



DER ALPINE KRAFTPLATZ

È TEMPO

di

TUTTO PER IL TUO
BENESSERE



RELAX

MENÙ SPA



*Regalati ogni giorno
i momenti più belli e
immergi corpo, anima e
spirito nell'armonia interiore.*

SARAH BERNHARDT

Un vero piacere per lo spirito ti aspetta nelle nostre spa, che offrono relax al più alto livello per corpo, anima e spirito. Lasciati coccolare e sorprendere da presentazioni create con amore e da un ambiente ispirato a magiche fantasie.

Poiché la bellezza è sempre espressione di equilibrio interiore, nella nostra beauty farm creiamo un'atmosfera con colori tenui ed effetti di luce. Prodotti di alta qualità, raffinati trattamenti e massaggi per viso e corpo contribuiscono ad aiutare non solo l'anima, ma anche il corpo a raggiungere un maggiore equilibrio.

A questo contribuisce anche la nostra Fit & Fun House, dove puoi allenarti insieme a un allenatore esperto e riscoprire (nuovamente) la gioia del movimento.



- VISO -



- CORPO -



- MANI E PIEDI -

Contenuto

-
- 9 Con la potenza delle Alpi - Balance Alpine 1000+
 - 13 Per una perfetta armonia - i trattamenti secondo Maria Galland
 - 16 Principi attivi dell'uva di alta qualità - Vinoble Cosmetics
 - 19 Cosmetici vegani con principi attivi - Age Attraction
 - 20 Cosmetica attrezzata e trattamento ansietà
 - 21 Beauty extras
 - 23 Massaggi per corpo, mente e anima
 - 27 Ayurveda alpino con David Batra
 - 29 Bagni di salute e bellezza
 - 30 Momenti di coccole in spa privata
 - 31 Benessere per i sensi
 - 32 Momenti di coccole per le future mamme
 - 33 Benessere per i più piccoli
 - 34 Muoversi secondo i propri gusti
 - 35 In forma e attivi
 - 37 Wellness e relax
 - 38 Regole della spa



#MY ALPINE LIFE BALANCE



MY SPA BALANCE CONCEPT

Proprio come la natura nelle Alpi, anche noi esseri umani siamo sempre alla ricerca di un equilibrio. Così come sono diverse le esigenze di ogni singola persona, lo sono anche le idee individuali di cosa sia l'equilibrio. E ovviamente anche i modi per raggiungerlo. Inoltre, desideri e voglie cambiano costantemente. Ad esempio con le stagioni, per lo stato emotivo del giorno o semplicemente per un capriccio del momento. Ecco perché è importante seguire un proprio percorso personale verso il benessere.

Per tutti questi motivi, i Best Alpine Wellness Hotels hanno sviluppato un concetto di spa unito alla forza delle montagne, che da un lato ti offre la possibilità prendere delle scelte individuali e dall'altro ti indica il percorso da seguire. Con applicazioni e pacchetti di vario genere, contrassegnati da simboli a seconda del loro effetto. Ad esempio, l'onda indica un'applicazione che rinfresca e libera. La montagna rappresenta un effetto attivante e liberatorio. Il cerchio, invece, è sinonimo di connubio tra sport e spa in ogni periodo dell'anno. Ecco dunque il nostro invito: scegli da te!



RINFRESCA
E RILASSA



DETOX
E ENERGIZZANTE



DETERGE
E RILASSA



UNISCE E
CENTRATO



SPORTS &
ALPINE LIFE BALANCE



BALANCE ALPINE¹⁰⁰⁰⁺ 

Con la forza primordiale delle Alpi

Con Balance Alpine 1000+, i Best Alpine Wellness Hotels ti offrono una collezione esclusiva di prodotti a cui si unisce la forza primordiale delle Alpi. I prodotti, ottenuti da erbe naturali di montagna, mettono insieme gli ultimi risultati della scienza con le conoscenze della Medicina Tradizionale Europea (MTE) per la produzione di essenze erboristiche su base spagirica. Il risultato sono creme, oli e lozioni preziose e uniche per il trattamento del viso e del corpo che si prendono cura della cura in profondità, ne ricostruiscono la sostanza, facendo così emergere la bellezza di ogni persona in modo naturale.





Il segreto speciale dei prodotti Balance Alpine 1000+ è da cercare nelle erbe di montagna coltivate in modo ecologico, nelle ricette naturali e nei processi di lavorazione in cui si nascondono le conoscenze del MTE oramai quasi dimenticate. Entrambi apportano una visione olistica dell'essere umano con l'obiettivo di rafforzare i poteri di autoguarigione a livello fisico, mentale e spirituale e stabilire l'equilibrio tra pelle, muscoli e anima - interamente secondo il principio di Paracelso.



Dente di leone alpino

Il dente di leone ha un effetto rinfrescante, ad esempio quando i muscoli sono sovraccarichi, e supporta la guarigione dall'infiammazione. Ha un effetto rinfrescante, calmante e drenante.



Angelica

L'angelica favorisce la rigenerazione e ha un generale effetto rinforzante, tonificante, ma anche armonizzante. Aumenta l'energia e la vitalità.



Timo selvatico

Il timo riscalda e influenza intensamente il sistema respiratorio e articolare. Ha un effetto riscaldante, attivante, rinnovante e stimolante.



Achillea

L'achillea rafforza il tessuto connettivo, allevia e rafforza le vene. Svolge inoltre un'azione calmante, antispasmodica, regolatrice, riequilibrante e lenitiva.

Con l'essenza delle erbe alpine di montagna per l'equilibrio interiore

SPERIMENTA L'EFFETTO RIVITALIZZANTE DEL TRATTAMENTO BALANCE ALPINE 1000+.

Viso

Balance Alpine 1000+ Vitalkraft



Pulizia, peeling e idratazione spagirica della pelle. Per finire: rituale di armonizzazione, cura degli occhi, massaggio collo, décolleté e viso, maschera idratante e cura finale.

50 min

80 min

Balance Alpine 1000+ Libertà per la mente



La tipologia metabolica e lo stato di salute attuale determinano la tecnica per il massaggio del viso e della testa. Apporta un profondo rilassamento, calma interiore e libertà per la mente.

