

BEAUTY & VITALITY 2010

Farsi coccolare!



HOHENWART

★★★★★



In segno della rosa

SOPRA UN MARE DI ROSE – AMMALIATI DALLE ROSE

L'Hohenwart è adagiato in un mare di magnifiche rose, rigogliose, sgargianti e profumate. Un accostamento così propizio non poteva non suggerire l'idea di concepire un trattamento straordinario. Gli effetti della rosa sono molteplici. La rosa rafforza la funzione del fegato, agisce da antisettico, è particolarmente importante nella cura della pelle ed ha un effetto antidepressivo oltre che afrodisiaco. I nostri trattamenti Vi restituiscono l'equilibrio, attivano le vostre energie autoimmunitarie, donandoVi benessere. Scegliete fra:

La vie en rose

- In armonia, col pediluvio al sale marino e fiori freschi di rosa
- Massaggio completo corpo con essenza di rose e pistilli caldi di rosa
- massaggio vellutato viso con carezzevole essenza di rose
- e per il riposo successivo, un calice di prosecco con sciroppo di rose

al prezzo speciale di € 108

Magia delle rose

- In armonia, col pediluvio al sale marino e fiori freschi di rosa; vellutato massaggio della nuca
- Sensibilizzazione corpo completa con pennelli leggeri e fine talco alle rose
- Massaggio corpo completo con burro Carità alle rose e massaggio viso con essenza di rose
- e per il riposo successivo, un calice di prosecco con sciroppo di rose

al prezzo speciale di € 108

„Per la fioritura delle rose“

dall'8.5 al 13.6.10

Come non farsi contagiare dal desiderio di „fiorire“ profittando del pacchetto trattamento

- Menu delle rose
- Trattamento benessere „La vie en rose“
- Trattamento benessere „magia delle rose“
- Peeling corpo completo con sale di rose
- Bagno alle rose „dolce vita“
- Entrata al Giardino botanico di Castel Trauttmansdorff

al prezzo speciale di € 275 (prenotabile a partire da 4 giorni)

Indice

In segno della rosa	3
Settimane speciali	4
Novità: In vino sanitas	5
Pacchetti Beauty & Vital	6-7
Trattamenti viso	8-9
Biosel	10-11
Beauty Services	11
Gertraud Gruber	12
Alpienne	13
Trattamenti corpo	14-15
Ayurveda	16-17
Massaggi	18-19
Personal Coaching	20
Wellness for Kids	21
Happy Hair	21
Appuntamenti & Orari	22



Risveglio di primavera – Nuova energia per corpo & spirito

dal 13.3 al 12.6.10

Già lo sapevano i nostri avi che bisogna trarre profitto dal periodo degli inizi della primavera.

- 1 peeling esfoliante corpo completo con sale marino e olio di squalene
- 1 impacco depurante alle alghe in couchette galleggiante sull'acqua
- 1 linfodrenaggio, attiva il flusso linfatico
- 1 impacco corpo Aroma in couchette galleggiante – immediata ripresa del fluido energetico
- 1 bagno termale vitalizzante con Sali del Mar Morto e olio di squalene
- 1 massaggio schiena stupendamente rilassante
- 1 trattamento viso improntato alle Vostre esigenze personali
- 1 massaggio energetico con pistilli alle erbe di farro e ingredienti alpini

al prezzo speciale di € 353

I piaceri del Wellness alpino in estate

dal 12.6 al 4.9.10

Circondata da massicce e imponenti montagne e da morbide malghe, la nostra natura offre una straordinaria quantità di erbe e ingredienti officinali. Ideale anche per „esordienti del wellness“.

- peeling con miele d'api per una pelle purificata in modo magnificamente delicato
- bagno all'olio di cirmolo nella vasca panoramica, effusione di profumo d'abete
- impacco d'erbe Alpienne, straordinariamente rilassante, per pelle finemente curata
- massaggio schiena con latte d'erba di San Giovanni
- antico trattamento piedi con pediluvio in tinozza di cembro e massaggio
- rilassantissimo massaggio con pistilli alle erbe di farro

al prezzo speciale di € 209

Benvenuti nell'autunno

dal 4.9. all'8.12.10

I giorni caldi sono alle spalle, è tempo di provvedere alla cura della pelle! La settimana ottimale del benessere, per integrare idealmente una vacanza di escursioni o di dolce far niente...

