



DAS KARWENDEL

Ihr Wellness Zuhause am Achensee

KARWENDEL SPA JOURNAL



PREISE

ALLES AUF EINEN BLICK

INHALTSVERZEICHNIS

Philosophie _____	3
Beauty Vitalgarten Info _____	4 - 5
Öffnungszeiten	
Sauna und Schwimmbad _____	6
Badeordnung & Saunaführer _____	7
Gesichtspflege für Sie _____	8 - 9
Warmwachs, Augenbrauen & Co _____	10
Hände & Füße _____	12
Man Space _____	13
Peelings, Bäder, Packungen & Wickel _____	14 - 18
Massagen _____	19 - 21
Kids Spa _____	22
Mum Spa _____	23
Romantik Spa _____	24
Wellness-Pakete _____	25
Fitnesscheck _____	26
Notizen _____	27

NUR DAS ALLERBESTE FÜR UNSERE GÄSTE!

Diese Devise gilt auch bei den Pflegeprodukten ...

... und gerade hier. Denn schließlich dringen die ätherischen Öle, Essenzen und Cremes über die Haut in Ihren Körper ein. Außerdem soll die Pflege halten, was sie an Wirkung verspricht!

Unsere Produktpalette haben wir sorgfältig zusammengestellt und immer wieder verfeinert. Wir verwenden von den hochwertigsten Linien nur die, die sich im Beauty Vitalgarten bewährt haben. Die, die unsere Gäste am meisten begeistern!





Wasser ist ein lebender Organismus und als solcher besitzt es auch ein Immunsystem. Der Grundgedanke des Verfahrens von Johann Grander besteht darin, die Wasserstruktur zu verbessern – dadurch wird die Selbstreinigungs- und Widerstandskraft des Wassers gestärkt und ein stabiles Immunsystem im Wasser geschaffen.

FACTS ZU IHREM BEAUTY VITAL- GARTEN

BEAUTY VITALGARTEN

Unser Vitalgartenteam steht Ihnen von Montag bis Sonntag von 08.00 Uhr bis 19.00 Uhr zur Verfügung.

TERMINRESERVIERUNG

Termine können direkt vor Ort im Vitalgarten, per Zimmertelefon (DW 40) oder über die Hotelrezeption vereinbart werden.

Wir empfehlen Ihnen Ihre Wunschbehandlungen mindestens 2 Wochen vor Anreise zu reservieren.

Höflich weisen wir darauf hin, dass Anwendungen im Rahmen einer Pauschale bis 15.30 Uhr eingeteilt werden.

STORNOBEDINGUNGEN

Termine müssen spätestens 1 Tag vor der jeweiligen Anwendung abgesagt werden. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir bei einer späteren Absage 80 % des vollen Betrags in Rechnung stellen müssen.

BEKLEIDUNG

Höflich möchten wir Sie bitten vorab zu duschen, damit die Produkte ihre volle Wirkung entfalten können. Für Ganzkörpermassagen, Relaxmassagen und Ayurveda-Behandlungen sowie für alle Körperpackungen und -peelings, Hot-Stone-Therapie, Bäder usw. sollten Sie sich vollständig entkleiden. Bei den Massagen werden Sie zugedeckt und nur der zu massierende Bereich wird freigelegt.

Für die Gesichtsbehandlung tragen Sie bitte trockene Kleidung.

Was Sie immer beachten sollten: Bitte legen Sie für alle Behandlungen Ihren Schmuck und Ihre Uhr ab!

Das Betreten in die Behandlungskabinen ist nur mit Badeschlapfen erlaubt.

GESUNDHEITLICHE EINSCHRÄNKUNGEN

Sollten Sie an Krankheiten leiden oder sich in ärztlicher Behandlung befinden, teilen Sie uns dies bitte bei der Terminvereinbarung mit.

SCHWANGERSCHAFT

Wir bitten bestehende Schwangerschaften bei der Terminbuchung bekannt zu geben, da nicht alle Anwendungen für Schwangere geeignet sind.

Info siehe S. 23

GETRÄNKE

Unseren Gästen stehen Granderwasser und verschiedene Teesorten vor und nach der Behandlung im Vitalgarten kostenlos zur Verfügung.

BEZAHLUNG

Die Anwendungen werden direkt auf Ihr Hotelzimmer aufgebucht. Selbstverständlich können alle Anwendungen auch in bar beglichen werden.

BERATUNG

Das Vitalgartenteam berät Sie gerne bei der Zusammenstellung von individuellen Schönheits- und Wellness-Paketen.

VERKAUFSARTIKEL

Die meisten der verwendeten Kosmetikprodukte sind auch als Verkaufsartikel erhältlich. Für spezielle Fragen über Wirkungsweise und Preise wenden Sie sich bitte an unser Fachpersonal im Vitalgarten.

