



Unsere Masseurin Liana ist von Montag bis Samstag von 09.00-11.00 Uhr und von 14.30-19.00 Uhr für Sie da.

- Für die **Reservierung** einer Behandlung wenden Sie sich bitte an die Rezeption oder an Liana.
- Im Falle einer **Absage**, bitten wir Sie, uns dies innerhalb 19 Uhr des Vortages mitzuteilen. Ansonsten muss der Betrag der gebuchten Behandlung in Rechnung gestellt werden. Vielen Dank für Ihr Verständnis.
- Ihr **SPA-Gutschein** im Wert von € 30,00 ist gültig für die Behandlungen von 50 Minuten. Bitte bringen Sie den Gutschein zur Behandlung mit.

Wir wünschen Ihnen entspannte Momente in unserer Wellnesswelt

La nostra massaggiatrice Liana é a Vostra disposizione da lunedì a sabato, 09.00 - 11.30 e 14.30 - 19.00 previo appuntamento

- Per **prenotare** un massaggio o un trattamento Vi preghiamo di rivolgerVi alla reception o direttamente a Liana.
- In caso di **rinuncia** Vi preghiamo di disdire l'appuntamento entro le ore 19 del giorno prima, altrimenti il costo del massaggio verrà addebitato. Grazie per la Vostra comprensione.
 - Il **buono** di € 30,00 che vi viene consegnato al Vostro arrivo é valido per un trattamento di 50 minuti. Siete pregati di consegnarlo al momento dell'appuntamento.

Vi auguriamo momenti rilassanti nella nostra zona Wellness!

Our masseuse Liana is on your disposal from Monday to Saturday by appointment during the following hours: 09.0 - 11.30 a.m. + 2.30 - 7.00 p.m.

- If you would like to **book** a massage, please ask at reception or speak directly to Liana.
- In case of **cancellation**, we kindly ask you to cancel the appointment by 7 p.m. the day before. Otherwise we will have to charge the massage. Thanks for your understanding.
- The **SPA voucher** of € 30,00 that you get on your arrival is valid for treatments of 50 minutes. You are kindly asked to bring the coupon to the appointment.

We wish you relaxing moments in our wellness area!

ZEROBODY



Die wohltuende Wirkung eines Bades ohne nass zu werden –
Willkommen in der Schwerelosigkeit

In unserem neuen Schwebepad erfahren Sie wohltuende Tiefenentspannung, mentales Gleichgewicht und Stressabbau. Wissenschaftlich bewiesen sind zudem die Verbesserung der Schlafqualität, Schmerzlinderung sowie die gesteigerte Produktion von Serotonin, einem natürlichen Antidepressivum.

10 Minuten inklusive • 20 Minuten – Aufpreis € 10,00 • 30 Minuten – Aufpreis € 15,00

NEU

ab Sommer 2019

Nach jeder Behandlung
10 Minuten Nachruhen
in unserem neuen

Schwebepad

inklusive!

In assenza di gravità – Un' esperienza „dry“ senza doversi bagnare

Nella nostra nuova vasca „Floating bed“ proverete rilassamento profondo, il corpo inizierà a defaticarsi per produrre sostanze di effetto benefico come le endorfine, eliminando così lo stress. I muscoli si rilasseranno e la circolazione del sangue migliorerà.

Studi scientifici accreditano inoltre la riduzione del dolore e il miglioramento della qualità del sonno e l'incremento della produzione di serotonina, un antidepressivo naturale.

10 minuti incluso • 20 minuti – supplemento € 10,00 • 30 minuti – supplemento € 15,00

NUOVO

dall'estate 2019

Dopo ogni trattamento
riposare per 10 minuti
nel **floating bed**
– **incluso!**

NEW

Summer 2019

After every treatment
you get 10 minutes free
in our new

floating bed

In the absence of gravity – a „dry“ experience without having to get wet!

In our new floating bed you are going to experience a feeling of deep relaxation. The body can start to unwind and produce beneficial substances such as endorphins that help to eliminate stress. The muscles relax and the blood circulation improves. Scientific studies credit also other benefits like the reduction of pain, improved sleep quality and the production of serotonin, a natural antidepressant.

10 minutes – inclusive • 20 minutes – supplement € 10,00 • 30 minutes – supplement € 15,00

MASSAGE

Ganzkörpermassage klassisch

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 77,00

Massaggio classico integrale

Full body massage

Die Ganzkörpermassage wirkt schmerzlindernd, die Muskeln werden entspannt und die Glieder wieder in ein natürliches Gleichgewicht gebracht. Ideal nach einem anstrengenden Skitag.

Insieme di tecniche diverse per migliorare la circolazione, alleviare i dolori muscolari, migliorare la flessibilità e creare rilassamento.

