



LAVITA SPA



EINTAUCHEN IN EINE WELT  
DER ENTPANNUNG, DER RUHE  
UND DES VOLLKOMMENEN  
WOHLGEFÜHLS ...

Immergetevi in un mondo  
fatto di relax, quiete e benessere...

Immerse yourself in a world of  
relaxation, tranquillity and well-being...

**4-5 LAVITA SPA**

**6-31 DEUTSCH**

**32-57 ITALIANO**

**58-83 ENGLISH**

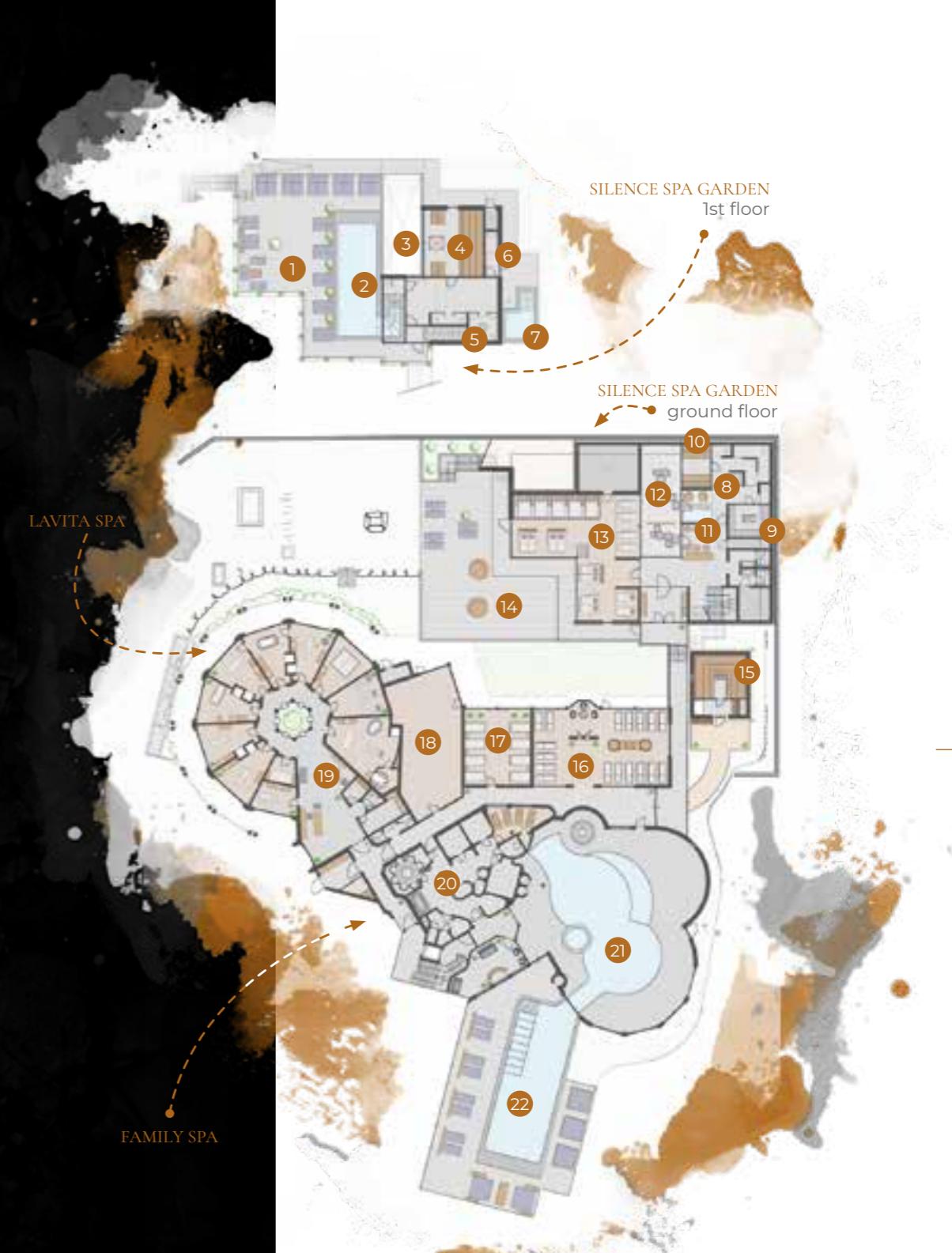
**84-85 INFO**

# WELLNESS- & FITNESSWORLD LAVITA SPA

4 Lavita Spa

- 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 Erlebnisduschen | Docce emozionali | Experiential showers
- 9 Dampfbad | Bagno di vapore | Steam bath
- 10 Biosauna
- 11 Fußbad | Pediluvio | Foot bath
- 12 Frischluftbereich | Oasi outdoor | Outdoor oasis

- 13 Ruheraum | Zona relax | Relaxation area
- 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 Family Spa | Familiensauna - Textilsauna | Sauna per famiglie (dress-on) | Family Sauna - dress-on sauna
- 21 Indoorpool | Piscina interna | Indoor swimming pool
- 22 Outdoorpool | Piscina esterna | Outdoor swimming pool



N.B: Zudem Kinderpool mit Riesenrutsche im Freien.

N.B. Ad attendere i piccoli ospiti anche una piscina esterna con grande scivolo.

Note: An outdoor pool with a long slide awaits our little guests.

5 Lavita Spa

# LAVITA SPA

Das LaVita Spa im Paradies bietet auf insgesamt 2.500 m<sup>2</sup> eine Wellness-Landschaft, die all Ihre Sinne berührt. Direkt vom Hallenbad mit Gegenstromanlage und Wasserfall schwimmen Sie über eine Schwimmschleuse ins ganzjährig beheizte Freibad mit den wohltuenden Massageliegen. Wellnessgenuss für Familien mit Kindern ab 6 Jahren finden Sie in den Familien-Saunen des LaVita Spa mit finnischer Sauna, türkischem Dampfbad, Eisgrotte, Tepidarium und Kräutersauna. Im stillen Ruheraum mit Wasserbetten oder im kommunikativen Ruheraum mit Teebar erleben Sie wohltuende Entspannung für eine neue Balance zwischen Körper, Geist und Seele. Wellness-Genuss der Extra-klasse erfahren all unsere Gäste ab 16 Jahren: Der Silence Spa Garden inmitten des herrlichen Gartenparks lädt mit einem Solarpool, 3 verschiedenen Saunen, darunter die große Panorama-sauna, luxuriösen Ruheräumen und traumhaften Sonnenterrassen zum Wohlfühlen, Entspannen und Genießen ein. Ein Muss während Ihres Spa-Aufenthaltes: eine Massage oder Kosmetik-behandlung mit hochwertigsten Kosmetikprodukten wie Maria Galland, Vitalis Dr. Joseph oder Salin de Biosel, durchgeführt von unseren erfahrenen Spa-Mitarbeitern! Sie werden sich fühlen wie im Paradies, und zwar langanhaltend, versprochen.

Familie Pirkhofer



## KLASSISCHE MASSAGEN

### Klassische Ganzkörper-Massage

ca. 50 Min. **€ 75**

### Klassische Teilkörper-Massage

ca. 25 Min. **€ 43**

### Sport-Massage für Rücken & Beine

ca. 50 Min. **€ 84**

### Sport-Massage für Rücken oder Beine

ca. 25 Min. **€ 49**

### Rücken-Nacken-Fuß-Massage

ca. 50 Min. **€ 75**



# ENTSPANNENDE & AKTIVIERENDE MASSAGEN

## Aromaöl-Relax-Massage

Sinnliche Düfte ausgewählter Bio-Aromaoele in Kombination mit sanften Massagetechniken – ein ganzheitliches Entspannungsritual von Kopf bis Fuß. Spüren Sie die beruhigende Wirkung auf Ihren Körper

ca. 50 Min.

€ 75

und Geist, wie Ihre Muskulatur wieder ihr Gleichgewicht findet, und lassen Sie sich von dieser multisensorischen Anwendung so richtig verwöhnen.



Verwendung von Kräuterstempel

## Kräuterstempel-Massage VITALIS

Natureine Kräuterstempel werden mit einer sanften Druck- und Klopftechnik über den Körper geführt und erzeugen einen herrlichen Peeling-Effekt auf der Haut. Dadurch wird auch die Durchblutung verbes-

ca. 50 Min.

€ 85

sert und der Stoffwechsel angeregt. Positiver Nebeneffekt: Der wohltuende Duft der Aromaöle umhüllt Ihre Sinne, reduziert Stress und schenkt neue Vitalität.

## Klangschalen-Massage

Klangschalen sind unterschiedlich große Metallschalen, die 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

ca. 50 Min.

