



Wellness im Zeichen der Natur

Massagen | Körperbehandlungen | Kosmetik

Was tut mir gut?

Entspannung ist ein wesentlicher Bestandteil von Energie

ZUM WOHLFÜHLEN UND ENTSPANNEN

- Alpinas Wohlfühlmassage
- Sleep Honey – Honig-Mandel-Bad
- „Slimness“ Beinmassage – Ligne St Barth
- Abhyanga

BEI TROCKENER HAUT

- Nachtkerzenpackung
- Karibisches Schönheitsbad
- „Sensation“ – wohltuende, feuchtigkeits-spendende Packung – Ligne St Barth
- Gesichtsbehandlungen

ZUM ENTSLACKEN UND STRAFFEN

- „Slimness“ Beinmassage – Ligne St Barth
- Lifting-Behandlung
- Algenpackung

BEI BESCHWERDEN DES BEWEGUNGS-APPARATES UND ZUR LOCKERUNG

- Ganzkörpermassage
- Sportmassage
- Schulter-Nacken-Massage
- Hot Stone

FÜR WERDENDE MÜTTER

nach Rücksprache mit dem Arzt

- „Slimness“ Beinmassage – Ligne St Barth
- Mukabhyanga – ayurvedische Gesichts- und Kopfmassage
- Maniküre
- Pediküre
- Gesichtsbehandlungen
- Gesichtsmassage



Bei Ihren Behandlungen geht es nur um Sie. Sie stehen im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit unserer professionell ausgebildeten Verwöhnspezialisten. Alle unsere Behandlungen führen wir im Sinne des Wellness- & Entspannungsgedanken durch, Massage als Therapie für Krankheiten ist ausschließlich den medizinischen Heilberufen gestattet. Bitte informieren Sie uns in diesem Zusammenhang bei der Terminvereinbarung, falls Sie an einer Krankheit oder an einer Allergie leiden.

Damit wir Ihre Terminwünsche erfüllen können, empfehlen wir Ihnen, Ihre Anwendungen rechtzeitig – am besten bereits mit der Zimmerreservierung – zu buchen. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass wir bei kurzfristiger Stornierung (ab 24 Stunden vorher) Ihrer Behandlung 70 Prozent des Preises verrechnen müssen.

Komplette Umbuchungen vorab gebuchter Anwendungen sind vor Ort leider nicht mehr möglich.

Gut zu wissen:

Massagen

ALPINAS WOHLFÜHLMASSAGE

Bei unserer Hausmassage wird Ihr Körper mit einem warmen Avocado-Kokosöl in einen wohligen Zustand versetzt. Wärme, Duft und sanfte Massage fördern die Entspannung – ein einzigartiger Genuss für Körper und Seele.

Rückenmassage, 25 Minuten € 33,-

Ganzkörpermassage, 50 Minuten € 62,-

KLASSISCHE MASSAGE

Lockert die Muskulatur, geht auf Problemzonen gezielt ein, löst Blockaden und fördert die Tiefenentspannung. Der besondere Effekt wird durch die Wahl des idealen Öls verstärkt.

Rücken- oder Beinmassage, 25 Minuten € 33,-

Ganzkörpermassage, 50 Minuten € 62,-

KOMBIMASSAGE

Ein wohltuendes Zusammenspiel aus einer Rückenmassage und einer Fußreflexzonenmassage bringt Sie ins Gleichgewicht.

50 Minuten € 62,-

SPORTMASSAGE

Eine stärkere Massage speziell für sportlich Aktive. Mit einem speziellen Öl für Rücken und Beine werden Blockaden gelöst.

40 Minuten € 52,-

SCHULTER-NACKEN-MASSAGE

Speziell für gestresste Menschen. Dabei lösen sich Verspannungen im Schulter-Nacken-Bereich.

40 Minuten € 52,-

„SLIMNESS“ BEINMASSAGE

Ligne St Barth

Eine wohltuende und entstauende Massage. Inhaltsstoffe aus Efeu wirken entstauend und entwässernd, kräftigen die Venen und regen das Lymphsystem an. Menthol fördert die Mikrozirkulation, erfrischt und belebt.

