

È con piacere che vi diamo il benvenuto nella nostra stube del benessere.

# Staccare la spina, rilassarsi

Godetevi il piacevole silenzio e la quiete e fate il pieno di nuove forze in vista del quotidiano. Affidatevi ai nostri esperti di beauty & benessere e lasciatevi viziare dalla testa ai piedi con i pregiati prodotti naturali delle linee altoatesini Phyto Art e Trehs.

Vi aspettiamo! Cordialmente, Famiglia Lanz e i collaboratori del reparto spa



### CONTENUTI



|    |               | 6  | MASSAGGI                   |
|----|---------------|----|----------------------------|
|    |               | 12 | TRATTAMENTI<br>PER DUE     |
| 24 | BAMBINI       |    |                            |
| 26 | PRIVATO       | 14 | TRATTAMENTI<br>TERAPEUTICI |
| 20 | NELLO CHALET  | 18 | TRATTAMENTI<br>BEAUTY      |
| 28 | PACCHETTI     |    |                            |
| 29 |               | 22 | IMPACCHI                   |
| 23 | LINEA DI CURA |    |                            |
| 30 | INFORMAZIONI  |    |                            |

Chiudete gli occhi, respirate profondamente e abbandonatevi al relax.

MOMENTI DI BENESSERE PRENOTABILI COMODAMENTE:





MASSAGGI

# Massaggi

8

#### MASSAGGIO DEL VISO

25 Min - € 52,00

Un massaggio che rilassa e leviga i tratti del viso. La speciale tecnica di massaggio con cristalli con flourite stimola la rigenerazione della pelle, la fortifica e le dona nuova vitalità

### MASSAGGIO VISO -TESTA - NUCA

25 Min - € 52.00

## MASSAGGIO PARZIALE SCHIENA O GAMBE

25 Min - €52,00

# MASSAGGIO COMPLETO CLASSICO

50 Min - €82,00

con controllo della colonna

50 Min - €94,00

## MASSAGGIO ZONALE DEL PIEDE

25 Min - € 49,00

#### con impacco

50 Min - € 68,00

I piedi sono lo specchio del nostro corpo. Attraverso la stimolazione dei punti riflessogeni sulla pianta del piede si attiva e si armonizza l'intero organismo.

# MASSAGGIO SCHIENA RIVITALIZZANTE

50 Min - €74,00

La tecnica della coppettazione scioglie i muscoli, migliora la circolazione del sanque e allenta le tensioni.

#### MASSAGGIO BENESSERE VALSEGG

75 Min - € 98,00

Movimenti meravigliosamente fluidi e naturali dall'attaccatura dei capelli alla punta dei piedi trasportano la mente in un luogo lontano da qualunque forma di stress o frenesia.

Il massaggio con campane tibetane ristabilisce l'armonia tra corpo, mente e anima.

### MASSAGGIO CON OLI ESSENZIALI

50 Min - €86,00

Regalatevi il piacere di questo meraviglioso massaggio relax con oli essenziali e immergetevi in un mondo di profondo benessere.

#### MASSAGGIO SPORTIVO

50 Min - €88,00

Questo massaggio promette un risultato immediato ed efficace grazie all'abbinamento con oli alle erbe e la tecnica di coppettazione. Scioglie le tensioni, distende la muscolatura e il tessuto connettivo e consente di espellere più velocemente le tossine in eccesso.

10 11 MASSAGGI

#### MASSAGGIO CIRMOLO

50 Min - €86,00

Dai bastoncini di cirmolo e dalla speciale tecnica di massaggio alpino alle erbe ne trae beneficio tutto il corpo: le tensioni si distendono e il tessuto si rilassa. Sono notevoli i benefici anche per le vie respiratorie ed il sistema immunitario acquista forza. Una vera passeggiata tra i profumati boschi altoatesini.

#### MASSAGGIO HOT STONE

75 Min - € 98.00

Pietre naturali della Val di Fundres in combinazione con olio lunare caldo stimolano la circolazione sanguigna, favoriscono l'equilibrio interiore, attenuano lo stress e fanno miracoli nei periodi di particolare stanchezza.