Sie können unsere Artikel auch von zu Hause aus bei uns bestellen. Die Versandkosten betragen 3,- Euro. Ab einem Bestellwert von 30,- Euro ist der Versand kostenlos.

HAUSTIERE

Bitte haben Sie Verständnis, dass Haustiere aus hygienischen Gründen, keinen Zutritt zu unserem Vitalgarten haben.

BITTE BEACHTEN SIE AUSSERDEM

Der Vitalgarten ist absolute Nichtraucherzone. Bitte schalten Sie im gesamten Bereich des Vitalgartens Ihr Handy aus und verhalten Sie sich ruhig, um andere Gäste bei der Entspannung nicht zu stören.

Irrtümer, Druckfehler und Änderungen vorbehalten

ÖFFNUNGS- ZEITEN

VITALGARTEN

Montag bis Sonntag
08.00 bis 19.00 Uhr

FITNESSSTUDIO

Montag bis Sonntag
7.30 bis 21.00 Uhr
Ausgenommen Kinder
unter 14 Jahren

SCHWIMMBÄDER SOMMER

Innenpool UG
07.30 bis 19.30 Uhr
Außenpool UG
08.00 bis 18.30 Uhr
Sky-Pool 4. OG
08.00 Uhr bis 18.30 Uhr
Berg-Hot-Whirlpool 3. OG
07.30 bis 19.30 Uhr

SCHWIMMBÄDER WINTER

Innenpool UG
07.30 bis 19.30 Uhr
Außenpool UG
08.00 Uhr bis 11.00 Uhr
14.30 Uhr bis 18.30 Uhr
Sky-Pool 4. OG
08.00 Uhr bis 11.00 Uhr
14.30 Uhr bis 18.30 Uhr
Berg-Hot-Whirlpool 3. OG
07.30 bis 19.30 Uhr

ALLE SAUNEN & DAMPFBÄDER

Täglich
13.00 bis 19.00 Uhr
bei Schlechtwetter
(Regen- oder Schneefall)
11.00 bis 19.00 Uhr
Damensauna im UG
Montag & Donnerstag
11.00 bis 13.00 Uhr



Unser gesamter SkySpa ist, aus Sicherheitsgründen, ausschließlich nur für
Gäste ab 16 Jahren zugänglich

BADEORDNUNG

Damit alle unsere kleinen und großen Gäste unsere Wasserwelt genießen können, bitten wir Sie um Einhaltung von nachstehender Badeordnung:

- Das Hotel und seine Mitarbeiter ist nicht in der Lage und auch nicht verpflichtet, Minderjährige, unmündige bzw. körperlich oder geistig behinderte Personen und Nichtschwimmer zu beaufsichtigen.
- Not- und Schadensfälle sind unverzüglich zu melden. Jeder Gast ist verpflichtet, die notwendige erste Hilfe zu leisten!
- Bei Blitzgefahr sind sämtliche Schwimmbäder zu räumen (ausgenommen Berg-Hot-Whirlpool)!
- Bitte bewegen Sie sich vorsichtig! Trotz besonderes rutschfester Fliesen besteht im Schwimmbad erhöhte Rutschgefahr! Wir empfehlen die Benutzung von Badeschuhen.
- Bitte beachten Sie, dass es bei kalten Temperaturen zu Eisbildung kommen kann.
- Eltern haften für ihre Kinder! Kinder unter 9 Jahren dürfen die Schwimmbäder nur in Begleitung einer befugten Aufsichtsperson betreten!
- Springen vom Beckenrand ist verboten!
- Bitte nehmen Sie Rücksicht auf die Belange anderer Gäste: keine Fotografien Dritter ohne deren Zustimmung und keine unnötige Lärmentwicklung.
- Liegen dürfen nicht über einen längeren Zeitraum reserviert werden (60 min.)
- Bei Verlust Ihrer Wertgegenstände können wir keine Haftung übernehmen. Bitte lassen Sie Ihre Wertgegenstände im Safe auf Ihrem Zimmer.
- In unserem Schwimmbad- und Saunabereich sind Glas und Porzellan nicht gestattet.

SAUNAFÜHRER

Öffnungszeiten: Unsere Saunen sind täglich für Sie von 13.00 - 19.00 Uhr geheizt. Bei Schlechtwetter steht Ihnen die Sauna bereits ab 11.00 Uhr zur Verfügung.