25 Minuten € 39,-

FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Auf der Fußsohle spiegelt sich der ganze Körper wider. Durch eine Druckpunktmassage kann man Schwachstellen feststellen. Organe und Körperteile werden positiv beeinflusst.

25 Minuten € 35,-

LYMPHDRAINAGE

nach Dr. Vodder

Durch die Pumpgriffe der manuellen Lymphdrainage wird erreicht, dass Schlack- und Giftstoffe abtransportiert werden. Außerdem kann die angestaute Flüssigkeit wieder abfließen.

25 Minuten € 35,-

50 Minuten € 62,-



GESICHTSLYMPHDRAINAGE

Die Gesichtslymphdrainage hat nicht nur einen sehr entspannenden, sondern auch einen Anti-Aging-Effekt: Überschüssiges Wasser und Schlackenstoffe werden abtransportiert, d. h. die Haut wird „von innen“ gereinigt und wirkt wieder frisch und strahlend. Anwendung bei unreiner Haut, Akne, geschwollenen Augen, Tränensäcken, Narben, chronischem Schnupfen (auch Heuschnupfen) oder einfach zum Entspannen und Abschalten.

25 Minuten € 35,-

OHRKERZENBEHANDLUNG

Die abbrennende Ohrkerze erzeugt einen angenehmen Unterdruck, die entstehende Wärme wirkt entspannend. Durch diese physikalischen Vorgänge wird das Trommelfell in Schwingung versetzt (Trommelfellmassage), die Durchblutung des Innenohrs wird gefördert. Optimal bei Gleichgewichtsstörungen, Ohrgeräuschen, Kopfschmerzen.

1 Behandlung € 31,-

3 Behandlungen € 87,-

OHRKERZENBEHANDLUNG UND GESICHTSLYMPHDRAINAGE

Diese wohltuende, durchblutungsanregende Behandlung hat einen besonders reinigenden und entstauenden Effekt für Stirn und Nebenhöhlen.

55 Minuten € 61,-

GESICHTSMASSAGE

Belebt die Haut. Gesichts-, Hals- und Dekolletébereich werden behandelt. Der Teint wirkt frischer, die Durchblutung wird verbessert, Fältchen werden vermindert.

25 Minuten € 35,-

HONIGMASSAGE

mit Tiroler Biohonig

Die Honigmassage ist ein ganzheitliches Naturheilverfahren und der warme Honig wird mit einer speziellen angenehmen „Zupftechnik“ eingearbeitet.

25 Minuten € 37,-

HOT-STONE-MASSAGE

Auf den Chakren werden die „heißen“ Basalsteine platziert. Zugleich werden Sie mit den Steinen massiert. Durch die Wirkung der Basalsteine wird der gesamte Energiefluss im Körper in Balance gebracht.

25 Minuten Rückenmassage € 45,-

70 Minuten Ganzkörpermassage
inkl. Nachruhen € 99,-



Ayurveda

ABHYANGA

Indische Ganzkörpermassage

Die Ganzkörper-Öl-Massage Abhyanga ist eine der bekanntesten ayurvedischen Massagen. Durch die fließenden Griffen und das warme Sesamöl kommt es zu einer Harmonisierung der Körperenergien (Doshas) und Gewebeschlacken können gelöst werden. Balsam für Körper, Geist und Seele.

90 Minuten inkl. Vorgespräch und Nachruhen, ca. 75 Minuten Massage € 115,-

MUKABHYANGA

Indische Gesichts- und Kopfmassage

Durch das warme Kokosöl und die stimulierende Gesichts-, Kopf- und Schultermassage werden physische und psychische Verspannungen und Blockaden gelöst. Ein Gefühl von Ruhe und wohliger Entspannung entsteht.

40 Minuten inkl. Gesichtsmaske und Nachruhen € 59,-

PADABHYANGA

Indische Fußmassage

Diese angenehme Fußmassage wirkt beruhigend und ausgleichend bei Schlafstörungen, Nervosität und Kältegefühl.

