

# DAS PARADIES

*La Vita  
Spa Menu*

04

LA VITASPA

08

CLASSIC

10

RELAX

12

BACK MASSAGE

16

ORIENTAL

18

VITALIS

21

ÄGYPTOS

22

MARIA GALLAND

28

SALIN DE BIOSEL

33

COSMETICS

35

MANICURE &  
PEDICURE

36

MEN SPA

41

COUPLE  
TREATMENTS

42

MOMMY  
SPA

45

KIDS &  
TEENS

46

YOGA

49

SPA INFO

**1 PANORAMATERRASSE**

Terrazza panoramica |  
Panoramic terrace

**2 SOLEPOOL**

Piscina con acqua salata |  
Salt water pool

**3 INNENHOF IM ERDGESCHOSS**

Cortile interno al piano terra |  
Inner courtyard on the ground floor

**4 PANORAMASAUNA**

Sauna panoramica |  
Panoramic sauna

**5 DUSCHEN**

Docce | Showers

**6 EISBRUNNEN**

Grotta di ghiaccio |  
Ice fountain

**7 TAUCHBECKEN**

Vasca di acqua fredda |  
Cold water bath

**8 YOGAPLATTFORM**

Piattaforma yoga |  
Yoga platform

**9 BIOSAUNA**

**10 ERLEBNISDUSCHEN**

Docce multisensoriali |  
Experiential showers

**11 FRISCHLUFTBEREICH**

Oasi outdoor | Outdoor oasis

**12 RUHERAUM**

Zona relax |  
Relaxation area

**13 DAMPFBAD**

Bagno di vapore |  
Steam bath

**14 TERRASSE**

Terrazza | Terrace

**15 ALMHÜTTENSAUNA**

Sauna "Malga alpina" |  
"Alpine hut" sauna

**16 KOMMUNIKATIVER RUHERAUM**

Zona relax open space |  
Open space relaxation area

**17 STILLER RUHERAUM MIT WASSERBETTEN**

Oasi di quiete con lettini ad acqua |  
Oasis of quiet with water beds

**18 FITNESSRAUM**

Sala fitness |  
Fitness centre

**19 LAVITA SPA & SPA RECEPTION**

**20 YOGAROOM**

**21 BABYBECKEN | FAMILIENSAUNA - TEXTILSAUNA**

Piscina interna per bambini & saune per famiglie (dress-on) |  
Baby indoor pool | dress-on sauna

**22 INDOORPOOL**

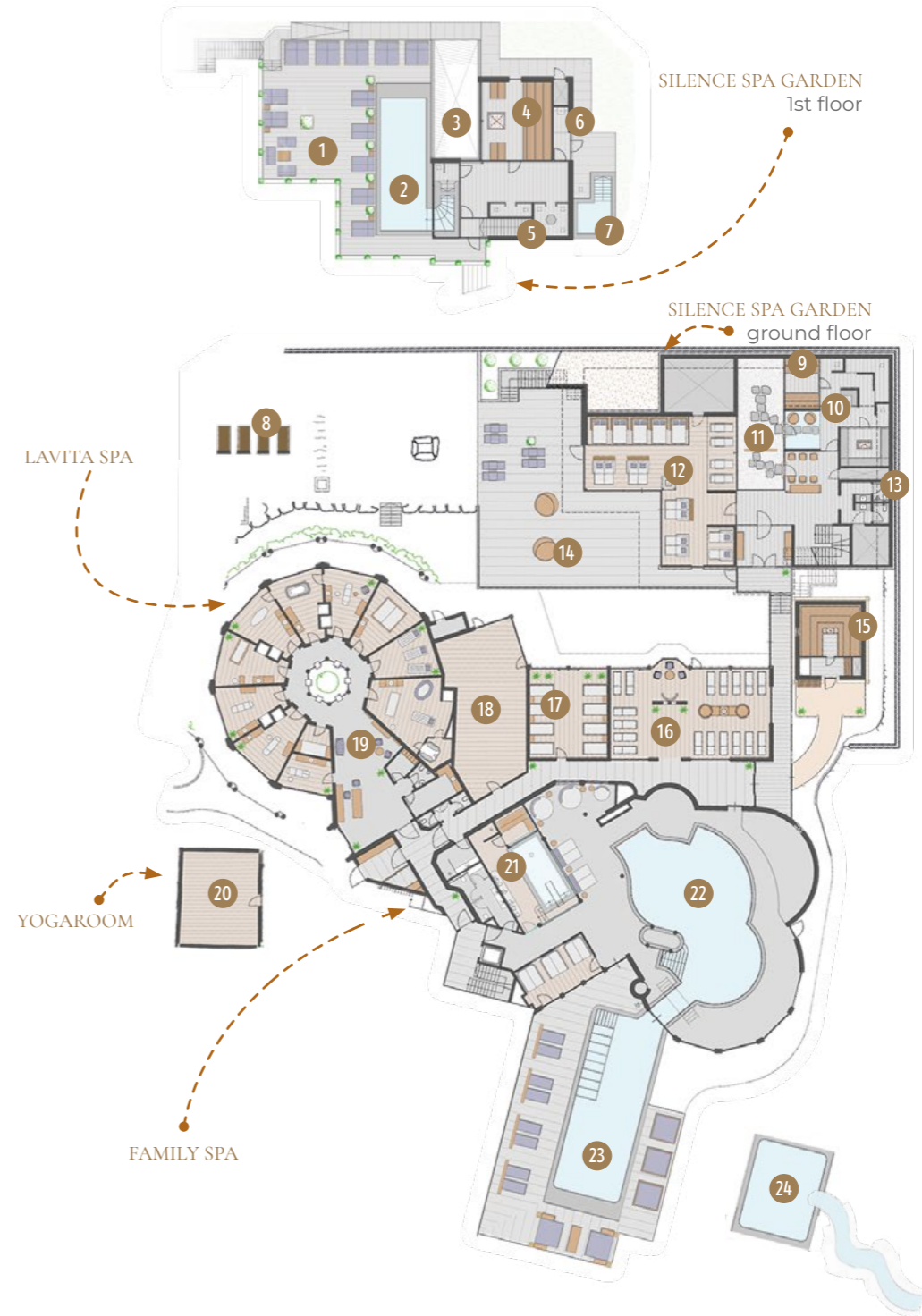
Piscina interna |  
Indoor swimming pool

**23 OUTDOORPOOL**

Piscina esterna |  
Outdoor swimming pool

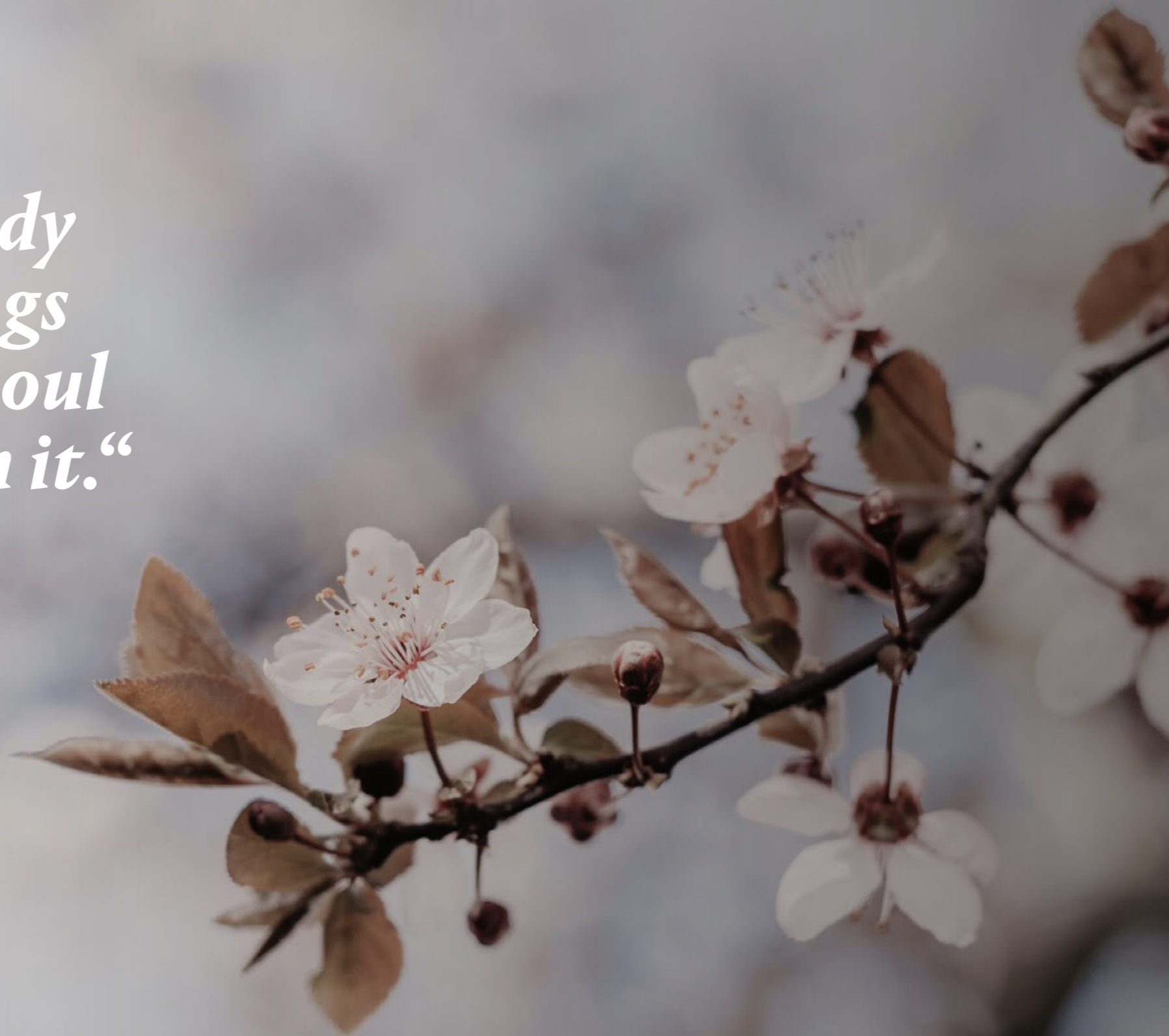
**24 KIDSPPOOL MIT RUTSCHE**

Piscina per bambini con scivolo |  
Kids pool with slide



*„One should  
provide the body  
with good things  
such that the soul  
wants to live in it.“*