- trattamento profondo di pulizia viso con maschera per decongestionare la pelle
- peeling completo corpo, depurante „addio squamette“, a scelta
- bagno curativo di bellezza ai petali di rosa
- impacco completo corpo Aroma per pelle carezzevole
- trattamento viso individuale

al prezzo speciale di € 228

BELLEZZA E BENESSERE CON L'ENERGIA DELL'UVA

I trattamenti naturali con l'uva vantano una tradizione lunga un secolo e appartengono alla cultura del Sudtirolo. Il benefico trattamento all'uva, concepito secondo la formula ideale dell'Hohenwart, s'intende come trattamento complessivo.

Il complesso di principi attivi OPC viene ricavato dai semi e dalla buccia dell'uva. L'alto contenuto di sostanze attive naturali, grazie al suo effetto antiossidante, previene la precoce alterazione delle cellule e rallenta il processo di alterazione della pelle. Estratti d'uva ricchi di vitamina e sali minerali, acidi del frutto e microelementi uniti a tannino, lievito di vino e OPC promuovono una maggiore protezione delle cellule e il persistente ringiovanimento della pelle. Grazie agli attuali risultati della ricerca, che confermano le naturali virtù terapeutiche dei polifenoli contenuti nell'uva, il trattamento all'uva sta vivendo un vero Rinascimento. Inserito in una fine cornice rituale del trattamento, questo pacchetto è una vera fonte di giovinezza.

Novità: in vino sanitas

- Saluto di benvenuto con una bevanda vitaminica d'uva / breve spiegazione per l'ospite
- In armonia, con un cuscinetto caldo di semi d'uva sulla zona cervicale e gradevoli compresse aromatiche ai piedi
- Breve stimolazione della zona riflessologica plantare per la stimolazione degli organi deputati alla disintossicazione (fegato, reni, vescica , sistema linfatico)
- Peeling corpo completo – massaggio con farina di semi d'uva e olio di semi d'uva
- Gradevole bagno con uva fresca
- Spalmatura del corpo con olio di semi d'uva

ca. 120 minuti € 145

Hohenwart „Happy Hours“

Il Wellness non conosce stagioni ... Se utilizzerete i seguenti „Minipacchetti per grande benessere“ tra le ore 11 e 14, Vi concederemo un prezzo speciale.

Fit & Vital

- peeling corpo totale per una pelle da accarezzare
- con accluso bagno da sogno nella vasca panoramica
- benefico massaggio parziale con olii caldi

Happy Hour Price € 85

Snelli & belli

- piccolo trattamento viso
- peeling ai sali marini
- successivo bagno „per sentirVi più leggeri“ nella vasca panoramica
- impacco alle alghe in couchette galleggiante

Happy Hour Price € 108

Perché mi stimo

Il piccolo pacchetto per 1- 2 giorni di vacanza:

per le signore:

- trattamento classico viso
- peeling esfoliante corpo completo con sale marino e olio
- impacco curativo preferito, a scelta, in couchette galleggiante sull'acqua
- massaggio parziale per la schiena

per i signori:

- trattamento viso per uomo
- Sport Treatment – benefico trattamento corpo prima o dopo il moto
- 2 massaggi parziale per la schiena

al prezzo speciale di € 168

Pausa dalla quotidianità

Rapido ristabilimento con Beauty & Vitality in 3 o 4 giorni:

- peeling esfoliante corpo completo de Luxe
- impacco corpo Alpine in couchette galleggiante
- massaggio parziale corpo con olii caldi
- trattamento viso - individuale per lei (60 min.)

al prezzo speciale di € 184

Pacchetto antistress

per dirsi ancora sì - questo pacchetto settimanale Vi aiuterà:

- 1 massaggio rilassante
- 1 Abhyanga
- 1 bagno Cleopatra
- 1 peeling corpo ai sali marini
- 1 impacco alla crema d'olio di enotera
- 1 trattamento viso „Ayurasan“
- aquafit, ginnastica, programmi di fitness da lunedì a venerdì

al prezzo speciale di € 291

Relax puro

quattro vie - un obiettivo:

- 1 massaggio Abyanga - lenisce tensione e stress
- 1 La Stone Therapie - rilassa la muscolatura e calma lo spirito
- 1 Magia delle rose - il pacchetto di trattamento personalizzato Hohenwart
- 1 bagno agli olii aromatici - distende e rilassa

al prezzo speciale di € 281

Birra & Boschi

Il nostro pacchetto corpo offre integrazioni alpine quali la birra di propria produzione. Rilassamento e bellezza divertendosi! Prenotabile con 2 o 3 giorni di vacanza. Assolutamente raccomandabile anche per i signori:

- Bagno alla birra nella „Pfeffer“ naturalmente torbida, quindi una birra fresca di propria produzione!
- Energico massaggio completo corpo per sciogliere la muscolatura
- Pediluvio alle erbe in tinozza di cirmolo con fiori delle Alpi
- E successivo peeling al miele d'api con massaggio ai piedi
- Massaggio con pistilli alle erbe di farro, magnificamente rilassante

prezzo vacanza € 161

Approfittate delle nostre offerte in pacchetto prenotando più vantaggiosamente.



