



# HOLZLEITEN

BIO WELLNESS HOTEL ★★★★★

**Schön durch die Kraft der Lärche**

SPA-ANGEBOTE

## **INDIVIDUELLE ANWENDUNGSPROGRAMME IM ALPENLARCH SPA® DES BIO-WELLNESS-HOTEL HOLZLEITEN**



Schon im Altertum glaubten die Menschen an die Schutzkräfte der Lärche. Sie ist auch das dominierende Element des Hauses – ihr Holz findet sich in der Ausstattung der Zimmer und des Hotel-Interieurs wieder, das aus der Lärche gewonnene Jungfernharz als Balsam in der hauseigenen Naturkosmetik Alpenlarch. Es ist kein Zufall, gilt das Mieminger Plateau doch als eines der größten Lärchenschutzgebiete. Unser Haus lädt ein, sich dem Zauber der natürlichen Kraft der Lärche hinzugeben!

Das Bio-Wellness-Hotel Holzleiten bietet ein Wohlfühlangebot, das im Einklang mit der Natur entstanden ist und in dessen Zentrum das Streben nach Ganzheitlichkeit steht.

Verfallen Sie dem Zauber der Lärche bei der einzigartigen Alpenlarch Anwendung „s Lärchen-Nest“, bei individuellen Körperanwendungen in der „Lärchen-Spa-Suite“ (für 2 Personen zu buchen), alpinen Kräutermassagen, Energiebehandlungen und Themenprogrammen für den Körper.

Der Spa-Bereich des Bio-Wellness-Hotel Holzleiten bietet eine Fülle an Möglichkeiten, sich und seinem Wohlbefinden Gutes

zu tun – abgestimmt auf die jeweiligen Bedürfnisse: Balance & Harmonie, Detox & Reinigung, Schönheit & Beauty oder Relax & Enjoy.

Verschiedene Saunen, Dampfbad und Aromagrotte sowie der ganzjährig beheizte Energie-Außenpool und ein natürlicher Badeteich runden das Angebot ab, Blick auf die beeindruckende Alpenkulisse inklusive!

Tausend Meter über den Dingen seinem Körper Erholung gönnen oder wieder in Schwung kommen. Der Ausstrahlung dieses Ortes kann man sich nicht entziehen, denn in dieser Höhe ist mehr Leichtigkeit im Körper und mehr Heiterkeit im Geiste zu spüren!

### ***Buchung:***

Wir beraten Sie gerne und stellen Ihre persönliche Alpenlarch Spa®-Reise zusammen! Um Ihren Wunschtermin für Ihre Spa-Behandlungen zu sichern, reservieren Sie bitte bereits vor Ihrer Anreise!

**Tel.: + 43 5264 8244**

**E-Mail: [hotel@holzleiten.at](mailto:hotel@holzleiten.at)**



## INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung Alpenlarch Spa®	Seite	2
Inhaltsverzeichnis	Seite	3
Öffnungszeiten Alpenlarch Spa®	Seite	4
Einrichtungen, Spa-Etikette & Wissenswertes	Seite	5
Gesichtskosmetik	Seite	6/7
Treatments für den Herren	Seite	8
Körperreise in die Welt der Steine	Seite	8
Für den besonderen Augenblick & Extras	Seite	9
Hände & Füße	Seite	9
Das Vitalis-Bad	Seite	10
Die verschiedenen Badewelten im Vitalis-Bad	Seite	11
's Lärchen-Nest	Seite	12
Spa für zwei	Seite	13
Entspannungsmassagen	Seite	14
Klassische Massagen	Seite	15
Energiebehandlungen	Seite	15
Chinesische Heilkunst	Seite	15



## WIR SIND FÜR SIE DA

*Schwimmbad* 06.00 bis 20.00 Uhr  
*Saunalandschaft* 11.00 bis 20.00 Uhr  
*Anwendungen* 10.00 bis 19.00 Uhr



## Alpenlarch Spa®

Spa – Sanitas per aquam, mit Wasser zur Gesundheit finden und sich von lästigen Zwängen befreien – so findet der Mensch wieder zur Natur und damit zu sich selbst zurück.