25 min



Balance Alpine 1000+ Trattamento Signature



Il trattamento inizia con un rilassante pediluvio alle erbe. La tua schiena verrà rilassata con un caldo massaggio con timbri alle erbe. Segue un impacco idratante e levigante per le mani e il trattamento viso Balance Alpine 1000+ Vitalkraft. Per finire un massaggio alla testa e alle mani e una crema giorno.

110 min





MARIA GALLAND
PARIS

Una filosofia di bellezza unica

Sperimenta la bellezza individuale con i trattamenti di cura e benessere di Maria Galland Paris. Un'ampia varietà di trattamenti per il viso e il décolleté adattati esattamente ai tuoi desideri e alle esigenze della tua pelle. Ciò che resta è una meravigliosa sensazione di totale relax, cura perfetta e benessere assoluto. Tutti i prodotti sono dermatologicamente testati per efficacia e sicurezza e sono delicati sulla pelle.





Ricerca e innovazione per una perfetta armonia

FONDATA DA UNA DONNA UNICA, MARIA GALLAND PARIS,
DOPO OLTRE 50 ANNI, CONTINUA ANCORA OGGI A DEFINIRE
GLI STANDARD NEL MONDO DELLA BELLEZZA.

Viso

Cura individuale del viso e del collo per lui e per lei

Detersione, peeling, massaggio facciale,
correzione sopracciglia, maschera a seconda
del tipo di pelle.

80 min

Soin Mille Lumières

Il lussuoso trattamento viso contro i segni del
tempo. Con due maschere che regalano un
fascino incomparabile. Rigenera, rassoda e si
prende cura della pelle ai massimi livelli con un
effetto antietà unico. L'esclusivo trattamento è
ideale per pelli over 40 con le massime
esigenze.

80 min

Soin Thalasso

Questa maschera rinfrescante e tonificante alle
alghe fornisce alla tua pelle un'idratazione intensa.
La pelle secca, tesa e desiderosa di idratazione,
beneficia in particolare di questo apporto
prolungato di idratazione altamente concentrata.
Il trattamento è rinfrescante e dona alla pelle
una nuova carica energetica.

80 min

Soin Cocon

Una delicata maschera in schiuma avvolge il viso e
dona una sensazione di profondo benessere.
Nutre ogni tipo di pelle fino agli strati più
profondi, lasciandola liscia e compatta.

80 min

Soin Dermatologique

Questo sistema di cura avanzato libera la pelle
da quattro problemi cutanei: dalle impurità,
dalle macchie di pigmento fino ad arrivare al
rossore e alla secchezza pronunciata. Ha inoltre
un effetto calmante ed equilibrante.

80 min

Corpo

Talassoterapia

Gli estratti di alghe efficaci e di alta qualità
contenuti nello scrub e nell'impacco per il
corpo hanno un effetto intensivo e detox. Un
trattamento finale con uno speciale olio di alghe
leviga la pelle e rassoda il tessuto connettivo.

con bagno disintossicante
al sale marino 90 min

Occhi

Modellazione degli occhi

Trattamento contorno occhi antirughe fresco
e detox. Rassoda e leviga le linee sottili e
le rughe.

25 min

in combinazione con un trattamento viso



VINOBLE COSMETICS

Il meraviglioso potere dell'uva

Vinoble è un cosmetico ispirato alla natura che si basa sul potere dell'uva. Anni di lavoro di sviluppo hanno portato a prodotti che utilizzano il prezioso antiossidante OPC. I prodotti Vinoble sono ideali per fornire alla pelle stressata di uomo e donna tutto ciò di cui ha bisogno per rigenerarsi. Per una pelle sana, bella e fresca. A qualsiasi età.



Nello spirito della natura - connect to nature, share skin happiness

TRATTAMENTI CORPO EFFICACI E LENITIVI CON PRODOTTI NATURALI DI ALTA QUALITÀ CHE RIGENERANO LA PELLE E ASSICURANO UNA SENSAZIONE DI PELLE VELLUTATA E SETOSA.

Corpo

Vinoble Vino Forming



Il massaggio peeling con siero modellante e il successivo impacco per il corpo aiutano a bruciare grassi. La cellulite è ridotta e la pelle appare notevolmente più tesa.

55 min

Peeling completo al sale e vinaccioli



Peeling delicatamente detergente e nutriente a base di vinaccioli, sale e olio di vinaccioli spremuti a freddo. Lenisce e intensifica la circolazione sanguigna della pelle.

25 min

Impacco alcalino anticellulite alle alghe fresche



Le alghe fresche risultano particolarmente efficaci nei trattamenti di disintossicazione e cellulite. Le alghe marine naturali attivano il metabolismo cellulare e ne favoriscono l'eliminazione. Le bende imbevute di acqua alcalina riequilibrano la pelle.

- *Massaggio con spazzole, peeling completo del corpo, impacco alcalino per il corpo, lozione alle alghe e olio di oliva ozonizzato*

90 min



Vinoterapia

La moderna vinoterapia si basa su una tradizione millenaria di uso terapeutico della vite e dei suoi prodotti. L'obiettivo è disintossicare, purificare, rilassare, ricaricare le batterie e ritrovare se stessi.

Bouquet



Un massaggio combinato con una talco detergente per il corpo che stimola i processi di disintossicazione del corpo. L'olio caldo di vinaccioli, miscelato con i principi attivi di viola del pensiero, lavanda e rosa damascena, nutre la pelle intensamente. L'impacco finale per il corpo nel lettino softpack drena e disintossica il corpo.

- *Massaggio con olio e talco per il corpo, impacco per il corpo nel lettino softpack*

50 min

Élite



Olio altamente nutriente, talco detergente per il corpo ed essenze floreali profumate ti accompagnano in questa serie di applicazioni. Massaggiando punti riflessi ben precisi, si decongestiona il tessuto connettivo, si stimola il flusso linfatico e si disintossica il corpo.

- *Massaggio con olio e talco per il corpo, impacco per il corpo, riflessologia, detersione con talco per il corpo*

80 min





Lusso e benessere puro in profondità sotto la pelle

Regalati questa vera esperienza sulla pelle. Vitamine, acido ialuronico e cocktail di principi attivi su misura agiscono in profondità sotto la pelle e la costruiscono dall'interno.

Il risultato è una carnagione visibilmente migliorata. Goditi i trattamenti mesofacciali e la lussuosa serie di principi attivi del produttore di cosmetici di Monaco - qui da noi.