TRATTAMENTI VISO

Davvero ringiovaniti!

!QMS – THE „QUICK MAGIC SKIN“

Ora è possibile in breve tempo apparire decisamente più giovani – con il modernissimo ringiovanimento cosmetico per la pelle. Anti & better aging - anche senza bisturi.

!QMS Classic e pulizia totale

Solo dopo che dal Vostro viso saranno state eliminate in modo radicale le superflue cheratinizzazioni e squamette, la Vostra „nuova pelle“ potrà tornare a respirare e risplendere! I collagene filtrano in profondità nella pelle senza la necessità - come avveniva prima - di iniezioni sottocutanee. Particolarmente efficace in caso di pelle asciutta, carente di umidità e strapazzata! In questo modo la pelle può trattenere maggiormente gli elementi idratanti, stimolando la formazione di nuove cellule. La Vostra pelle guadagna in elasticità, tonicità e flessibilità. Apparirete subito più giovani e vitali.

ca. 90 minuti € 129

!QMS – Neo Tissudermia

Obiettivo, consolidare e tendere internamente la pelle. Lo si ottiene attivando e sollecitando la crescita di un collagene speciale, responsabile dell'elasticità della pelle.

ca. 90 minuti € 137 (con pulizia profonda con !QMS classic)

!QMS – SK alpha

Particolarmente efficace in caso di pelle del viso scarsamente irrorata e smorta! Inquinamento ambientale, stress, sole e nicotina mettono visibilmente a dura prova la Vostra pelle. Il trattamento mira proprio ad una correzione di questi influssi negativi. La pelle smorta, scarsamente irrorata e secca reagisce idealmente a questo trattamento. L'aspetto della Vostra pelle migliora visibilmente e torna a splendere! Particolarmente efficace dopo il trattamento del !QMS Classic!

ca. 60 minuti € 99 (senza pulizia profonda)

!QMS – Oxygen Energy

Rughe accentuate e piccole rughe scompariranno quasi del tutto! Con l'„Oxygen Energy Applicator“ il collagene !QMS viene assorbito con alta concentrazione di ossigeno dagli strati della pelle. I risultati sono eccezionali già dopo il primo e assolutamente gradevole trattamento. Per mantenere il successo ottenuto, Vi consigliamo 3-5 applicazioni. E lo splendore giovanile ritorna!

1 trattamento | 1 x 90 minuti € 145

3 trattamenti | 3 x 90 minuti € 399

5 trattamenti | 5 x 90 minuti € 645

UN SUGGERIMENTO: Le giornate attive di bellezza di !QMS!

Optate per 2 trattamenti viso !QMS a Vostra scelta. Così provvederete alla Vostra pelle al meglio, con prodotti efficaci, apparendo visibilmente più giovani!

- 2 diversi trattamenti viso !QMS
- incluso trattamento speciale occhi "addio piccole rughe"

al prezzo speciale di € 269

Make up con consulenza

Suggerimenti e consigli per un viso perfettamente truccato. Eseguiamo deko cosmesi di Horst Kirchberger, uno dei 5 migliori visagisti al mondo. Tirate fuori il meglio di Voi e affidate il Vostro styling alle nostre competenti ed esperte estetiste.

ca. 60 minuti € 49

GENTLEMEN TREATMENTS!

Tutti i trattamenti di questo opuscolo sono adatti anche ai signori, se non addirittura raccomandabili! Trattamenti sia per il corpo che per il viso. Tenete conto in ogni caso anche dei nostri programmi „Anti Stress“ - magnificamente rilassanti ed efficaci!



SENSAZIONALI EFFETTI E SUCCESSO DEL TRATTAMENTO

La pelle bella e sana ha bisogno di energia!

Correte, ridete, innamorateVi, ascoltateVi – tutto questo è energia vitale per la Vostra pelle!

Un mix ideale di sostanze bioenergetiche, conformate ai principi della medicina asiatica e alle nostre latitudini, trattamenti stupendamente rilassanti. I principi attivi naturali quali i sali del Mar Morto, oligoelementi, alghe della Bretagna, sinergie di piante e le vitamine derivano dalla incommensurabile ricchezza della natura. Basandosi sulla dottrina cinese degli elementi, l'energia Yin & Yang è al centro di tutto. Yin ha bisogno di energia e Yang ha bisogno di aiuto per distribuire energia in modo equilibrato! Saremo lieti di poter indirizzare in questo senso la Vostra bellezza interiore ed il benessere generale.