## Garten- und Natur-Spa

In der zauberhaften Gartenanlage mit großer Liegewiese können Sie im Energie-Außenpool Ihre Bahnen schwimmen, im Badeteich die natürliche Kraft des Wassers erfahren oder aber einfach den Ausblick auf die herrliche Tiroler Bergwelt genießen.

- Ganzjährig beheizter Energie-Außenpool
- Natürlicher Badeteich mit Liegewiese
- Finnische Gartensauna mit Holzofen
- Frischluftveranda
- Infrarotkabinen

## Unsere Saunalandschaft

- Panorama-FinnSauna 80 – 100 °C
- Zirben-InfrarotSauna
- SoftSauna 70 °C
- BioSauna 50 °C/50 %
- Dampfbad 45 °C/100 %
- Aromagrotte
- Grander Wasser direkt vom Brunnen, Säfte, Tees, Trockenfrüchte & Knabbereien im Vital-Wintergarten

## Ruhe und Raum

„Entdecke deine innere Ruhe“ – Entspannung und Erholung finden Sie in unseren Ruheräumen.

## Sport- & Bewegungsangebot

- Lichterfüllter Fitnessraum mit freiem Ausblick auf die Mieminger Gebirgskette, ausgestattet mit modernsten Technogym-Geräten. Unsere Cardio-Geräte sind mit integrierten TVs ausgestattet!
- Betreutes Bewegungsprogramm mit einer Tirol-Vital-Trainerin. Von Montag bis Samstag Gymnastik, ATEMprogramm, Stretching, Qi Gong, Meditation, Pilates u. v. m.
- Aktives Morgenerwachen in der Spa-Lobby
- Im Sommer: Vital-Walking, geführte Kneipp-Wanderung, Becel-Nordic-Walking-Park, Mountainbikeverleih, Tennisplatzbenützung, Reiten, 18-Loch-Championcourse-Golfplatz am Mieminger Plateau
- Im Winter: Schneeschuhwandern, Langlaufen, Winterwandern, Rodeln, Straßenbob



## Spa-Etikette & Wissenswertes

### Empfehlung

Bitte reservieren Sie bereits bei Buchung, damit wir Ihnen unser bestmögliches Service bieten können.

### Begrüßungspaket

Bademantel & Badetasche stehen in Ihren Zimmern für Sie bereit.

### Running Late

Wenn Sie sich verspäten, vertrauen wir auf Ihr Verständnis, wenn der Behandlungsablauf verändert oder verkürzt werden muss.

### Stornierung

Bitte beachten Sie unsere Stornobedingungen: Bei Reservierungen, die innerhalb von 7 Stunden vor Behandlungsbeginn storniert werden, verrechnen wir 70 % des Preises der gebuchten Anwendungen.

*Auf [www.holzleiten.at](http://www.holzleiten.at) finden Sie unsere Spa-away-Preisliste mit allen Anwendungen & Programmen.*

## GESICHTSKOSMETIK

*arc en sol® – 100 % biologische Naturkosmetik, hergestellt von Hand in der Schweiz – Pflege mit der Kraft der Natur!*

Die Produkte von arc en sol setzen sich als eine hochwertige Frisch-Kosmetik aus ausgewählten biologischen, pflanzlichen und/oder mineralischen Rohstoffen zusammen. Garantiert 0 % chemische Konservierungsmittel, 0 % synthetische Zusatzstoffe. Sie eignen sich für alle Hauttypen, besonders auch für allergische und/oder irritierte Haut, und sind für alle gedacht, die das Besondere, Natürliche, Nachhaltige und eine absolute Frische schätzen.

*Für die trockene, feuchtigkeitsarme, gereizte & reife Haut – „Der Blütenraum“*

Diese einzigartige Gesichtspflege mit einem intensiven Feuchtigkeitsfaktor und absoluter Entspannungsgarantie lässt Ihre Haut frisch und neu belebt erstrahlen. Diese Behandlung umfasst: Nackenmassage, Abreinigen der Haut, Peeling mit Himalayasalz, Tiefenreinigung, Augenbrauen fassonieren, pflegendes Serum, Handmassage, entspannende Gesichtsmassage, Maske und Abschlusspflege.