Trattamenti anti-tetà per una carnagione piú fresca e giovane

I METODI DI TRATTAMENTO DELICATI CON APPARECCHI MIGLIORANO L'EFFETTO DI OGNI TRATTAMENTO VISO E LO RENDONO UN HIGHLIGHT SPECIALE.

Trattamento mesolaser

La pelle viene preparata con un peeling speciale. Successivamente, a seconda del tipo di pelle, le fiale di principi attivi e l'acido ialuronico vengono applicati sulla pelle e lavorati su di essa. La morbida luce laser attiva gli esclusivi principi attivi. Quindi un cocktail di siero ialuronico di alta qualità viene irrorato nella pelle. Trattamento finale e trucco da giorno con talco minerale.

Classic

con 3 fiale e 5 ml di acido ialuronico 50 min

Deluxe

con 5 fiale e 15 ml di acido ialuronico e massaggio facciale con oli biologici 80 min

Premium

con peeling agli acidi della frutta, 5 fiale, 15 ml di acido ialuronico e massaggio, viso collo e décolleté con oli biologici 90 min



Trattamento lifting di lusso a ultrasuoni

Gli ingredienti attivi vengono trasportati in profondità nella pelle tramite dolci onde sonore. Attiva l'energia nelle cellule e accelera la circolazione cellulare biochimica. Combinato con acido ialuronico altamente concentrato, questo trattamento è ideale per trattenere l'umidità della pelle per un periodo di tempo piú lungo.

1 trattamento con ultrasuoni 25 min

3 trattamenti



Microdermoabrasione per lui e lei

Peeling meccanico ed efficace contro rughe, macchie di pigmento, pelle danneggiata dal sole, cicatrici, acne e pelle con pori dilatati. I calli sulla superficie della pelle vengono rimossi in modo controllato con cristalli fini. La leggera aspirazione stimola la pelle a formare nuove cellule e apre il tessuto a vari principi attivi per la successiva fase del trattamento.

Viso 65 min

Viso, collo e décolleté 80 min

Trattamento speciale con ultrasuoni 120 min

Beauty extras

PER UN ASPETTO RADIOSO A TUTTO TONDO

Mani e piedi

Manicure

con smalto

con french

con gommalacca

Manicure de luxe

Manicure intensiva con prodotti di lusso, peeling alle mani e massaggio rilassante

Bagnoschiama alla paraffina

Idrata e ammorbidisce la pelle secca

30 min

in combinazione con un trattamento viso

Trattamento mani con Masque Modelant

Trattamento intensivo con massaggio peeling, maschera e cura finale

45 min

in combinazione con un trattamento viso

Pedicure

con smalto

con french

con gommalacca

Pedicure de luxe

Pediluvio rivitalizzante, cura dei piedi e delle unghie, peeling, massaggio ai piedi

Depilazione con cera calda

Depilazione delicata (viso, guance, mento, labbro superiore, ascelle, gambe)



Occhi

Colorazione ciglia

Colorazione sopracciglia

Modellazione sopracciglia

Parrucchiere

La nostra parrucchiera offre tagli, acconciature e colori brillanti adatti al tuo tipo di capelli. Ognimartedì e venerdì dalle 13:30 alle 19:00. Appuntamenti nella beauty farm.

Make-up permanente

Il trucco permanente mette in risalto in modo discreto e individuale i tuoi occhi, i contorni delle sopracciglia, palpebre e labbra. Affidati alla nostra esperta Martina Kretschmer.

Appuntamenti ogni mercoledì nella nostra beauty farm spa o previo accordo.
Tel. +43 5243 5293-609



A beneficio di corpo e anima

REGALATI UN MASSAGGIO PER CORPO, MENTE E ANIMA.
SENTIRSI BENE AL 100%. TI AIUTIAMO A STARE BENE
CON IL TUO CORPO.

Massaggio completo del corpo

I muscoli vengono sciolti, il metabolismo stimolato e il flusso linfatico attivato.

50 min

Massaggio parziale

25 min

50 min con fango all'olio di roccia

50 min con riflessologia plantare

Massaggio alla schiena

Allieva le tensioni e i blocchi muscolari.

50 min

Massaggio termale Alpa Classica

Rigenerante e antidolorifico con olio di marmotta ad alta concentrazione. Per disturbi cronici dell'apparato locomotore, artrosi e reumatismi.

50 min

Massaggio sportivo Alpa Classica

Massaggio rinfrescante con potenti estratti di fiori di Bergarnica raccolti a mano. Per stanchezza, leggeri stiramenti e disturbi acuti dopo le escursioni.

50 min

Massaggio rilassante Alpa Classica

Rilassa e calma i nervi con olio di iperico lenitivo. Per disturbi del sonno, stress, stanchezza, disturbi nervosi, irrequietezza.

50 min

Massaggio benessere Alpenrose

Massaggio completo del corpo in combinazione con un massaggio riflessogeno alla testa, a collo o ai piedi.

80 min

Massaggio intuitivo-sensibile

Un massaggio su misura, in cui affrontiamo in modo specifico le tue esigenze e combiniamo diverse tecniche di massaggio.

50 min

80 min

Riflessologia plantare

Grazie alle leggere pressioni delle zone riflesse vengono influenzati positivamente gli organi e le parti del corpo associate.

25 min

50 min con pediluvio

75 min con pediluvio, impacco per il fegato, massaggio addominale

Massaggio rilassante mente libera

Appositamente pensato per liberarsi dallo stress. Particolarmente efficace nella zona delle spalle, del collo e della testa. I muscoli si sciolgono, le tensioni vengono alleviate per dare spazio a nuove energie.

50 min

Terapia colonna vertebrale secondo Dorn & Breuss

Il dolore e la disfunzione della colonna vertebrale sono spesso causati da un disallineamento o da blocchi delle vertebre. Le vertebre vengono portate nella loro posizione anatomicamente corretta in modo delicato.

50 min



Massoterapia

Balance Alpine 1000+ Picchi di piacere



Determinazione della tipologia individuale su misura per le tue esigenze. Questo massaggio del corpo completo utilizza speciali oli da massaggio riscaldanti o rinfrescanti in combinazione con essenze spagiriche.

80 min

Balance Alpine 1000+ Il fascino del movimento



La combinazione della terapia fasciale con altre tecniche specifiche allevia le tensioni e la rigidità dei muscoli e delle strutture tissutali.