- Bei Rückfragen kontaktieren Sie unsere Kollegen aus dem Vitalgarten (DW 40).
- Alle unsere Saunen sind textil-freie Zonen.
- Vor dem Saunieren immer mit Seife duschen, nicht nur aufgrund der Hygiene, sondern auch um den störenden Fettfilm der Haut zu entfernen. Nach der Sauna nur mit Wasser.
- Vor der Sauna gut abtrocknen, da die trockene Haut besser schwitzt
- Die Sauna dient der Entspannung - bitte deshalb ruhig verhalten.
- Legen Sie eine Sauna-Sitzunterlage auf die Sitzbank, damit kein Schweiß auf die Holzbank tropft.
- Verlassen Sie die Sauna frühzeitig und langsam, wenn Sie sich nicht wohlfühlen.
- Ein Saunabad dauert ca. 8 - 12 Minuten, jedoch nicht über 15 Minuten.
- Um Ihre Atemwege zu kühlen und Sauerstoff zu tanken ist es üblich ca. 2 Minuten an die frische Luft zu gehen.
- Nach dem Verlassen der Sauna bzw. vor der Nutzung des Schwimmbades bitte immer duschen.
- Ein warmes Fußbad ist auch nach dem Abkühlen empfehlenswert. So wird die noch im Körper verbliebene Wärme abgeführt und der Körper kühlt ab.
- Nach dem Saunieren empfehlen wir Ihnen in einer unserer Ruhebereiche oder in einem Zimmer zu entspannen.
- Trinken Sie erst wieder nach dem letzten Saunagang.

GESICHTSPFLEGE FÜR SIE

[comfort zone]

ITALIENISCHE WURZELN-MULTIKULTURELLE VISION.

Die im Jahre 1996 von Dr. Davide Bollati in Parma gegründete italienische Kosmetikmarke Comfort Zone, überzeugt mit feinen Texturen, besonders hautfreundlichen formulierten natürlichen Inhaltsstoffen, kombiniert mit modernen High Tech Molekülen und innovativen Trägersystemen, die ein deutlich sichtbares und spürbares Ergebnis auf der Haut erzielen.

- Frei von Silikonem, Parabenem, Mineralölen sowie künstlichen Farbstoffen
- B-Corp zertifiziert
- Co2 neutrale umweltschonende Verpackung
- zertifiziert Plastik Neutral
- „Made in Italy“
- vegan- und tierversuchsfrei

GESICHTSPFLEGE CZ 50 MIN.

Hautdiagnostik - Reinigung - tiefenreinigendes Peeling - Augenbrauen fassonieren - Maske - Abschlusspflege

50 min. _____ € 105,-

GESICHTSPFLEGE CZ 80 MIN.

Hautdiagnostik - Reinigung - tiefenreinigendes Peeling - Augenbrauen fassonieren - Gesichtsmassage - Maske - Abschlusspflege

80 min. _____ € 145,-

GESICHTSPFLEGE CZ ANTI AGE 80 MIN

Hautdiagnostik - Reinigung - tiefenreinigendes Peeling - Augenbrauen fassonieren - Ampulle - Gesichtsmassage - Augenmaske - Anti Aging Maske - Abschlusspflege

80 min. _____ € 155,-

BEAUTY TIPP

Kombinieren Sie zu Ihrer Gesichtsbildung eine Augenmaske.

Aufpreis _____ € 20,-

Für künstliche Wimpern wird keine Haftung übernommen.

TEAM D^R JOSEPH

SUSTAINABLE PROVEN CERTIFIED NATURAL SKINCARE ·
SINCE 1986

TEAM DR JOSEPH steht seit 1986 für ergebnisorientierte, natürliche und nachhaltige Hautpflege und ganzheitliche Behandlungen. Die preisgekrönten Gesichtsbildungen bieten einzigartige Verwöhnmomente mit nachhaltiger Wirkung und sichtbare, sofortige und langanhaltende Ergebnisse.

- Spürbarer Soforteffekt
- Preisgekrönte Hightech Naturkosmetik
- 100% vegan und tierversuchsfrei
- B-Corp zertifiziert
- Ganzheitliche Behandlungen
- Klima- und plastikneutral
- Handmade in Italy

GESICHTSPFLEGE TEAM DR. JOSEPH 50 MIN.

Hautdiagnostik - feuchtwarme Kräuter-Dampfkompres-
sen - lymphstimulierende Massage - porentiefe
Reinigung - hautbildverfeinerndes Peeling - Ausreinigung
mit Schröpfgläsern - tonisierende Gesichtspackung -
Peel-off Maske - Tagespflege

50 min. _____ € 105,-

GESICHTSPFLEGE TEAM DR. JOSEPH 80 MIN.

Hautdiagnostik - feuchtwarme Kräuter-Dampfkompres-
sen - lymphstimulierende Massage - Augenbrauen fas-
sonieren - porentiefe Reinigung - hautbildverfeinerndes
Peeling - Tiefenreinigung mit Schröpfgläsern - Spezial-
serum - modulierte Gesichtsmassage - Intensivmaske
- Tagespflege

80 min. _____ € 145,-

GESICHTSPFLEGE TEAM DR. JOSEPH 110 MIN.