€ 85

Energieblockaden und Stress abgebaut, Selbstheilungskräfte aktiviert und schöpferische Energie freigesetzt. Diese Massage wird am besten in bequemer Kleidung durchgeführt.



## Basaltstein-Massage VITALIS

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

ca. 50 Min.

€ 95

## Fußzonenstimulierende Massage

Jeder Teil unseres Körpers ist mit korrespondierenden Energiezonen der Fußsohlen verbunden. Durch eine gezielte Massage dieser Zonen kann der Energiefluss des

ca. 50 Min.

€ 80

und die körpereigene Entgiftung stärkt. Wundervolle Tiefenwärme und wohlduftende ätherische Öle begleiten Sie auf Ihrer Reise in Ihr Inneres.



# GUTES FÜR IHREN RÜCKEN

## Kopf-Nacken-Schulter-Massage VITALIS



Unser Massage-Highlight für Sie! Mit speziellen Grifftechniken massieren wir Ihren Kopf-, Nacken- und Schulterbereich und lösen mithilfe von hochwirksamen Pflanzenextrakten Verspannungen jeglicher Art. Ge-

ca. 50 Min.

€ 84

## Intensive Rückenmassage mit Schröpfgläsern

Mit der klassischen Massagetechnik wird der gesamte Rückenbereich, Nacken und Kopfansatz behandelt. Verspannungen im Rücken und Nackenbereich werden da-

ca. 50 Min.

stärkt werden dadurch unter anderem Ihre Mikrozirkulation, Ihre Gefäße, Sinnesorgane und Nerven. Das sanfte Druckerlebnis ermöglicht ein völliges Abschalten vom Stress des Alltags.

€ 80

## Rückenmassage mit Südtiroler Honig

Durch intensive Grifftechniken werden mit Hilfe von Honig alte Schlacken und Giftstoffe, die sich im Laufe der Jahre ins Gewebe eingelagert haben, aus dem Körper „herausgesogen“. Über die Reflexzonen des Rückens werden außerdem die Funktionen der dazugehörigen Organe angeregt.

ca. 50 Min.

€ 75

## Rückenfit nach VITALIS



Bei dieser aufbauenden Rückenbehandlung passen wir die Technik und Intensität an Ihre Bedürfnisse und Wünsche an. Dazu verwenden wir Massageöle mit hochwirk-

ca. 50 Min.

Die Honigmassage wirkt harmonisierend, bringt den Energiefluss in Schwung und wirkt auch stärkend und heilend auf Nerven, Haut und Immunsystem.

\*Für diese Behandlung sollte der Rücken vorher enthaart werden.

€ 84

samen und natürlichen Wirkstoffen sowie Schröpfgläser und Klangschalen. Diese wirken verspannungslösend und verbessern die Dynamik der Wirbelsäule.

# AYURVEDA & LOMI LOMI

## Ganzkörper Abhyanga

„Die große Einölung“ wird mit warmem Sesamöl durchgeführt. Diese Ganzkörpermassage wirkt entspannend und vitalisierend, Giftstoffe und Schlacken werden aus-

ca. 80 Min.

€ 135

geschieden und Körperenergien werden harmonisiert. Abhyanga gilt im Ayurveda als Königin der Geborgenheit.

## Ganzkörper & Stirnölguss Abhyanga & Shirodhara

Ayurveda-Ganzkörpermassage mit Stirnölguss. 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“.

ca. 80 Min.

€ 155

## Fußmassage Padabhyanga

Wirkt beruhigend und ausgleichend bei Schlafstörungen, Nervosität und Kältegefühl.

ca. 25 Min.

€ 55

## Gesicht & Stirnölguss Mukabhyanga & Shirodhara

Gesichtsölmassage mit Stirnölguss.

ca. 50 Min.

€ 85

## Lomi Lomi Nui

Eine traditionelle, hawaiianische Ritualmassage zu Heilzwecken. In der Landessprache der Insulaner bedeutet „Lomi“ reiben, drücken, kneten. Die Verdoppelung verstärkt diese Bedeutung. „Nui“ heißt groß, wichtig, einzigartig. Bei dieser Anwendung wird mit Händen, Unterarmen und teilweise auch mit dem Ellbogen massiert. Die Bewegungen sind grundsätzlich fließend und leicht

schaukelnd. Dabei kommt viel warmes Öl zum Einsatz. Die „Königin der Massagen“, wie sie auch gerne bezeichnet wird, regelt den Energiefluss zwischen Körper, Geist und Seele. Genießen Sie die sanften Massagegriffe und lauschen Sie dabei den landestypischen Klängen balancestimulierender Musik. Spüren Sie das Gefühl des Aufgehobenseins im Geiste des Alohas!

ca. 80 Min.

€ 135



# ÄGYPTOS – DEN KÖRPER IN WOHLBEFINDEN HÜLLEN

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.

Bei dieser Behandlung wird der ganze Körper mit einer besonderen Technik umwickelt. Zuvor werden die Baumwollbandagen in eine warme Lösung aus feinster

ca. 110 Min.

Heilerde, Salz aus dem Toten Meer und Mineralien getränkt.

- » Sichtbare Straffung der Haut
  - » Entschlackung und Entgiftung
  - » Glättung von Cellulite & Fettpölstern
  - » Verkleinerung von Dehnungsstreifen
- Bereits nach der ersten Anwendung wird der Umfang an den Problemzonen sichtbar reduziert.

€ 145



**BUCHEN SIE 3 BEHANDLUNGEN UND SIE  
BEKOMMEN EINE DAVON GESCHENKT.**

14

Deutsch

# KÖRPER- BEHANDLUNGEN TEAM DR. JOSEPH

## Full body scrub with hay extracts

### Optimale Reinheit - Ganzkörperpeeling mit Marillenkernen & Heuextrakten

Das sanfte, effiziente BIO Körperpeeling mit Heublumenextrakten und gemahlenen Marillenkernen reinigt die Haut porentief und lässt diese klarer und leuchtender erscheinen.

ca. 25 Min.

Mit Teilkörpermassage ca. 50 Min.

€ 45

€ 83

## Moisturizing body wrap | Kostbare Oase

Intensive Feuchtigkeit & Pflege! Wirkstoffextrakte aus Apfel und Hagebutte verwöhnen anspruchsvolle, durstige Haut und versorgen sie intensiv. Eine Anwendung zur optimalen Durchfeuchtung Ihrer Haut und ein samtigseidiges Hautgefühl. Für Sonnenanbeter und Saunafreunde.

ca. 25 Min.

Mit Teilkörpermassage ca. 50 Min.

€ 45

€ 83

## Sport & Vitality body wrap | Gebündelte Energie - mit Arnika & Johanniskraut

Fühlen Sie die belebende Kraft der Sonnenpflanzen. 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.

ca. 25 Min.

Mit Teilkörpermassage ca. 50 Min.

€ 45

€ 83

15

Deutsch



# GESICHTSBEHANDLUNGEN NACH MARIA GALLAND

## Klassische Gesichtsbehandlung

Für alle Hautzustände geeignet. Es werden individuell abgestimmte Produkte verwendet.

ca. 50 Min.

Mit Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Maske und Abschlusscreme.

€ 85

## 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.

ca. 80 Min.

€ 125

## Lift expert | Maria Galland

Diese neue Lifting-Behandlung wirkt aufpolsternd und glättet Falten für ein straffes Aussehen und eine sichtbar jünger wirkende Haut. Die 100% manuelle Lifting Massage be-

steht aus verschiedenen intensiven Massagegriffen, dadurch wird die Zellaktivität stimuliert & die Haut erhält ein straffes, festeres Aussehen. 96% sichtbarer Lifting-Effekt!

ca. 80 Min.

€ 127

## Modellante | Maria Galland

Eine tiefenwirksame, sich selbst erwärrende Mineralienmaske in drei Variationen für Ihre individuellen Bedürfnisse: intensive Feuchtigkeit, effiziente Anti-Aging-Pflege

und regulierende Behandlung bei unreiner Haut. Diese Maske hat zudem einen spektakulären Lifting-Effekt und behandelt die unterschiedlichsten Problemzonen der Haut.

ca. 80 Min.

€ 130

## 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.

ca. 80 Min.

€ 140



18

Deutsch

## SALIN DE BIOSEL - HOCHWERTIGE BIOZERTIFIZIERTE KOSMETIKLINIE

### Gesichtsbehandlungen mit dem Quanta 8 Lichtimpulsgerät

„Energie für die 5 Hautfunktionen“ sind 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

ca. 80 Min.

€ 139



BUCHEN SIE 3 QUANTA-BEHANDLUNGEN UND  
SIE BEKOMMEN EINE DAVON GESCHENKT.