#### MASSAGGIO AL MIELE

25 Min - € 62,00 50 Min - € 86,00

La nostra schiena è sottoposta ogni giorno a grandi sforzi ed è quindi spesso colpita da irrigidimenti. Una speciale tecnica di massaggio, unita agli effetti benefici del miele prodotto dai contadini dell'Alto Adige, favorisce l'eliminazione di scorie e tossine, incentiva la circolazione sanguigna e rende più elastici i nostri tessuti.

#### MASSAGGIO LINFOSTIMOLANTE COMPLETO

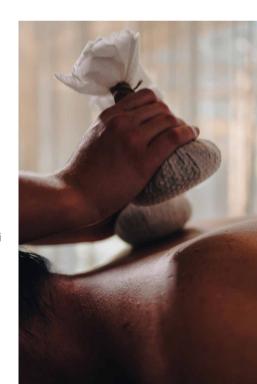
Massaggio parziale 25 Min - € 58,00 Massaggio completo 50 Min - € 82,00

La tecnica di drenaggio stimola i vasi linfatici ed elimina il liquido in eccesso dai tessuti. Questo massaggio è molto efficace per combattere la ritenzione idrica o i gonfiori nel corpo.

## MASSAGGIO VALSEGG CON TAMPONI DI ERBE E FIORI

50 Min - €92,00

Le erbe alpine e i fiori dei nostri boschi e del nostro giardino vengono trasformati in sacchetti di erbe. Questo massaggio caratterizzato da delicati movimenti con i tamponi caldi e aromatici ha un effetto benefico nel contrastare la stanchezza, lo stress e la tensione muscolare.





# Trattamenti per due

# IMMERSIONE NEL BOSCO -SINFONIA AROMATICA

150 Min - € 278,00

Per cominciare, un massaggio di benessere con bastoncini di cirmolo riscaldati e un olio essenziale meraviglioso di pino cembro vi immergerà nel favoloso ambiente del bosco. Il successivo peeling su tutto il corpo depura e nutre la pelle con gli estratti benefici del pino mugo, che vengono utilizzati anche per l'incenso durante la fase di riposo. Questo momento di benessere per due si conclude con un rilassante bagno aromatico della foresta, accompagnato da una piccola sorpresa.

#### TEMPO PER NOI DUE

120 Min - € 224,00

Il dolce suono delle campane tibetane vi accompagnerà al rilassamento. Successivamente verrete coccolati da una combinazione rilassante di massaggi con lana di pecora e impacchi tonificanti. Ora, profondamente rilassato, potrai goderti un massaggio di benessere. Il bagno di benessere per due, alla fine del trattamento, vi permetterà di trovare la pace interiore e di fare il pieno di energia.

14 15 MASSAGGI TERAPEUTICI

# Massaggi terapeutici

### TRATTAMENTO DELLE FASCE BOEGER -LA TERAPIA SISTEMICA DELLE CICATRICI

50 Min - €98,00

Eliminare il dolore in modo permanente. Le cicatrici visibili e invisibili del tessuto connettivo vengono rilevate e rimosse in modo permanente grazie ad una speciale procedura di presa. Le cicatrici non sono altro che aderenze nel sistema fasciale causate dall'infiammazione. Non lasciate che il dolore e le posture involontarie accompagnino la vostra vita quotidiana. La rimozione di queste cicatrici visibili e invisibili attraverso l'attivazione manuale della vostra capacità di autoguarigione fornisce un sollievo immediato e notevole dallo stress fisico ed emotivo.

#### DORN & BREUSS - NATURALLY HEALTH

50 Min - €106,00 80 Min - €138,00

Il dolore come segnale di allarme del nostro corpo. La competenza terapeutica del nostro team cerca la causa del vostro dolore. Attraverso una terapia su misura, viene trattato il punto di origine dei vostri disturbi: il cosiddetto "dolore campanello" è ormai un ricordo del passato!