**Dauer 80 Minuten € 115**

*Für die zu Unreinheiten neigende, fahle oder Mischhaut – „Anti-Stress“*

Eine wohltuende Gesichtspflege für den inneren & äußeren Einklang. Diese Behandlung umfasst: Fußmassage, Abreibung der Haut, Peeling mit Himalayasalz, Tiefenreinigung, Augenbrauen fassonieren, wohltuendes Serum, Kräuterstempelmassage, entspannende Gesichtsmassage, ausgleichende Maske und Abschlusspflege.

**Dauer 80 Minuten € 115**

*ego – individual cosmetic*

Im Alpenlarch Spa® werden ebenso die Produkte von ego – individual cosmetic verwendet. Diese Kosmetiklinie basiert auf hochwertigen und rein pflanzlichen Wirkstoffen. Ziel ist die Schaffung des Gleichgewichts für die Haut durch die natürliche Vernetzung komplexer Strukturen. Balance finden heißt Harmonie, Gesundheit, Schönheit & Wohlbefinden. Alle Gesichtsbearbeitungen beinhalten Tiefenreinigung, Peeling, Wirkstoffkonzentrat, Gesichtsmassage inklusive Hals & Dekolleté, Nacken, Maske und Tagespflege und werden individuell auf Ihr Hautbild abgestimmt. Sie können Ihre Behandlung auch zu Hause fortführen. Alle Produkte finden Sie direkt in unserem Alpenlarch Spa®.

*Für die trockene und feuchtigkeitsarme Gesichtshaut – „Der Morgentau“*

Nach einer Tiefenreinigung und einem Peeling wird Ihre Haut mit einem Blumendampfbad und Extrakten aus dem Apfel belebt und mit ausreichend Feuchtigkeit versorgt. Entspannen Sie sich bei der darauf folgenden Gesichtsmassage (Hals, Dekolleté und Nacken inklusive). Während der Einwirkzeit der Maske pflegen wir Ihre Hände mit einer wohltuenden Handmassage aus pflanzlichen Ölen. Den Abschluss bildet eine typgerechte Tagespflege für strahlendes Aussehen und ein fantastisches Wohlfühl!

**Dauer 80 Minuten € 95**



### *Für die gereizte und sensible Gesichtshaut – „Die Ruhe“*

Ein Kurzurlaub für Haut & Seele, beginnend mit einer Tiefenreinigung inklusive Peeling, gepflegt von einer entspannenden Massage. Die verwendeten Produkte mit den Eigenschaften der Heidelbeere wirken kühlend und gefäßstärkend. Während der Maske verwöhnen wir Sie mit einer Klangmassage, um Ihre Haut von innen her zu beruhigen und auszugleichen. Die Schwingungen der Schalen erreichen auch kleinste Zellen Ihres Körpers und führen eine tiefe Entspannung herbei. Nach dieser Anwendung strahlen Sie von innen und außen, denn Irritationen werden gemildert und der Teint wird gleichmäßig gepflegt.

**Dauer**     **80 Minuten**     **€ 95**

### *Für die fahle, schlaffe und zu Unreinheiten neigende Haut – „Die Kraft“*

Diese Behandlung spendet der Haut neue Kraft und Vitalität durch eine Tiefenreinigung mit Peeling. Die Wirkstoffe auf Basis der Heublume, die für Spannkraft und Elastizität sorgen, werden mit einem kalten und einem warmen Stein aufgetragen. Die Behandlung bewirkt einen starken Vitalisierungs- und Entschlackungseffekt und verbessert die Durchblutung der Haut. Während der Maske werden die Hände und Füße mit warmen Basaltsteinen massiert. Abgerundet wird diese Behandlung durch eine Tagespflege!