80 min

Trattamento con candele auricolari

Tradizionale cerimonia di rilassamento dei nativi americani mirata a migliorare la circolazione sanguigna nell'orecchio. Ha un effetto liberatorio sulla zona dell'orecchio, del naso e della gola. Adatto anche ai bambini.

25 min

Massaggi alla canapa

Massaggio sportivo classico alla canapa



Massaggio rinforzante e riequilibrante del corpo con oro zecchino e salvia. Apporta l'attivazione del corpo prima e dopo l'attività fisica come escursionismo o sci.

80 min

Massaggio rigenerante classico alla canapa



Sollievo e maggiore energia per il corpo con olio di canapa verde e CBG (cannabigerolo). Ha un effetto rigenerante, antinfiammatorio, disintossicante e favorisce un sonno migliore.

Massaggio alla schiena 50 min

Massaggio completo del corpo 80 min

Massaggio rilassante classico alla canapa



Profondamente rilassante ed edificante per corpo, mente e anima, con CBG (cannabigerolo), salvia e oli essenziali. Ha un effetto di attivazione dell'umore ed è consigliato per pelli sensibili.

Massaggio alla schiena 50 min

Massaggio completo del corpo 80 min

Massaggi da tutto il mondo

Shiatsu - Armonia nel flusso di energia*



Il massaggio Shiatsu giapponese armonizza il flusso di energia nel corpo esercitando una pressione sui punti di agopuntura.

50 min

Massaggio con schiuma di sapone



Il trattamento inizia con il riscaldamento nel bagno di vapore alle erbe. Segue un peeling delicato e un massaggio con schiuma di sapone meravigliosamente profumato sul caldo lettino in pietra. Per finire riceverai un trattamento con olio nutriente.

75 min

Massaggio La Stone



Trattamento energetico olistico con pietre di lava calda e marmo freddo. Alternando l'uso delle pietre, stimoliamo la circolazione sanguigna e il flusso linfatico. Le tensioni vengono sciolte e il sistema energetico viene caricato.

75 min

Massaggio Nuad Thai* (Massaggio Thai Yoga)



Massaggio yoga tradizionale thailandese, che utilizza varie tecniche di pressione e stretching per aumentare il flusso di energia nel corpo regalando un effetto positivo sulla mobilità.

80 min

Lomi Lomi Nui



La rilassante musica hawaiana, l'olio di cocco caldo e ampi tocchi fluidi - delicati, ricchi, gentili, allunganti - aiutano il corpo e l'anima a rilassarsi e sentirsi liberi.

90 min con un terapeuta

70 min in sincrono con due terapisti

* Si prega di presentarsi a questo trattamento indossando abbigliamento sportivo comodo.

Massaggi detox

Drenaggio linfatico



Purificante, decongestionante, drenante. Un massaggio delicato e armonizzante che riduce il gonfiore e sostiene il processo di disintossicazione del corpo.

50 min

75 min

Massaggio deacidificante



Un modo efficace per rimuovere acidi e prodotti di scarto dal tessuto, rassodandolo e rinforzandolo.

50 min

80 min con bagno alcalino

Terapia di coppettazione pulsata



La circolazione linfatica e il metabolismo vengono stimolati e si ha una migliore eliminazione dei prodotti di scarto. I muscoli si rilassano, le articolazioni si allentano e i tessuti si snodano. Si consiglia un bagno alcalino con peeling dopo il trattamento.

50 min

80 min con bagno alcalino

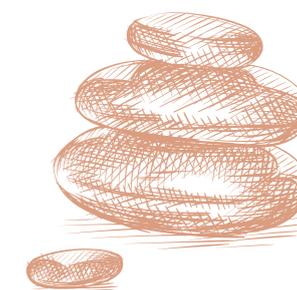
Sale sulla mia pelle



Una combinazione di peeling al sale naturale per tutto il corpo e massaggio con pietre di sale. Ha un effetto decelerante, depurativo, nutriente, energizzante e rimineralizzante.

100 min **DE LUXE**

con pediluvio rilassante, peeling al sale, bagno di vapore alle erbe, massaggio con propoli e pietre di sale, rilassamento





AYURVEDA

In sintonia con sé stessi

La via per la salute olistica

VARI MASSAGGI E TECNICHE DI DETERSIONE
PER ARMONIZZARE CORPO E MENTE.

Abhyanga

Massaggio completo del corpo

L'intero corpo viene unto con un ritmo uniforme con oli curativi su misura per te. Pressioni e movimenti circolari su punti vitali speciali (massaggio Marma) fanno rivivere le energie del corpo.

75 min



Padabhyanga

Massaggio piedi e gambe

Piedi, gambe e ginocchia vengono massaggiati con movimenti delicati e allunganti unti con oli curativi appositamente preparati. Rilassante e rinfrescante allo stesso tempo.

50 min



Mukabhyanga

Massaggio spalle, collo e testa

Lo spirito (Vata) viene rassenerato da un massaggio con delicate pressioni mirate nei punti vitali e olio selezionato individualmente. La tensione legata allo stress nella zona del collo e delle spalle viene notevolmente alleviata.

50 min



Shirodhara

Trattamento con olio sulla fronte - profondo rilassamento

Un prezioso getto di olio caldo sulla fronte calma la mente e l'anima. Profondo rilassamento ideale per il sistema nervoso soprattutto per le persone che soffrono di stress.

50 min

90 min con Abhyanga



Settimane ayurvediche alpine

CON DAVID BATRA

L'unione di corpo, mente e anima è il prerequisito per una vita sana e appagante. Preservarli è il lavoro di una vita. Il nostro maestro di Ayurveda, ti introdurrà a questa arte raffinata. Dopo un consulto iniziale completo e un'analisi del tipo, verrà creato un programma ayurvedico su misura per le tue esigenze.

Il nostro staff sarà lieto di informarti sulle settimane speciali.

Il programma dettagliato può essere scaricato dalla nostra home page all'indirizzo www.alpenrose.at





I nostri bagni

sono un'esperienza a sé. Rilassarsi. Sentirsi bene. Respirare a fondo. Aprirsi al potere degli elementi e della natura. Le stanze dal design fantasioso, i profumi esotici, la musica di accompagnamento rilassante, i morbidi massaggi e il calore benefico rendono il tuo trattamento benessere un viaggio per i sensi. Lasciati andare e regalati un tranquillo momento di assoluta soddisfazione!