WINSTON CHURCHILL



# CLASSICS

## **Klassische Ganzkörpermassage**

### **Massaggio classico completo | Classic full body massage**

Bei der klassischen Ganzkörpermassage werden all Ihre Blockaden gelöst und die Durchblutung angeregt. Strahlende Haut und ein wohltuendes Gefühl sind das Ergebnis einer entspannten Zeit.

Il massaggio classico completo scioglie tutti i blocchi e stimola la circolazione sanguigna. Il risultato di questo rilassante trattamento è una pelle radiosa e una piacevole sensazione di benessere.

The classic full-body massage releases all your tension, promoting blood circulation for a radiant complexion and an overall sense of relaxation.

---

50 min.

€ 95

## **Klassische Teilkörpermassage**

### **Massaggio classico parziale | Classic partial massage**

Rücken oder Beine

Schiena o gambe

Back or legs

---

25 min.

€ 58

## **Sportmassage Rücken & Beine**

### **Massaggio sportivo schiena e gambe | Sports massage - back and legs**

Kraftvolle Massage mit intensiver Wirkung auf die Muskulatur. Vor dem Sport erhöht sie die Leistungsfähigkeit und nach dem Sport dient sie der Lockerung der beanspruchten Muskeln.

Massaggio energetico con effetto intensivo sulla muscolatura. Aumenta la performance in preparazione all'attività sportiva e rilassa i muscoli stressati dopo gli sforzi.

Experience a powerful massage targeting muscles deeply. Before sports, it boosts performance, and after, it helps relax strained muscles.

---

50 min.

€ 105

## **Rücken Nacken Fußmassage**

### **Massaggio a collo, schiena e piedi | Back-neck-foot massage**

Diese wohltuende Massage löst gezielt Verspannungen im gesamten Rücken-, Schulter- und Nackenbereich. Abgerundet wird das ganze mit einer entspannenden Fußmassage.

Questo benefico massaggio allevia in modo mirato le tensioni di tutta la zona della schiena, delle spalle e del collo. Il trattamento viene completato da un rilassante massaggio ai piedi.

This relaxing massage is tailored to relieve tension throughout the back, shoulders, and neck. The experience is complemented by a soothing foot massage.

---

50 min.

€ 95

# RELAX

## **Aromaöl Relaxmassage |**

### **Massaggio rilassante agli oli essenziali | Relaxing massage with essential oils**

Mit wohltuenden, warmen Aromaölen und einer sanften Massage dürfen Sie entspannen und Ihre Sinne verwöhnen.

Rigenerate e coccolate i vostri sensi con questo delicato massaggio a base di benefici oli aromatici caldi.

Experience relaxation and sensory indulgence with this gentle massage using soothing warm aromatic oils.

---

50 min.

€ 95

## **Kräuterstempelmassage |**

### **Massaggio con tamponi alle erbe | Herbal Stamp Massage**

Naturreine Kräuterstempel werden mit einer sanften Druck- und Klopftechnik über den Körper geführt, dadurch wird auch die Durchblutung verbessert und der Stoffwechsel angeregt. Der wohltuende Duft der Aromaöle umhüllt Ihre Sinne, reduziert Stress und schenkt neue Vitalität.

I tamponi naturali alle erbe vengono applicati sul corpo con una delicata tecnica di pressione e tapping per migliorare la circolazione e stimolare il metabolismo.

The herbal stamps are applied to the body, creating a regenerating peeling effect on the skin and stimulating blood circulation as well as the metabolism.

---

50 min.

€ 105

## **Basaltsteinmassage |**

### **Massaggio con pietre basaltiche | Basalt stone massage**

Durch angenehm warme Basaltsteine werden die Energiezentren des Körpers stimuliert. Anschließend folgt eine sanfte Massage mit wirkintensiven ätherischen Chakren-Öle, welche die Lymphaktivität und die körpereigene Entgiftung stärkt.

I centri energetici del corpo vengono stimolati dalle pietre basaltiche calde. Segue un delicato massaggio sui punti chakra con oli essenziali ad azione intensa, che rafforza l'attività linfatica e favorisce la disintossicazione dell'organismo.

At the beginning of this massage, the body's energy centres are stimulated with warm basalt stones. The subsequent massage with essential oils on the chakra points helps stimulate lymphatic activity and detoxification of the body.

---

50 min.

€ 105

## **Fußzonenstimulierende Massage |**

### **Massaggio plantare stimolante | Stimulating foot massage**

Durch eine gezielte Massage der Fußzonen kann der Energiefluss des gesamten Organismus verbessert werden, Blockaden werden gelöst sowie die Durchblutung gefördert.

Un massaggio mirato con riflessologia plantare può migliorare il flusso energetico dell'intero organismo, sciogliere i blocchi e favorire la circolazione sanguigna.

Each part of the body is connected to specific energy zones on the soles of the feet. Through a targeted massage of these areas, it is possible to improve the flow of the nervous system and the whole body to relieve tension and promote circulation.

---

50 min.

€ 105

## **Klangschalen-Massage |**

### **Massaggio con campane tibetane | Massage with Tibetan bowls**

Die verschiedenen Klangschalen werden auf und um den Körper gestellt und in Schwingung versetzt werden, sodass Sie vollständig vom Klang und von den Vibrationen der Schwingungen durchströmt werden. Dadurch werden Energieblockaden und Stress abgebaut und Selbstheilungskräfte aktiviert. Diese Massage wird am besten in bequemer Kleidung durchgeführt.

Le campane tibetane vengono posizionate sopra e intorno al corpo. Attraverso la loro oscillazione, il suono e le vibrazioni fluiranno completamente dentro di voi. In questo modo si sciolgono i blocchi energetici e lo stress e si attivano le forze di autoguarigione. Per questo massaggio è preferibile indossare vestiti comodi.

The Tibetan bowls, made of metal and in different sizes, will be placed on your body and around you. You will be completely taken in by the sound and vibration. This treatment dissolves energy blockages and stress, activates self-healing forces and frees creative energy. Please arrive in comfortable clothing.

---

50 min.

€ 105

# BACK MESSAGES

## **Kopf-Nacken-Schulter-Massage |**

### **Massaggio a testa-collo-spalle | Head-neck-shoulder massage**

Mit speziellen Grifftechniken massieren wir Ihren Kopf-, Nacken- und Schulterbereich und lösen mithilfe von hochwirksamen Pflanzenextrakten Verspannungen jeglicher Art. Gestärkt werden dadurch unter anderem Ihre Mikrozirkulation, Ihre Gefäße, Sinnesorgane und Nerven.

Con l'ausilio di speciali tecniche di manipolazione, massaggiamo la zona della testa, del collo e delle spalle e sciogliamo ogni tipo di tensione con l'aiuto di estratti vegetali altamente efficaci. In questo modo, vengono rafforzati la microcircolazione, i vasi sanguigni, gli organi di senso e i nervi.

During this massage, special manual techniques are carried out on the head, neck and shoulders, dissolving all tension with the aid of effective plant extracts. Microcirculation, vessels, sensory organs and nerves are strengthened.

---

50 min.

€ 105

## **Rückenfit | Schiena in forma | A healthy back**

Bei dieser aufbauenden Rückenbehandlung passen wir die Technik und Intensität an Ihre Bedürfnisse und Wünsche an. Dazu verwenden wir Massageöle mit hochwirksamen und natürlichen Wirkstoffen sowie Schröpfgläser und Klangschalen. Diese Massage wirkt verspannungslösend und verbessert die Dynamik der Wirbelsäule.

In questo trattamento ricostituente per la schiena, personalizziamo la tecnica e l'intensità in base alle vostre esigenze e ai vostri desideri. Utilizziamo oli da massaggio con efficaci principi attivi naturali, nonché coppette e campane tibetane. Questo massaggio scioglie le tensioni e migliora la dinamicità della colonna vertebrale.