SALIN de BIOSEL®

New Rules of Beauty

## BIOSEL GESICHTSBEHANDLUNGEN

### Soin Bio Purete Gesichtsbehandlung

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

ca. 50 Min.

€ 95

### Soin Bio Filler Gesichtsbehandlung

Anti-Aging-Behandlung für Haut, die sehr viel Feuchtigkeit und Nährstoffe braucht, zum Glätten von Falten 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

ca. 80 Min.

€ 125

## BIOSEL KÖRPERBEHANDLUNG

### BIOSEL Anti-Cellulite Körperbehandlung mit Laser Quanta 8

Eine intensiv regenerierende und Körperformstraffende Behandlung. Sie aktiviert den Abbau von Fettgewebe und löst Verklebungen, vor allem an Bauch, Po und Oberschenkeln. Eine intensiv regenerierende und Körperformstraffende Behandlung. Sie aktiviert

ca. 50 Min.

Hauttyp abgestimmte Kombination aus Oligoelementen entstaubt Giftstoffe. Die darauffolgende Maske verwöhnt Ihre Haut rundum. Ihre parentief reine Haut kommuniziert Frische und Gesundheit.

19

Deutsch

NEW

€ 120

Spannungen ab. Dann werden das Gesicht und die Augenpartie vollkommen entstaubt und die Haut anhand einer Doppel-Maske mit Nährstoffen, Vitaminen und Traubenzyphephenolen versorgt. Eine modellierende, straffende Massage schließt die Behandlung ab, die Gesichtszüge entspannen sich, die Haut ist sichtbar verjüngt.

# KOSMETIK UND MEHR

## Maniküre – Gepflegte Hände

ohne Lack	<b>€ 50</b>	Augenbrauen & Wimpern
mit normalem Lack	<b>€ 59</b>	Augenbrauenregulierung
French	<b>€ 65</b>	Augenbrauen färben
mit Permanent Shellac Lack	<b>€ 70</b>	Wimpern färben
		Augenbrauen & Wimpern färben

## Pediküre mit Fußbad

ohne Lack	<b>€ 55</b>	Depilation
mit normalem Lack	<b>€ 64</b>	Oberlippe oder Kinn
French	<b>€ 70</b>	Achseln oder Bikinizone
mit Permanent Shellac Lack	<b>€ 75</b>	Arme
		Brust
		Rücken
	<b>€ 15</b>	Beine bis Knie
		Beine komplett

## Ablösen Shellac

Kosmetische Rückenbehandlung

Peeling, Bedämpfung, Tiefenreinigung **€ 75**



### 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 Far-

ca. 50 Min.

**€ 85**



### Brow Lifting

Für volle, dichte und perfekt geschwungene Augenbrauen. Das Brow Lifting inkl. Augenbrauenkorrektur und Farbe zaubert Ihnen formvollendete Augenbrauen, die Ihr

ca. 50 Min.

**€ 80**



Gesicht betonen und Ihrer Ausstrahlung schmeicheln. Der Effekt hält zwischen 4 und 6 Wochen.

### Paket Brow Lifting & Lash Lifting

ca. 100 Min.

**€ 158**

! 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.



# REINE MÄNNERSACHE

## Gesichtspflege für IHN

Mit Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Booster, Massage, Maske & Abschlusspflege.

ca. 50 Min.

€ 85

## Hydra' Global

Effektive Feuchtigkeitswirkstoffe und Anti-Aging-Komplexe sorgen für eine Rundum-Feuchtigkeitsversorgung. Die Haut behält

somit ihr junges Aussehen bei, wirkt straffer und frischer.

ca. 80 Min.

€ 125

## Soin Anti-âge Homme

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 Traubenzucker und Pheophytin glättet die Falten und strafft die Gesichtszüge und Augenpartie.

ca. 50 Min.

€ 95

## Klassische Maniküre & Pediküre

Maniküre ca. 50 Min.

€ 50

Pediküre ca. 50 Min.

€ 55

# PAARMASSAGEN- & BEHANDLUNGEN

## Aromaöl-Relax-Massage zu zweit

Lassen Sie sich von einer ganzheitlichen Entspannungsmassage verwöhnen und nehmen Sie die beruhigende Wirkung auf Körper und Geist wahr. Eine multisensorische Anwendung mit ausgewählten Bio-Aromaölen und sanften Massagetechni-

ken, die Ihre Muskulatur ins Gleichgewicht bringt und Ihre Seele streichelt. Anschließend genießen Sie ein Glas Prosecco und Süßes aus der Paradies-Patisserie.  
ca. 50 Min. Ganzkörpermassage  
ca. 10 Min. Nachruhzeit

2 Personen ca. 60 Min.

€ 159

## Holzschaflbad mit Teilkörper-Massage zu zweit

Gemeinsam entspannen bei einem Bad in unserem Holzschafl: Durch die konstante Wärme, die das Holz speichert, wird das Baden in der Wanne zum Genuss! Sie ge-

nienßen das Holzschaflbad mit einem wohlriechenden Zusatz, einem Glas Sekt und frischen Erdbeeren – es bleiben keine Wünsche offen.

1 Person | ca. 50 Min.

€ 70

2 Personen | ca. 50 Min.

€ 140

ca. 25 Min. Bad | ca. 25 Min. Teilmassage

## Wohlfühlmomente für zwei

Genießen Sie zeitgleich eine wohltuende Teilkörpermassage zu ca. 25 Minuten und entspannen Sie sich anschließend bei der Nachruhezeit mit einem Glas Prosecco

und etwas Süßem aus der Paradies Patisserie.  
ca. 25 Min. Teilkörpermassage  
ca. 25 Min. Nachruhzeit

2 Personen ca. 50 Min.

€ 85

## Spa Suite

Beginnen Sie Ihren gemeinsamen Wohlfühlparcours mit einem Aromadampfbad mit wohlriechenden Blütenextrakten bei milder, keramischer Strahlungswärme von 45°C. Die wohlige Wärme belebt die Sinne und lockert sämtliche Muskeln. Nacheinander folgt je eine angenehme Seifenschaum-

massage. Abgestorbene Hautschuppen werden weggebürstet und die Haut ist wieder frisch und zart. Nun lädt nacheinander je ein entspannendes Sprudelbad zum Wohlfühlen ein. Fünfzehn Minuten in duftendem Badezusatz straffen die Haut und entschlacken das Gewebe.

€ 80

€ 150





# MOMMY SPA



## Kopf-Nacken-Massage

ca. 25 Min.

€ 44

## Nacken- und Gesichtsmassage

Die Massage entspannt den Kopf, befreit den Nacken und verleiht Ihnen Energie und

Kraft für die wundervolle Zeit der Schwangerschaft.

ca. 25 Min.

€ 44

## Leichte Beinmassage

Diese Massage mit kühlendem Gel fördert Ihre Durchblutung, löst Stauungen und

Blockaden und hilft so dabei, das energetische System zu harmonisieren.

ca. 25 Min.

€ 39

## Milch- und Honigbad

Schon Kleopatra hat auf dieses Schönheitsritual geschworen. Die Kombination von Milch und Honig regt den Stoffwechsel an,

wirkt entschlackend, reinigt die Haut und macht sie samtig weich.

Bad ca. 25 Min.

Teilmassage ca. 25 Min.

€ 75

## Sanfte Aromaölmassage

ca. 50 Min.

€ 75

## Soin Bio Purete Gesichtsbehandlung

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 Hautschüpp-

chen und eine auf Ihren Hauttyp abgestimmte Kombination aus Oligoelementen entstaubt Giftstoffe. Die darauffolgende Maske verwöhnt Ihre Haut rundum. Ihre parentief reine Haut kommuniziert Frische und Gesundheit.

ca. 50 Min.

€ 95

## Ayurveda Ganzkörper

Die ayurvedische Massage kann bei vielen schwangerschaftsbedingten Beschwerden Linderung verschaffen. Beispielsweise bei Übelkeit, Rückenschmerzen, Wadenkrämpfen,

Schlafproblemen und Angstzuständen. Außerdem können die Ayurveda-Massagen helfen, die Hautelastizität zu steigern und so gegen Schwangerschaftsstreifen vorzubeugen.

ca. 50 Min.

€ 95

# KIDS & TEENIES

## Kids-Massage

Auch unsere kleinen Massagefans werden mit einer wohltuenden Massage-Einheit verwöhnt. Die Kleinen dürfen zwischen ca. 25 Min.

Schoko - oder Kokosöl wählen. Bis zu 13 Jahren.

€ 39

## Teenager Massage

Mit vorgewärmtem, duftendem Massageöl und gekonnt eingesetzten Griffen werden

bei dieser klassischen Massage Blockaden und Verspannungen gelöst.

ca. 25 Min.