25 Minuten inkl. Fußbad € 39,-

3-TAGE-AYURVEDA-WELLNESS

• ABHYANGA

Indische Ganzkörpermassage

• MUKABHYANGA

Indische Gesichts- und Kopfmassage

• PADABHYANGA

Indische Fußmassage

• Kleines Ayurvedageschenk für zuhause

160 Minuten

€ 209,-



Gesichtsbehandlungen

Unsere geschulten Kosmetikerinnen beraten Sie gerne, welche Behandlung für Sie und Ihren Hauttyp am besten geeignet ist. Beratung bei 55- oder 85-minütigen Behandlungen.



LIGNE ST BARTH

„FRESHNESS“

Genießen Sie diese entspannende Behandlung von Gesicht, Hals, Dekolleté und Händen. Natürliche, frische Zutaten wie Papayamousse unterstützen die Tiefenwirkung der Produkte und sorgen für ein sichtbar klares, frisches und ebenmäßiges Hautbild. Zusätzlich genießen Sie eine pflegende Handmassage.

85 Minuten

€ 119,-

MARIA GALLAND BASIC-TREATMENTS

KLASSISCHE GESICHTSBEHANDLUNG

Tiefenreinigung mit Peeling und Vapozon, Augenbrauen fassonieren, Wirkstoffampulle, Massage und spezielle Maske nach Ihren Bedürfnissen.

55 Minuten ohne Wirkstoffampulle € 75,-

75 Minuten mit Wirkstoffampulle € 89,-

FRISCHEKICK

Tiefenreinigung mit Peeling, aktivierende Ampulle, intensive Maske und Abschlusspflege.

45 Minuten € 59,-

MARIA GALLAND SPEZIAL-TREATMENTS

LIFTINGBEHANDLUNG

Wirkt aufpolsternd und glättet Falten für eine sichtbar jünger wirkende Haut.

85 Minuten mit Augen-Lift-Modellage € 113,-

SD-SYSTEM-DERMATOLOGIE

Bringt Problemhaut wieder ins Gleichgewicht und ist besonders geeignet bei Pigmentflecken, Rötungen, Couperose, Trockenheit, Irritationen, Unreinheiten. Die Produkte sind frei von Paraffinen, Parabenen, Farbstoffen und Parfum.

85 Minuten

€ 119,-



Wellness für Kids

GESICHTSBEHANDLUNG FÜR TEENIES (BIS 16 JAHRE)

Schluss mit Problemen der jungen Haut. Reinigung, Tonic, Tiefenreinigung, Maske je nach Hauttyp.

45 Minuten € 59,-

AROMAÖL-GANZKÖRPERMASSAGE (AB 8 JAHREN)

Wohlfühlmassage für Kids und Teens mit wohlrig warmem Aromaöl.

25 Minuten € 33,-



Kosmetikbehandlung

Einzelbehandlungen

FÜR SCHÖNE AUGEN(-BLICKE)

Wimpern färben	€ 18,-
Wimpern färben bei Gesichtsbildung	€ 11,-
Augenbrauen färben	€ 18,-
Augenbrauen färben bei Gesichtsbildung	€ 11,-
Augenbrauen fassonieren	€ 16,-

SANFTE HAARENTFERNUNG

Depilation mit Warmwachs

Ganzes Bein	€ 59,-
Bein bis Knie	€ 40,-
Oberlippe oder Kinn	€ 15,-
Rücken oder Brust	€ 40,-

MANIKÜRE

Maniküre ohne Lack	€ 49,-
Maniküre mit Lack	€ 55,-
Maniküre mit French- oder UV-Lack	€ 60,-

PEDIKÜRE

Pediküre mit Fußbad ohne Lack	€ 54,-
Pediküre mit Fußbad und Lack	€ 60,-
Pediküre mit Fußbad und UV-Lack	€ 70,-

Für den Mann

VITALFACE

Maria Galland

Tiefenreinigung mit Peeling und Vapozon, Augenbrauen fassonieren, Massage und spezielle Maske nach Ihren Bedürfnissen.