During this back treatment, the intensity is adapted to your needs. We use oils with effective natural active ingredients, cupping glasses and Tibetan bowls, which have a relaxing effect and improve the dynamics of the spine.

---

50 min.

€ 105

## **Rücken-Intensiv-Massage mit Schröpfen |**

### **Massaggio intensivo alla schiena con coppettazione |**

#### **Intensive back massage with cupping glasses**

Eine intensive Behandlung für den beanspruchten Rücken. Eine heiße Rolle durchwärmt die Muskulatur und bereitet sie für die Massage vor. Die Schröpfmassage, in Verbindung mit einer tiefgehenden Rückenmassage, löst Blockaden und regeneriert den Rücken.

Un rullo caldo riscalda i muscoli e li prepara al massaggio. La coppettazione, combinata con un massaggio intensivo alla schiena, scioglie i blocchi e rigenera la zona interessata.

An intensive treatment for a stressed back. A hot compress warms and relaxes the muscles in preparation for the massage. Cupping therapy, combined with a deep tissue back massage, targets blockages and revitalizes the back.

---

50 min.

€ 105

## **Alpine Fango Rücken-Intensiv |**

### **Alpine Fango Massaggio Intensivo alla schiena |**

#### **Alpine Fango Back Intensive**

Belebend, Stärkend und Entgiftend, dies sind die Eigenschaften des alpinen Mineralschlammes. Alpenkräuter verleihen dem Fango seinen einzigartigen Duft. Der Fango erwärmt die Muskulatur und bereitet diese so ideal auf die anschließende intensive Massage vor.

Rivitalizzante, tonificante, disintossicante: queste sono le proprietà del fango minerale alpino, dall'inebriante profumo di erbe alpine. Il fango riscalda i muscoli e li prepara al meglio per il successivo massaggio intensivo.

Vitalizing, strengthening, and detoxifying: These are the qualities of our alpine mineral fango, infused with the unique scent of Alpine herbs. The fango gently warms the muscles, preparing them perfectly for the subsequent intense massage.

---

50 min.

€ 105

**Rückenmassage mit Südtiroler Honig |  
Massaggio alla schiena con miele altoatesino |  
Back massage with traditional South Tyrolean honey**

Durch spezielle Grifftechniken werden mit Hilfe von Honig alte Schlacken und Giftstoffe aus dem Körper „herausgesogen“. Die Honigmassage wirkt harmonisierend, bringt den Energiefluss in Schwung und wirkt auch stärkend und heilend auf Nerven, Haut und Immunsystem.

Utilizzando speciali tecniche di manipolazione e il miele come eccipiente, vengono “aspirate” dal corpo vecchie scorie e tossine. Questo massaggio ha un effetto armonizzante, stimola il flusso di energia e rinforza e cura i nervi, la pelle e il sistema immunitario.

Through intensive grip techniques and the help of honey old slags and toxins that have accumulated in the tissues over the years are “sucked” out of the body. The honey massage has a harmonising effect, gets the energy flow going and also has a strengthening and healing effect on nerves, skin and the immune system.

---

50 min.

€ 105





# ORIENTAL

## **Abhyanga** **Ganzkörpermassage |** **Massaggio corpo completo |** **Full body massage**

„Die große Einölung“ wird mit warmem Sesamöl durchgeführt. Diese Ganzkörpermassage wirkt entspannend und vitalisierend. Giftstoffe und Schlacken werden ausgeschieden und Körperenergien werden harmonisiert. Abhyanga gilt im Ayurveda als Königin der Geborgenheit.

“La grande oliatura” viene eseguita con olio di sesamo caldo. Questo massaggio corpo completo ha un effetto rilassante e rivitalizzante. Le tossine e le scorie vengono eliminate e le energie del corpo ritrovano l’armonia. Nell’Ayurveda, Abhyanga è considerata la pratica regina del benessere.

This full body massage is performed with warm sesame oil, offering a relaxing and vitalizing effect. Toxins and waste are eliminated and the body’s energies are harmonized. In Ayurveda, Abhyanga is considered the queen of protection.

---

80 min.

€ 160

## **Abhyanga & Shirodhara** **Ayurveda-Ganzkörpermassage mit Stirnölguss |** **Ayurveda massaggio corpo completo con oleazione della fronte |** **Ayurveda full body massage with forehead oiling**

Zu Beginn wird eine entspannende Ganzkörpermassage durchgeführt. Dadurch werden Durchblutung, Stoffwechsel und Kreislauf angeregt. Anschließend wird durch den warmen Stirnölguss noch tiefere Entspannung und innere Stille erreicht. Die ayurvedische Königsdisziplin.

Il trattamento inizia con un massaggio rilassante su tutto il corpo, che stimola il flusso sanguigno, il metabolismo e la circolazione. Segue poi la oleazione della fronte per ottenere un rilassamento ancora più profondo e raggiungere la pace interiore.

The treatment begins with a complete relaxing massage, stimulating the blood flow, metabolism and circulation. Next, oil is poured on the forehead, intensifying the feeling of relaxation and inner peace. The “supreme discipline” of Ayurveda.

---

80 min.

€ 180

## **Padabhyanga** **Fußmassage | Massaggio plantare | Foot massage**

Wirkt beruhigend und ausgleichend bei Schlafstörungen, Nervosität und Kältegefühl.

Ha un effetto calmante e riequilibrante sui disturbi del sonno, sul nervosismo e sulla sensazione di freddo.

Thanks to its relaxing and balancing effect, it is suggested for sleep disorders, nervousness and strong feelings of cold.

---

25 min.

€ 65

## **Mukabhyanga & Shirodhara** **Gesichtsmassage & Stirnölguss |** **Massaggio viso e oleazione della fronte | Face massage & forehead oiling**

Entspannende Gesichtsmassage. Beim Shirodhara läuft warmes Sesamöl langsam und regelmäßig über die Stirn. Entspannt den Geist und nährt das Nervensystem, reduziert Stress und Schlafstörungen.

Durante lo Shirodhara, l’olio di sesamo caldo viene versato lentamente e a intervalli regolari sulla fronte. Rilassa la mente e nutre il sistema nervoso, riduce lo stress e i disturbi del sonno.

Enjoy a relaxing facial oil massage. During Shirodhara, warm sesame oil is gently poured in a steady stream over the forehead. This practice calms the mind, nourishes the nervous system, and effectively reduces stress and sleep disturbances.

---

50 min.

€ 110

## **Lomi Lomi Nui**

Altes loslassen und offen und frei sein für das Neue, das kommen will: Das ist das Ziel dieser Wohlfühlbehandlung aus der hawaiianischen Lehre. Mit warmem Öl, hawaiianischen Klängen und spezieller Unterarm-Technik wird der Körper sanft mit langen Streichungen massiert und in völlige Tiefenentspannung versetzt.

Lasciare andare il vecchio ed essere aperti e liberi per il nuovo che verrà: questo è l’obiettivo di questo trattamento di benessere tratto dagli insegnamenti hawaiani. Con olio caldo, suoni tipici di quelle isole e una speciale tecnica dell’avambraccio, il corpo viene massaggiato delicatamente con lunghi colpi e portato a un rilassamento profondo.

Letting go of old habits and being open for the new that is about to come: That is the goal of this treatment from the Hawaiian tradition. With warm oil, Hawaiian melodies, and a special forearm technique, the body is gently massaged with long strokes, inducing complete deep relaxation.

---

80 min.

€ 160

# VITALIS RITUALS

## **Full Body Scrub mit Massage | Full Body Scrub con massaggio | Full Body Scrub with massage**

Das sanfte, effiziente Biokörperpeeling mit Heublumenextrakten und gemahlene Marillenkernen reinigt die Haut porentief und lässt diese klarer und leuchtender erscheinen. Mit anschließender Massage.

Il delicato ed efficace peeling biologico per il corpo con estratti di fiori di fieno e noccioli di albicocca macinati deterge i pori in profondità, rendendo la pelle più chiara e luminosa. Segue un massaggio.

The gentle yet effective organic body scrub, infused with hay flower extracts and ground apricot kernels, deeply cleanses the skin, leaving it visibly clearer and radiant. Followed by a relaxing massage.

---

50 min.

€ 105

## **Moisturizing Body Wrap mit Massage | Moisturizing Body Wrap con massaggio | Moisturizing body wrap with massage**

Intensive Feuchtigkeit und Pflege: Wirkstoffextrakte aus Apfel und Hagebutte verwöhnen anspruchsvolle, durstige Haut und versorgen sie intensiv. Eine Anwendung zur optimalen Durchfeuchtung Ihrer Haut und ein samtig seidiges Hautgefühl. Mit anschließender Massage.

Idratazione e cura intensiva: gli estratti di principi attivi di mela e rosa canina coccolano la pelle esigente e "assetata" e la curano intensamente. Un trattamento per idratare in modo ottimale la pelle e renderla liscia come la seta. Segue un massaggio.

Intensive moisture & care: Active ingredient extracts from apple and rose hip pamper demanding, thirsty skin and provide it with intensive care. An application for the optimal moisturization of your skin and a velvety-silky skin feeling. Followed by a massage.

---

50 min.