Bagni di salute e bellezza

IL BAGNO UNISCE LA CURA DEL CORPO
AL BENESSERE PSICOFISICO.

Bagno nel lettino soft pack

Sdraiati sul lettino softpack senza peso, una inevitabile sensazione di benessere. Prima dell'impacco, fai un bagno alcalino con peeling, che prepara in modo ottimale la pelle al successivo trattamento.

Sogno di cocco vanigliato di Ligne St. Barth

L'olio di cocco puro e la crema corpo nutriente alla vaniglia coccolano la pelle con preziose sostanze nutritive.

45 min

Impacco on olio di enotera

Per pelli sensibili e secche, adatto per dermatite o psoriasi.

45 min

Impacco alcalino detox

Viene stimolata l'autolubrificazione della pelle, la quale diventa meravigliosamente morbida. Consigliato per purificare ed eliminare le impurità della pelle.

45 min

Impacco di alghe

disintossicante e purificante

45 min

IL NOSTRO CONSIGLIO

Combina i nostri bagni benessere con un massaggio rilassante.

*in combinazione con
un massaggio parziale 25 min*

Bagni di benessere

Bagno tirolese all'olio di pietra

Con un tonico rinfrescante per muscoli e articolazioni.

20 min

Bagno vitalizzante all'olio di pietra

20 min

Bagnoschiuma Alpienne Pur Spa

Sensibile - la calendula con melissa e malva selvatica lenisce la pelle fortemente stressata e la riequilibra.

Rilassante - il miele di montagna con pino cembro e verbasco si prende cura della pelle e le dona un'intensa idratazione.

Tonificante - il fiore di fieno con dente di leone e ortica fornisce principalmente idratazione e nuova vitalità alla pelle matura e soggetta allo stress.

20 min a

*in combinazione con
un massaggio parziale 25 min*

Bagno massaggio Blue Dream

250 getti disposti secondo le zone riflesse del corpo alleviano le tensioni e riducono lo stress. I sensuali elementi aggiuntivi per il bagno ti invitano a sognare e coccolare la tua pelle.

20 min

*in combinazione con
un massaggio parziale 25 min*



Momenti di coccole in spa privata

IL TRATTAMENTO BENESSERE DIVENTA UNA CERIMONIA DI FELICITÀ E UNA FESTA PER I SENSI.

La Luna – al ritmo della luna

Immergiti nell'atmosfera della cerimonia del tè, stando seduto in sospensione, con un rilassante massaggio ai piedi e alle gambe. Dopo il riscaldamento nella sauna di cristallo con pietre preziose retroilluminate, ti coccoleranno un peeling per il corpo e un massaggio benessere su misura per le tue esigenze. Il tuo segno zodiacale brilla sopra il lettino da massaggio, più di 3.000 punti luce della Via Lattea brillano nel cielo. Ora ti aspetta la "vasca monolitica in arenaria di Boffi" con un complemento nutriente per il bagno. Verranno servite anche prelibatezze alla frutta. Per finire, sprofonda senza peso nel letto ad acqua preriscaldato e rivivi sognando quello che hai appena vissuto con la cosiddetta "acqua di luna".

Trattamento singolo 120 min

Trattamento coppia 120 min



Rivitalizzazione del corpo

Sperimenta il potere naturale delle nobili essenze alpine. Il trattamento inizia con il massaggio completo Balance Alpine 1000+ Pleasure Summit 80 min. Successivamente goditi gli effetti benefici del lettino sound motion 30 min.

Trattamento singolo 110 min

Trattamento coppia 110 min

Rose sull'alpeggio – una festa per due

Il profumo dei fiori, la luce delle candele, un accogliente letto a baldacchino. Sembra di essere in una romantica baita alpina – solo voi due nel Romantik Badl. Coccolatevi a vicenda con un aqua peeling al sale di alta qualità. Frizzante e dolce – le nostre piccole delizie culinarie: la dolce tentazione e il bicchiere frizzante di Prosecco.

80 min

Roses for you – un rituale con la regina dei fiori

Un rituale di coccole che coinvolge tutti i sensi e aumenta il benessere mentale. Il trattamento inizia in coppia con un rilassante pediluvio ai fiori di rosa. Vengono serviti inoltre limonata alla rosa e frutta secca. Ti coccoleremo poi con un massaggio ayurvedico con guanti di seta Garshan, che lascerà la tua pelle morbida come la seta. Segue una sessione di sauna privata, che ti prepara a un rilassante massaggio aromatico all'olio di rosa. Segue una sessione di sauna privata per prepararti a un rilassante massaggio aromatico all'olio di rosa. Dolci tentazioni fatte in casa invitano a rilassarsi successivamente sul comodo letto ad acqua.

Trattamento coppia 120 min

Benessere per i sensi

LASCIATI COCCOLARE DA RILASSANTI TRATTAMENTI BENESSERE, IN SOLITARIA, IN COMPAGNIA DEL PROPRIO PARTNER O DELLA MIGLIORE AMICA.

Chillout secondo Ligne St. Barth

Questo trattamento corpo unico con speciali conchiglie autoriscaldanti e olio di avocado spremuto a freddo allevia delicatamente la tensione, ha un effetto antistress, stimola il metabolismo dei tessuti e il flusso linfatico, favorisce la circolazione sanguigna e fornisce alla pelle un'idratazione intensa. La piacevole temperatura delle conchiglie in combinazione con carezze, massaggi manuali e il delicato profumo del prezioso olio, ti porta in un mondo di profondo benessere dalla testa ai piedi.

Trattamento singolo 90 min

Trattamento coppia 90 min

Vinoble Nobel – Natura pura

Questo esclusivo trattamento Vinoble inizia con un meraviglioso peeling per tutto il corpo che rende la pelle morbida ed elastica. Infine, goditi un bagno caldo particolarmente nutriente al vino Vinoble barrique. Serviremo inoltre un bicchiere di vino profumato. Questo trattamento è completato da uno speciale massaggio corpo completo con olio di semi d'uva di Vinoble.