€ 43

ca. 50 Min.

€ 75

## 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.

€ 35

## Teenie Gesichtsbehandlung

Peeling, Tiefenreinigung, Wirkstoffampulle, ca. 50 Min.

Massage, individuelle Maske, Tagescreme.

€ 75





# YOGA

Bereits seit 4 Jahren begleitet Marilena Pirhofer ihre Gäste hin zu innerem Gleichgewicht und sorgt immer wieder für entspannte Gesichter. Seit jeher faszinierte Marilena ein gesunder und bewusster Lebensstil in Kombination mit Sport und Bewegung, bevor die Leidenschaft zum Yoga während ihrer Reise quer durch Südostasien richtig anfing. 2016 besuchte sie in Bali ihre erste richtige Yoga-Stunde und erhielt dort einen wun-

derbaren Einblick in die Vielfalt der Yogatradition. Sie besuchte dann 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. Im Yogaprogramm finden Sie Yoga-Arten wie z.B. Hatha Yoga, Yin Yoga, Sivananda Yoga, verschiedene Meditationen und Entspannungseinheiten.

## Private Yoga-Stunden

Neben wöchentlichen Gruppenkursen haben Sie nun die Möglichkeit, auf Anfrage und

gegen Gebühr private Einzelstunden mit unserer Yoga-Expertin Marilena zu buchen.

1 Person

2 Personen

€ 75  
€ 82

NEW

## Baby & Me Yoga

auf Anfrage

NEW

## Prenatal Yoga

auf Anfrage

31

Deutsch



## LAVITA SPA

LaVita Spa al Paradies offre un'area wellness che si estende per 2500 m<sup>2</sup> di puro benessere. Dalla piscina interna con cascata e impianto di nuoto controcorrente, potrete raggiungere attraverso un passaggio ad hoc la vasca esterna riscaldata tutto l'anno e dotata di postazioni idromassaggio. Le famiglie con bambini di età superiore ai sei anni vivranno momenti di autentico benessere nel mondo sauna a loro dedicato e composto da sauna finlandese, bagno turco, grotta di ghiaccio, tepidarium e sauna alle erbe aromatiche. Per ristabilire il giusto equilibrio tra corpo e anima, avrete a disposizione una silenziosa oasi con lettini ad acqua o una zona relax con angolo tisaneria. Per tutti gli ospiti con età superiore ai sedici anni, in giardino sorge l'esclusivo Silence Spa Garden con una piscina con acqua salata, tre diverse saune di cui una panoramica, lussuose zone relax e splendide terrazze baciate dal sole dove godere di momenti di pure piacere. Assolutamente consigliato durante il vostro soggiorno: un massaggio o un trattamento cosmetico effettuato dalle mani esperte dei nostri collaboratori con prodotti pregiati quali Maria Galland, Vitalis Dr. Joseph o Salin de Biosel. Vi sembrerà di essere in paradiso!

*Famiglia Pirhofer*



## MASSAGGI ENERGETICI

### Massaggio classico completo

ca. 50 min. **€ 75**

### Massaggio classico parziale

ca. 25 min. **€ 43**

### Massaggio sportivo schiena e gambe

ca. 50 min. **€ 84**

### Massaggio sportivo schiena e gambe

ca. 25 min. **€ 49**

### Massaggio collo, schiena, piedi

ca. 50 min. **€ 75**

# MASSAGGI RILASSANTI E ATTIVANTI

34

Italiano



## Massaggio relax agli oli essenziali

Una selezione di oli aromatici biologici, assieme a delicate tecniche di massaggio, trasmette una sensazione di puro relax dalla testa ai piedi. Durante questo trattamento ca. 50 min.

to multisensoriale, il corpo si distende, la mente si alleggerisce e ogni cosa ritrova il suo perfetto equilibrio.

€ 75

## Massaggio con tamponi alle erbe by VITALIS

Attraverso l'uso di piccole coppe con erbe naturali si va a pressare delicatamente il corpo, creando un rigenerante effetto peeling sulla pelle e stimolando la circolazione

ca. 50 min.

sanguina nonché il metabolismo. L'aroma calmante degli oli essenziali si diffonde sciogliendo ogni tensione e donando una nuova verve.

€ 85

## Massaggio con campane tibetane

Le campane tibetane, metalliche e di diversa grandezza, vengono posizionate sul corpo e intorno a esso. Attraverso la loro oscillazione, sarete pervasi completamente dal suono e dalle vibrazioni. Questo trat-

tamento scioglie i blocchi energetici e lo stress, attiva le forze di autoguarigione e libera energia creativa. Un abbigliamento comodo favorisce la perfetta esecuzione del massaggio.

ca. 50 min.

€ 85



Massaggio con tamponi alle erbe

## Massaggio con pietre basaltiche by VITALIS

All'inizio di questo massaggio i centri energetici del corpo vengono stimolati con pietre basaltiche calde. Il successivo massaggio con oli essenziali sui punti chakra aiuta a stimolare l'attività linfatica e la detossifi-

ca. 50 min.

€ 95

## Massaggio plantare stimolante

Ogni parte del corpo è collegata a zone energetiche specifiche presenti sulla pianta dei piedi. Attraverso un massaggio mi-

ca. 50 min.

rato di queste aeree è possibile migliorare il flusso nervoso di tutto l'organismo, sciogliere le tensioni e favorire la circolazione.

€ 80



# BENESSERE PER LA SCHIENA

## Massaggio testa, collo, spalle e schiena VITALIS



È proprio quello che ci voleva! Durante questo massaggio si effettuano delle manovre speciali a nuca, collo e spalle, andando a sciogliere ogni tipo di tensione con l'aiuto di efficaci estratti vegetali. Inoltre, si rafforza la

ca. 50 min.

€ 84

## Massaggio intensivo alla schiena con coppettazione

Questa tradizionale tecnica di massaggio consente di trattare l'intera area della schiena, fino alla nuca. Le tensioni vengono sciol-

te e gli stati di dolore alleviati. Attraverso l'uso di piccole coppe di vetro si stimola la circolazione sanguigna e linfatica.

ca. 50 min.

€ 80

## Massaggio alla schiena con miele dell'Alto Adige

Con pressioni intense e l'aiuto del miele caldo, le tossine accumulate nei tessuti vengono eliminate dal corpo. Inoltre attraverso la stimolazione delle zone riflesse della schiena vengono sollecitate anche le funzioni degli organi. Il massaggio con il miele ar-

monizza, rilascia un flusso d'energia e ha un effetto rinforzante sui nervi, sulla pelle e sul sistema immunitario.

\*La schiena deve essere depilata prima del trattamento.

ca. 50 min.

€ 75

## Schiena in forma by VITALIS



Durante questo trattamento alla schiena, le manovre e l'intensità vengono adattate alle vostre esigenze. Si usano oli con efficaci principi attivi naturali, piccole coppe di vetro

e campane tibetane, i quali hanno un effetto distensivo e migliorano la dinamica della colonna vertebrale.

ca. 50 min.

€ 84

# AYURVEDA & LOMI LOMI

## Massaggio completo Abhyanga

Abyanga è la pratica regina dei massaggi ayurvedici e viene effettuata con puro olio di sesamo applicato a caldo. Ha un profondo ef-

fetto rilassante e rivitalizzante, aiuta a eliminare dall'organismo le tossine fisiche e mentali nonché armonizza i Dosha, i centri energetici.

ca. 80 min.

€ 135

## Massaggio completo & Oleazione fronte Abhyanga & Shirodhara

Il trattamento ha inizio con un massaggio rilassante completo, che stimola la vascolarizzazione, il metabolismo e la circolazione.

Segue l'oleazione della fronte, che intensifica la sensazione di relax e quiete interiore. Una pratica ayurvedica fondamentale.

ca. 80 min.

€ 155

## Piedi Padabhyanga

Grazie alla sua azione rilassante e riequilibrante, è particolarmente indicato in presenza di disturbi del sonno, nervosismo e sensazione di freddo.

ca. 25 min.

€ 55

## Viso & Oleazione della fronte Mukabhyanga & Shirodhara

Massaggio al viso con oli essenziali e oleazione della fronte.

ca. 50 min.

€ 85

## Lomi Lomi Nui

Tradizionale massaggio rituale delle Hawaii con finalità terapeutiche. Il termine Lomi, che nella lingua locale significa "massaggiare, premere, modellare", acquista maggiore enfasi attraverso la ripetizione. Nui, invece, può essere tradotto con "grande, importante, unico". Il trattamento, che richiede una notevole quantità di olio caldo, prevede l'impiego delle mani, degli avambracci e, in parte, anche dei

gomiti. I movimenti sono fluidi e leggermente oscillanti. Questo "Re dei massaggi", come viene comunemente definito, regola il flusso energetico tra corpo e anima. Le delicate manualità vengono accompagnate da caratteristici suoni hawaiani, che conducono verso una profonda armonia interiore. Affidatevi alle mani esperte delle nostre massaggiatrici e abbracciate lo spirito dell'Aloha!

ca. 80 min.

