ist ein Paradies für Pflanzen, Tiere und Menschen, die diesen Zauber unverfälscht genießen können.

Der Weg nach innen

Dass jeder Weg nach oben auch ein Stück weit ins eigene Innere führt, das wusste schon Novalis. Und jeder Wanderer kennt dieses unbeschreibliche Gefühl, wenn das Wandern im Rhythmus mit der Natur Herz und Seele fröhlich stimmt. Gerne stellen wir Ihnen in der Alpenrose gemütliche, sportliche oder idyllische Wanderrouen zusammen. Immer wieder begleiten unsere FreizeitbetreuerInnen die Gäste zu geführten Touren.

Berg und Rad – ein Spaß!

Ja, Mountainbiken macht unglaublich viel Spaß! Denn sind Sie erst einmal an die Bergräder gewöhnt, dann lassen sich auch Anstiege gut bewältigen. Selbstverständlich stellen wir Ihnen kostenlos Mountainbikes ebenso leihweise zur Verfügung wie Helme. Und wir geben Ihnen intelligente Begleiter mit auf den Weg – GPS-Geräte zeigen Ihnen den Weg zu den lohnendsten Radausflügen.

Unser TIPP

Genießen Sie die schöne Natur in diesem Berg-und-See-Paradies. Bei allen Fahrten in der Region können Sie kostenlos die Regionsbusse Achensee benützen.

Zu Wasser, zu Lande und in der Luft

Beliebtes Freizeitvergnügen in den Sommermonaten ist das Gleitschirmfliegen. Berausend auch, wenn Wasser und Wind sich verbinden, dann sind Segler, Surfer oder Kitesurfer in ihrem Element. Mit einem der regelmäßig verkehrenden Ausflugschiffe erkundet man bequem die schönsten Flecken rund um den See. Oder Sie entscheiden sich für Alpengolf. Dann wird Ihnen der 18-Loch-Golfplatz in Pertisau unvergesslich bleiben.

Rund um die Alpenrose



Sonne, Schnee, Pistenzauber

Das Skigebiet der Region Achensee bietet ein perfektes Konzert an Pistenkilometern an. 30 Liftanlagen rund um Rofan Seilbahn, Karwendel Bergbahn und Christlum Lifte bringen die Brettlfans in die Skigebiete, die für ihre sorgfältige Pistenpflege regelmäßig von Fachjurys ausgezeichnet werden.

Langläufer genießen die bestens gepflegten 200 Loipenkilometer, die Loipenbeschneigung sorgt für die perfekte Spur. Auch bei der Wahl des Fahrstils werden alle Wünsche erfüllt: klassisch in allen Schwierigkeitsgraden, Skating oder Nordic Cruising. Letzteres ist eine sportliche Kombination aus Nordic Walking und Langlaufen – das bringt Herz und Kreislauf in Schwung.

Unser TIPP

Lassen Sie sich von Michaela und Andrea, den Freizeitbetreuerinnen ins Snowbiken einführen. Kostenlose Kurse und natürlich Geräteverleih machen das Reinschnupern in diesen Spaß auf 2 Kufen möglich.

Wir verleihen kostenlos:

Wanderausrüstung: Schuhe, Stöcke, Rucksäcke, Nordic-Walking-Stöcke, Regenbekleidung, Fahrräder und Mountainbikes mit GPS-Navigationssystem zu den gewünschten Strecken
Ausrüstung für Wintersport: Snowbikes, Trapperschuhe, Rodeln.

Sind Sie der romantische Typ?

Dann laden Sie die Liebste oder den Liebsten zu einer Pferdeschlitzenfahrt oder einer Rodelpartie bei Fackelschein ein. Die Karwendeltäler sind außerdem der ideale Tummelplatz für Schneeschuhwanderer, die Naturgenuss und Sportvergnügen gleichzeitig genießen wollen.

Informatives für Ihren Verwöhnurlaub



Damit wir Ihren Terminwünschen am besten nachkommen können, bitten wir Sie, Anwendungen bereits mit der Zimmerreservierung zu buchen.

Vitaltempel

Unser Vitaltempel ist durchgehend von 8.00 bis 20.00 Uhr für Sie geöffnet.
Terminvereinbarungen von 9.00 bis 20.00 Uhr
Telefon 0043 / (0) 52 43 / 52 93 - 606
e-mail: vitaltempel@alpenrose.at

Beautyfarm

Unsere Beautyfarm ist durchgehend von 8.30 bis 19.00 Uhr für Sie geöffnet.
Telefon 0043 / (0) 52 43 / 52 93 - 609
e-mail: beautyfarm@alpenrose.at

Fit & Fun House

Unser Fit & Fun House ist durchgehend von 7.45 bis 18.45 Uhr für Sie geöffnet.
Telefon 0043 / (0) 52 43 / 52 93 - 650
e-mail: fitandfun@alpenrose.at

Friseur

Unsere Friseurin ist Montag bis Freitag von 11.00 bis 19.30 Uhr durchgehend für Sie da.
Telefon 0043 / (0) 52 43 / 52 93 - 613



superior
Alpenrose

W E L L N E S S - R E S I D E N Z



WELLNESS - RESIDENZ ALPENROSE

A-6212 Maurach am Achensee

Tel 0043 (0) 5243 5293-0, Fax 54 66

info@alpenrose.at www.alpenrose.at