Trattamento singolo 90 min

Trattamento coppia 110 min

Sussurri di montagna – il rito alpino

Il trattamento inizia con un peeling al miele e ai cristalli di sale di montagna, che dispiega tutto il suo effetto nel bagno di vapore alle erbe. Successivamente, ti accompagniamo sul lettino softpack in fieno di montagna soffice e profumato, dove potrai scivolare dolcemente nel regno dell'assenza di gravità. Infine, goditi un rilassante massaggio con timbri alle erbe con erbe calde e oli preziosi.

90 min



Con l'energia del vino

Il rituale inizia con un tonificante pediluvio con vino fresco e un caldo pediluvio con barrique. Serviamo un bicchiere di vino bianco e una dolce tentazione. Il successivo peeling a base di sale e olio di semi d'uva spremuto a freddo fornisce alla pelle principi attivi nutrienti che continuano ad agire nella sauna privata. Successivamente ti invitiamo a un benessere assoluto e profondo sul nostro lettino sound motion. Una speciale composizione sonora fa vibrare il lettino e il tuo corpo fluttua con le onde sonore. Un massaggio del viso e una maschera completano questa esperienza di benessere. Dai spazio ai tuoi sogni mentre riposi nel lettino ad acqua con una piccola sorpresa culinaria.

Trattamento singolo 120 min

Trattamento coppia 120 min



Momenti di coccole per le future mamme

Massaggio completo del corpo*

La tensione, lo stress e la frenesia vengono contrastati e la schiena stressata, le gambe o le braccia stanche tornano leggere e rilassate.

50 min schiena, braccia, gambe
80 min incl. massaggio facciale

Trattamento decongestionante gambe

Questo massaggio decongestionante per gambe e piedi dona sollievo alle gambe pesanti e ai piedi stanchi durante la gravidanza.

25 min

Massaggio rilassante mente libera*

Massaggio delicato collo, testae viso.
50 min

Cerimonia di gravidanza per "3"*

Un babymoon puro per godervi i meravigliosi momenti della gravidanza in coppia. La cerimonia inizia con un rilassante pediluvio (geranio, legno di sandalo e bergamotto). Poi la futura mamma si gode uno speciale massaggio benessere e il futuro papà un massaggio completo. La cerimonia rilassante è completata da un riposo sul lettino ad acqua.

80 min

Drenaggio linfatico

Purificante, decongestionante, drenante.
50 min

* I massaggi vengono eseguiti individualmente in posizione di schiena o di lato o in parte stando seduti.

Benessere per i più piccoli

PROGRAMMI DI BELLEZZA COME NELLE FAVOLE
PENSATI APPOSITAMENTE PER LE ESIGENZE
DEI BAMBINI E DEI GIOVANI.

La pelle dei bambini è particolarmente delicata e sensibile. Deve essere protetta dagli agenti ambientali e rafforzata per rimanere sana e fresca a lungo. E proprio come la pelle degli adulti, è molto sensibile ai tocchi delicati e lenitivi. Le nostre offerte beauty per bambini e ragazzi sono validi fino ai 14 anni.

Biancaneve

Speciale per la pelle giovane

Trattamento viso su misura per le esigenze della pelle giovane: deterzione, peeling, massaggio viso, maschera a seconda del tipo di pelle e smalto.

45 min

Principe ranocchio

Piedi, testa e corpo

Massaggio benessere con riflessologia plantare e massaggio in testa delicato.

45 min

Principe e principessa del cioccolato

Mmm, che profumo

Un gustosa prelibatezza per bambine e bambini. Dopo il delicato bagno al latte, vengono avvolti in un dolce involucro di cioccolato.

45 min

Massaggio benessere Hansel e Gretel

Questo ti fa bene

Trattamento benessere per i più piccoli con olio naturale per neonati e bambini, con principi attivi particolarmente lenitivi.

25 min

Una fantastica pausa per tipi in gamba

Per padri e figli

Anche papà e figli cercano la loro via verso il benessere: nel bagno di vapore i muscoli si rilassano a dovere. Successivamente, i più piccoli possono farsi coccolare con un massaggio con schiuma di sapone, mentre i più grandicelli possono godersi un massaggio rilassante individuale. Adesso ad aspettare i due tipi in gamba c'è una vasca con acqua frizzantina.

75 min



Paradiso dei Mari del Sud

Per madri e figlie

Delicato e profumato: peeling alla papaya per tutto il corpo nella doccia di vapore. Sogno di schiuma alla vaniglia: immergetevi insieme nel delizioso bagno alla vaniglia con tanta schiuma. Morbido e dolce: infine, arriva la migliore cura del corpo con la lozione per il corpo alla vaniglia. Per la figlia abbiamo un piccolo regalino.

50 min

Muoversi secondo i propri gusti

BENESSERE SANO E FORMA FISICA –
L'ALPINE KRAFTPLATZ TI PROPONE PIÙ VOLTE
ALL'ANNO OFFERTE SPECIALI.

Affidati al nostro team Fit & Fun. Istruttori qualificati di benessere e fitness e consulenti del tempo libero garantiscono un programma professionale tra movimento e benessere.

Indoor e outdoor, in estate e in inverno. Uno dei tanti extra gratuiti del Kraftplatz a cui ti invitiamo. Perché il tuo benessere e la tua salute sono importanti per noi.

Dettagli su www.alpenrose.at

	LUN	MART	MERC	GIO	VEN	SAB	DOM
dalle 8:00 alle 8:30	<p>AQUA GYM Resistenza, rafforzamento della parte superiore del corpo, allenamento del tronco, Body fit, rafforzamento muscolare</p>						
dalle 9:00 alle 10:00	<p>LEZIONI MATTINA Yoga saluto al sole, pilates, fitness al mattino, risveglio muscolare, yoga flow, fit con la pezziball, fit con la theraband, Qigong, meditazione, introduzione Kinesis®, stretching & relax, allenamento dell'equilibrio, corsa mattutina</p>						
dalle 9:00	<p>PROGRAMMA OUTDOOR Escursioni guidate nel Karwendel & Rofan, Nordic walking, Power walking, gite in mountain bike</p>						
dalle 11:00 alle 12:00	<p>LEZIONI TARDA MATTINA Step aerobic, Tramp cross jump, addominali gambe glutei (GAG), TRX Suspension training, yoga, circuito, Mini bands, Tabata, Fitness boxes, fitness schiena, fascia training, workout con palla medica, HIIT</p>						
dalle 15:00 alle 16:00	<p>Programma pomeridiano Step aerobic, Tramp cross jump, addominali gambe glutei (GAG), TRX Suspension training, yoga, circuito, Mini bands, Tabata, Fitness boxes, fitness schiena, fascia training, workout con palla medica, HIIT</p>						
dalle 16:30 alle 17:30	<p>LEZIONI SERA Stretch & relax, Pranayama, rilassamento muscolare progressivo secondo Jacobsen, rilassamento mentale, viaggio del corpo, viaggio dell'immaginazione, yoga, pilates, introduzione Kinesis®, introduzione Power plate, Qigong, piedi sani, yoga balance, allenamento per l'equilibrio, allenamento autogeno, stretching, meditazione</p>						

Saremo lieti di informarti su speciali settimane dedicate alla meditazione e al benessere.