€ 135



# ÄGYPTOS – UN BENESSERE AVVOLGENTE

Un body forming altamente efficace! Bendaggi di cotone e impacchi all'argilla curativa o ai sali del Mar Morto rispondono alle esigenze individuali di diversi tipi di corpi e pelle.  
Il trattamento prevede il bendaggio dell'intero corpo attraverso una tecnica particolare che utilizza bende di cotone imbevuta di fanghi naturali, sale del Mar Morto e minerali.

- » Nuova forza alla pelle
  - » Effetto detox
  - » Pelle levigata e grasso localizzato sciolto
  - » Riduzione delle smagliature
- Già dalla prima applicazione è possibile notare un miglioramento delle problematiche.

ca. 110 min.

€ 145

**SE PRENOTATE 3 TRATTAMENTI,  
NE RICEVERETE 1 IN REGALO.**



# TRATTAMENTI PER IL CORPO TEAM DR. JOSEPH

## Full body scrub with hay extracts

**Pulizia profonda – Peeling corpo con microgranuli di noccioli di albicocche ed estratti di fiori di fieno**

Il leggero peeling corpo BIO agli estratti di fiori di fieno e microgranuli di noccioli di albicocche deterge i pori in profondità e rende la pelle più chiara e luminosa.

€ 45  
€ 83

## Moisturizing body wrap | Oasi preziosa

Massima idratazione e benessere intenso: questo trattamento con estratti di mela e rosa canina nutre e cura la pelle più esigente.

Per una massima idratazione e una sensazione di estrema morbidezza. Per gli amanti del sole e della sauna.

€ 45  
€ 83

## Sport & Vitality body wrap | Energia concentrata – Con arnica e iperico

Lasciatevi pervadere dalla forza tonificante delle "piante del sole". Questo impacco benefico dona nuova energia alle articolazioni e ai muscoli affaticati. La forza del comples-

so di principi attivi dell'arnica e dell'iperico cancella lo stress, scioglie ogni tensione e migliora le prestazioni della muscolatura.

€ 45  
€ 83





# TRATTAMENTI VISO MARIA GALLAND

## Trattamento viso piccolo

Adatto a tutti i tipi di pelle. Vengono utilizzati prodotti specifici in base alle necessità individuali. Con pulizia, peeling, pulizia profonda, maschera e crema finale.

ca. 50 min.

€ 85

## Hydra' Global

Il perfetto mix di efficaci ingredienti idrattanti e complessi anti-età permette di idratare completamente la pelle, che così appa-

re ringiovanita e tonica. Inoltre, si riducono i segni di stanchezza, restituendo alla cute freschezza e vitalità.

ca. 80 min.

€ 125

## Lift expert | Maria Galland

Questo nuovo trattamento a effetto lifting leviga le rughe e rende la pelle compatta e visibilmente più giovane. Il massaggio effettuato manualmente stimola l'attività cellulare e conferisce alla cute un aspetto più tonico e disteso.

ca. 80 min.

€ 127

## Modellante | Maria Galland

Una maschera minerale ad azione profonda e autoriscaldante presente in tre varianti che rispondono a ogni esigenza: idratazione intensiva, efficace cura anti-età e trattamento

regolatore per la pelle impura. Questa maschera ha anche uno spettacolare effetto lifting e tratta diverse aree della pelle.

ca. 80 min.

€ 130

## Deluxe Mille

Un pregiato trattamento con risultati spettacolari. Un complesso attivo di tartufi, oro da ventiquattro carati, peptidi anti-età e un premiato attivatore cellulare, sviluppato

esclusivamente da e per Maria Galland, leviga la pelle e dà un significato completamente nuovo al termine "anti-età".

ca. 80 min.

€ 140

43

Italiano

MARIA GALLAND  
PARIS



44  
Italiano

## SALIN DE BIOSEL - LINEA COSMETICA BIOLOGICA DI ALTA QUALITÀ CERTIFICATA

### Trattamenti viso con il laser di fotobiomodulazione Quanta 8

I trattamenti "Energia per le 5 funzioni della pelle" rappresentano un'effettiva, completa, efficace riabilitazione funzionale per una pelle visibilmente più sana e bella. Grazie alle emissioni luminose e vibratorie, il dispositivo di fotobiomodulazione Quanta 8 aumenta l'effetto delle varie sostanze nutritive

ca. 80 min.

presenti negli specifici prodotti utilizzati nei cinque programmi disponibili.

- » Per pelli molto sensibili
- » Per pelli spente
- » Per pelli secche con arrossamenti
- » Per pelli impure con ritenzioni
- » Per pelli segnate dal tempo

€ 139

3=2

SE PRENOTATE 3 TRATTAMENTI BIOSEL,  
NE RICEVERETE 1 IN REGALO!



SALIN de BIOSEL®

New Rules of Beauty

## TRATTAMENTI VISO BIOSEL

### Trattamento viso Soin Bio Purete

Pulizia completa per tutti i tipi di pelle. Con l'azione del vapore i pori si aprono permettendo la rimozione delle impurità. Un delicato peeling a base di estratto di bambù eli-

ca. 50 min.

mina le cellule morte e una combinazione personalizzata di oligoelementi agisce sulle tossine. La successiva maschera coccola la pelle che appare più fresca e splendente.

€ 95

### Trattamento viso Soin Bio Filler

Il trattamento anti-aging per pelli che hanno bisogno di molta idratazione e nutrimento: leviga i segni del tempo e rassoda i tessuti. Il delicato peeling in combinazione a un energetico micromassaggio dona luminosità, mentre il massaggio anti-stress al collo e alle spalle restituisce una sensazio-

ca. 80 min.

ne di rilassatezza. Il viso e la zona contorno occhi appaiono levigati grazie alla doppia maschera con vitamine e polifenoli dell'uva. Un ulteriore massaggio del viso conclude il trattamento che garantisce una pelle visibilmente ringiovanita.

€ 125

## TRATTAMENTO CORPO BIOSEL

### Trattamento corpo anticellulite con laser Quanta8 by Biosel

Un trattamento profondamente rigenerante e modellante del corpo, che attiva la riduzione del tessuto adiposo e scioglie le aderenze, specie su addome, glutei e co-

ca. 50 min.

sce. Inoltre, gli estratti di zenzero, edera e corteccia di cannella, combinati con il laser Quanta8 e un massaggio energizzante, scolpiscono i contorni.

€ 120



45  
Italiano

# TRATTAMENTI COSMETICI E NON SOLO

## Manicure

Senza smalto	<b>€ 50</b>	Regolazione sopracciglia	<b>€ 15</b>
Con smalto	<b>€ 59</b>	Colorazione sopracciglia	<b>€ 17</b>
French manicure	<b>€ 65</b>	Colorazione ciglia	<b>€ 19</b>
Con smalto permanente	<b>€ 70</b>	Colorazione ciglia e sopracciglia	<b>€ 32</b>

## Pedicure con pediluvio

Senza smalto	<b>€ 55</b>	Labbro superiore o mento	<b>€ 12</b>
Con smalto normale	<b>€ 64</b>	Ascelle o bikini	<b>€ 20</b>
French pedicure	<b>€ 70</b>	Braccia	<b>€ 20</b>
Con smalto permanente	<b>€ 75</b>	Petto	<b>€ 36</b>

## Rimozione del smalto permanente

<b>€ 15</b>	Gamba fino al ginocchio	<b>€ 41</b>
	Gamba intera	<b>€ 50</b>

## Trattamento cosmetico schiena

Peeling, vapore e pulizia profonda	<b>€ 75</b>
------------------------------------	-------------

## Sopracciglia e ciglia

Regolazione sopracciglia	<b>€ 15</b>
Colorazione sopracciglia	<b>€ 17</b>
Colorazione ciglia	<b>€ 19</b>
Colorazione ciglia e sopracciglia	<b>€ 32</b>

## Depilazione

Labbro superiore o mento	<b>€ 12</b>
Ascelle o bikini	<b>€ 20</b>
Braccia	<b>€ 20</b>
Petto	<b>€ 36</b>
Schiena	<b>€ 38</b>
Gamba fino al ginocchio	<b>€ 41</b>
Gamba intera	<b>€ 50</b>



### Lifting ciglia

Desiderate ciglia lunghe e folte? Allora, con questo trattamento otterrete ciglia visivamente più piene e dalla forma curva, grazie

ca. 50 min.