„Clean Basic“ – un „imperativo“ per effettuare ulteriori trattamenti del viso!

Il trattamento di pulizia indispensabile per ogni tipo di pelle! Anche la pelle impura e scarsamente irrorata ottiene comunque un rapido ed effettivo miglioramento. La sensibilità del viso viene aiutata a raggiungere una struttura generalmente migliore attraverso preziosi prodotti.

Viene infine applicata una maschera individuale. Fantastico per ogni successivo trattamento del viso. Vi sentirete immediatamente meglio con la Vostra pelle!

ca. 60 minuti € 72

Pulizia profonda della pelle – i pori respirano

Ideale in caso di cheratinizzazioni, impurità e irritazioni. Un massaggio speciale elimina le tensioni della muscolatura del viso; un delicato micro peeling scioglie le cheratinizzazioni della pelle.

La maschera decongestionante e il massaggio rilassante donano al viso un colorito rosa delicato, pulito, regolarmente distribuito ed un aspetto radioso.

ca. 90 minuti € 98

Pura idratazione

In caso di pelle scarsamente idratata, secca o delicata!

Il trattamento ristabilisce l'ottimale idratazione della pelle conferendo un colorito delicato e fresco.

Le piccole rughe dovute a secchezza vengono visibilmente attenuate, scompare subito la fastidiosa sensazione di tensione e la pelle ricava tanta nuova energia! Vi sentirete subito più giovani e freschi, e lo sarete anche nell'aspetto.

ca. 90 minuti € 98

„Anti & better aging“

La maschera anti aging ha un effetto immediatamente visibile e percepibile garantendo un aspetto brillante, tonico e più giovane. Sensazionale, dopo questo trattamento Vi sentirete subito più giovani e belli!

ca. 90 minuti € 98

„Beautiful eyes“

A partire dai 30 anni, si manifestano i primi segni di piccole rughe o di rughe più accentuate, visibili nelle zone più sensibili del contorno occhi. Anche gli occhi affaticati alterano visibilmente i tratti del nostro viso. Con questo trattamento dagli effetti straordinariamente immediati, la pelle sottile e delicata del contorno occhi viene irrorata e tonificata, facendo pressoché scomparire le piccole rughe. Questo trattamento può essere integrato con qualsiasi altro trattamento al viso. Fantastico anche come cura di 3-5 giorni consecutivi!

ca. 30 minuti € 35

3 x trattamento intensivo occhi € 77

BEAUTY SERVICES

Trattamenti aggiuntivi

per il viso, solo in concomitanza di un trattamento viso:

tintura ciglia	€ 12
tintura sopracciglia	€ 14
tintura ciglia e sopracciglia	€ 22
modellamento sopracciglia	€ 12

Corpo

eliminazione di fastidiosi peli (con ceretta a caldo)

gamba intera	€ 45
fino ai ginocchi	€ 29
labbra superiori o mento	€ 9
zona bichini o ascelle	€ 19
schiena o petto	€ 39

Manicure e pedicure

Mani e piedi curati:

Manicure con smalto	€ 35
Manicure „de luxe“ con peeling e bagno	€ 45
Pedicure con smalto	€ 35-45

Beauty á la carte

Potete decidere Voi quanto tempo trascorrere nel Paese del Sorriso e scegliere sul posto tra le nostre offerte Beauty & Wellness.

DONARSI UN SORRISO

„Nutrizione, moto e cure, in sintonia con se stessi e la natura, è la via per sentirsi perfettamente bene e naturalmente belli“. Gertraud Gruber fu una delle prime ad applicare queste conoscenze in un programma di cure unitario. All'Hohenwart noi lavoriamo per offrirvi proprio questo: atmosfera rilassata, cucina naturale, leggera e gradevole, insieme a tante coccole per il corpo e lo spirito.