**Dauer**     **80 Minuten**     **€ 95**

### *Empfehlenswerte Tiefenreinigung für jeden Hauttyp – „Die Reinheit“*

Dieses Treatment eignet sich als hervorragende Vorbereitung für eine individuelle Gesichtsbildung! Durch den Einsatz frisch vorbereiteter Kräuterdampfkompresen werden die Poren geöffnet und die Haut wird intensiv gereinigt. Während der Einwirkzeit der Maske werden über die Fußreflexpunkte die Ausscheidungsorgane des Körpers aktiviert. Das Ergebnis ist ein klarer, frischer Teint. Tiefenreinigung, Peeling, Wirkstoffkonzentrat, Gesichtsmassage inklusive Hals & Dekolleté & Nacken, Maske und Tagespflege.

**Dauer**     **80 Minuten**     **€ 95**



### *Das intensive Luxusprogramm für die reife Haut – „Die Reife“*

Dieses Programm ist eine spezielle Anti-Aging-Behandlung mit straffendem Effekt, es verleiht Ihnen ein vitales Aussehen! Durch die Intensität der Wirkstoffe in den Produkten werden die sichtbaren Zeichen der Zeit, Falten und Linien, stark gemildert. Tiefenreinigung, Peeling, Wirkstoffkonzentrat und Gesichtsmassage inklusive Hals, Dekolleté & Nacken. Während der anschließenden Maske genießen Sie eine Atemmassage, um Kohlendioxid und freie Radikale auszuschleiden und vermehrt Sauerstoff einzutragen. Eine spezielle Tagespflege unterstreicht das Ergebnis!

**Dauer**     **80 Minuten**     **€ 95**

### *ego-personal-Gesichtsbehandlung*

Das individuelle Schönheitsritual für Ihr Gesicht! Die Haut ist Spiegelbild Ihrer Seele! Mit dieser speziellen Anwendung schenken wir Ihrer Haut ein Verwöhnprogramm – eine ganzheitliche Behandlungsmethode der Luxusklasse.

**Dauer**     **50 Minuten**     **€ 68**

### *Spezielle Augenbehandlung*

**Dauer**     **25 Minuten**     **€ 35**



## TREATMENTS FÜR DEN HERREN

### *Slow down*

Expressbehandlung für gestresste Männerhaut. Das Ergebnis ist ein frisches und gepflegtes Hautgefühl.

**Dauer** 50 Minuten € 68

Führen Sie Ihre Behandlung auch zu Hause fort. Alle Produkte finden Sie direkt in unserem Alpenlarch Spa®.

### *Maniküre*

**Dauer** 50 Minuten € 48

### *Pediküre*

**Dauer** 50 Minuten € 50

## KÖRPERREISE IN DIE WELT DER STEINE

### *La Stone-Therapie® oder Hot Stone*

Es erwartet Sie ein Ritual aus Massage, Energiearbeit und der wohltuenden Wirkung von warmen und kalten Marmorsteinen. Der Körper wird von Kopf bis Fuß in einem angenehmen Rhythmus massiert, dabei werden der Stoffwechsel und der Blutkreislauf angeregt und die Muskulatur wird entspannt. Der gesamte Organismus wird mit neuer Energie aufgeladen, das Energiefeld harmonisiert und gestärkt. Diese Behandlung bewirkt durch den intensiven Temperaturreiz eine besondere Art der Tiefenentspannung und aktiviert die Selbstheilungskräfte.

**Dauer** 70 Minuten € 95





## EXTRAS

### *Depilation*

Für ein besonders lange anhaltendes glattes Gefühl sorgt unsere sanfte Enthaarungsmethode mit Warmwachs, auch für den Herren. Nach der Haarentfernung wird die Haut beruhigt und gepflegt.

<i>Depilation Gesicht</i>	€ 11
<i>Depilation Achseln</i>	€ 18
<i>Depilation Bikinizone</i>	€ 18
<i>Depilation bis Knie</i>	€ 30
<i>Depilation ganzes Bein</i>	€ 45
<i>Depilation Rücken/Brust</i>	à € 36

## FÜR DEN BESONDEREN AUGENBLICK

<i>Wimpern oder Augenbrauen färben</i>	€ 14
<i>Wimpern und Augenbrauen färben</i>	€ 22
<i>Augenbrauen faconieren</i>	€ 11

## HÄNDE & FÜSSE

### *Spa-Maniküre*

Das intensive Pflegeprogramm für zarte Hände. Reichen Sie uns Ihre Hände, wir verwöhnen Sie mit einem sanften Peeling, einem duftenden Handbad und einer kosmetischen Maniküre mit abschließender Massage.