**€ 85**



### Lifting sopracciglia

Per sopracciglia folte, spesse e perfettamente ricurve. Questo trattamento, che include la correzione e la colorazione delle

ca. 50 min.

**€ 80**



sopracciglia, va a modellarne la forma e donare più bellezza al viso. L'effetto dura dalle 4 alle 6 settimane.

### Pacchetto lifting sopracciglia e ciglia

ca. 100 min.

**€ 158**



Per un'efficacia ottimale del trattamento, si prega di venire senza trucco e di evitare

il contatto diretto con l'acqua nelle successive 24 ore.



# BEAUTY PER LUI

## Cura del viso

Con pulizia, peeling, pulizia profonda, booster, massaggio, maschera e trattamento finale.  
ca. 50 min.

€ 85

## Hydra-Global

Efficaci ingredienti idratanti e complessi anti-età forniscono un'idratazione completa. La pelle mantiene così il suo aspetto rinvigorito e appare più tonica e fresca.

€ 125



## Soin Anti âge Homme

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.

ca. 50 min.

€ 95

## Pedicure e manicure classica

Manicure ca. 50 min.

€ 50

Pedicure ca. 50 min.

€ 55

# MASSAGGI E TRATTAMENTI DI COPPIA

50

Italiano

## Massaggio rilassante con olio aromatico

Concedetevi un massaggio rigenerante per corpo e anima. Grazie all'uso di oli aromatici, biologici e selezionati, e a manovre delicate, l'organismo ritrova il suo naturale equilibrio.

Al termine del trattamento, potrete godervi

2 persone ca. 60 min.

€ 159

## Bagno nella tinozza e massaggio parziale per due

Concedetevi un bagno di coppia nella tinozza con una profumata essenza: grazie al calore immagazzinato dal legno, rilasciato in maniera costante, vivrete un'esperienza

di assoluto piacere! Inoltre, vi vizieremo con un bicchiere di prosecco e deliziose fragole: cosa desiderare di più? La profumazione la potrete scegliere al momento.

1 persona ca. 50 min.

€ 70

2 persone ca. 50 min.

€ 140

ca. 25 min. Bagno | ca. 25 min. Massaggio parziale

## Relax di coppia

Godetevi insieme un rigenerante massaggio parziale di ca. 25 min. e concludete in bellezza la vostra pausa wellness con un calice di pro-

secco e dolci tentazioni della nostra pasticceria.  
ca. 25 min. Massaggio parziale  
ca. 25 min. Riposo

2 persone ca. 50 min.

€ 85

## Spa Suite

Cominciate il vostro trattamento da sogno con un bagno turco aromatizzato con estratti di fiori a una temperatura di 45 °C. Il piacevole calore rivitalizza i sensi e scioglie la tensione muscolare. Segue un piacevole massaggio alla schiuma di sapone (uno

1 persona ca. 50 min.

2 persone ca. 80 min.

dopo l'altro) che elimina le cellule epiteliali morte rendendo la cute fresca e morbida. Infine potrete rilassarvi uno dopo l'altro per 15 minuti nell'idromassaggio arricchito da un'essenza profumata per tonificare la pelle e depurare i tessuti.

€ 80

€ 150





# MOMMY SPA



## Massaggio nuca e collo

ca. 25 min.

€ 44

## Massaggio viso-collo

Questo trattamento rilassa nuca e collo, meravigliosi mesi di gravidanza, donando nuova vitalità per affrontare i

ca. 25 min.

€ 44

## Massaggio soft gambe

Questo massaggio favorisce la circolazione, riduce la ritenzione idrica e scioglie i bloc-

chi, aiutando ad armonizzare il sistema energetico.

ca. 25 min.

€ 39

## Bagno al latte e miele

Già Cleopatra si affidava a questo rituale di bellezza. La combinazione di latte e miele stimola il metabolismo, svolge un'azione

disintossicante e depura delicatamente la pelle, rendendola morbida come il velluto.

Bagno ca. 25 min.

Massaggio parziale ca. 25 min.

€ 75

## Delicato massaggio con oli aromatici

ca. 50 min.

€ 75

## Trattamento viso Soin Bio Purete

Pulizia completa per tutti i tipi di pelle. Con l'azione del vapore i pori si aprono permettendo la rimozione delle impurità. Un delicato peeling a base di estratto di bambù eli-

mina le cellule morte e una combinazione personalizzata di oligoelementi agisce sulle tossine. La successiva maschera coccola la pelle che appare più fresca e splendente.

ca. 50 min.

€ 95

## Massaggio ayurvedico completo

Questo massaggio dona sollievo in presenza di numerosi disturbi legati alla gravidanza, quali nausea, mal di schiena, crampi al polpaccio, problemi del sonno e stati

d'ansia. Inoltre, contribuisce ad aumentare l'elasticità cutanea, prevenendo così la comparsa di smagliature.

ca. 50 min.

€ 95

# KIDS & TEENIES

## Kids-Massage

Anche i piccoli ospiti (fino a 13 anni) potranno godere un piacevole massaggio scegliendo tra l'olio al cioccolato o al cocco.

ca. 25 min.

€ 39

## Massaggio per teenager

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

ca. 25 min.

€ 43

ca. 50 min.

€ 75

## Princess Nails

Le piccole principesse fino a 10 anni del Paradies vengono coccolate dalle nostre esperte beauty con una splendida manicure con smalto.

€ 35

## Trattamento viso per teenager

Pulizia, peeling, pulizia profonda, booster, maschera e trattamento finale.

ca. 50 min.

€ 75





# YOGA

Da ormai quattro anni, Marilena Pirhofer accompagna gli ospiti in una dimensione di relax e pace interiore. Marilena ha sempre creduto nell'efficacia di uno stile di vita consapevolmente sano unito a un'attività fisica funzionale, fino a rivedere tali principi riflessi nello yoga, disciplina di cui si è subito appassionata durante un viaggio per il sud-est asiatico. Nel 2016, a Bali, frequentò la sua prima vera lezione di yoga,

avvicinandosi alla relativa affascinante tradizione. Dopodiché, approfondì le proprie conoscenze durante diversi corsi specifici, seguendo nella quotidianità un approccio yoga. Infine, nel 2019 ha conseguito il titolo di insegnante in India, la culla dello yoga. Nel programma dedicato in hotel potrete conoscere diverse tipologie, come l'Hatha yoga, lo Yin Yoga, il Sivananda yoga e altre pratiche meditative.

## Lezioni private di yoga

Oltre alle sessioni di gruppo settimanali, avrete la possibilità di richiedere lezioni di

1 persona

2 persone

€ 75  
€ 82

NEW

## Baby & me yoga

su richiesta

NEW

## Yoga prenatale

su richiesta



# LAVITA SPA

Enjoy a wellness world of 2500 m<sup>2</sup> in our LaVita Spa, which offers a total sensory experience. From the indoor pool with waterfall and counter-current swimming lane, you can reach the outdoor pool with hydromassage stations. Families with children over the age of six can experience moments of genuine well-being in the different saunas dedicated to them (clothed). To restore the balance between body, spirit and soul, you can use our silent oasis with water beds and an open space relaxation area with a tea corner. Guests over 16 can experience relaxation on the highest level in our Silence Spa Garden: Here you will find a salt-water swimming pool, three different saunas, one of which is panoramic, luxurious relaxation areas and beautiful sun-kissed terraces that will satisfy every desire. A must during your stay: Regenerating massages or treatments, using products of fine cosmetic lines such as Maria Galland, Vitalis Dr. Joseph and Salin de Biosel, performed by our experienced staff. You will feel like being in paradise, with long-lasting effects, we promise!

*Family Pirkhofer*



# ENERGIZING MASSAGES

## Classic full body massage

about 50 min. **€ 75**

## Classic partial massage

about 25 min. **€ 43**

## Sports massage - back and legs

about 50 min. **€ 84**

## Sports massage - back or legs

about 25 min. **€ 49**

## Back-neck-foot massage

about 50 min. **€ 75**



# RELAXING AND ACTIVATING MASSAGES

## **Relaxing massage with essential oils**

A selection of organic aromatic oils, paired with delicate massage techniques, transmits a feeling of pure relaxation from head to toe. During this multisensory treatment, the body relaxes, the mind clears, and everything finds its perfect balance.

about 50 min.

€ 75

## **VITALIS massage with herbal cups**

The body is gently pressed with the use of small cups with natural herbs, creating a regenerating peeling effect on the skin and stimulating blood circulation as well

about 50 min.

€ 85

## **Massage with Tibetan bells**

The Tibetan bowls, made of metal and in different sizes, will be placed on your body and around you. With their oscillation, you will be completely taken in by the sound and vibration. This treatment dissolves energy

about 50 min.