# TERAPIA DEL DOLORE DI LIEBSCHER E BRACHT

50 Min - €102,00 80 Min - €134,00

Sollievo dal dolore con esercizi di movimento mirati. L'obbiettivo di questo tecnica di trattamento, che è legata alla digitopressione, è una vita il più possibile libera dal dolore, anche a fronte di un patologia dolorosa esistente, come l'artrosi o l'emicrania. Attraverso movimenti mirati, si avverte immediatamente un sollievo dal dolore, poiché questo si basa sempre su una "programmazione difettosa" del nostro sistema muscolare. Passo dopo passo, le vostre strutture muscolari e di tessuto connettivo vengono riportate al loro stato naturale e il vostro corpo viene riportato in equilibrio. Trattamento ed esercizi (Vi saranno mostrati esercizi che possono essere integrati nella vostra vita quotidiana per vivere liberi dal dolore)

#### COPPETTAZIONE CINESE HACI CUPPING

25 Min - € 68,00 50 Min - € 98,00

Agopressione magnetica - agopuntura senza ago. Questo trattamento benefico combina le terapie di coppettazione, terapia magnetica e agopuntura. La terapia porta un rapido sollievo in caso di problemi a carico dei dischi intervertebrali, gomito del tennista e infiammazioni di vario tipo. L'applicazione mirata delle coppette magnetizzate stimola il corpo ad eliminare le sostanze nocive e tossiche. Per favorire l'eliminazione di queste sostanze, si raccomanda di bere un bicchiere d'acqua prima e dopo il trattamento. Nota: il trattamento non deve essere praticato in caso di pacemaker, dispositivi e altri corpi estranei presenti nel corpo. Vi preghiamo di informarci al riquardo!

## TERAPIA SPINALE SECONDO DIETER DORN CON MASSAGGIO DORSALE

17

50 Min - €102,00

Armonizzare la postura e il movimento. Mal di testa, insonnia e anche mal di stomaco sono spesso causati da uno spostamento vertebrale. Attraverso movimenti mirati e sensibili, le vostre vertebre vengono riportate nella loro posizione corretta con una pressione delicata. Si apprezzerà immediatamente un maggiore senso di benessere.

### MASSAGGIO SPINALE SECONDO RUDOLF BREUSS

25 Min - € 68,00

Massaggio delicato dei dischi intervertebrali. In questo delicato massaggio manuale della colonna vertebrale, si allevia la tensione fisica e si stimola la rigenerazione dei dischi intervertebrali poco irrorati. Grazie all'uso di uno speciale olio di iperico, il processo di guarigione viene accelerato e i muscoli intorno alla colonna vertebrale vengono distesi. I dischi intervertebrali guadagnano volume ed elasticità attraverso questo trattamento.

# TRATTAMENTO DELLA MASCELLA R.E.S.E.T. SECONDO PHILIP RAFFERTY

25 Min - € 68,00

Mascella rilassata - corpo rilassato. L'articolazione della mascella ha un'influenza straordinariamente forte sul nostro corpo ed è allo stesso tempo sottoposta a un forte stress. La tensione, il blocco delle emozioni e lo stress sono immagazzinati dai nostri muscoli della mascella dando origine a tensioni in questa zona del viso. La tensione cronica nei muscoli della mascella può avere conseguenze di vasta portata. Grazie al trattamento R.E.S.E.T. l'articolazione della mascella può essere alleviata e rilassata.

# Trattamenti viso

#### HYDRO SENSITIV BALANCE

80 Min - €118,00

Un autentico sollievo specificamente rivolto alla pelle secca, disidratata e tendente alle irritazioni. Un trattamento particolarmente delicato che idrata tutte le cellule della pelle e protegge il mantello idrolipidico.

### ACTIV LIFT BALANCE

80 Min - €118,00

Il trattamento riattiva il rinnovamento cellulare e contrasta il processo di invecchiamento della pelle. I preziosi estratti vegetali, combinati all'acido ialuronico naturale, favoriscono il trasporto dell'ossigeno, stimolano la produzione di collagene e donano una nuova vitalità.