55 Minuten

€ 75,-

HOMME „PURENESS“

Ligne St Barth

Eine entspannende und erholsame Behandlung von Gesicht, Nacken, Dekolleté. Natürliche Vitamine und Mineralien wirken klärend und regen die Eigenaktivität der Haut wieder an.

55 Minuten

€ 95,-



„Schönheit beginnt in dem Moment,
in dem du beschließt, du selbst zu sein.“

– Coco Chanel –



Körperbehandlungen

„SOFTNESS“ SEESAND-PEELING

Ligne St Barth

Ein Mix aus Avocado-Kokosöl, frischer Papaya und Seesand reinigt die Haut und macht sie geschmeidig. Abschließend verwöhnen wir Sie mit einer reichhaltigen Körperlotion mit dem Duft Ihrer Wahl.

25 Minuten

€ 49,-

„MEERSALZ“-GANZKÖRPERPEELING

Es entfernt abgestorbene Hautschüppchen und verfeinert zugleich das Hautbild. Eine wohltuende Pflege mit einer hochwertigen Körperlotion rundet die Behandlung ab.

25 Minuten

€ 39,-



Körperpackungen

„ELASTICITY“

Ligne St Barth – Straffende Körperpackung

Die Körperpackung hüllt Sie ein in eine Wolke von karibischen Düften. Das Ergebnis ist ein sichtbar verfeinertes und gestrafftes Hautrelief. Verbesserung des Hautbildes durch wertvolle Mineralien und Vitamine als natürlicher Bestandteil von Tonerde und frischem Gurkenmousse. Efeu, Menthol und Kampfer aktivieren und entschlacken das Gewebe, kalt gepresstes Avocadoöl liefert wichtige Nährstoffe.

45 Minuten inkl. Kopfmassage

€ 59,-

„SENSATION“

Ligne St Barth – Edle Körperpackung mit wohltuender Entspannungsmassage

Diese wohltuende Körperpackung spendet intensive Feuchtigkeit und ist ein Genuss für alle Sinne. Eine cremig seidene Packung wird sanft auf Ihrem Körper verteilt und versorgt Ihre Haut intensiv mit Nährstoffen. Anschließend erhalten Sie noch eine sanft wohltuende Entspannungsmassage. Die Haut am ganzen Körper ist sichtbar verfeinert und fühlt sich an wie Samt und Seide.

60 Minuten

€ 79,-

Hydro-Thalasso-Wanne

ORANGENBLÜTEN-MEERSALZ-BAD

Ein Fest für die Sinne. Entspannung für Körper, Geist und Seele. Durch das hocheffektive bretonische Meersalz wirkt das Bad erfrischend, entschlackend, reinigend und aktivierend.

25 Minuten € 30,-

SLEEP HONEY – HONIG-MANDEL-BAD

Beim Honig-Mandel-Bad erleben Sie ein Gefühl von Wärme und Sanftheit. Zarter Honigduft und natürliches Orangenaroma wirken entspannend und weiten den Geist.

25 Minuten € 30,-

KARIBISCHES SCHÖNHEITS-BAD

Genießen Sie ein karibisches Dufterlebnis, bei dem die Haut nachhaltig mit wertvollen Mineralien versorgt wird. Ein entspannendes und pflegendes exotisches Wohlfühlbad.

25 Minuten € 30,-



In der Wasserschwebeliege

MEERESALGEN-PACKUNG

Stark entschlackend und reinigend. Meeresalgen gehören seit Jahrhunderten zu den beliebtesten Schönheitsmitteln. Sie enthalten wertvolle Wirkstoffe, machen die Haut weich und geschmeidig, straffen und wirken erfolgreich gegen Cellulite.

45 Minuten € 44,-

MEER-&-ORANGEN-PACKUNG

Regenerierend für die entzündliche, empfindliche Haut, sehr entspannend, tut einfach gut. Sehr beliebt wegen der nachhaltig angenehmen Rückfettung der Haut. Durch das hocheffektive Meersalz vom Toten Meer wirkt sie entschlackend, reinigend und aktivierend.