<i>Dauer</i>	<i>50 Minuten</i>	€ 48
	<i>Aufpreis Lack</i>	€ 7

### *Spa-Pediküre*

Dieses besondere Verwöhnprogramm für Ihre Füße beginnt mit einem sanften Peeling, einem entspannenden Kräuterfußbad und einer medizinischen Pediküre. Nach der abschließenden Fußmassage mit pflegenden Essenzen fühlen Sie sich leichtfüßig und entspannt.

<i>Dauer</i>	<i>50 Minuten</i>	€ 50
	<i>Aufpreis Lack</i>	€ 7
	<i>Aufpreis de luxe inkl. French Lack</i>	€ 15



## DAS VITALIS-BAD IM ALPENLARCH SPA®

Dieses Gesundheitsbad nach der Methode Vitalis Dr. Joseph ist ein ganzheitliches Programm, das aus sieben Elementen besteht. Das Baden im „kleinmolekularen“ Dampf mit einem komfortablen Liegegefühl garantiert Erholung und innere Ruhe.

### *Das Lärchen-Vitalis-Bad und seine sieben Elemente*

- I Begrüßung & Orientierungsgespräch* bei Räucherdüften aus Lärchenharz und Weihrauch. In einem persönlichen Gespräch definieren wir gemeinsam Ihr Persönlichkeitsbild.
- II Wechselfußbad nach Kneipp*, damit wir zu Beginn der Reise in die Bäderwelten der Lärche Ihren Kreislauf in Schwung bringen und die Durchblutung fördern.
- III Eine Tasse Kräutertee mit Lärchenspitzen* wirkt entsäuernd, entschlackend und entwässernd.
- IV Balneo* – ein Duschbad mit unserer Alpenlarch-Duschcreme.
- V Das eigentliche Vitalis-Bad* in kleinmolekularem Dampf und Wärme, genau auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt. Verbringen Sie 15 bis 20 Minuten im dampfenden Bad, eingebettet in die Lärchen-Packung, umhüllt von einem natürlichen, in Lärchensud getränkten Leinentuch. So baden Sie in angenehmer Reinheit.
- VI Die Ruhezeit*  
Schenken Sie Ihrem Körper die Zeit, auf die Impulse der Lärche im Vitalis-Bad zu reagieren, eingebettet in ein Leinentuch und eine Wolldecke im Liegestuhl.
- VII Kommunikation & Abschluss*  
Eine angenehme Streichmassage mit Lärchen-Massageöl wird Sie von verbliebenen Verspannungen befreien.

**Dauer**      **90 Minuten**

**€ 105**

# Maximale Erlebnisqualität, Erholung und innere Ruhe!

## DIE VERSCHIEDENEN BADEWELTEN IM VITALIS-BAD

### RELAX & ENJOY

#### *Feldthymian- & Zirbelkieferbad®*

Aktivieren Sie Ihren Körper und genießen Sie die Ruhe. Feldthymian belebt den Hautstoffwechsel, stärkt die Nerven und fördert die Durchblutung der Haut. Kombiniert mit der ausgleichenden Wirkung der Zirbelkiefer auf Kreislauf und Befinden stärkt dieses Gesundheitsbad nicht nur Ihre Atmung, sondern auch Ihre Nerven.

### DETOX & REINIGUNG

#### *Algenpackung exklusive – Detox für die Frau*

Algen können die lokale Blutzirkulation fördern und den Körper über die Hautoberfläche entwässern und entgiften. Die Synergie mit einem entschlackenden Kräutertee und dem basenantioxidativen Pulver schenkt Ihrem Körper neue Frische.

#### *Alpenfango- & Latschenkieferbad® – Detox für den Mann*

Die Latschenkiefer duftet außergewöhnlich, fördert in Kombination die Entgiftung über die Haut und wirkt belebend und stärkend. Sie bildet die Basis für eine schöne und gesunde Haut.