Settimana di bellezza secondo Gertraud Gruber

- 1 trattamento classico viso, secondo Gertraud Gruber (pulizia, peeling, Vapozon (trattamento al vapore), pulizia a fondo, regolazione sopracciglia, ampolla principi attivi, massaggio viso)
- 2 trattamenti speciali secondo Gertraud Gruber:
- 1 manicure
- 1 pedicure
- 1 tintura sopracciglia e ciglia
- 2 massaggi vitalizzanti con guanto di crine
- 2 bagni al siero di latte
- 1 impacco corpo
- 1 bagno con crema all'olio di enotera
- 2 massaggi completi corpo
- 1 piccolo make-up giorno

al prezzo speciale di € 449

Trattamento viso Exquisit

Pulizia profonda, peeling, ampolla ai principi attivi, maschera individuale effetto. Questo trattamento raggiunge la sua esclusività aggiungendo il trattamento occhi (massaggio speciale occhi, concentrato occhi e maschera occhi). Infine un piccolo make-up giorno.

durata ca. 90 minuti € 93

Symphonie nuovo trattamento premium

Il nuovo massaggio Tension Line con concentrato dermoattivante è al centro del lussuoso trattamento per viso, collo e décolleté. Il trattamento Push up è svolto con un'innovativa maschera vello rivitalizzante, che sviluppa tutta la sua efficacia con l'attivatore Push up.

Il trattamento ha effetto levigante sulle rughe e dona al viso un aspetto naturale e più giovane. Per il trattamento intensivo del décolleté viene applicata una maschera all'olio di argan, l'oro giallo del Marocco ad effetto rassodante. Il trattamento Sinfonia Premium è stato sviluppato specificamente per la pelle matura, disidratata, tendente al rilasciamento, danneggiata dal sole. Svolge inoltre azione schiarente in presenza di couperose. Particolarmente efficace dopo un trattamento Exquisit.

durata ca. 90 minuti € 103

I RITUALI TRATTAMENTI DELL'AREA ALPINA

Trattamenti particolarmente legati alla natura! Eseguiti unicamente con i migliori prodotti del nostro territorio alpino e controllati. Per tutti coloro che cercano o hanno già scoperto la sintonia con la natura!

Alpienne Relax

- pediluvio alle erbe con massaggio piedi
- massaggio scienu con pistilli d'erbe scaldati al vapore
- impacco

ca. 55 minuti di relax € 69

Alpienne Vital

- pediluvio alle erbe in combinazione con massaggio ai piedi
- massaggio vitale con pistilli d'erbe con olii di arnica o marmotta

ca. 55 minuti vitali € 69

Alpienne Harmonie

- pediluvio alle erbe magnificamente rilassante e profumato, in tinozza di cirmolo
- in combinazione con massaggio piedi
- massaggio testa e viso
- massaggio rilassante con pistilli d'erbe caldi

ca. 85 minuti d'armonia € 95

Bagno al miele e cirmolo ideale per l'idratazione della pelle ca. 25 min. € 35

Peeling al miele per una pelle purificata in modo magnificamente delicato ca. 25 min. € 36

Sogni montani: il trattamento per coronare 2 splendide giornate di vacanza:

Per Signore:

- peeling al miele d'api
- bagno al miele e cirmolo in vasca
- „relax & harmonie“ trattamento piedi
- massaggio testa e viso
- massaggio corpo e relax

al prezzo speciale di € 163

Per Signori:

- trattamento piedi Sport Vital
- massaggio schiena
- peeling al miele
- impacco marmotta
- massaggio completo corpo Vital

al prezzo speciale di € 163

TRATTAMENTI CORPO

Coccolati dalla cima in fondo

IMPACCO VITAL ÄGYPTOS

Immediati successi visibili e percepibili già dal primo trattamento, perché i preziosi sali minerali del Mar Morto depurano, levigano e curano la pelle che al tatto diventa magnificamente morbida ed elastica! Con più trattamenti la cellulite si riduce visibilmente. Lo stesso vale per la circonferenza pancia, fianchi e glutei. L'effetto dell'impacco Vital Ägyptos è duraturo, perché disintossica ma non disidrata. Perfino la pelle secca e ruvida ritorna morbida ed elastica.

1 impacco à ca. 120 minuti € 135

3 impacchi à ca. 120 minuti al prezzo speciale di € 355

Novità: cellulite addio! Impacco Quick Ägyptos

Come ottenere rapidamente, in modo semplice ed efficace un fantastico miglioramento della struttura del tessuto nelle zone problematiche dei glutei o dei fianchi? Col nuovo impacco Quick Ägyptos si pongono in primo piano la disintossicazione e la depurazione, la lotta alla cellulite, il rassodamento e ringiovanimento della pelle.

- 1 peeling doccia con sale marino Ägyptos
- 1 impacco Quick Ägyptos

1 impacco à ca. 60 minuti € 69

3 impacchi à ca. 60 minuti al prezzo speciale di € 165



RAFFINATEZZE E SENSAZIONI DEGLI IMPACCHI CORPO IN COUCHETTE GALLEGGIANTE SULL'ACQUA!