€ 105

## **Sport & Vitality Body Wrap mit Massage | Sport & Vitality Body Wrap con massaggio | Sport & Vitality body wrap with massage**

Diese Gesundheitspackung spendet Ihren müden Gelenken und Muskeln neue Fitness. Die Kraft des Wirkstoffkomplexes aus Arnika und Johanniskraut baut Stress ab, löst Verspannungen und unterstützt die Leistungsfähigkeit Ihrer Muskulatur. Mit anschließender Massage.

Questo impacco benefico rimette in forma le articolazioni e i muscoli affaticati. Il potere del complesso di principi attivi dell'arnica e dell'iperico riduce lo stress, allevia la tensione e sostiene le prestazioni dei muscoli. Segue un massaggio.

This body wrap revitalizes tired joints and muscles, restoring their vitality. The potent blend of arnica and St. John's wort reduces stress, releases tension, and boosts muscle performance. Followed by a massage.

---

50 min.

€ 105

## **Full Body Scrub & Moisturizing Body Wrap mit Massage | Full Body Scrub & Moisturizing Body Wrap con massaggio | Full Body Scrub & Moisturizing Body Wrap with massage**

Verwöhnung pur! Genießen Sie zuerst ein Peeling mit Heublumenextrakten und gemahlene Marillenkernen und anschließend den Moisturizing Body Wrap mit Apfel & Hagebutte. Abgerundet wird das Ganze mit einer Massage.

Un'autentica coccola! Prima uno scrub con estratti di fiori di fieno e noccioli di albicocca macinati, poi un impacco idratante con mela e rosa canina. L'intero trattamento viene completato da un massaggio.

Pure indulgence awaits! Start with a scrub using hay flower extracts and ground apricot kernels, followed by our Moisturizing Body Wrap infused with apple & rosehip. Complete your experience with a soothing massage.

---

80 min.

€ 150

# ÄGYPTOS

## Ägyptos Vitalwickel | Ägyptos Vital Wrap | Ägyptos Vital Wrap

Body-Forming in höchster Effektivität! Der Körper wird in Baumwollbandagen, Vitalerde und Salz aus dem Toten Meer gewickelt, wodurch verschiedene Körper- und Hautzonen angesprochen werden. Zuvor werden die Baumwollbandagen in eine warme Lösung aus feinsten Heilerde, Salz aus dem Toten Meer und Mineralien getränkt.

- Sichtbare Straffung der Haut
- Entschlackung und Entgiftung
- Glättung von Cellulite & Fettpöhlstern
- Verkleinerung von Dehnungsstreifen
- Linderung von Hautproblemen wie Neurodermitis & Schuppenflechte

*Buchen Sie 2 Behandlungen und Sie bekommen -50 % auf die 3. Behandlung.*

Un trattamento altamente efficace per modellare il corpo! Il corpo viene avvolto da bende di cotone, argilla vitalizzante e sale del Mar Morto, che agiscono su diverse aree del corpo e della pelle. Le bende di cotone vengono preventivamente immerse in una soluzione calda di terra curativa, sale e minerali del Mar Morto.

- Rassodamento visibile della pelle
- Purificazione e disintossicazione
- Attenuazione della cellulite e dei cuscinetti di grasso
- Riduzione delle smagliature
- Alleviamento di problemi dermatologici come neurodermite e psoriasi

*Se prenotate due trattamenti, otterrete uno sconto del 50% sul terzo trattamento.*

A highly effective body forming treatment! A carefully-performed body wrap with cotton, vital soil and Dead Sea salt to respond to the specific needs of different types of bodies and skin. With this treatment the whole body will be wrapped with cotton bandages using a special technique. Before that the cotton bandages are impregnated with a warm solvent of finest healing earth, salt from the dead sea and minerals.

- Visible skin lifting
- Purification and detoxification
- Smoothing of cellulites & fat pads
- Reduction of stretch marks
- Relief from skin problems such as neurodermatitis & psoriasis

*Book 2 treatments and get -50 % off the 3rd treatment.*

110 min.

€ 170

# MARIA GALLAND FACIALS

## **Klassische Gesichtsbildung | Trattamento viso classico | Classic Face Treatment**

Individuell auf Sie abgestimmte klassische Gesichtsbildung: Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, entspannende Gesichtsmassage, Maske und pflegende Tagescreme.

Questo trattamento personalizzato include pulizia, peeling, pulizia profonda, massaggio rilassante al viso, maschera e crema da giorno nutriente.

Suitable for all skin types: Cleansing, peeling, deep cleansing, relaxing facial massage, mask and moisturizing day cream.

---

50 min

€ 110

## **Detox**

Diese manuelle Reinigungsbehandlung ist für alle Hauttypen geeignet. Die Produkte entfernen unmittelbar abgestorbene Hautzellen, absorbieren Verunreinigungen, befreien die Poren und fördern die Zellerneuerung, ohne die Haut anzugreifen.

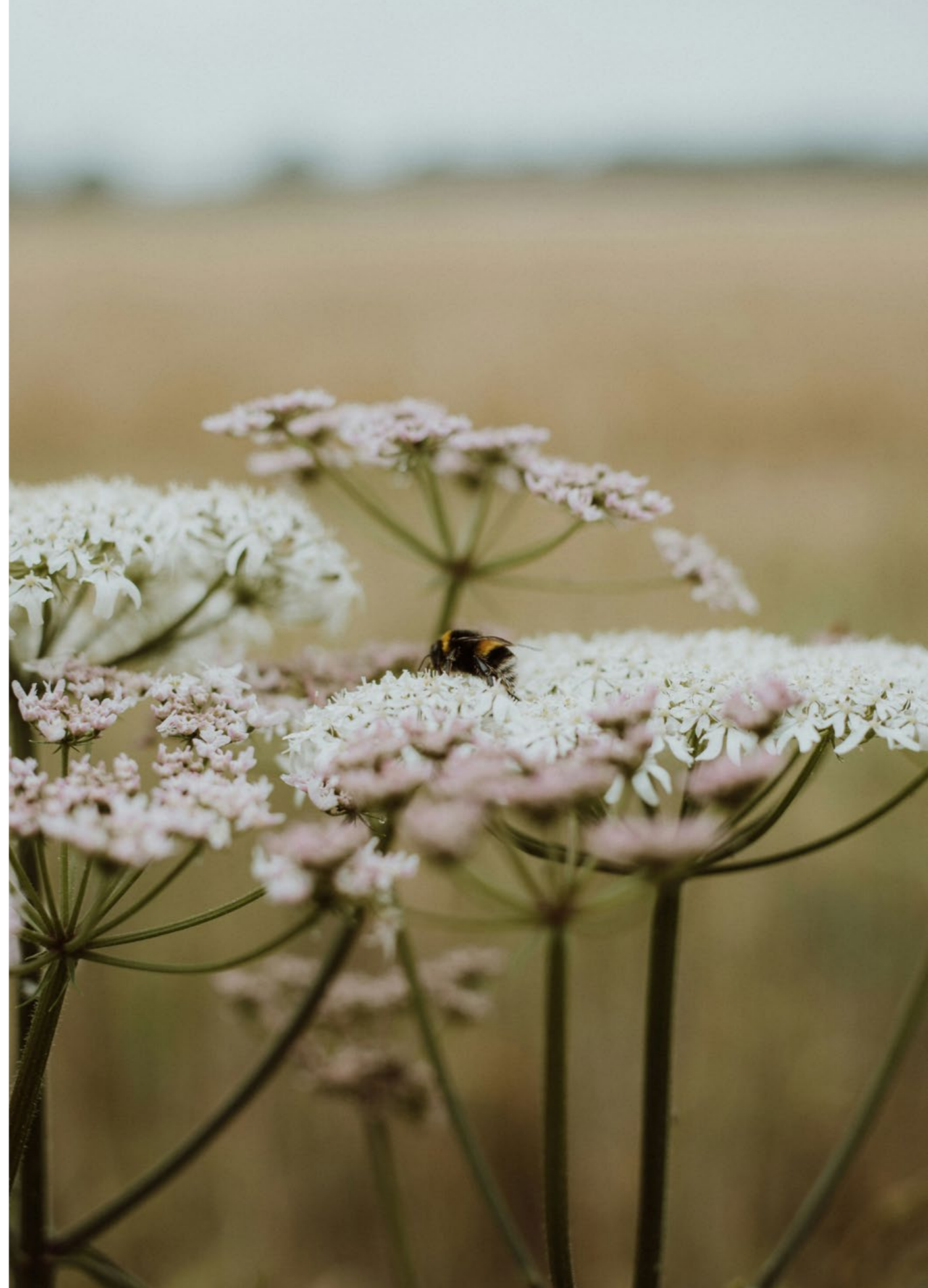
Questo trattamento di pulizia manuale è adatto a tutti i tipi di pelle. I prodotti rimuovono immediatamente le cellule morte, assorbono le impurità, liberano i pori e favoriscono il rinnovamento cellulare senza aggredire la pelle.

This manual cleansing treatment is suitable for all skin types. The products immediately remove dead skin cells, absorb impurities, unclog pores, and promote cell renewal without harming the skin.

---

50 min.