In forma e attivi

PER UN ALLENAMENTO ALL'INSEGNA DEL SUDORE O PER
RITROVARE L'EQUILIBRIO MUOVENDOSI: UNA VISITA ALLA NOSTRA
AREA FITNESS È SICURAMENTE MOTIVO DI PIACERE.

La nostra palestra, estesa su 450 m² e due piani, offre possibilità di allenamento ideali con le più moderne attrezzature. Il team è al tuo fianco tutto il giorno con consigli e ti motiva con un programma giornaliero che bilancia movimento e benessere.

IL NOSTRO CONSIGLIO

Una schiena sana

Affidati al nostro insegnante certificato per il benessere della schiena. Sa come curare delicatamente ed efficacemente qualsiasi problema alla schiena e ti dà preziosi consigli su come proteggerla e rafforzarla.



Personal training

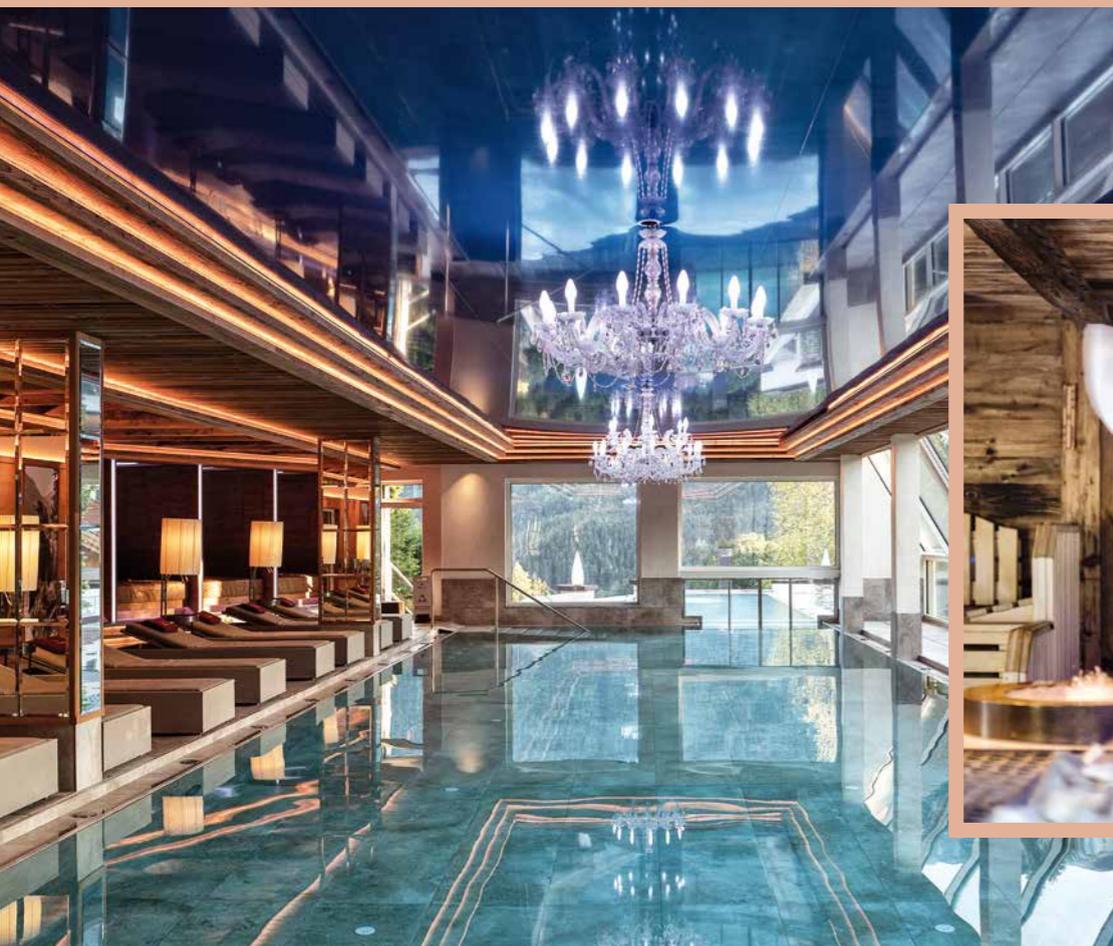
Il tuo personal trainer ti mostrerà gli esercizi ideali per te ed eviterai così movimenti sbagliati. Il modo perfetto per portare a casa numerosi suggerimenti e istruzioni per gli esercizi. Scoprirai quanto possa essere diverso un esercizio quando il tuo personal trainer ti guida. Ti offriamo un programma sportivo su misura.

1 lezione ca. 50 min

con piano di allenamento personale da seguire a casa

3 lezioni





Le nostre spa & area relax

offre 8.500 m² di piscine esclusive e mondi acquatici, innumerevoli saune, squisite tisane, un'oasi di tranquillità per tutti i gusti. L'ampiezza delle oasi di benessere e SPA ti accoglie offrendoti spazio dedicato all'individualità. Solo per te e il tuo benessere.

Benessere e relax

RALLENTARE E RICARICARE. TRANQUILLITÀ E PACE.
DIVERTIMENTO E AZIONE. MONDI DI BENESSERE.
L'ALPINE KRAFTPLATZ OFFRE TUTTO QUESTO SU OLTRE 8.000 M².