Galleggiare e delicatamente ondeggiare sull'acqua a temperatura corporea, senza tuttavia entrarne in contatto! Giacere sul lettino galleggiante dà una raffinata sensazione di benessere. Con l'effetto del calore da cui si è avvolti, i pori si aprono morbidamente così che le preziose essenze si espandano nel corpo con tutta l'efficacia. Raccomandabile un successivo massaggio.
durata di tutti i trattamenti ca. 45 minuti € 47

Fieno sudtirolese

Il fieno è noto per le sue proprietà curative ed è indicato per disturbi cronici alle articolazioni, causati da artrosi o reumatismi. Spossatezza insistente e apatia scompaiono rapidamente. Rilassante, depurante e riequilibrante.

Crema all'olio di enotera

L'olio di enotera fornisce elementi importanti per la salute della pelle! Il prezioso olio come ingrediente è inoltre un componente aggiunto fondamentale per la pelle, soprattutto se delicata e tendente alla secchezza. Le applicazioni regolano inoltre il metabolismo, eliminano lo stress della pelle e rigenerano! Il risultato: la pelle diviene morbida, flessuosa; un fantastico trattamento per il corpo, soprattutto nelle stagioni più fredde. Ideale prima di un massaggio!

Novità: Petali di rosa

La regina di tutti i fiori incanta anche con il suo profumo e i suoi effetti benefici. Psiche, corpo e spirito ne traggono i maggiori vantaggi. L'effetto del suo profumo lo si può sintetizzare con una parola: „armonizzante“. Il profumo di rosa è un rimedio per tutti i casi in cui si è determinato uno squilibrio.

Bagno di mele sudtirolese

Pura natura, pura energia per il corpo e per lo spirito. Le mele sono ricche di vitamine, minerali e pectine. Questo frutto ricco di sostanze dagli effetti positivi si presta particolarmente nella rigenerazione e cura del corpo. La pelle viene nutrita con un'emulsione base e con succo di mele pressato al momento. Avvolto in un panno di lana imbevuto di prezioso aceto di mele e sale, il corpo viene curato in maniera ottimale. Infine Vi coccoleremo con un benefico massaggio alla schiena.

durata delle coccole ca. 80 minuti € 72

SEGRETI DI CURA

Ayurveda insegna a trovare la porta per risalire all'origine della vita e con ciò è la fonte di ogni ordine, bellezza e armonia! In India ciò è filosofia di vita. Ispirati da questo patrimonio ideale, abbiamo adeguato Ayurveda alle esigenze della pelle occidentale. Particolarmente apprezzati i benefici massaggi completi corpo, nel corso dei quali verrete „unti“ dalla testa ai piedi con olii vegetali curativi. Questi Vi porteranno a rilassarvi profondamente e favoriranno la depurazione. Le gocce d'olio caldo rafforzano enormemente il sistema nervoso.

Ayurveda – Che cos'è? I 3 tipi di costituzione:

KAPHA (terra e acqua) significa struttura corporea, energie di difesa, stabilità spirituale. E' legata alle proprietà di lentezza, pesantezza, oleosità, robustezza.

PITTA (fuoco e acqua) sta per digestione, equilibrio termico, metabolismo, emozioni, radiosità. Le sue proprietà sono caldo, focoso, sottile.

VATA (aria/spazio) significa moto, trasporto di elementi corporei, processi di escrezione, sistema nervoso, attività. È collegata alle proprietà di veloce, arioso, asciutto e fine.

Abhyanga

Letteralmente „unzione con olii vegetali curativi“.

Lenisce tensioni dolorose e stress, stimola il sonno, depura e nutre pelle e tessuti, rafforza il sistema immunitario ringiovanendo così l'intero organismo.

ca. 80 minuti di distensione, incluso post riposo € 107

Mukabhyanga

Puro piacere distensivo - massaggio delle zone testa, viso, collo e nuca, speciale anche grazie agli olii impiegati.

ca. 25 minuti di coccole € 45

Garshan

Massaggio leggermente stimolante che attiva il metabolismo e il sistema linfatico, effettuato con guanti di seta naturalmente grezza. Vitalizzante e rinfrescante!

ca. 25 minuti di coccole € 38

Shiro Dhara – un reale flusso d'olio sulla fronte

Con il termine „Dhara“ si indica il benefico flusso concentrato su determinati centri di energia. Shiro Dhara è il fluido per la fronte contenente circa 1,5 l d'olio di sesamo caldo, che adeguatamente temperato viene fatto fluire regolarmente sulla fronte. E' annoverato tra i trattamenti più impegnativi, ma anche più efficaci. Per molti il Dhara costituisce una particolarissima esperienza di pace interiore e di armonia. Verrete accompagnati da un'aurea meditativa, raggiungendo assoluto rilassamento, purificazione corporea e rinnovamento spirituale. Tensioni del cuoio capelluto, stress e nervosismo si annullano! Provate e ne sarete entusiasti!

ca. 50 minuti incluso post riposo € 84

Ayurasan – bellezza e benessere per il Vostro viso

Il „know how“ del trattamento occidentale e i principi fondamentali della dottrina ayurvedica costituiscono la sinergia di questo apprezzatissimo e rilassantissimo trattamento per il viso.