### BALANCE & HARMONIE

#### *Johanniskrautölbad*

Ein Johanniskrautölbad hilft nach einem anstrengenden Tag, das Gemüt und die Gedanken zu entspannen. Ideal, um Stress abzubauen und Verspannungen zu lösen.

#### *Heublumen- & Wacholderbad®*

Fühlen Sie sich wie neugeboren, entspannt und gestärkt. Auserlesene Kräuter, nur von hochalpinen Bergwiesen, und die magische Kraft des Bergwacholders lassen die Müdigkeit verschwinden.

### SCHÖNHEIT & BEAUTY

#### *Hagebuttenbad*

Das Öl aus Hagebuttenkernen wirkt glättend auf die Hautstruktur und hat vitalisierende Eigenschaften. Es unterstützt die Zellregeneration und wirkt der Erschlaffung und Fältchenbildung der Haut entgegen. Es erhöht die Barrierefunktion der Haut und vermindert so den Feuchtigkeitsverlust: Die Elastizität der Hautstruktur wird verbessert.

#### *Ringelblume- & Kamillenbad®*

Freuen Sie sich auf eine besondere Pflege strapazierter Haut. Ringelblume & Kamille aktivieren die Zellregeneration und wirken beruhigend auf gereizte Haut: Ihr Teint wird frischer und die trockene Haut geschmeidig. Sie erstrahlen in neuem Glanz!

## ALPENLARCH'S EINZIGARTIGE ANWENDUNG

### „s Lärchen-Nest“

**Treten Sie ein, in ein unglaubliches Auftreten der Natur!**

Durch ein sanftes Peeling auf Ihrer Haut mit den natürlichen Wirkstoffen aus Honig und Salz fallen Sie langsam in eine entspannte Leichtigkeit. Umgeben von der Lärche empfinden Sie Wärme und Ruhe. Beruhigende und langsame Massagegriffe umhüllen Ihren Körper mit Wacholder- und Propolismilch. Durch die angenehme und warme Wacholderbeeren-Stempelmassage schließen wir diese Wirkstoffe in Ihrem Organismus ein. Umrahmen Sie Ihre Behandlung mit einer Gesichtereinigung und Gesichtsmassage mit echten Lärchenholz-Herzen.

#### **Die Lärche:**

spendet Wärme, Kraft und Energie ...

#### **Der Wacholder:**

liefert Energie, regt die Verdauung an, wirkt blutreinigend, harntreibend, appetitanregend ...

#### **Die Propolis:**

wirkt desinfizierend, wundheilend, entzündungshemmend, hilft gegen Rheuma, bei Hexenschuss und Gicht, gut gegen Krampfadern ...

#### **Ganzkörperanwendung**

**Dauer 50 Minuten € 85**

Auch als Paarbehandlung buchbar

**Dauer 50 Minuten € 165**

**für 2 Personen**

#### **Gesichts- & Ganzkörperanwendung**

**Dauer 80 Minuten € 115**

Auch als Paarbehandlung buchbar

**Dauer 80 Minuten € 195**

**für 2 Personen**



## SPA FÜR ZWEI

Exklusive Ganzkörper-Treatments in der Lärchen-Spa-Suite!  
Entspannende Massagen zu zweit genießen – mit Ihrem Partner  
oder unter Freundinnen.

### Alpenlarch-Spa-Zeit

Es ist Lärchen-Zeit ... loslassen, alte Gewohnheiten abstreifen,  
einen neuen Lebensabschnitt beginnen.

Im exklusiven Ambiente der Spa-Suite empfängt Sie der feine  
Duft aus einer Räucherung mit Lärchenharz und Weihrauch.  
Luft holen, einatmen, ausatmen, entspannende und stärkende  
Wirkung verspüren. Das Alpenlarch-Peeling befreit die Haut von  
abgestorbenen Hautschüppchen. Es unterstützt den Reinigungs-  
vorgang, der grundlegend für Ihr gutes Aussehen und Ihr Haut-  
gefühl ist. Tauchen Sie ein in das Lärchenölbad und schenken  
Sie Ihrem Körper die Zeit, um auf die Impulse der Lärche zu  
reagieren. Der Kräutertee mit Lärchenspitzen unterstützt die  
entspannende Wirkung auf Geist und Seele. Eine abschließende  
Massage mit Lärchenkörperemulsion wird Sie von verbliebenen  
Verspannungen befreien.