#### PURE BALANCE

80 Min - €118,00

Un trattamento purificante per rimuovere le impurità e minimizzare la produzione di sebo. Le erbe di alta qualità regolano il contenuto lipidico della pelle, restringono i pori e hanno un effetto antinfiammatorio



# TRATTAMENTO PER LA CURA DEL VISO

50 Min - €92,00

Adattato individualmente alla pelle per lui e per lei. La sinergia della cura a lungo termine della pelle e il massaggio ad azione profonda attivano la rigenerazione della pelle.

### TRATTAMENTO OCCHI

25 Min - € 56,00

La zona intorno agli occhi rivela lo stato di benessere del nostro corpo. Attivando il flusso linfatico e la rigenerazione in questa parte così delicata del nostro viso, questo trattamento cancella i segni di stanchezza e renderà il vostro contorno occhi più fresco e radioso.

La scelta dei prodotti avviene in base al tipo e all'aspetto individuale della pelle. Le nostre esperte di bellezza sono a vostra disposizione per consigliarvi con competenza e professionalità.

# Addio peli superflui

### GAMBA FINO AL GINOCCHIO

25 Min - € 38.00

#### **GAMBA INTERA**

45 Min - € 56,00

#### PETTO O SCHIENA

25 Min - € 42,00

#### MANICURE

50 Min - €58,00

50 Min - €68,00

con smalto

80 Min - €88,00

con smalto permanente

#### **PEDICURE**

50 Min - € 68,00

50 Min - €78,00

con smalto

80 Min - €98,00 con smalto permanente

#### LABBRO SUPERIORE O MENTO

15 Min - € 16.00

#### **ZONA INGUINE**

25 Min - € 26,00

#### **ASCELLE**

15 Min - € 22,00

# Liscia come la seta

#### PEELING CON SALE DI MONTAGNA

25 Min - € 52.00

Questo peeling intenso con sale di montagna e oli essenziali deterge la pelle e la rende meravigliosamente morbida.



#### TREHS - BELLEZZA PURA

50 Min - €82,00

Tutta la forza delle montagne sudtirolesi per una pelle meravigliosamente liscia e radiosa. Il delicato peeling Trehs con farina di pigne di pino mugo elimina le cellule morte della pelle del corpo e del viso. La successiva applicazione di una pregiata crema al pino mugo attiva l'irrorazione sanguigna e dona un pieno di luce e vitalità.

# CORREZIONE SOPRACCIGLIA

€ 22,00

# TINTURA SOPRACCIGLIA O CIGLIA

€ 20,00

# PEELING CON SPAZZOLA DI FIENO

50 Min - €82,00

Una breve spazzolatura a secco stimola l'irrorazione sanguigna e prepara la pelle al successivo peeling, favorendo l'assorbimento dei principi attivi.

22 23 IMPACCHI

# Per il corpo e per l'anima



# PER UNA PELLE PIÙ SODA

50 Min - € 92,00

I tessuti affetti da cellulite vengono stimolati e attivati attraverso un massaggio effettuato con un impacco mirato. Il risultato è una pelle visibilmente più liscia e compatta.

#### IMPACCO AL PINO MUGO

25 Min - € 52,00

## con massaggio parziale a scelta

50 Min - €82,00

L'olio essenziale di pino mugo è stimolante, deterge la pelle e la rivitalizza, supportando così il naturale equilibrio del nostro corpo.

#### IMPACCO AL FANGO ALPINO

25 Min - € 52,00

# con massaggio parziale a scelta

50 Min - €82,00

Il fango alpino arricchito di erbe di montagna favorisce la disintossicazione attraverso la pelle ed esercita un'azione rivitalizzante e rafforzante. Un impacco che ci regala una pelle bella e radiosa e migliora l'elasticità dei tessuti.

#### IMPACCO AL PINO CEMBRO

25 Min - € 52,00

# con massaggio parziale a scelta

50 Min - €82,00

I preziosi principi attivi del pino cembro hanno un effetto calmante e abbassano il battito cardiaco – una circostanza che favorisce un sonno riposante e ci fa stare più sereni ed equilibrati. 24 25 BAMBINI

#### PRINCIPESSA VALSEGG

25 Min - € 42.00

Limatura unghie, massaggio alle mani, smalto con glitter o sticker.