Attraverso il massaggio speciale del viso viene sollecitata la depurazione.

Ayurasan viso - ca. 60 minuti da sogno € 74



Massaggio Tuina

Tuina è una delle forme di massaggio curativo più antiche della medicina tradizionale cinese. Sulla base di una diagnosi MTC, viene esercitata una stimolazione precisa e selettiva degli agopunti e dei meridiani, con effetto regolante ed equilibrante. Tuina è di aiuto nei dolori alla testa, disturbi del sonno, nelle malattie ginecologiche, disfunzioni della digestione e sindromi dolorose di ogni genere. Lo speciale massaggio agisce però anche rigenerando equilibrio generale nei casi di stress e sovraccarichi dovuti alla quotidianità.

ca. 50 minuti € 70

Shiatsu

Lo Shiatsu è una tecnica di massaggio giapponese basata sul principio dell'equilibrio di Yin e Yang. Viene esercitata una pressione dosata lungo i meridiani e sui punti Aku, che smuove eventuali blocchi energetici. In tal modo viene eliminata la stanchezza, favorendo le capacità immunitarie. Lo Shiatsu ha un effetto tranquillizzante ed è utilizzato per favorire e mantenere la salute e la vitalità. Lo Shiatsu è praticato indossando indumenti leggeri.

ca. 50 minuti € 70

Massaggio La Stone

Il massaggio La Stone è un affascinante connubio di massaggio, lavoro energetico ed effetto benefico e rinfrescante delle pietre di lava calde e fredde. Con le pietre calde di basalto il corpo viene riscaldato e massaggiato, la muscolatura si rilassa e l'anima si quieti. La successiva applicazione di pietre di marmo fredde attiva la circolazione e il metabolismo, oltre ad avere effetto stimolante sul sistema nervoso simpatico.

ca. 80 minuti di rilassamento € 108

Massaggio Thai Yoga

Il Thai Yoga è un massaggio orientale Aku che esercita contemporaneamente un'azione vitalizzante e rilassante, mantenendo in forma corpo e spirito. Viene esercitata pressione su precisi punti Aku; il corpo viene stirato e disteso, mentre vengono assunte posizioni Yoga in parte passive. Il massaggio Thai Yoga è praticato indossando comodi indumenti.

ca. 50 minuti di „Training“ € 70

Classico massaggio completo corpo

Nella tecnica del massaggio classico vengono eliminate situazioni di tensione. Vengono così accelerate la rigenerazione dei muscoli e l'espulsione delle tossine. Migliora l'irrorazione muscolare.

ca. 50 minuti € 54

„Intensivo“ ca. 80 minuti € 74

Massaggio parziale corpo

Con questo trattamento la Vostra schiena o le Vostre gambe vengono agilmente massaggiate ed in breve si sciolgono le piccole tensioni.

ca. 25 minuti € 35

Massaggio plantare

Questo procedimento naturale è un rimedio per lo stress e promuove una piacevole sensazione di rilassamento. Ogni organo umano, secondo la medicina cinese, si riflette nei nostri piedi. Sorprendente il successo nell'armonizzazione degli organi più disparati attraverso questo tipo di massaggio! Vengono inoltre attivati positivamente nel corpo in maniera determinante e stimolante i canali energetici.

ca. 50 minuti € 52

Linfodrenaggio

Attraverso il „drenaggio manuale“ o, più precisamente, „rimuovendo e spingendo“ la linfa lungo i vasi linfatici, si ottiene un effetto „antiristagno“. Il principio si basa su una precisa tecnica che prevede l'utilizzo di quattro diverse prese manuali: i cerchi fermi, il tocco a pompa, la presa che attinge e il tocco rotatorio. La tecnica si esegue disponendo le dita e le mani piatte sulla pelle. Un morbido e distensivo massaggio sollecita delicatamente la depurazione e la disintossicazione.

corpo, ca. 50 minuti € 58

viso, ca. 25 minuti € 36

„intensivo“, ca. 80 minuti € 74

SENSIBILITÀ

Per Voi che amate i massaggi in vacanza, partendo da 4 massaggi (ca. 50 minuti) potete godere della nostra offerta speciale: al quinto massaggio Vi invitiamo noi.