**Dauer** 70 Minuten **€ 170**  
für 2 Personen

### Stutenmilch-Bio-Spa

Die Stutenmilch ist eines der wertvollsten Naturprodukte. Sie ist  
reich an Proteinen, Vitaminen, Spurenelementen sowie Minerali-  
en. Stutenmilch ist besonders wohltuend bei Neurodermitis und  
Schuppenflechte und ist auch für Schwangere sehr empfehlens-  
wert.

Genießen Sie ein entspannendes und nachhaltig pflegendes  
Schönheitsbad mit dem weltweit höchsten Anteil an Stutenmilch.  
Zum Verwöhnen der Sinne werden rein ätherische Öle zugesetzt,  
die sich positiv auf das vegetative Nervensystem auswirken.  
Durch ein besonderes Entspannungsritual und ein Ganzkörper-  
peeling wird diese Anwendung zu einem Erlebnis. Eine glatte,  
geschmeidige und samtige Haut, auch nach Tagen der Anwen-  
dung, ist das effektvolle Ergebnis.

**Dauer** 70 Minuten **€ 170**  
für 2 Personen



### Entspannung & Genuss – pure Entspannung, genießen Sie Ruhe

Zur Einstimmung und Lockerung der Gelenke erwartet Sie eine  
angenehme Atemmassage. Durch das anschließende Alpenlarch-  
Peeling werden abgestorbene Hautschüppchen entfernt und die  
Durchblutung wird angeregt – die Haut ist optimal auf das pfl-  
gende Bad vorbereitet. Das Ziegenmilch-Bad mit Essenzen aus  
Vanille, Tiroler Honig und Mandarine verbessert die Hautelasti-  
zität, mildert Spannungszustände der Haut, aktiviert den Haut-  
stoffwechsel und verwöhnt sie mit einem Maximum an Pflege.  
Genießen Sie diese intensiven Momente der Entspannung mit  
atemberaubender Aussicht auf die Natur.

**Dauer** 70 Minuten **€ 170**  
für 2 Personen

### Entschlackung und Reinigung

Zu Beginn werden die Lymphknoten durch langsame, kreisförmige  
Bewegungen aufgeweitet und der Lymphfluss wird angeregt,  
um das Körperpeeling mit entschlackender und reinigender Kraft  
zu unterstützen. Auch die Massage mit Meeresschwamm, hoch-  
wertigen ätherischen Ölen und dem Papaya-Enzym fördert die  
Entgiftung des Körpers. Im mit ätherischen Ölen und Salzen aus  
dem Toten Meer angereicherten Badewasser wird das Bindege-  
webe schließlich gestrafft und eine regenerierende Wirkung auf  
die Hautzellen erzielt.

**Dauer** 70 Minuten **€ 170**  
für 2 Personen



## ENTSPANNUNGSMASSAGEN

### *Resonanzmassage® Rücken*

Wohlbefinden und Entspannung für Ihren „gestressten Rücken“. Mit dieser speziellen Wirbelsäulenbehandlung werden Muskelverspannungen durch Wärme, altbewährte Schröpftechnik und Vitalsound Bowls gelöst. Sie bewahren Haltung, Schönheit und Ausstrahlung!

**Dauer** 50 Minuten

**€ 58**

### *Klangmassage nach Peter Hess® – „Klang-Entspannung“*

Die Klangmassage ist eine Therapie, bei der Klangschalen auf dem bekleideten Körper platziert und sanft angeschlagen werden. Sowohl durch die beruhigenden harmonisierenden Klänge als auch durch sanfte vibrierende Schwingungen der Klangschalen entsteht Wohlgefühl und eine sehr wirksame Tiefenentspannung. Kreativität und Schaffenskraft erhalten neue Impulse, Sie befreien sich von alltäglichem Stress, Sorgen und Ängsten.