SAUNADÖRFL

- * Alpeggio delle erbe – esperienza sauna
 - Evento sauna 85 °C
 - Cerimonie giornaliere guidate dai nostri maestri di sauna
- * Bagno di vapore salino alle erbe 45 °C
- * Sauna a blocchi di legno 75 °C nel giardino del residence (sauna per la famiglia)

IL MONDO DELLE SAUNE NEL VITALTEMPEL

- * Bagni di vapore classici 47 °C
- * Caldarium 50 °C
- * Laconium 60 °C
- * Biosauna 65 °C
- * Sauna al pino cembro 80 °C
- * Tepidarium con calde sdraio in pietra
- * Grotta salata nella roccia tirolese 34 °C

ALPENROSE SPA's

- * Sauna panoramica "Regno dei cieli" 75 °C

LE NOSTRE STANZE DALLA QUIETE

- * Alpeggio silenzioso – con lettini ad acqua riscaldati e profumo di fieno
- * Alpeggio di alta quota silenzioso per sognare
- * Accoglienti aree relax in sauna in blocchi di legno e malga alle erbe
- * Area relax "Marmotta" con vista panoramica nelle spa Alpenrose

MONDI D'ACQUA

- * Sorgenti in giardino con vasche interne ed esterne 30/34 °C
- * Piscina sportiva di 23 m e piscina scoperta 10 m 32 °C (dai 18 anni)
- * Idromassaggio esterno salato 34 °C

ESPERIENZAACQUA IN FAMIGLIA

- * Piscina per bambini 35 °C
- * Piscina giovani 31 °C con zona relax, scivolo lungo 110 m e tante attrazioni acquatiche

LETTI E CABINE INFRAROSSI

- * nel Vitaltempel, nell'alpeggio delle erbe e nelle spa Alpenrose

GIARDINI PARADISIACI

- * 2 Laghetti balneabili con morbidi lettini e posti accoglienti
- * Area familiare separata

FIT & FUN HOUSE

- * Palestra inondata di luce 450 m² e due piani con nuovissime Attrezzi Technogym
- * Power plate, Kinesis® – Training in 3D
- * Programma giornaliero supervisionato di sport e attività fisica indoor e outdoor
- * Scuola per la schiena
- * 200 m² Palazzetto dello sport nel Cocoon 4° piano interrato

Regole della spa

Il tuo appuntamento

I trattamenti sono tutti e solo per te. Sei al centro della nostra attenzione. Per poter soddisfare le tue richieste di appuntamento, ti consigliamo di prenotare i tuoi trattamenti per tempo. Preferibilmente insieme alla prenotazione della camera.

Un trattamento secondo i tuoi desideri

Parla con i nostri terapisti qualificati dei tuoi desideri e degli aspetti relativi alla salute da dover considerare. Con informazioni su possibili problemi, allergie, assunzione di farmaci o gravidanza, possiamo creare insieme il tuo programma di coccole ottimale.

I tuoi specialisti del benessere

Naturalmente, dipende solo da te se scegliere un terapeuta o una terapeuta per il tuo trattamento. Comunicaci la tua scelta in fase di prenotazione. Faremo del nostro meglio per soddisfare le tue esigenze.

Senza essere disturbati

Cerchi relax per corpo, mente e anima. Questa atmosfera di calma e relax non deve essere disturbata da conversazioni rumorose o telefoni cellulari. Per questo chiediamo ai nostri ospiti di spostare le loro telefonate nelle aree esterne fuori dal Vitaltempel e dalla Casa dei sensi. Per rispetto degli altri ospiti, l'area benessere è un'area non fumatori. Per motivi di igiene, si dovrebbe astenersi dal portare bevande e cibo nell'area termale.

IL NOSTRO CONSIGLIO

Goditi la nostra speciale selezione di tisane, acqua e frutta secca, disponibili nella spa e nell'area balneazione.

Disposizione al relax

Programma una visita alla nostra oasi relax prima del tuo trattamento. Una piacevole doccia o una visita alla sauna preparano in modo ottimale al trattamento. Ti chiediamo di presentarti 10 minuti prima alla Fit & Fun House. Ti chiediamo di capire che un arrivo in ritardo può ridurre il tempo del trattamento.

Quando succede qualcosa

Ti chiediamo di capire che siamo costretti ad addebitare il 50%. La cancellazione è gratuita fino a 12 ore prima.

La generosità è la chiave

Ci siamo assicurati che ci siano abbastanza lettini e luoghi di riposo a disposizione. Non è quindi necessario prenotare i lettini.

I tuoi oggetti di valore ...

... puoi lasciarli al sicuro nella cassaforte in camera. Non si assumiamo la responsabilità per eventuali oggetti smarriti.

Per i più piccoli

I bambini sono i benvenuti nella sauna in blocchi di legno nel giardino del residence e naturalmente in piscina. Ti chiediamo di tenere presente che i bambini sotto i 14 anni non sono ammessi nelle saune e nelle aree relax.

Offerte validi dal 03/2022



SIAMO A TUA DISPOSIZIONE!

Vitaltempel: 9:00 – 19:00

Appuntamenti dalle 9:00 alle 19:00

Tel. +43 5243 5293-606, vitaltempel@alpenrose.at

Beauty farm: 9:00 – 19:00

Appuntamenti dalle 9:00 alle 19:00

Tel. +43 5243 5293-609, beautyfarm@alpenrose.at

Fit & Fun House: 7:45 – 19:00

Tel. +43 5243 5293-650, fitandfun@alpenrose.at

Parrucchiere: Mart e ven 13:30 – 19:00

Appuntamenti dalle 9:00 alle 19:00

Tel. +43 5243 5293-609, beautyfarm@alpenrose.at



Concept & design: Anita Posselt Werbeagentur. **Foto:** Johannes Felsch, Die Bildartisten, Thomas Haberland, Best Alpine Wellness Hotels, Maria Galland, Vinoble Cosmetics, Shutterstock. **Stampa:** Alpina Druck. Tutte le informazioni sono state compilate con la massima cura possibile, ma non può essere data alcuna garanzia per il contenuto e la correttezza delle informazioni. Per tutti i termini che si riferiscono a persone, la formulazione scelta si applica a persone di entrambi i sessi. Con riserva di modifiche, refusi ed errori di stampa.



DER ALPINE KRAFTPLATZ



Per maggiori informazioni,
scansiona il codice QR.



Der Alpine Kraftplatz, Mühlthalweg 10, 6212 Maurach am Achensee, Austria
Tel. +43 (0)5243 5293-0, info@alpenrose.at, www.alpenrose.at