45 Minuten € 44,-

NACHTKERZENÖL-CREME-PACKUNG

Sehr stark rückfettend, beruhigend und ausgleichend. Empfehlenswert bei sehr trockener, empfindlicher und irritierter Haut. Hervorragend bei Neurodermitis und Schuppenflechte.

45 Minuten € 44,-

GANZKÖRPERPEELING VOR EINER KÖRPERPACKUNG

Wir empfehlen vor jeder Körperpackung ein Ganzkörperpeeling zur Steigerung der Wirkstoffaufnahme. Meersalz-Peeling in Verbindung mit einer Körperpackung.

20 Minuten € 29,-



Paar-Anwendungen

KARIBISCHER TRAUM

- Softness-Peeling
- Pflegendes exotisches Schönheits-Bad in unserer Luxus-Doppelwhirlpool-Wanne
- Ruhen im Wasser-Himmelbett
- Aromaölmassage zu zweit mit warmem Avocado-Kokosöl
- Genießen Sie dazu frische exotische Früchte und ein Glas Prosecco oder Orangensaft

für 2 Personen, 140 Minuten € 279,-

ZEIT ZU ZWEIT

- Meersalzpeeling
- Honig-Mandel-Bad inkl. alkoholfreien Fruchtcocktails
- Teilkörpermassage

für 2 Personen, 110 Minuten € 199,-



Partnermassagen

ALPINAS-WOHLFÜHLMASSAGE

für 2 Personen, 50 Minuten € 124,-

GANZKÖRPERMASSAGE

für 2 Personen, 50 Minuten € 124,-

RÜCKENMASSAGE

für 2 Personen, 25 Minuten € 66,-

Partnerbäder

Genießen Sie ein herrliches Bad Ihrer Wahl im edlen Ambiente der Privat-Spa-Suite. Die Luxus-Doppelwhirlpool-Wanne verführt mit ihrem Farblichtspiel alle Sinne. Nun freuen Sie sich auf die Kuschelzeit im Wasser-Himmelbett. Eine ganze Stunde völlig ungestört, entspannen Sie sich und genießen dazu ein Glas Prosecco oder Orangensaft.

SLEEP HONEY – HONIG-MANDEL-BAD

für 2 Personen, 60 Minuten € 65,-

KARIBISCHES SCHÖNHEITS-BAD

für 2 Personen, 60 Minuten € 65,-

ORANGENBLÜTEN-MEERSALZ-BAD

für 2 Personen, 60 Minuten € 65,-

Pakete

MOMENTE DER GEBORGENHEIT

- Orangenblüten-Meersalz-Bad
inkl. Fruchtcocktail
- Alpinas Wohlfühlmassage
- Gesichtsmassage

105 Minuten

€ 125,-



RELAX

- Nachtkerzenölcreme-Packung
in der Wasserschwebeliege
- Ganzkörpermassage
- Schulter- und Nackenmassage
- Fußreflexzonenmassage

160 Minuten aufgeteilt auf 2-3 Tage € 189,-



2 TAGE ANTI-STRESS-PROGRAMM

1. Tag – Entspannung pur

- Meersalzpeeling
- Sleep Honey – Honig-Mandel-Bad
- Rückenmassage

Einzelprogramm,
80 Minuten inkl. Nachruhen € 85,-

2. Tag – Mehr Elan und Lebenskraft

- Orangenblüten-Meersalz-Bad
- Nachtkerzenölcreme-Packung
- Wohlfühl-Rückenmassage

Einzelprogramm,
80 Minuten inkl. Nachruhen € 85,-
2 x 80 Minuten inkl. Nachruhen € 165,-

- Bei Buchung der 2 Tage erhalten Sie ein kleines Anti-Stress-Geschenk für zuhause.







HOTEL ALPINA ** SUPERIOR WELLNESS & SPA RESORT**

Familie Gruber | Außerkapelle 2a | 6345 Kössen | Tirol | Österreich
+43 5375 2146 | gruber@hotel-alpina.at | www.hotel-alpina.at