€ 120



**Hydra Global**

Die einzigartige Kombination aus effektiven Feuchtigkeitswirkstoffen und Anti-Aging-Komplexen ermöglicht eine Rundum-Feuchtigkeitsversorgung der Haut und lässt sie dadurch jung und straff erscheinen. Zudem werden Zeichen von Müdigkeit reduziert, was der Haut ihre Frische und Vitalität zurückgibt.

L'esclusiva combinazione di efficaci ingredienti idratanti e complessi anti-età fornisce alla pelle un'idratazione completa, lasciandola giovane e compatta. Anche i segni della stanchezza vengono ridotti, restituendo alla pelle freschezza e vitalità.

The perfect mix of effective moisturizing ingredients and anti-aging complexes allows you to deeply hydrate the skin, which will appear rejuvenated and toned. The signs of fatigue are reduced, freshness and vitality to the skin is restored.

---

80 min.

€ 140

**Lift Expert**

Diese Lifting-Behandlung wirkt aufpolsternd und glättet Falten für ein straffes Aussehen und eine sichtbar jünger wirkende Haut. Die 100 % manuelle Lifting-massage besteht aus verschiedenen intensiven Massagegriffen, dadurch wird die Zellaktivität stimuliert und die Haut erhält ein straffes, festeres Aussehen. 96 % sichtbarer Lifting-Effekt!

Questo trattamento lifting rimpolpa e distende le rughe per un aspetto più sodo e una pelle visibilmente più giovane. Il massaggio lifting manuale al 100% consiste in vari movimenti intensivi che stimolano l'attività cellulare e conferiscono alla pelle un aspetto più sodo e compatto. Effetto lifting visibile al 96%!

This lifting treatment boosts the skin and smoothens out wrinkles for a firm appearance and a visibly younger skin. The 100% manual lifting massage consists of different intensive massage techniques, thereby the cell activity will be stimulated and the skin gets a firm and solid appearance. 96% visible lifting effect.

---

80 min.

€ 145

**Modellante**

Das Signatur-Treatment von Maria Galland!

- Selbsterwärmende Modellage-Maske mit einem Kokoneffekt
- 100 % manuelle Behandlung
- Personalisierung der Wirkstoffe für alle Hautzustände und jedes Alter
- Sichtbare und langanhaltende Ergebnisse

Il trattamento per eccellenza di Maria Galland!

- Maschera modellante autoriscaldante con effetto "bozzolo"
- Trattamento 100% manuale
- Personalizzazione dei principi attivi per tutte le condizioni della pelle e per tutte le età
- Risultati visibili e duraturi

The signature treatment from Maria Galland!

- Self-warming modeling mask with a cocoon effect
- 100% manual treatment
- Personalization of active ingredients for all skin conditions and all ages
- Visible and long-lasting results

---

80 min.

€ 150

**Deluxe Mille**

Eine Luxusbehandlung mit spektakulärem Ergebnis. Ein exklusiv von und für Maria Galland entwickelter Wirkungskomplex aus Trüffel, 24 karätigem Gold, Anti-Aging-Peptiden und einem preisgekrönten Zellaktivator glättet die Haut und verleiht dem Begriff Anti-Aging eine völlig neue Bedeutung.

Un trattamento di lusso dai risultati spettacolari. Un complesso attivo di tartufi, oro a ventiquattro carati, peptidi anti-età e un pluripremiato attivatore cellulare, sviluppato in esclusiva da e per Maria Galland, leviga la pelle e dà al termine anti-età un significato completamente nuovo.

A precious treatment with winning results. An active complex of truffles, 24-karat gold, anti-aging peptides and an award-winning cell activator, developed exclusively by and for Maria Galland, smoothes the skin and gives a whole new meaning to the term "anti-aging".

---

80 min.

€ 160



# SALIN DE BIOSEL FACIALS

**BIOZERTIFIZIERTE KOSMETIKLINIE | LINEA COSMETICA  
BIOCERTIFICATA | CERTIFIED ORGANIC COSMETIC LINE**

**Soin Bio Purete Gesichtsbehandlung |  
Trattamento viso Soin Bio Purete |  
Soin Bio Purete Facial treatment**

Umfassende Reinigung für alle Hauttypen. Unter Dampf werden alle Poren geöffnet und Unreinheiten und Komedonen sanft entfernt. Ein zartes, zweifaches pflanzliches Peeling mit Bambusextrakten entfernt Hautschüppchen und eine auf Ihren Hauttyp abgestimmte Kombination aus Oligoelementen entstaubt Giftstoffe. Die darauffolgende Maske verwöhnt Ihre Haut rundum. Ihre porentief reine Haut erstrahlt neu.

Pulizia completa per tutti i tipi di pelle. Tutti i pori vengono aperti tramite il vapore e le impurità e i comedoni vengono rimossi delicatamente. Un doppio peeling delicato alle erbe con estratti di bambù elimina le cellule morte e una combinazione di oligoelementi adatta al vostro tipo di pelle elimina le tossine. Successivamente viene applicata una maschera per coccolare la vostra pelle, che acquisterà nuovo splendore.

Comprehensive cleansing for all skin types. Under steam all pores are opened and impurities and comedones are gently removed. A gentle, twofold herbal peeling with bamboo extracts removes flaky skin and a combination of trace elements tailored to your skin type removes toxins. The following mask pampers your skin. Your pore-deep clean skin communicates freshness and health.

---

50 min.

€ 120

**Soin Bio Filler Gesichtsbehandlung |  
Trattamento viso Soin Bio Filler | Soin Bio Filler Facial treatment**

Anti-Aging-Behandlung für Haut, die sehr viel Feuchtigkeit und Nährstoffe braucht, zum Glätten von Fältchen und Straffen des Gewebes. Ein zartes, reinigendes Peeling kombiniert mit einer energetisierenden Mikromassage reaktiviert die Energien der Haut. Eine entspannende Anti-Stress-Massage der Hals- und Schulterpartien baut Spannungen ab. Das Gesicht und die Augenpartie werden vollkommen entstaubt und die Haut anhand einer Doppelmaske mit Nährstoffen, Vitaminen und Traubenpolyphenolen versorgt. Eine modellierende, straffende Massage schließt die Behandlung ab, die Gesichtszüge entspannen sich, die Haut ist sichtbar verjüngt.

Trattamento anti-età per pelli che hanno bisogno di molta idratazione e nutrimento, per attenuare le rughe e rassodare i tessuti. Un peeling delicato e detergente combinato con un micro-massaggio energizzante riattiva le energie della pelle. Un massaggio rilassante antistress della zona del collo e delle spalle riduce la tensione. Il viso e il contorno occhi vengono completamente decongestionati e la pelle viene rifornita di sostanze nutritive, vitamine e polifenoli dell'uva grazie a una doppia maschera. Un massaggio modellante e rassodante conclude il trattamento, i tratti del viso si distendono e la pelle è visibilmente ringiovanita.

Anti-aging treatment for skin that needs a lot of moisture and nutrients to smooth wrinkles and firm the tissue. A gentle cleansing exfoliation combined with an energizing micro-massage reactivates the skin's energies. A relaxing anti-stress massage of the neck and shoulders reduces tension. As a result the face and eye area are completely de-stressed and the skin is supplied with nutrients, vitamins and grape polyphenols by means of a double mask. A modelling, firming massage concludes the treatment, the facial features relax and the skin is visibly rejuvenated.

---

80 min.

€ 140

**Gesichtsbehandlungen mit dem Quanta 8 |  
Trattamenti viso con il Quanta 8 |  
Facial treatment with the Quanta 8**

Energie für die 5 Hautfunktionen: eine effektive, ganzheitliche, tiefenwirksame Gesichtsbildung für eine sichtbare gesunde Haut. Das Lichtimpulsgerät Quanta 8 verstärkt die Wirkung der verschiedenen Nährstoffe durch die Anwendung acht verschiedener Lichtimpuls-Frequenzen, welche genau auf die Produkte der fünf Hautfunktionsbehandlungen abgestimmt sind.

- bei hyperempfindlicher Haut
- bei stumpfer, energieloser Haut, die stark spannt
- bei trockener Haut mit Rötungen
- bei unreiner Haut und Stauungen im Gewebe
- bei stark ausgeprägten, tiefgehenden Alterserscheinungen

*Buchen Sie 2 Gesichtsbildungen mit Quanta 8 und Sie bekommen -50 % auf die 3. Behandlung.*  
Energia per le cinque funzioni della pelle: un trattamento viso efficace, olistico e profondo per una pelle visibilmente sana. Il dispositivo a luce pulsata Quanta 8 potenzia l'effetto dei vari nutrienti applicando otto diverse frequenze di luce pulsata, che si adattano esattamente ai prodotti dei cinque trattamenti delle funzioni cutanee.

- per la pelle ipersensibile
- per la pelle spenta, priva di luminosità e molto tesa
- per la pelle secca e arrossata
- per la pelle con macchie e congestioni del tessuto
- per segni d'invecchiamento marcati e profondi

*Se prenotate due trattamenti viso con Quanta 8, otterrete uno sconto del 50% sul terzo trattamento.*  
The „Energy for the 5 Skin Functions“ treatments are an effective, holistic, deep functional rehabilitation for visible, lasting skin health. The skin finds its natural life energy and becomes the source of your beauty. The Quanta 8 cell modulation device enhances the effect of the various nutrients by applying 8 different light-pulse frequencies, which are precisely matched to the products of the 5 skin function treatments.