Hautdiagnostik - sanft stimulierende Massage - feucht-
warme Kräuter-Dampfkompres-
sen - porentiefe Reini-
gung - hautbildverfeinerndes Peeling - Tiefenreinigung
mit Schröpfgläsern - Augenbrauen fassonieren - Neuro-
Derm-Massage mit Blütenstempeln - Spezial-Serum
- Biodynamische Gesichtsmassage mit Blütenstempeln
- Intensivmaske - Handmassage - Tagespflege

110 min. _____ € 165,-

GESICHTSPFLEGE TEAM DR. JOSEPH

ULTRASCHALL FACELIFT

Hautdiagnostik - lymphstimulierende Massage - Kräu-
ter-Dampfkompres-
sen - porentiefe Reinigung - Enzym-
peeling - Ultraschall-Peeling - Ultraschall-Behandlung
- Tagespflege - Sonnenschutz

50 min. _____ € 125,-

Für künstliche Wimpern wird keine Haftung übernommen.



MAKE-UP BY ARTDECO

In unserem Vitalgarten finden Sie eine breite Produktpalette der Firma Artdeco.

Unser Vitalgartenteam berät Sie gerne.

ZUSÄTZLICHE ANWENDUNGEN

Wimpern färben _____ € 35,-

Augenbrauen färben _____ € 25,-

Augenbrauen faconnieren _____ € 25,-

Gesichtsmassage

25 min. _____ € 55,-

Gesichtslymphdrainage

25 min. _____ € 55,-

Gewünschte Kosmetik Extras bitte bei der Buchung bekanntgeben

Für künstliche Wimpern wird keine Haftung übernommen.

Lip Blooming

Aufpolsternde und intensiv pflegende Lippenbehandlung mit Hyaluronsäure gegen spröde und trockene Lippen

Peeling für die Lippen - aufpolsternde Lippenmaske

25 min. _____ € 40,-

WARMWACHS

Oberlippe

15 min. _____ € 25,-

Beine bis Knie

25 min. _____ € 40,-

Achseln

20 min. _____ € 35,-



PEDIKÜRE

Pediküre

40 min. _____ € 65,-

Pediküre + Lackieren + Lack für zu Hause

50 min. _____ € 85,-

nur Lackieren + Lack für zu Hause

25 min. _____ € 55,-

Pediküre + Striplack (Peel off Lack bis zu 2 Wochen haltbar) + Remove Set für zu Hause

50 min. _____ € 85,-

Entfernung Gellack

45 min. _____ € 60,-

Paraffin Packung und Peeling für die Füße (nur ohne Lack möglich)

25 min. _____ € 35,-**MANIKÜRE**

Maniküre

40 min. _____ € 65,-

Maniküre + Lackieren + Lack für zu Hause

50 min. _____ € 85,-

Maniküre + Striplack (Peel off Lack bis zu 2 Wochen haltbar) + Remove Set für zu Hause

50 min. _____ € 85,-

nur Lackieren + Lack für zu Hause

25 min. _____ € 55,-

Entfernung Gellack

45 min. _____ € 60,-

Paraffin Packung und Peeling für die Hände (nur ohne Lack möglich)

25 min. _____ € 35,-

MAN SPACE

[comfort zone]**GESICHTSPFLEGE MAN CZ 50 MIN.**

Hautdiagnostik - Reinigung - tiefenreinigendes Peeling - Augenbrauen fassonieren - Maske - Abschlusspflege

50 min. _____ € 105,-**TEAM D^R JOSEPH****GESICHTSPFLEGE MAN TEAM DR. JOSEPH 50 MIN.**

Hautdiagnostik - feuchtwarme Kräuter-Dampfkompresen - lymphstimulierende Massage - porentiefe Reinigung - hautbildverfeinerndes Peeling - Ausreinigung & Tonisieren - Spezialserum - Intensivmaske - modulierte Gesichtsmassage - Tagespflege

50 min. _____ € 105,-

Bitte rasieren Sie sich einen Tag vor Ihrer Gesichtsbehandlung

Pediküre MAN**40 min.** _____ € 65,-**Maniküre MAN****40 min.** _____ € 65,-**WARMWACHS**

Warmwachs für den Rücken MAN

45 min. _____ € 65,-

KÖRPER-PEELINGS



REVITAL KÖRPERPEELING

- Steinsalz mit Bergarnika & Rosmarin

Das Alpine Revital Körperpeeling ist ein sanftes und belebendes Peeling für alle Hauttypen. Mit feinem Steinsalz und mikronisiertem Zeolith wird die Haut von Unreinheiten befreit, glatt und wunderbar zart gepflegt. Ätherische Öle von Bergarnika, Rosmarin und Zitronengras fördern die Durchblutung, regenerieren, straffen das Bindegewebe und vitalisieren.