€ 85

as the metabolism. The soothing aroma of aromatic oils spreads, dissolving all tension and offering new verve.



Massage with herbal cups

## **VITALIS basalt stone massage**

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

about 50 min.

€ 95

## **Stimulating foot massage**

Each part of the body is connected to specific energy zones on the soles of the feet. Through a targeted massage of these areas,

about 50 min.

and detoxification of the body. With this treatment, you can enjoy the exceptional sensation of deep heat and all the pleasant fragrance of aromatic oils: the primordial energy will relax your body and soul.

as, it is possible to improve the flow of the nervous system and the whole body to relieve tension and promote circulation.

€ 80



# WELLNESS FOR THE BACK

## VITALIS head, neck, shoulder and back massage

Just what we needed! During this massage, special manual techniques are carried out on the nape, neck and shoulders, dissolving all tension with the aid of effective plant extracts. In addition, microcirculation, vessels,

about 50 min.

€ 84

## Intensive back massage with cupping glasses

With this traditional massage technique, the entire area of the back is treated, up to the neck. It dissolves tension and relieves

about 50 min.

pain. In addition, the use of cupping stimulates blood circulation to the muscles.

€ 80

## Back magssage with traditional South Tyrolean honey

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 reflex zones of the back also stimulate the functions of the associated organs. The honey

about 50 min.

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. \*For this treatment the back should be depilated beforehand

€ 75

## A healthy back by VITALIS

During this back treatment, the manoeuvres and intensity are adapted to your needs. We use oils with effective natural ac-

about 50 min.

tive ingredients, small glass cups and Tibetan bells, which have a relaxing effect and improve the dynamics of the spine.

€ 84



# AYURVEDA & LOMI LOMI

## Complete body massage Abhyanga

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.

about 80 min.

€ 135

## Complete body massage and oil on forehead Abhyanga & Shirodhara

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.

about 80 min.

€ 155

## Feet Padabhyanga

Thanks to its relaxing and balancing effect, it is suggested for sleep disorders,

about 25 min.

€ 55

## Face massage & oil on forehead Mukabhyanga & Shirodhara

Oil face massage, for relaxation oil is poured on the forehead.

about 50 min.

€ 85

## Lomi Lomi Nui

This is a traditional Hawaiian massage ritual with a therapeutic effect. The term 'Lomi', which means „massage, press, shape“, is repeated for emphasis. 'Nui' can be translated as „big, important, unique.“ This treatment, which requires a considerable amount of hot oil, requires the use of hands, forearms and partly the elbows as well. The move-

ments are fluid and oscillate slightly. This so-called „king of massages“ regulates the energy flow between body, spirit and soul. The delicate hand movements are accompanied by typical Hawaiian sounds for deep inner harmony. You're in expert hands with our masseuses: say Aloha to a newfound well-being.

about 80 min.

€ 135



# ÄGYPTOS – WRAP YOUR BODY IN WELLNESS

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, about 110 min.

salt from the dead sea and minerals.  
 » Visible skin lifting  
 » Purification and detoxification  
 » Smoothing of cellulites & fat pads  
 » Reduction of stretch marks

Already after the first application the scope of the problem zones is visibly reduced.

€ 145



**BOOK 3 TREATMENTS, YOU WILL GET 1 FOR FREE.**



# BODY TREATMENTS TEAM DR. JOSEPH

## Full body scrub with hay extracts

### Optimal purity - whole body peeling with apricot kernels & hay extracts

The gentle, efficient BIO body peeling with hay flower extracts and ground apricot ker-

nels cleanses the skin deep into the pores and leaves it looking clearer and brighter.

about 25 min.

With partial body massage about 50 min.

€ 45

€ 83

## Moisturizing body wrap | Precious oasis

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 opti-

mal moisturization of your skin and a velvety-silky skin feeling. For sun worshippers and sauna enthusiasts.

about 25 min.

With partial body massage about 50 min.

€ 45

€ 83

## Sport & Vitality body wrap | Bundled energy - with Arnica & St. John's wort

Feel the invigorating power of the sun plants. This health pack gives your tired joints and muscles new energy. The power of the active ingredient complex of arnica

and St. John's wort reduces stress, releases tension and supports the performance of your muscles.

about 25 min.

With partial body massage about 50 min.

€ 45

€ 83



# MARIA GALLAND FACIAL TREATMENTS

## Small Face Treatment

Suitable for all skin types. Individually adapted products are used. With clean-

ing, peeling, deep cleasing, mask and final care.

€ 85

## Hydra-Global

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.

€ 125

## Lift expert | Maria Galland

This new lifting treatment boosts the skin and smoothes out wrinkles for a firm appearance and a visibly younger skin. The 100% manual lifting massage consist 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.

€ 127

## Modellante | Maria Galland

A deep-acting, self-warming mineral mask available in three variants that meet every need: intensive hydration, effective anti-aging care and regulating treatment for skin

with impurities. This mask also has a spectacular lifting effect and treats different areas of the skin.

€ 130

## Deluxe Mille

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".

€ 140





## 70 SALIN DE BIOSEL - HIGH-QUALITY CERTIFIED ORGANIC COSMETIC LINE

English

### Facial treatments with the Quanta 8 cell modulation device

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 frequen-

cies, 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

€ 139

BOOK 3 BIOSEL TREATMENTS, YOU WILL GET 1 FOR FREE.

3=2



SALIN de BIOSEL®

New Rules of Beauty

## BIOSEL FACIAL TREATMENTS

### Soin Bio Purete facial treatment

Comprehensive cleansing for all skin types. Under steam all pores are opened and impurities and comedones are gently removed. A gentle, twofold vegetable peeling with bamboo extracts removes flaky skin

about 50 min.

€ 95

### Soin Bio Filler facial treatment

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

about 80 min.

€ 125

## BIOSEL BODY TREATMENT

### Anti-cellulite body treatment with Quanta8 laser by BIOSEL

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 Quanta8 laser and an energizing massage, sculpt the contours.

about 50 min.

€ 120



## 71

English

# BEAUTY TREATMENTS AND MORE

## Manicure

without nail polish	<b>€ 50</b>
with nail polish	<b>€ 59</b>
french manicure	<b>€ 65</b>
with permanent nail polish	<b>€ 70</b>

## Pedicure with foot bath

without nail polish	<b>€ 55</b>
with normal nail polish	<b>€ 64</b>
french manicure	<b>€ 70</b>
with permanent nail polish	<b>€ 75</b>

## Removal of permanent nail polish

<b>€ 15</b>
Leg up to the knee

## Back cosmetic treatment

Peeling, steam and deep cleansing	<b>€ 75</b>
--------------------------------------	-------------

## Eyebrows and eyelashes

Eyebrow correction	<b>€ 15</b>
Eyebrow colouring	<b>€ 17</b>
Eyelash tinting	<b>€ 19</b>
Eyelash and eyebrow tinting	<b>€ 32</b>

## Hair removal

Upper lip or chin	<b>€ 12</b>
Armpits or bikini	<b>€ 20</b>
Arms	<b>€ 20</b>
Chest	<b>€ 36</b>
Back	<b>€ 38</b>
Leg up to the knee	<b>€ 41</b>
Full leg	<b>€ 50</b>



## Eyelash lifting

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.



about 50 min.

**€ 85**

## Eyebrow lift

For thick, 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.



about 50 min.

**€ 80**

## Eyebrow and eyelash lifting package

about 100 min.

**€ 158**

! 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.





# GROOMING FOR MEN

## Facial treatment for men

With cleaning, peeling, deep cleansing, booster, massage, mask and final care.

about 50 min.

€ 85

## Hydra-Global

Effective moisturizing ingredients and anti-aging complexes provide complete hydration. The skin maintains its rejuvenated appearance and appears more toned and fresh.

about 80 min.

€ 125

## Soin Anti âge Homme

An anti-aging treatment for mature skin. A peeling made of bamboo bark erases the signs of aging. Marine algae and plant proteins nourish the skin and give it new suppleness. A mask with grape polyphenols smoothes wrinkles and tightens the facial features and eye area.

about 50 min.

€ 95

## Classic pedicure and manicure

Manicure about 50 min.

€ 50

Pedicure about 50 min.

€ 55

# MASSAGES AND TREATMENTS FOR COUPLES

76

English

## Relaxing massage with aromatic oil

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,

2 people about 60 min.

you can enjoy a glass of prosecco and delicious sweets made by the Paradies pastry chefs.  
about 50 min. Full body massage  
about 10 min. Rest

€ 159

## Bath in the tub and partial massage for two

Treat yourself to a bath for two in the tub with a fragrant essence: thanks to the heat stored by the wood, released constantly, you will enjoy an experience of absolute pleasure!