For the relaxation of the musculature and stimulation by rubbing, manual manipulation and stimulation. Effects: improvement of the circulatory system, soothing of muscle tensions and detoxification.

Teilkörpermassage klassisch

25 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 52,00

Massaggio classico parziale

Partial body massage

Bei der Teilkörpermassage wird nur ein Teil des Körpers massiert. Das können, je nach Wunsch und Bedürfnis die Beine, die Arme, der Rücken, die Schultern und der Nacken oder der Bauch sein.

Effettuato con un mix di olii essenziali, può essere effettuato su schiena e nuca, su piedi e gambe o su una specifica parte del corpo a scelta.

Relaxing massage of the back and the neck or of the legs, as required.

MASSAGE

Gesichtsmassage

25 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 57,00

Massaggio al viso

Facial massage

Die Massage verleiht Ihnen einen strahlenden Teint und ein strahlendes Hautbild. Die Haut wird besser durchblutet, Schwellungen gehen zurück und selbst kleine Fältchen können vorübergehend gemildert werden.

Rilassante, scioglie le contratture dei muscoli facciali, distende le piccole rughe e idrata in profondità grazie all'effetto dei preziosi olii essenziali usati.

An intensive facial massage provides deep relaxation for your maximum efficiency of the powerful active agents.

Sportmassage

25 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 57,00

Massaggio sportivo

Sportive massage

Anwendung zur Verringerung von Muskelschmerzen, sie fördert die Entspannung der Muskeln und die Glieder werden mit Hilfe von wohltuenden Ölen, wieder in ein natürliches Gleichgewicht gebracht.

Il massaggio sportivo migliora la prestazione atletica. Trattamento specifico per la diminuzione dei dolori muscolari con olii essenziali di arnica ed iperico.

Every day our muscles are exposed to heavy strains: the results are stiff joints and aching muscles. This massage stimulates the oxygenation of the tissue and the elimination of lactic acid and thereby improves muscles functions.

MASSAGE

Antistress Massage

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 70,00

Massaggio antistress

Antistress massage

Regenerierende Ganzkörpermassage, die mit Hilfe von speziellen Ölen körperliche und seelische Spannungen löst und dabei hilft den Alltagsstress hinter sich zu lassen.

Effettuato con una sinergia di olii essenziali che creano un rilassamento profondo. Scioglie le tensioni psicofisiche e aiuta a combattere lo stress quotidiano.

Traditional massage for relaxation, regeneration, soothing of muscle tension and entire musculoskeletal system.

Hot Stone Massage

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 82,00

Massaggio Hot Stone

25 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 57,00

Hot Stone Massage

Tiefe Entspannungsmassage mit warmen Vulkansteinen und wertvollen Ölen. Sie schafft ein Gefühl von ganzheitlichen Harmonie und innerer Balance.

Effettuato con pietre vulcaniche calde e olii essenziali. Migliora la circolazione, decontrae la muscolatura e ha un profondo effetto rilassante.

Deep relaxing massage performed with warm basalt stones and precious essentials oils, particularly following large physical or psychological stress. Improves the activation of the energy flow.

MASSAGE

Honigmassage

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 82,00

Massaggio al miele

Honey massage

Die Honigmassage ist eine sehr wirkungsvolle Bindegewebsmassage, bei der mit angewärmtem Honig und leichten Bewegungen die Oberhaut von den darunterliegenden Schichten angehoben wird. Sehr intensiv und kann ein leichtes Ziehen erzeugen, entfaltet aber anschließend eine sehr befreiende Wirkung. Fördert die Durchblutung und entspannt das Nervensystem.

Effettuato con miele caldo, si usa una tecnica speciale che provoca uno "scollamento" della pelle dai tessuti sottocutanei, attivando così la microcircolazione e ossigenando la pelle in profondità. Effetto peeling grazie alle proprietà collose del miele.

The stimulating full body honey massage combines revitalizing and calming techniques to create a harmonious balance. The sticky honey massage promotes the blood circulation and releases through the detoxing effects the muscles tensions.

Hot Chocolate Massage

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 82,00

Massaggio Hot Chocolate

KIDS 40 min | 57,00

Hot Chocolate Massage

Wellness ohne Kalorien. Die wertvollen Kakaowirkstoffe enthalten viele Mineralien, die die Haut festigen und verjüngen.

Un sogno al cioccolato senza calorie. Le preziose sostanze contenute nel cioccolato vengono rilasciate sulla pelle, nutrendola e tonificandola.

The calming stimulants in the cocoa ingredients are transferred to the skin's sensors. The experience of the warm flow and the stimulating distribution is unique and incomparable.

MASSAGE

Kerzen-Massage

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 82,00

Massaggio con candela

Candle massage

Durch sanftes Licht und einzigartigen Duft erzeugt die Kerzenmassage eine harmonische Atmosphäre. Die Massage entspannt die Muskeln, besänftigt die Haut und ist ein Erlebnis für die Sinne.