25 min. _____ € 49,-

KOKOS-PEELING

Das einzigartige Peeling enthält 100 % reines Kokosöl, das trockene Haut auf sanfte Weise zart und geschmeidig pflegt. Das Kokosöl regeneriert, nährt und hinterlässt einen angenehmen Kokosduft.

25 min. _____ € 49,-

KLÄRENDES KÖRPERPEELING

- Steinsalz mit Biopir & Johanniskraut

Dieses mit feinstem Neroliöl angereicherte Körperpeeling befreit die Haut effektiv von Unreinheiten. Feine Peeling-Körper aus purem Steinsalz und mikronisiertem Zeolith liefern wertvolle Spurenelemente und wichtige Mineralien. In Kombination mit der naturreinen Formulierung aus kostbarem Olivenöl und Molke wird die Haut wunderbar zart gepflegt, genährt und intensiv hydratisiert.

25 min. _____ € 49,-

AROMASOUL-PEELING

Siliziumreiche Lavaerde, Karitébutter und ein aromatherapeutischer Duft Ihrer Wahl nähren, festigen und peelen Ihre Körperhaut gleichzeitig samtig zart.

25 min. _____ € 49,-

BÄDER

Die wohltuende Wirkung unserer medizinischen Badewanne mit Unterwassermassage wird Sie in ein bemerkenswertes Wohlbefinden versetzen. Erleben Sie Badefreuden der besonderen Art und lassen Sie sich von den verschiedensten Aromen verwöhnen.



PUR SPA BELEBENDES BAD

mit Heublume, Löwenzahn & Brennessel

Die Inhaltsstoffe von Berglavendel und Königskerze entfalten ihre wunderbare regenerierende Wirkung auf Haut und Körper. Fruchttige Extrakte von Heidelbeere, Preiselbeere und schwarzem Holunder versorgen vor allem auch reifere, stressanfällige Haut mit Feuchtigkeit und neuer Vitalität. All dies ist eingebettet in einem besonders milden Schaumbad aus pflanzlichen Tensiden, das die Haut reinigt und pflegt ohne auszutrocknen.

20 min. _____ € 45,-

ACHENSEER STEINÖLBAD

Ein Bad mit unserem Fossil-Badeöl. Durch das breite Wirkungsspektrum des Öls besonders empfehlenswert bei Rücken- und Gelenksleiden, rheumatischen Beschwerden und Hautirritationen.

20 min. _____ € 45,-

PUR SPA SENSITIV BAD

mit Ringelblume, Melisse und wilder Malve

Dieses pflegende Bad besteht aus hochwertigen ätherischen Ölen von Melisse, Malve und Ringelblume, die Haut und Körper wohltuend pflegen und anregen. Essenzen von Wilder Malve, Himbeere, Preiselbeere und Holunder versorgen die Haut mit ihren antioxidativen und regenerierenden Inhaltsstoffen, wirken reizlindernd und feuchtigkeitsregulierend.

20 min. _____ € 45,-

PUR SPA ENTSPANNUNGSBAD

mit Gebirgshonig, Zirbe und Königskerze

Der wohltuende Mix aus rückfettendem naturkosmetischem Bad, wertvollem Gebirgshonig und reinstem Zirbenöl macht das Pur Spa Entspannungsbad zur perfekten Relax-Pflege. Das ätherische Öl der Königin der Alpen beruhigt mit seinen einzigartigen sinnesphysiologischen Qualitäten Körper und Geist. Der Honig gibt der Haut wertvolle Nährstoffe und natürlichen Schutz.

20 min. _____ € 45,-

PFLEGENDE KÖRPER- PACKUNGEN

Schwerelos entspannen Sie sich in unserer Thermo-Spa-Concerto (Softpack-liege), liegen auf wöhlig temperiertem Untergrund – über 36 °C warmem Wasser, mit dem aber Ihre Haut nicht in Berührung kommt. Darum können folgende Packungen ihre optimale Wirkung entfalten.

NACHTKERZENÖLPACKUNG

Das Öl der Nachtkerze ist seit langem ein Geheimtipp bei trockener und feuchtigkeitsarmer Haut. Genießen Sie die pflegende Wirkung und den besonderen Duft dieser Körperpackung.

25 min. _____ € 49,-

VITAMIN-COCKTAILPACKUNG

Ein besonderer Vitamin-Cocktail aus Tomaten, Spinat und der Artischocke sorgt für einen gestärkten Tonus und kompakte Körperkonturen. Freie Radikale werden durch anti-oxidative Inhaltsstoffe neutralisiert und die Hydrobalance wieder hergestellt.

25 min. _____ € 49,-

TIROLER HEUPACKUNG

Entspannen Sie sich bei einem Tiroler Heubadl nach alter Tradition. Genießen Sie den angenehmen Duft und die heilsame Wirkung der Tiroler Kräuter. Hilft bei Beschwerden der Atemwege, bei chronischen Gelenksbeschwerden und Arthrose.