- For hypersensitive skin
- For dull, lifeless and tight skin
- For dry skin with redness
- For impure skin and tissue congestion
- For strongly pronounced, profound symptoms of old age

*Book 2 facial treatments with Quanta 8 and get -50 % off the 3rd treatment.*

**80 min.**

**€ 160**

*Das Regulieren und Färben der Augenbrauen sowie das Wimpernfärben sind nicht in den Gesichtsbildungen enthalten und müssen separat gebucht werden.*

*La regolazione e colorazione delle sopracciglia, così come la colorazione delle ciglia, non sono incluse nei trattamenti viso e devono essere prenotate separatamente.*

*The eyebrow correction and colouring, as well as eyelash tinting, are not included in facial treatments and must be booked separately.*

# SALIN DE BIOSEL BODY TREATMENT

**BIOSEL Anti-Cellulite-Körperbehandlung mit Quanta 8 |  
Trattamento corpo anticellulite BIOSEL con Quanta 8 |  
Anti-cellulite body treatment with Quanta8 laser by Biosel**

Eine intensiv regenerierende und straffende Behandlung. Durch den Einsatz des Lichtimpulsgerätes Quanta 8 wird der Abbau von Fettgewebe aktiviert und Verklebungen, vor allem an Bauch, Po und Oberschenkeln, werden gelöst. Extrakte von Ingwer, Efeu und Zimtrinde wirken aktivierend und straffend. Genießen Sie eine energetisierende und modellierende Behandlung.

*Buchen Sie 2 Körperbehandlungen mit Quanta 8 und Sie bekommen -50 % auf die 3. Behandlung.*

Un trattamento intensamente rigenerante e rassodante. L'uso del dispositivo a luce pulsata Quanta 8 attiva la disgregazione del tessuto adiposo e scioglie le aderenze, soprattutto su pancia, glutei e cosce. Gli estratti di zenzero, edera e corteccia di cannella hanno un effetto attivante e rassodante. Godetevi questo trattamento energizzante e modellante.

*Se prenotate due trattamenti corpo con Quanta 8, otterrete uno sconto del 50% sul terzo trattamento.*

A deeply regenerating and modelling body treatment, which activates the reduction of adipose tissue and dissolves adhesions, especially on the abdomen, buttocks and thighs. In addition, extracts of ginger, ivy and cinnamon bark, combined with the Quanta 8 laser and an energizing massage, sculpt the contours.

*Book 2 body treatments with Quanta 8 and get -50 % off the 3rd treatment.*

**50 min.**

**€ 120**





# COSMETICS

## **Augenbrauen und Wimpern Sopracciglia e ciglia | Eyebrows and eyelashes**

Augenbrauenregulierung   Regolazione sopracciglia   Eyebrow correction	€ 20
Augenbrauen färben   Colorazione sopracciglia   Eyebrow colouring	€ 22
Wimpern färben   Colorazione ciglia   Eyelash tinting	€ 25
Augenbrauen und Wimpern färben   Colorazione ciglia e sopracciglia   Eyelash and eyebrow tinting	€ 42

### **Lash Lifting**

Sie wünschen sich lange und volle Wimpern? Dann ist diese Behandlung genau richtig für Sie! Ihre natürlichen Wimpern erhalten dank wirkstarker Seren und Farbe eine optisch wunderschöne Fülle und geschwungene Form. Ein Effekt, der 6 - 8 Wochen anhält.

Desiderate ciglia lunghe e folte? Allora questo trattamento fa al caso vostro! Grazie all'efficacia dei sieri e dei pigmenti, le vostre ciglia saranno visibilmente più piene e dalla forma curva. Un effetto che dura da sei a otto settimane.

Do you want long and thick lashes? With this treatment, you will obtain visually fuller and curled eyelashes, thanks to the effectiveness of special serums and pigments. The effect lasts from 6 to 8 weeks.

---

50 min.

€ 90

### **Brow Lifting**

Für volle, dichte und perfekt geschwungene Augenbrauen. Das Brow Lifting inkl. Augenbrauenkorrektur und Farbe zaubert Ihnen formvollendete Augenbrauen, die Ihr Gesicht betonen und Ihrer Ausstrahlung schmeicheln. Der Effekt hält zwischen 4 und 6 Wochen.

Per sopracciglia folte, spesse e perfettamente incurvate. Il Brow Lifting, comprensivo di rifinizione e colore, consente di ottenere sopracciglia dalla forma perfetta che accentuano il viso e valorizzano la luminosità. L'effetto dura da quattro a sei settimane.

For thick and perfectly shaped brows. This treatment, which includes correction and colouring of the eyebrows, shapes the brow and offers more beauty to the face. The effect lasts from 4 to 6 weeks.

---

50 min.

€ 85

### **Paket Lash & Brow Lifting**

80 min.

€ 170

*Kommen Sie bitte ungeschminkt und vermeiden Sie in den ersten 24 Stunden nach der Behandlung den direkten Kontakt mit Wasser. So kann die Pflege optimal wirken.*

*Vi preghiamo di venire struccate e di evitare il contatto diretto con l'acqua per le prime ventiquattr' ore successive al trattamento al fine di assicurarne la massima efficacia.*

*Please arrive without make-up and avoid direct contact with water for the first 24 hours after treatment. This allows the treatment to work at its best.*

### **Eye Spa**

Augenbrauenkorrektur, Augenbrauen färben, Wimpern färben, Augenmaske und Abschlusspflege.

Rifinitzione delle sopracciglia, colorazione delle sopracciglia, colorazione delle ciglia, maschera per gli occhi e trattamento finale.

Eye brow correction, Eye brow colouring, Eyelash colouring, eye mask and final skin care.

50 min.

€ 80

### **Depilation | Depilazione | Hair removal**

Oberlippe oder Kinn | Labbro superiore o mento | Upper lip or chin

€ 12

Achseln oder Bikinizone | Ascelle o bichini | Armpits or bikini

€ 20

Arme | Braccia | Arms

€ 20

Brust | Petto | Chest

€ 36

Rücken | Schiena | Back

€ 38

Beine bis Knie | Gamba fino al ginocchio | Leg up to the knee

€ 41

Ganzes Bein | Gamba intera | Full leg

€ 50

# MANICURE & PEDICURE

### **Maniküre | Manicure**

Ohne Lack | Senza smalto | Without nail polish

€ 60

Mit Lack | Con smalto | With nail polish

€ 70

Mit CND Shellac | Con smalto semipermanente | With CND Shellac

€ 80

### **Pediküre | Pedicure**

Ohne Lack | Senza smalto | Without nail polish

€ 65

Mit Lack | Con smalto | With nail polish

€ 75

Mit CND Shellac | Con smalto semipermanente | With CND Shellac

€ 85

Ablösen | Rimozione | Removal

€ 15

*Ablösen von vorhandenen Shellac bitte separat dazu buchen.*

*Vi preghiamo di prenotare la rimozione dello smalto semipermanente separatamente.*

*Please book the removal of existing Shellac separately.*

# MEN SPA

## MARIA GALLAND

### **Klassische Gesichtsbehandlung für ihn | Trattamento viso uomo classico | Facial treatment for men**

Individuell auf Sie abgestimmte klassische Gesichtsbehandlung: Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, entspannende Gesichtsmassage, Maske und pflegende Tagescreme.

Questo trattamento personalizzato include pulizia, peeling, pulizia profonda, massaggio rilassante al viso, maschera e crema da giorno nutriente.

Suitable for all skin types: Cleansing, peeling, deep cleansing, relaxing facial massage, mask and moisturizing day cream.

---

50 min

€ 110

### **Detox**

Diese manuelle Reinigungsbehandlung ist für alle Hauttypen geeignet. Die Produkte entfernen unmittelbar abgestorbene Hautzellen, absorbieren Verunreinigungen, befreien die Poren und fördern die Zellerneuerung, ohne die Haut anzugreifen.

Questo trattamento di pulizia manuale è adatto a tutti i tipi di pelle. I prodotti rimuovono immediatamente le cellule morte, assorbono le impurità, liberano i pori e favoriscono il rinnovamento cellulare senza aggredire la pelle.

This manual cleansing treatment is suitable for all skin types. The products immediately remove dead skin cells, absorb impurities, unclog pores, and promote cell renewal without harming the skin.

---

50 min.

€ 120

### **Hydra Global**

Die einzigartige Kombination aus effektiven Feuchtigkeitswirkstoffen und Anti-Aging-Komplexen ermöglicht eine Rundum-Feuchtigkeitsversorgung der Haut und lässt sie dadurch jung und straff erscheinen. Zudem werden Zeichen von Müdigkeit reduziert, was der Haut ihre Frische und Vitalität zurückgibt.

L'esclusiva combinazione di efficaci ingredienti idratanti e complessi anti-età fornisce alla pelle un'idratazione completa, lasciandola giovane e compatta. Anche i segni della stanchezza vengono ridotti, restituendo alla pelle freschezza e vitalità.