Favorisce il benessere e la distensione del corpo attraverso il calore fornito dalla candela. Idrata la pelle in profondità grazie ai preziosi burri vegetali.

Relaxation with all the senses, this is what this body pleasure could be called. Various pure ethereal oils and extracts directly influence your wellbeing. Depending on your needs you can be activated, calmed or harmonised.

Kräuterstempelmassage

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 82,00

Massaggio con tamponi alle erbe caldi

Massage with warm herbal pads

Die Kräuterstempel werden mit erlesenen Kräutern gefüllt, die bei Erhitzung und Druck auf den Körper die Wirkung von ätherischen Ölen entfalten. Die Massage entspannt die Muskeln und fördert die Durchblutung.

Il calore dei tamponi oltre a distendere la muscolatura favorisce il rilascio da parte delle erbe officinali di principi attivi utili al rilassamento e all'azione antiinfiammatoria.

Herbal massage comes from an ancient oriental ceremony, which gives vitality and new energy. The use of the oils and warm humid herbal pads contains a formula that works particularly on skin tonic and skin cleansing.

MASSAGE

Entspannende Kopf- und Nackenmassage

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 82,00

Massaggio rilassante testa e collo

Relaxing head and back massage

Mit einer Nackenmassage werden Ihre Muskeln im Schulter-Nacken-Bereich gedehnt und gelockert. Alltagsverspannungen und Energieblockaden werden so am besten gelöst. Nach der Behandlung mit Basaltpunktierstäbchen fühlen Sie sich frei und locker.

In questo metodo unico, effettuato con tecniche di massaggio modulate e potenti estratti vegetali viene dato sollievo alle tensioni della testa, della nuca e delle spalle. Tocchi profondi donano una piacevole sensazione di relax dallo stress quotidiano.

A particularly relaxing massage which helps to relieve tension in the head and neck area. The neck and shoulder muscles have to deal with the tension of workaday life. This part of the body contains the meridians that work together with the gall bladder and the liver. It is therefore very important to relax this whole area.

Tiefenentspannende Lavendelmassage

80 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 92,00

Massaggio serenità con tamponi caldi alla lavanda

Massage with warm herbal pads

Die Lavendelblüten haben zahlreiche positive Effekte auf unseren Körper. Das Öl wirkt entspannend und schlaffördernd. Die Massage wird mit Lavendelstempeln durchgeführt und ist ein wunderbares Dufferlebnis, das zur tiefenentspannten Harmonie von Körper und Seele führt.

I fiori e l'olio essenziale di lavanda favoriscono una profonda azione rilassante sulla psiche. Il massaggio, effettuato con movimenti lenti e ritmici e i tamponi caldi con i fiori di lavanda sciolgono le tensioni muscolari e armonizzano corpo e spirito.

Relax your body and mind with the smell of lavender flowers and oil. Lavender oil improves general health and total wellbeing. Enjoy a wonderful aromatherapy experience.

MASSAGE

Dynamische Rückenmassage

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 82,00

Massaggio dinamico schiena

Dynamic back massage

Eine aufbauende Rückenbehandlung mit natürlichen Wirkstoffen und einer individuell auf Sie angepassten Massage. Klangschalen und Schröpfgläser lösen Verspannungen der Rückenmuskulatur und verbessern die Wirbelsäulen-Dynamik. Nachhaltige Entspannung für Ihren Rücken. Befreien Sie sich von Belastungen und Blockaden.

Un trattamento naturale per la schiena. Direttamente dalle Dolomiti le proprietà antiinfiammatorie, antinevralgiche e analgetiche dell'arnica distenderanno le microtensioni del vostro corpo. La tecnica con campane sonore e coppettazione migliora la dinamica della colonna vertebrale liberandola da contrazioni e creando un'atmosfera magica.

An invigorating back treatment with effective natural ingredients and a massage matching your individual needs. Singing bowls and cupping glasses relieve tension in the back muscles and improve the dynamics of the spine. Sustainable relaxation for your back. Get rid of stress and blockages.



KÖRPER • CORPO • BODY

Heu - Körperpeeling

25 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 52,00

Peeling corpo al fieno

Hay body peeling

Das sanfte BIO Heublumen-Körperpeeling reinigt die Haut in der Tiefe, entfernt abgestorbene Hautschüppchen und lässt die Haut klarer und strahlender erscheinen. Die Haut wird ideal für die Aufnahme nachfolgender Pflegestoffe vorbereitet.

Questo peeling con preziosi componenti come l'albicocca, i fiori di fieno ed il pino mugo purifica delicatamente la pelle e ridona freschezza e vitalità.

A fine pink alpine salt is added to the hay peeling to provide deep cleansing of the skin, to stimulate regeneration of the skin and to make it appear brighter and shinier. Thanks to the peeling the skin is ideally prepared for absorbing the active agents used during this treatment.