25 min. _____ € 49,-

LAVENDELÖLPACKUNG

Tauchen Sie ein in ein Dufterlebnis aus reinem Lavendelöl aus der französischen Normandie der besonderen Art.

25 min. _____ € 49,-



STRAFFENDE KÖRPER- PACKUNGEN

Entspannen Sie in unserer Thermo-Spa-Concerto! Exklusive Packungen straffen strapazierte Haut und festigen Ihr Bindegewebe. Um den Effekt zu verbessern, empfehlen wir eine anschließende Lymphdrainage!

KÖRPERPACKUNG ENTSCHLACKUNG mit Birke, Wacholder und Weizenkleie

Die Alpine Körperpackung „Entschlackung“ hilft der Haut sich nachhaltig von Schadstoffen zu befreien.

Extrakte von jungen Birkenblättern und Wacholderholz haben eine tiefenreinigende Wirkung, fördern die Durchblutung und stimulieren die Entgiftungsprozesse

25 min. _____ € 49,-

SPORT & VITALPACKUNG

Die bioaktiven Kräfte von Murmelöl, Enzianwurzel, Pfefferminzöl und Dinkel können die Durchblutung fördern, Entzündungen hemmen und den Stoffwechsel aktivieren. Verspannungen und Verkrampfungen der Muskulatur können gelockert werden, die Geschmeidigkeit kann gefördert werden.

45 min. _____ € 79,-

BODY STRATEGIST - MONTALCINO MUD

Intensivbehandlung gegen Cellulite mit dem hochwirksamen Heilschlamm mit Thermalwasser aus dem Bagni di Montalcino, wirkt sichtbar entchlackend und modellierend.

50 min. _____ € 93,-

ALPIENNE WICKEL

Die wirkstoffgetränkten Wickel werden je nach Wunsch auf Schulter, Knie, Ellenbogen oder Sprunggelenk angelegt und entfalten während einer 20-minütigen Ruhephase ihre volle Wirkung.

Ideal auch in Verbindung mit einer anschließenden Massage.

MURMELTIERÖLWICKEL

Bei Rheuma, Muskelkater, Hexenschuss, Ischias, Arthrose, Arthritis, Neurodermitis, Gelenkproblemen und vielem mehr. Wirkt entzündungshemmend, durchblutungsfördernd und löst muskuläre Verspannungen.

25 min. _____ € 40,-

JOHANNISKRAUTWICKEL

Bei Hautrissen, Sonnenbrand, Cellulite, Hautreizungen, Verbrennungen, vorbeugend bei Schwangerschaftsstreifen. Wirkt beruhigend, harmonisierend und fördert die Zellneubildung der Haut.

25 min. _____ € 40,-

ARNIKAWICKEL

Bei Quetschungen, Zerrungen, Verstauchungen, Blutergüssen, Muskelkater, Krampfadern und nach sportlicher Betätigung. Wirkt abschwellend, kühlend und entspannend auf die Muskulatur.

25 min. _____ € 40,-



MASSAGEN - DIE KLASSIKER

KLASSISCHE MASSAGE

Bewährte Heilmethode und beste Naturprodukte sorgen für innere Ruhe und absolute Entspannung.

25 min. _____ € 55,-

50 min. _____ € 89,-

SPORTMASSAGE

Besonders nach dem Sport empfehlenswert. Beschleunigt die Regeneration der Muskulatur und beugt Muskelkater vor.

25 min. _____ € 55,-

50 min. _____ € 89,-

FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Eine wiederentdeckte, alte Massage-technik aus der traditionellen chinesischen Medizin. Stärkt das Immunsystem und aktiviert die Selbstheilung des Körpers. Besonders geeignet bei organischen Beschwerden wie Migräne, Verdauungsbeschwerden usw.

25 min. _____ € 55,-

50 min. _____ € 89,-

ANTISTRESSMASSAGE

Sehr sanfte Massagetechnik, löst energetische Blockaden und schenkt neue Lebenskraft. Wirkt besonders entspannend und harmonisierend auf Körper und Geist.

25 min. _____ € 55,-

50 min. _____ € 89,-

AROMAÖLMASSAGE

Wird mit hochwertigen, naturreinen ätherischen Ölen nach Wahl durchgeführt und wirkt, je nach Auswahl der Öle, energetisierend, entspannend oder harmonisierend auf Körper und Seele.

25 min. _____ € 55,-

50 min. _____ € 89,-

GESICHTSMASSAGE

Mit einem individuell auf Ihren Hauttyp abgestimmten, regionalen Pflegeprodukt.