PERSONAL COACHING

... e ancora

PERSONAL COACHING – VI METTIAMO IN FORMA

Approfittate della possibilità di usufruire di un personal training „One to one“ col nostro trainer diplomato Gerd Thomaseth. Vi offriamo diverse Workouts speciali (come da programma settimanale) e due efficienti unità di training individualmente mirate:

„Riduzione di peso“

- colloquio introduttivo con check (test funzionale muscoli, analisi bioimpedenza)
- One to one Outwork 60 min. (warm up, training specifico, stretching)
- consulenza alimentare e programma di alimentazione individuale
- linfo-drenaggio intensivo

all'attraente prezzo forfettario di € 263

„Burn Out & Rivitalizzazione“

- colloquio consultivo (condizione effettiva, mete)
- One to one Outdoor-Training 60 min. (p. es. Nordic Walking, Jogging, Trekking)
- meditazione one to one 60 min. (p. es. Qi Gong, 5 Tibetani, PRM, Meditazione)
- La Stone Massage
- massaggio agli olii aromatici

all'attraente prezzo forfettario di € 347



WELLNESS FOR KIDS & TEENS – COOL

Il nostro trattamento viso per giovani, a partire dai 14 anni: poi ti sentirai subito meglio! Con la pulizia profonda vengono dapprima allontanate tutte le impurità della pelle; una maschera depurante con pregiate ed efficaci essenze contribuisce quindi a un effetto calmante. Con questa depurazione radicale la pelle del viso tornerà a risplendere e ti vedrai nuovamente cool!

La nostra estetista ti mostrerà inoltre come potrai curare e mantenere al meglio la tua pelle.

ca. 45 minuti - prezzo di riguardo per i genitori € 50

Piccoli massaggi alla nuca

Sei teso? Nessun problema, vieni e fatti massaggiare dalle abili mani dei nostri professionisti!

ca. 20 minuti € 24

HAPPY HAIR – IL PARRUCCHIERE IN CASA

Dopo la piscina, la sauna e il Beauty, La faremo sentire perfetta fino alle punte dei capelli.

Donna

Acconciatura/messa in piega € 28-35

Taglio capelli € 25-35

Colorazione € 28-35

Mèche € 36-42

Uomo

Lavare, tagliare, acconciatura a fon € 27

Taglio bagnato € 21

Bambini

Taglio capelli (fino a 12 anni) € 17



SEMPRE A SUA DISPOSIZIONE!

Orario d'apertura

„Paese del Sorriso“

ogni giorno dalle ore 9,00 alle ore 19,00

Parrucchiere „Happy Hair“

lunedì, giovedì, venerdì dalle ore 14,30 alle ore 18,00

ulteriori appuntamenti su richiesta

Reparto wellness

ogni giorno dalle ore 7,00 alle ore 19,00

Reparto saune

ogni giorno dalle ore 13,30 alle ore 19,30

in caso di maltempo sempre su richiesta

Info beauty

Per la consulenza e le prenotazioni sarà a Vostra disposizione, nella sala del camino, la nostra coordinatrice del „Paese del Sorriso“ .

Vi suggeriamo di comunicare già prima dell'arrivo i termini da Voi desiderati.

Per le prenotazioni è a Vostra disposizione telefonicamente o per e-mail il nostro Wellnessteam.

Condizioni di storno

Il tempo è prezioso e per questo lo riserviamo solo per Voi e i Vostrì trattamenti preferiti!

Nel caso in cui tuttavia foste impediti a rispettare l'appuntamento, Vi preghiamo di avvisarci tempestivamente. Se questo avverrà entro le 24 ore, la disdetta sarà gratuita.

Trascorse le 24 ore o nel caso non Vi presentaste all'appuntamento, saremmo costretti ad addebitarvi il costo integrale del trattamento. Grazie per la Vostra comprensione!

*La bellezza che viene da fuori
è pur destinata a lasciarci.
Ma gli altri valori che radicano dentro di noi,
sono affidabili e duraturi.*

Saggezza vedica





La sapienza dell'armonia.

Novalis

Belvita
LEADING WELLNESSHOTELS SÜDTIROL

SÜDTIROL
SOUTH TYROL


**GOLF CLUB
LANA**
Gutshof Brandis

Hohenwart Srl | Alto Adige | I-39017 Scena | Via Verdines, 5 | tel +39 0473 94 44 00 | fax +39 0473 94 59 96
info@hohenwart.com | www.hohenwart.com | Part. IVA IT 01 682 810 211