Gesicht | Körperpeeling mit Teilmassage

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 77,00

Peeling corpo e viso con massaggio parziale

Body and face peeling with partial body massage

Gesicht | Körperpeeling mit Ganzkörpermassage

80 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 92,00

Peeling corpo e viso con massaggio integrale

Body and face peeling with full body massage

KÖRPER • CORPO • BODY

Centella Packung

25 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 52,00

Impacco alla centella e arancia

Pennyworth body pack

Dank des Wirkstoffkomplexes des Orangenöl und der Centella erzielt diese Packung eine optimale straffende Wirkung bei Zellulitis. Fördert die Durchblutung und wirkt entschlackend.

Questo impacco ha un effetto drenante e snellente. Riattiva la microcircolazione e dona energia alla pelle.

Improves the circulatory system and stimulates the lymph system.

Centella Packung mit Massage

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 77,00

Impacco alla centella con massaggio

Pennyworth body pack with massage

In Kombination mit einer Massage werden Wassereinlagerungen und Fettdepots abgebaut.

Il massaggio snellente è l'ideale completamento all'impacco con la centella. Aiuta a sciogliere gli accumuli di grassi e drena in profondità i tessuti.

The pennyworth bodypack improves the circulatory system and stimulates the lymph system. A supportive massage removes toxins and waste products.

KÖRPER • CORPO • BODY

Heupackung

25 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 57,00

Impacco al fieno alpino

Pennyworth body pack with massage

Sie werden mit warmem und feuchtem Heu bedeckt. Durch die Wärme können sich die wertvollen Inhaltsstoffe des Heus entfalten. Die Heupackung fördert den Stressabbau und die Durchblutung, außerdem entspannt sie die Muskulatur.

Il corpo viene coperto con il fieno caldo ed umido. Attraverso il calore si liberano le essenze contenute nel fieno che penetrano nella pelle donando un benessere profondo. Indicato per i problemi osteoarticolari ma utile anche per le contratture muscolari.

Carried in warm and wet hay you are enjoying revitalizing and relaxing effect of this hay body pack. It increases blood circulation, reduces pain and stimulates the metabolism.

Sportbalance Behandlung

90 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 102,00

Trattamento sportivo per il corpo

Sportbalance body treatment

Diese Behandlung lindert Muskelschmerzen und Verspannungen und ist ideal nach langen Spaziergängen oder Skitag. Sie enthält ein Heupeeling, das die Haut für die anschließende Arnikapackung vorbereitet. Danach folgt eine Sportmassage mit gezielten Körperdehnungen.

Un trattamento corpo defaticante ideale dopo l'attività fisica. Comprende un peeling che prepara la pelle all'impacco con arnica e iperico a cui segue un massaggio sportivo con olio dell'arnica.

Relax your body and reduce muscle tensions after an exciting skiing or hiking day. The sport treatment begins with a peeling, followed by an arnica body back and finally you enjoy a sport massage.

KÖRPER • CORPO • BODY

Hyaluronic Körperbehandlung

90 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 102,00

Trattamento nutriente per il corpo

Hyaluronic body treatment

Die Behandlung beginnt mit einem Körperpeeling auf das eine Hyaluronic Packung folgt, die der Haut wieder die optimale Feuchtigkeit zurückgibt. Die abschließende Massage gibt der Haut Spannkraft und versorgt den ganzen Körper mit Energie.

Un trattamento riequilibrante per la pelle all'acido ialuronico e vitamin. Comprende un peeling che prepara la pelle all'impacco vitaminico a cui segue un massaggio rassodante.

A hay peeling followed by a body pack with hyaluronic acid and essential oils. It helps to draw hydration and keep hydration in your skin. After that a firming massage promotes an optimal skin regeneration.



GESICHT • VISO • FACE

Gesichtsbehandlung

50 min + 10 min ZEROBODY RELAX | 82,00

Trattamento illuminante viso

Vital face treatment

Gesichtsreinigung mit aufhellender Wirkung. Die Haut wird mit feuchtwarmen Dampfkompresen und einem Peeling vorbereitet. Danach folgt ein spezielles Serum, eine modellierende Gesichtsmassage und eine Intensivmaske, die Ihrer Haut Ebenmäßigkeit und einen strahlenden Effekt verleiht.

Il trattamento comprende l'applicazione di compresse calde che permettono l'apertura dei pori, segue un leggero peeling illuminante, l'applicazione di un siero idratante e preziosi olii essenziali. Seguono un massaggio rilassante e l'applicazione di una maschera nutriente.

An intensive treatment with peeling, special serum, a modulating facial massage and finally a nourishing facial mask. It awakens the luminosity of your complexion, for a visible vital radiance and for a relaxed and healthy facial expression.