1 person about 50 min.

2 people about 50 min.

In addition, we will spoil you with a glass of prosecco and delicious strawberries: what more could you want? You can choose the fragrance you prefer on the spot.

€ 70

€ 140

about 25 min. Bath | about 25 min. Partial massage

## Couples' relaxation

Enjoy a regenerating partial massage of about 25 minutes and finish your wellness break with a glass of prosecco and the

sweet temptations of our pastisserie.  
about 25 min. Partial massage  
about 25 min. Rest

2 people about 50 min.

€ 85

## Spa Suite

Start your joint relaxation parcours with an aroma steam bath with aromatic flower essences by a mild, ceramic radiant heat of 45°C. The cosy warmth stimulates all senses and relaxes the muscles. After follows a pleasant soap foam massage (one by one).

1 person about 50 min.

2 people about 80 min.

Dead skin flakes are brushed off and the skin is again fresh and soft. Now you can relax one by one in a bubble bath. Fifteen minutes in scented bath essence tightens the skin and purifies the tissue.

€ 80

€ 150





# MOMMY SPA



## Nape and neck massage

about 25 min.

€ 44

## Face and neck massage

This treatment relaxes the nape and the neck, offering you renewed energy and strength to take on the wonderful months

of pregnancy. For this treatment we use exclusively highquality oils.

about 25 min.

€ 44

## Soft leg massage

This leg massage promotes circulation, reduces water retention and melts block-

ages, helping to harmonize the energetic system.

about 25 min.

€ 39

## Milk and honey bath

Cleopatra herself used this beauty ritual. The combination of milk and honey stimulates the metabolism, has a detoxifying ef-

fect and delicately purifies the skin, making it velvety soft.

Bath about 25 min.

Partial massage about 25 min.

€ 75

## Gentle massage with aromatic oils

about 50 min.

€ 75

## Soin Bio Purete facial treatment

Comprehensive cleansing for all skin types. Under steam all pores are opened and impurities and comedones are gently removed. A gentle, twofold vegetable 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.

about 50 min.

€ 95

## Ayurveda full body

The ayurvedic massage can provide relief by pregnancy related pains. Examples are sickness, back pains, leg cramps, sleep-

ing disorders and anxiety states. Ayurveda massages can also help to increase the skin elasticity and prevent stretch marks.

about 50 min.

€ 95

# KIDS & TEENIES

## Kids massage

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).  
about 25 min. € 39

## Teenager Massage

With preheated, fragrant massage oil and skilfully applied gentle movements for teens between 13 and 17 years. This classi-  
cal massage relaxes the whole body and releases tensions.

about 25 min. € 43  
about 50 min. € 75

## Princess Nails

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

€ 35

## Teens' facial treatment

Cleaning, peeling, deep cleansing, booster, mask and final care.  
about 50 min. € 75





# YOGA

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 Sivananda Ashram. You will find different types of yoga such as Hatha Yoga, Yin Yoga, Sivananda Yoga, various meditation types and relaxation sessions in her yoga programme.

## Private yoga lessons

In addition to weekly group lessons, you now have the option to book individual

lessons with our yoga expert Marilena upon request and for a fee.

1 person

2 people

€ 75

€ 82

## Baby & me yoga

on request

## Prenatal yoga

on request

83

English

# ALLGEMEINE INFORMATIONEN INFORMAZIONI GENERALI GENERAL INFORMATIONS

## SPA ETIKETTE

In Ihrem Sinne bitten wir Sie darum, auch alle anderen Gäste beim Relaxen zu respektieren. Aus diesem Grund ist das Telefonieren im Wellnessbereich nicht erlaubt.

## WIR NEHMEN UNS ZEIT FÜR IHRE WÜNSCHE

Unsere Experten in der LaVita Spa erarbeiten gern ein individuelles, auf Ihre Wünsche abgestimmtes Verwöhn-Programm für Sie. Bitte beachten Sie, dass speziell an Wochenenden und Feiertagen Behandlungen schnell ausgebucht sein können. Um Wunschtermine garantieren und auf spezielle Vorlieben eingehen zu können, empfehlen wir daher, bereits vor Antritt Ihres Urlaubs Terminvereinbarungen vorzunehmen, gern auch telefonisch oder per E-Mail.

## VORBEREITUNG FÜR MASSAGE- UND KOSMETIK-BEHANDLUNGEN

Bitte kommen Sie einige Minuten vor Ihrem Behandlungstermin an den LaVita Spa-Frontdesk. Unsere Mitarbeiter werden Sie fragen, was Ihnen im Rahmen der

## REGOLAMENTO SPA

Desideriamo rispettare il desiderio di relax di ogni ospite. Per questo motivo, vi invitiamo cortesemente a non effettuare telefonate nell'area wellness.

## SIAMO QUI PER ESAUDIRE I VOSTRI DESIDERI

Gli esperti della nostra LaVita Spa saranno lieti di creare un programma benessere su misura per voi. Vi preghiamo di comprendere che, soprattutto durante i fine settimana e i giorni festivi, l'agenda degli appuntamenti può essere molto piena. Pertanto, vi consigliamo di prenotare i trattamenti desiderati già prima dell'inizio della vacanza, telefonicamente o via e-mail, per consentirci di soddisfare ogni richiesta.

## PREPARAZIONE PER MASSAGGI E TRATTAMENTI COSMETICI

Vi preghiamo di raggiungere la reception della nostra LaVita Spa con qualche minuto d'anticipo per comunicare ai collaboratori gli obiettivi che intendete

## SPA GUIDELINES

We wish to respect every guest's desire for relaxation. For this reason, we ask you to not make telephone calls in the wellness area. Moreover, please, do not reserve deck chairs with a towel.

## OUR MISSION IS TO MAKE YOUR WISHES COME TRUE

The experts in our LaVita Spa are happy to create a customized relaxation programme suited to you. 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.

## PREPARATION FOR MASSAGES AND COSMETIC TREATMENTS

Please be at the LaVita Spa reception a few minutes early in order to let us know your objectives so we can personalise the treatment based on your

Behandlung besonders wichtig ist, um diese auf Ihre persönlichen Anforderungen abzustimmen. Gerne können Sie Ihrem Therapeuten eventuelle Wünsche in Bezug auf die durchgeführte Technik oder ähnliches auch während der Anwendung mitteilen.

## TEILNAHME AM SPORT- UND AKTIVPROGRAMM

Die Teilnahme am täglichen Sport- und Aktivprogramm ist für unsere Gäste kostenfrei (ausgenommen sind eventuelle Shuttlegebühren). Der Fitnessraum wurde zusätzlich zu den Cardiogeräten mit vier neuen Geräten für den Muskelaufbau ausgestattet.

Wellnessbehandlungen, die in den Pauschalen enthalten sind, können je nach Verfügbarkeit bis 14.00 Uhr gebucht werden.

Terminstornierungen sind bis 12 Stunden vorher kostenfrei, danach müssen wir 80% des Behandlungspreises in Rechnung stellen, wenn der Termin nicht mehr an andere Gäste weitervermittelt werden kann.

conseguire e permetterci, conseguentemente, di personalizzare il trattamento in base alle richieste. Anche durante l'esecuzione del trattamento, potrete comunicare eventuali desideri al terapeuta, ad esempio, per quanto concerne la tecnica di massaggio.

## PARTECIPAZIONE AL PROGRAMMA DI SPORT E ATTIVITÀ

La partecipazione al programma quotidiano di sport e attività è gratuita per gli ospiti del Paradies (sono esclusi eventuali costi per bus navetta). Nella nostra palestra, troverete diverse attrezzature cardio fitness.

I trattamenti benessere inclusi nei pacchetti possono essere prenotati in base alla disponibilità entro le ore 14:00

Gli appuntamenti possono essere annullati gratuitamente fino a 12 ore prima. In caso contrario, sarà addebitato l'80% del costo del trattamento, qualora la fascia oraria riservata non fosse prenotata da altri ospiti.

requests. If desired, you can also advise your therapist any other requests during your treatment, for example, concerning the technique of the massage.

## PARTICIPATION IN THE SPORTS AND ACTIVITY PROGRAMME

You can take part in the daily programme of sports and activities free of charge (not including any expense for bus rides). In the fitness room, in addition to the cardio equipment, you will find four new body building machines.

The wellness treatments included in the packages may be reserved before 2 PM, based upon availability.

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 if the booked time slot has not been reserved by another guest.





Pirhofer family  
Laces · Val Venosta  
South Tyrol · Italy

Tel.: +39 0473 622 225  
[info@hotelparadies.com](mailto:info@hotelparadies.com)  
[www.hotelparadies.com](http://www.hotelparadies.com)



L A V I T A   S P A