25 min. _____ € 55,-

GESICHTSLYMPHDRAINAGE

Die Gesichtslymphdrainage strafft und glättet die Haut, wirkt durchblutungsfördernd, Augenringe werden entstaub. Bei Kopfschmerzen, Akne, Tinnitus, chronischer Sinusitis, Schwellungen nach Zahnbehandlungen, Ohren- und Augenproblemen.

25 min. _____ € 55,-

MASSAGEN - DIE SPEZIELLEN

LYMPHDRAINAGE

Eine spezielle Behandlung, welche überschüssige Wassereinlagerungen am Körper mindert und verschwinden lässt. Ein Geheimtipp bei geschwollenen, schmerzenden Beinen oder Schwellungen im Gesicht!

25 min. _____ € 55,-

50 min. _____ € 89,-

BINDEGEWEBSMASSAGE

Besonders intensive Massagetechnik, löst hartnäckige, schmerzhafte Verspannungen und fördert die Durchblutung.

50 min. _____ € 99,-

KINESIO TAPING

Kinesio Taping ist eine spezielle Taping Methode aus Japan. Sie wurde vom Chiropraktiker Dr. Kenzo Kase entwickelt und wird seit ca. 30 Jahren mit großem Erfolg angewendet. Beim Kinesio Taping werden Schmerzen, Entzündungen und Schwellungen mittels eines elastischen, selbst haftenden Bandes (ohne Wirkstoffe) behandelt.

Dazu wird nach ausführlicher Anamnese und verschiedenen Tests das Band auf den Stellen des Körpers angebracht, an denen es die gewünschte Wirkung am besten entfalten kann.

25 min. _____ € 50,-

DORN & BREUSS

Eine spezielle Therapie, welche Blockaden der Wirbelsäule sanft löst und verschobene Wirbel wieder zurechtrückt. Die anschließende Massage mit Johanniskrautöl entspannt und mobilisiert die Wirbelgelenke.

50 min. _____ € 99,-

HOT STONE

Spezielle Massage mit heißen, vulkanischen Steinen. Erwärmt den Körper, entspannt die Muskulatur und beruhigt die Seele. Ein besonderes Erlebnis!

50 min. _____ € 99,-

SHIATSU

Eine besondere, alte Behandlungsform, welche den ganzen Körper miteinbezieht. Bewirkt eine Harmonisierung des Energieflusses und eine tiefe körperliche Entspannung. Lindert Schmerzen und aktiviert neue Energien.

50 min. _____ € 99,-

KRÄUTERSTEMPELMASSAGE

Eine entspannende Massage mit über Dampf erhitzten Kräuterstempeln. Schenkt inneres Wohlbefinden und weckt neue Energien. Eine Massage der besonderen Art!

25 min. _____ € 55,-

50 min. _____ € 89,-

AYURVEDA MASSAGEN

PADABHYANGA

Die Padabhyanga lässt Ihre Füße so leicht wirken wie auf Wolke 7!

45 min. _____ € 99,-

SHIRODHARA

Das Shirodhara am Staphani (Stirnölguss) entspannt und lässt schlechte Gedanken verschwinden. Mit den tropisch hochwertigen Ölen wird eine Gesichtsmassage, die stark harmonisierend wirkt, ausgeführt.

50 min. _____ € 105,-

ABHYANGA

Eine entspannende Wohlfühlmassage mit viel warmem Sesamöl. Aktiviert das Immunsystem, belebt, reinigt und strafft den ganzen Körper und sorgt für seelisches Wohlbefinden. Ein Entspannungserlebnis!

50 min. _____ € 109,-

80 min. _____ € 150,-



KIDS SPA

FÜR UNSERE DIRNDLN & BUAM bis 15 Jahre

Maniküre mit Lack

25 min. _____ € 45,-

Pediküre mit Lack

25 min. _____ € 45,-

Gesichtsbehandlung 6 bis 11 Jahre

45 min. _____ € 69,-

Gesichtsbehandlung 12 bis 15 Jahre

50 min. _____ € 79,-

Wohlfühlmassage mit warmen Öl

20 min. _____ € 50,-

BÄRENSTARK VON KOPF BIS FUSS

Wohlfühlmassage mit warmen Kräuterstempeln für Arme, Beine und Rücken sowie eine sanfte Fußmassage.

25 min. _____ € 50,-



MUM SPA

FÜR WERDENDE MÜTTER

Your Maternity Time

Ideal während und nach der Schwangerschaft, dank straffender und nährender Wirkstoffe. Eine schonende Behandlung, die die Durchblutung anregt und Schwellungen an Beinen reduziert. Nährt die Haut und verhindert in dieser Zeit die Entstehung von Schwangerschaftsstreifen. Nach der Schwangerschaft wird die Regeneration unterstützt.