The perfect mix of effective moisturizing ingredients and anti-aging complexes allows you to deeply hydrate the skin, which will appear rejuvenated and toned. The signs of fatigue are reduced, freshness and vitality to the skin is restored.

---

80 min.

€ 140

## BIOSEL

### **Soin Bio Purete Gesichtsbehandlung | Trattamento viso Soin Bio Purete | Soin Bio Purete Facial treatment**

Umfassende Reinigung für alle Hauttypen. Unter Dampf werden alle Poren geöffnet und Unreinheiten und Komedonen sanft entfernt. Ein zartes, zweifaches pflanzliches Peeling mit Bambusextrakten entfernt Hautschüppchen und eine auf Ihren Hauttyp abgestimmte Kombination aus Oligoelementen entfernt Giftstoffe. Die darauffolgende Maske verwöhnt Ihre Haut rundum. Ihre porentief reine Haut erstrahlt neu.

Pulizia completa per tutti i tipi di pelle. Tutti i pori vengono aperti tramite il vapore e le impurità e i comedoni vengono rimossi delicatamente. Un doppio peeling delicato alle erbe con estratti di bambù elimina le cellule morte e una combinazione di oligoelementi adatta al vostro tipo di pelle elimina le tossine. Successivamente viene applicata una maschera per coccolare la vostra pelle, che acquisterà nuovo splendore.

Comprehensive cleansing for all skin types. Under steam all pores are opened and impurities and comedones are gently removed. A gentle, twofold herbal peeling with bamboo extracts removes flaky skin and a combination of trace elements tailored to your skin type removes toxins. The following mask pamper your skin. Your pore-deep clean skin communicates freshness and health.

---

50 min.

€ 120

**Soin Anti Age Homme Gesichtsbildung |  
Soin Anti Age Homme trattamento viso |  
Soin Anti Age Homme facial treatment**

Eine Anti-Aging-Behandlung für reifere Haut. Ein Peeling aus Bambusrinde löscht die Zeichen des Alterns. Meeresalgen und pflanzliche Proteine versorgen die Haut mit Nährstoffen und verleihen ihr neue Geschmeidigkeit. Eine Maske mit Traubenspolyphenolen glättet die Falten und strafft die Gesichtszüge und Augenpartie.

Un trattamento anti-aging per pelli mature. Un peeling a base di bambù cancella i segni del tempo. Le alghe marine e le proteine vegetali nutrono la pelle e donano nuova elasticità. Una maschera a base di polifenoli di uva distende le rughe e rassoda i lineamenti e compatta la zona intorno agli occhi.

An anti-ageing treatment for mature skin. A bamboo bark scrub erases the signs of ageing. Seaweed and plant proteins nourish the skin and give it new suppleness. A mask with grape polyphenols smoothes wrinkles and firms the facial features and eye area.

---

50 min. € 120

**Hände & FüÙe | Mani e Piedi | Hands & Feet**

Maniküre | Manicure € 60

Pediküre | Pedicure € 65

**Depilation | Depilazione | Hair removal**

Ganzes Bein | Gamba intera | Full leg € 50

Bein bis Knie | Gamba fino al ginocchio | Leg to the knee € 41

Brust | Petto | Chest € 36

Rücken | Schiena | Back € 38

Augenbrauenregulierung | Regolazione sopracciglia | Eyebrow adjustment € 20





# COUPLES TREATMENTS

## **Aromaöl-Relaxmassage zu zweit | Massaggio relax agli oli essenziali per due persone | Relaxing massage with essential oil**

Lassen Sie sich bei einer ganzheitlichen Entspannungsmassage verwöhnen und nehmen Sie die beruhigende Wirkung auf Körper und Geist wahr. Eine multisensorische Anwendung mit ausgewählten Aromaölen und sanften Massagetechniken, die Ihre Muskulatur ins Gleichgewicht bringt und Ihre Seele streichelt. Anschließend genießen Sie ein Glas Prosecco und Süßes aus der Paradies-Pâtisserie.

Lasciatevi coccolare da un massaggio olistico rilassante e sperimentate l'effetto calmante su corpo e mente. Un trattamento multisensoriale con oli aromatici selezionati e delicate tecniche di massaggio per riequilibrare i muscoli e coccolare l'anima. Per concludere in bellezza, potete gustare un calice di Prosecco e i dolci della pasticceria Paradies.

Treat yourself to a regenerating massage for body and soul. With the use of aromatic, organic and selected oils, combined with a delicate massage, the body regains its natural balance. At the end of the treatment, you can enjoy a glass of prosecco and delicious sweets made by the Paradies pastry chefs.

---

50 min. Ganzkörpermassage | massaggio completo | full body massage

10 min. Nachruhen | riposo | rest

€ 199

## **Holzschafflbad mit Teilkörpermassage zu zweit | Bagno nella tinozza e massaggio corpo parziale per due | Bath in the tub and partial massage for two**

Sie genießen das Holzschafflbad mit einem wohlriechenden Zusatz, einem Glas Sekt, frischen Erdbeeren und einer anschließenden Teilkörpermassage.

Rilassatevi insieme nella tinozza, l'esperienza viene completata da una profumazione che potrete scegliere al momento, un calice di prosecco, fragole fresche, e un massaggio parziale.

You will enjoy the tub with a additive fragrant and we will spoil you with a glass of prosecco and delicious strawberries followed by a partial massage.

---

25 min. Bad | bagno | bath

25 min. Teilkörpermassage | massaggio parziale | partial massage

€ 175

# MOMMY SPA

## **Kopf-Nacken-Massage | Massaggio a testa e collo | Head and neck massage**

Entspannungsmassage für Kopf und Nacken. Löst müdigkeitsbedingte Kopfschmerzen in Luft auf.

Massaggio rilassante per la testa e il collo. Aiuta ad alleviare il mal di testa dovuto alla stanchezza.

Relaxing head and neck massage. Melts away fatigue-induced headaches

---

25 min.

€ 58

## **Leichte Beinmassage | Massaggio leggero alle gambe | Gentle leg massage**

Bei einer klassischen Beinmassage handelt es sich um eine wohltuende und entschlackende Massage.

Questo classico massaggio alle gambe è un massaggio rilassante e disintossicante.

A classic leg massage is a soothing and detoxifying experience.

---

25 min.

€ 58

## **Relax-Ganzkörpermassage |**

### **Massaggio rilassante corpo completo | Relaxing full body massage**

Eine sanfte Verwöhnerfahrung für Mama und Baby. Entspannende Ganzkörpermassage, die sanft Verspannungen löst und ganz auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt wird.

Una dolce esperienza di coccole per mamma e bambino. Un massaggio rilassante su tutto il corpo che scioglie dolcemente le tensioni e si adatta completamente alle vostre esigenze.

A gentle pampering experience for mom and baby. Relaxing full-body massage that gently releases tension and is tailored to your needs.

---

50 min.

€ 95

## **Ayurveda-Ganzkörpermassage |**

### **Massaggio ayurvedico corpo completo | Ayurveda full body massage**

Die ayurvedische Schwangerenmassage schenkt Kraft, Entspannung und Regeneration. Sie hilft bei typischen Schwangerschaftsbeschwerden wie Schlaflosigkeit und Kopfschmerzen und beugt Schwangerschaftsstreifen vor.

Il massaggio ayurvedico in gravidanza dona forza, relax e rigenerazione. Aiuta ad alleviare i disturbi tipici della gravidanza, come insonnia e mal di testa, e a prevenire le smagliature.

The ayurvedic massage can provide relief by pregnancy related pains. Examples are nausea, back pains, leg cramps, sleeping disorders and anxiety states. Ayurveda massages can also help to increase the skin elasticity and prevent stretch marks.

---

50 min.

€ 110





# KIDS & TEENS

## **Kids-Massage | Massaggio per bambini | Kids massage**

Auch unsere kleinen Massagiefans werden mit einer wohltuenden Massage-Einheit verwöhnt. Die Kleinen dürfen zwischen Schoko - oder Kokosöl wählen. Bis zu 13 Jahren.

Anche i piccoli ospiti (fino a tredici anni) potranno godere un piacevole massaggio scegliendo tra l'olio al cioccolato o al cocco.

Also our little massage enthusiasts will be pampered with this relaxing massage. The little ones can choose between chocolate- or coconut oil (up to 13 years).

---

25 min.

€ 50

## **Teenager Massage | Massaggio per teenager | Teenager massage**

Mit vorgewärmtem, duftendem Massageöl und gekonnt eingesetzten Griffen werden bei dieser klassischen Massage Blockaden und Verspannungen gelöst. Für Teenies von 13 bis 17 Jahren.

Effettuato con l'applicazione sull'intero corpo di un profumato olio caldo. Dona una sensazione di relax e scioglie le tensioni. Per adolescenti dai 13 ai 17 anni.

With preheated, fragrant massage oil and skilfully applied gentle movements. This classical massage relaxes the whole body and releases tensions. For teenagers aged 13 to 17.

---

25 min.

€ 58

50 min.