# Per i nostri piccoli grandi ospiti

#### PIEDINI MAGICI

25 Min - € 42,00

Limatura unghie, massaggio ai piedi, smalto con glitter o sticker.

#### MASSAGGIO AL CIOCCOLATO

25 Min - €48,00

I movimenti delicati di questo massaggio con olio al cioccolato aiutano a calmarsi mentre il profumo del cioccolato trasmette un senso di gioia.

#### MASSAGGIO HOT STONE

25 Min - € 48,00

Le calde pietre trasformano questo massaggio in un'esperienza rilassante per i bambini.



25 Min - € 42,00

Massaggio completo meravigliosamente rilassante con olio di miele.



### MASSAGGIO SECONDO DORN & BREUSS PER NEONATI E BAMBINI

25 Min - €58,00

I bambini hanno bisogno di una colonna vertebrale diritta. Proprio nei più piccoli è molto importante controllare spesso e correggere la colonna vertebrale e le articolazioni, per predisporre una base solida per la loro vita futura. Molti problemi che insorgono in età adulta nascono già nell'infanzia.

# Trattamenti, direttamente nel vostro chalet

27



#### MASSAGGIO COMPLETO

50 Min - € 92,00

#### MASSAGGIO PARZIALE

25 Min - € 62,00

#### BAGNI SPECIALI

€ 27,00

Bagno con olio al fieno

rafforzante

Bagno con olio di lavanda

rilassante

Bagno con olio di rosmarino riscaldante

Bagno con olio di eucalypto contro i raffreddori

### **BAGNO ROMANTICO**

€ 47,00

Per due nello Chalet, incluso un aperitivo rinfrescante

PACCHETTI 28 29 LINEA DI CURA

# Pacchetti



# PROFUMO DI BOSCO

€162,00

- Peeling con sale di montagna 25 Min
- Impacco corpo con pino mugo o cembro – **25 Min**
- Massaggio di cirmolo **50 Min**

# FRUSCIO DI RUSCELLO

€ 202,00

- Massaggio con oli essenziali **– 50 Min**
- Massaggio hot stone 75 Min
- Massaggio viso 25 Min

# FUOCO DI MONTAGNA

€208,00

- Trattamento viso 80 Min
- Manicure con smalto 50 Min
- Trattamento contorno occhi 25 Min

# PACCHETTO BOEGER "TOP-FIT"

€194,00

- Massaggio al miele 25 Min
- Trattamento della fascia Boeger 50 Min
- Trattamento della mascella R.E.S.E.T. – 25 Min

# FFEH5°

Nella Val Sarentino le forze benefiche del pino mugo sono note da secoli. Secondo la leggenda, Trehs (Theresia) era una strega delle erbe che conosceva come nessun'altra le proprietà e gli impieghi delle diverse specie di piante. Abbinando i rimedi tramandati dalla tradizione popolare a tecnologie moderne, l'azienda Trehs ha creato una linea di prodotti per la cura di corpo e viso di altissima qualità.



I singoli trattamenti dei pacchetti possono essere suddivisi su più giorni.

#### PRENDERSI TEMPO

Vi invitiamo a presentarvi nel centro benessere qualche minuto prima del vostro appuntamento. Così avrete tutto il tempo per godervi una tazza di tè e un bicchiere d'acqua. Per rispetto degli ospiti che arrivano dopo di voi, vi preghiamo di comprendere che in caso di ritardo da parte vostra siamo costretti ad accorciare il tempo del trattamento.

## LA VOSTRA SALUTE CI STA A CUORE

Per adeguare il trattamento in modo ottimale alle vostre esigenze, vi chiediamo gentilmente di segnalarci eventuali problemi di salute, gravidanze o intolleranze già quando fissate l'appuntamento. Saremo lieti di consigliarvi anche personalmente per scegliere i trattamenti più indicati.

#### ANNULLAMENTI

Purtroppo gli imprevisti capitano. Per consentirci di organizzarci al meglio, vi invitiamo gentilmente a disdire il vostro appuntamento con almeno 24 ore di anticipo. In caso contrario siamo costretti a mettervi in conto il costo totale del trattamento.