NEW LIFE RITUAL (in und nach der Schwangerschaft)

straffend & pflegend

Kopf und Gesichtsmassage – straffende Body Mask – Abschlusspflege

50 min. _____ € 95,-

Teilmassage im Sitzen für Schultern und Nacken

25 min. _____ € 55,-

Gesichtsmassage

25 min. _____ € 55,-

Gesichtslymphdrainage

25 min. _____ € 55,-

Bein- und Fußmassage

25 min. _____ € 55,-

Maniküre

40 min. _____ € 65,-

Pediküre

40 min. _____ € 65,-

Bitte beachten Sie, dass wir Behandlungen ausschließlich nur zwischen dem 4. und 7. Schwangerschaftsmonat durchführen.

ROMANTIK SPA

Entspannen Sie zu zweit ...

... bei einem Prosecco, süßen Früchten und hausgemachten Pralinen! Anschließend eine Teilmassage für zwei in der Synchronmassagekabine.

ROMANTIKBAD

Traumhaftes Bad mit Tranquility Badeöl für Verliebte und Romantiker in unserer Crystalwanne.

Entspannen Sie zu zweit bei einem Prosecco, dazu servieren wir Ihnen eine Etagere mit Obst und Pralinen

40 min. _____ € 85,-

VARIANTE „VERTRÄUMT“

Traumhaftes Bad mit Tranquility Badeöl für Verliebte und Romantiker in unserer Crystalwanne.

Entspannen Sie zu zweit, bei einem Prosecco. Dazu servieren wir Ihnen eine Etagere mit Obst und Pralinen

Anschließend verwöhnen wir Sie noch mit einer Massage für zwei.

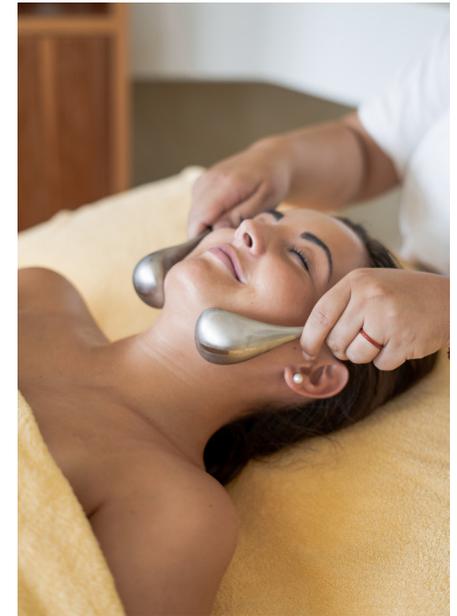
75 min. _____ € 155,-

PAARMASSAGE (KLASSISCHE MASSAGE)

für zwei in der Doppel-Massagekabine

25 min. _____ € 110,-

WELLNESS PAKETE



STEINÖL-SCHNUPPERPROGRAMM

Steinölbad, 20 min.

Teilmassage mit Tiroler Steinöl, 25 min.

Fußreflexzonenmassage mit Tiroler Steinöl, 25 min.

_____ € 120,-

VERWÖHNMENTE FÜR SIE

1 Gesichtsbildung ca. 50 min.

1 Maniküre mit Lack für zu Hause, 50 min.

_____ € 169,-

WELLNESSAUSZEIT FÜR IHN

1 Gesichtsbildung ca. 50 min.

1 Aromaölmassage, 50 min.

_____ € 163,-

HERMES-TAG

1 Teilmassage, 25 min.

1 Tiroler Heupackung 25 min. in der Wasserschwebeliege

1 Sportmassage, 25 min.

_____ € 139,-

MONA-LISA-TAG

1 Teilmassage, 25 min.

1 Nachtkerzenölpackung 25 min. in der Wasserschwebeliege

1 Gesichtsmassage, 25 min.

_____ € 139,-

FITNESSCHECK

BASIC

Fahrrad- oder Laufband-Stufentest mit Laktatmessung

Bestimmung und Zuordnung der individuellen Trainingsherzfrequenzbereiche

ADVANCED

Fahrrad- oder Laufband-Stufentest mit Laktatmessung

Bestimmung und Zuordnung der individuellen Trainingsherzfrequenzbereiche

Individuelles Trainingsprogramm für mehrere Wochen

PROFESSIONAL

Fahrrad- oder Laufband-Stufentest mit Laktatmessung

Bestimmung und Zuordnung der individuellen Trainingsherzfrequenzbereiche

Individuelles Trainingsprogramm für mehrere Wochen

Muskelfunktionsprüfung und kleine Laufstilanalyse

Preise auf Anfrage!

NOTIZEN





DAS KARWENDEL

Ihr Wellness Zuhause am Achensee

FAMILIE JOSEF RIESER

Karwendelstraße 1 • A - 6213 Pertisau am Achensee
Tél.: +43-5243-5284 • Fax +43-5243-5284-200
info@karwendel-achensee.com

www.karwendel-achensee.com