€ 95

## **Princess Nails**

Kleine Paradies-Prinzessinnen bis zu 10 Jahren werden von unseren Beauty-Expertinnen auf Händen getragen und können sich auf eine tolle Maniküre mit Lack für kleine Hände freuen.

Le piccole principesse fino a dieci anni del Paradies vengono coccolate dalle nostre esperte beauty con una splendida manicure con smalto.

The little princesses of Paradies up to 10 years will be pampered by our beauty experts with a magical manicure and nail polish.

---

30 min.

€ 50

## **Teenie Gesichtsbehandlung | Trattamento viso per teenager | Teens' facial treatment**

Peeling, Tiefenreinigung, Wirkstoffampulle, Massage, individuelle Maske, Tagescreme. Für Teenies von 13 bis 17 Jahren.

Pulizia, peeling, pulizia profonda, booster, maschera e trattamento finale. Per adolescenti dai 13 ai 17 anni.

Cleaning, peeling, deep cleansing, booster, mask and final skin care. For teenagers aged 13 to 17.

---

50 min.

€ 110

# YOGA

Bereits seit vielen Jahren begleitet Marilena Pirhofer ihre Gäste hin zu innerem Gleichgewicht und sorgt immer wieder für entspannte Gesichter. Seit jeher fasziniert Marilena ein gesunder und bewusster Lebensstil in Kombination mit Sport und Bewegung. Während ihrer Reise quer durch Südostasien entdeckte sie ihre Leidenschaft für das Yoga. 2016 besuchte sie in Bali ihre erste richtige Yogastunde und erhielt dort einen wunderbaren Einblick in die Vielfalt der dieser Tradition. Sie besuchte verschiedene Yogakurse und beschäftigte sich mit dem yogischen Lebensstil. Im Jahr 2019 reiste sie nach Indien zum Ursprung des Yoga und absolvierte im Sivananda Ashram die Ausbildung zur Yogalehrerin. Weitere Ausbildungen wie Yin Yoga, Klangschalentherapie, Prä- & Postnatalyoga, Baby-Yoga und Kristallklangschalenmeditation folgten.

Da molti anni Marilena Pirhofer accompagna gli ospiti in una dimensione di equilibrio e relax interiore. Marilena è sempre stata affascinata da uno stile di vita consapevolmente sano, unito allo sport e all'esercizio fisico. Ha scoperto la sua passione per lo yoga durante un viaggio nel sud-est asiatico. Nel 2016, a Bali, ha frequentato la sua prima vera lezione di yoga, avvicinandosi così alle mille sfumature di questa tradizione. Da allora, ha completato diversi corsi di yoga e ha iniziato a seguire uno stile di vita yogico. Nel 2019 si è recata in India, patria dello yoga, e ha completato la sua formazione di insegnante di yoga presso il Sivananda Ashram. Sono seguite altre formazioni come lo yin yoga, la terapia con le campane tibetane, lo yoga pre e post-natale, il baby yoga e la meditazione con le campane di cristallo.

Marilena Pirhofer has been helping people find their inner balance for four years and always succeeds in guaranteeing relaxed guests. Marilena has always been passionate about a healthy and mindful lifestyle in combination with sport and exercise, even before her passion for yoga began during her trip to Southeast Asia. In 2016, she attended her first proper yoga class in Bali and gained wonderful insight on the diversity of the yoga tradition there. Since then, she attended various yoga classes and engaged with the yoga lifestyle. In 2019, she went to India, where yoga originated, and completed her yoga instructor training at Sivanda Ashram. She completed additional training in Yin Yoga, tibetan bowl therapy, pre- and postnatal yoga, baby yoga and crystal singing bowl meditation.

- Private Yogastunden | Lezioni private di yoga | Private yoga lessons
- Hatha Yoga
- Pränatalyoga | Yoga prenatale | Prenatal yoga
- Baby-Yoga
- Sound Healing

1 Person | 1 persona | 1 person

€ 85

2 Personen | 2 persone | 2 people

total € 105





*Our mission  
is to make  
your wishes  
come true.*

## SPA INFO

**Besuchen Sie uns an der Spa-Rezeption oder rufen Sie die Rezeption unter der Nr. 9 an.**

Wir beraten Sie gerne: Uns liegt viel daran, die Behandlungen optimal auf Sie abzustimmen. Schildern Sie uns Ihre Wünsche und Erwartungen, wir beraten Sie gerne. Informieren Sie uns bitte über allfällige Beschwerden wie Bluthochdruck, Herzkrankheiten etc. oder eine Schwangerschaft.

**Venite a trovarci alla reception della spa o chiamateci al numero di telefono interno 9.**

Saremo lieti di consigliarvi: Per noi è molto importante che i trattamenti siano perfettamente adattati alle vostre esigenze. Comunicateci i vostri desideri e le vostre aspettative e saremo lieti di consigliarvi. Vi preghiamo di comunicarci se soffrite di patologie come l'ipertensione, le malattie cardiache, o se siete in gravidanza.

**Visit us at the spa reception or call us on the internal telephone number 9.**

Our mission is to make your wishes come true: We aim to customize the treatments to fit your needs perfectly. Feel free to share your preferences and expectations with us; we're here to help. Please let us know if you have any medical conditions such as high blood pressure, heart disease, etc., or if you are pregnant.

**Schmuck | Gioielli | Jewelry**

Damit die Behandlung so angenehm wie möglich ist, bitten wir Sie keinen Schmuck zu tragen. Wir empfehlen Ihnen diesen im Zimmer zu lassen. Wir übernehmen keine Haftung für verloren gegangene Wertgegenstände.

Per rendere il trattamento più piacevole possibile, vi chiediamo di non indossare gioielli. Vi consigliamo di lasciarli in camera. Non ci assumiamo alcuna responsabilità per lo smarrimento di oggetti di valore.

To ensure your treatment is as comfortable as possible, we kindly ask you not to wear any jewelry. We recommend leaving it in your room. We cannot be held responsible for any lost valuables.

**Machen Sie es sich gemütlich | Mettetevi comodi | Get Cozy**

Mit Bademantel und Badeslipper sind Sie für Ihren Spa-Besuch angemessen gekleidet. Kommen Sie zehn Minuten früher zu Ihrem vereinbarten Spa-Termin, genießen Sie noch eine Tasse Tee und gehen Sie Ihr Wohlfühlprogramm entspannt an.

Con accappatoio e ciabattine, siete vestiti in modo adeguato per la vostra visita alla Spa. Arrivate con dieci minuti di anticipo all'appuntamento in spa, sorseggiate una tisana e iniziate il vostro programma di benessere completamente rilassati.

Dress appropriately for your spa visit with a bathrobe and slippers. Arrive ten minutes early for your scheduled spa appointment, enjoy a cup of tea, and approach your relaxation program with ease.

**Stornierung | Cancellazione | Cancellations**

Wir bitten Sie eventuelle Terminänderungen oder Absagen bis zu 12 Stunden vor dem vereinbarten Termin mitzuteilen. Kurzfristiger abgesagte Behandlungen müssen zu 80% berechnet werden.

Vi preghiamo di informarci di eventuali modifiche o cancellazioni entro 12 ore prima dell'appuntamento. Se un trattamento viene cancellato in un secondo momento, verrà addebitato l'80% del costo.

Cancellations are free of charge up to 12 hours before the treatment. For cancellations less than 12 hours prior, you will be charged 80% of the price of the treatment.

**Ruhe & Entspannung im La Vita SPA | Pace e relax nel La Vita Spa | Serenity & Relaxation at La Vita Spa**

Bitte unterstützen Sie die Atmosphäre der Ruhe und Entspannung im La Vita SPA und verzichten Sie auf Ihr Mobiltelefon. Sollten Sie zu spät kommen müssen wir die versäumte Zeit von Ihrer Behandlungszeit abziehen.

Vi preghiamo di abbracciare l'atmosfera di pace e relax de La Vita Spa e di astenersi dall'uso del cellulare. Se arrivate in ritardo, il tempo perso verrà detratto dalla durata del trattamento.

To enhance the tranquil atmosphere at La Vita Spa, we kindly ask that you refrain from using your mobile phone. If you happen to arrive late, any missed time will unfortunately be deducted from your treatment duration.

**Terminvereinbarung | Fissare un appuntamento | Appointment**

Bitte beachten Sie, dass speziell an Wochenenden und Feiertagen Behandlungen schnell ausgebucht sein können. Um Wunschtermine zu garantieren zu können, empfehlen wir daher, bereits vor Ankunft Terminvereinbarungen vorzunehmen. Gerne telefonisch oder per E-Mail.

Vi preghiamo di notare che le disponibilità per gli appuntamenti possono esaurirsi facilmente, soprattutto nei fine settimana e nei giorni festivi. Per assicurarvi la data desiderata, vi preghiamo di fissare un appuntamento per telefono o via e-mail prima del vostro arrivo.

Please understand that, especially during weekends and holidays, our appointment schedule may be very full. We recommend reserving the treatments before the start of your holiday, via telephone or e-mail, so that we can completely satisfy your requests.



**DAS PARADIES**

Latsch – Laces  
South Tyrol · Italy

+39 0473 622 225  
info@hotelparadies.com

www.hotelparadies.com  
IG: das\_paradies