**Dauer** 50 Minuten

**€ 70**

### *Alpine Kräuterstempelmassage*

Diese Anwendung beginnt mit einem erwärmenden Zirbenholz-Fußbad. Anschließend erfahren Sie wohlthuende Entspannung mit über Dampf erwärmten Kräuterstempeln und Naturölen aus dem alpinen Kräutergarten – wählen Sie aus: „Alpine Entspannung“ mit Alpenlarch, „Alpine Entspannung“ mit Johanniskraut oder „Alpine Entspannung“ mit Arnika. Durch sanftes Einmassieren mit den erwärmten Kräuterstempeln kann sich die Wirkung der Öle voll entfalten und wird an den Körper weitergegeben.

**Dauer** 50 Minuten

**€ 70**

### *Cellulite-Resonanz-Massage®*

Das wirkungsvolle und innovative Anti-Cellulite-Programm beinhaltet ein Körperpeeling, eine modulierte Schröpfglasmassage mit spezifischer Cellulitecreme sowie eine Fußzonen stimulierende Massage. Den Abschluss bildet eine tiefe Entspannung mit Klangschalen.

**Dauer** 70 Minuten

**€ 85**

## KLASSISCHE MASSAGEN

### *Klassische Kopf- und Nackenmassage*

Werden Sie frei im Kopf. Perfekt zum Abschalten. Für sie & ihn.

**Dauer** 25 Minuten € 33

### *Klassische Rücken-, Nacken- & Kopfmassage*

Diese Heilmassage löst muskuläre Verspannungen und ein angenehmes Gefühl der Entspannung stellt sich ein.

**Dauer** 25 Minuten € 33

### *Entspannungs-Facial – Kopf, Gesicht-, Nacken- und Dekolletébehandlung*

Diese Massage wirkt wohltuend, befreiend und reinigend. Sie ermöglicht eine intensive Entspannung, fördert die Durchblutung, den Lymphfluss und den Stoffwechsel. Die kosmetische Komponente für Ihr Gesicht und das Dekolleté ist ein fester Bestandteil dieser Anwendung.

**Dauer** 50 Minuten € 63

### *Fußreflexzonenmassage*

Über die Stimulierung spezieller Punkte auf den Fußsohlen – Organe, Nervensystem, Bewegungsapparat – werden die Selbstheilungskräfte des Organismus angeregt und positiv beeinflusst.

**Dauer** 25 Minuten € 33

### *Ganzkörpermassage*

Durch Kneten, Klopfen und Streichen wird der Zustand des Gewebes verbessert, die Durchblutung angeregt und Verspannungen werden gelöst. Empfehlenswert bei verkrampten Muskeln und nach sportlicher Betätigung.

**Dauer** 50 Minuten € 58

### *Kombimassage – Klassische Rücken-, Nacken-, Kopf- und Fußreflexzonenmassage*

**Dauer** 50 Minuten € 58

### *Alpenlarch-Verwöhnmassage mit Lärche-Enzian-Öl*

**Dauer** 25 Minuten € 38

### *Alpenlarch-Anti-Stress-Massage mit Lärchenmilch*

**Dauer** 25 Minuten € 38

## ENERGIEBEHANDLUNGEN

### *Chakra-Balance*

Diese Behandlung besteht aus einer Chakra-Energiemassage und einer Harmonisierung mit Klangschalen. Die Reflexzonenmassage mit Farbvisualisierung harmonisiert und energetisiert. Klangschalenklänge helfen loszulassen, bringen Entspannung und versetzen den Körper in feine Schwingungen.

**Dauer** 70 Minuten € 90

### *Sensitive Entspannungsmassage – SGM*

Das besondere Verwöhnerlebnis für Körper – Geist – Seele. Durch die sanften fließenden Massagegriffe und die Verwendung von erwärmten Ölen – Jasmin, Nachtkerze und Sandelholz – beginnen körpereigene Energien wieder zu fließen, sie bauen Stress ab, lösen Spannungen und sensibilisieren das „Körperbewusstsein“.

**Dauer** 80 Minuten € 95

## CHINESISCHE HEILKUNST

### *Akupunkt-Massage – Spannungsausgleichsmassage nach Penzel*

Diese Anwendung beruht auf den Grundlagen der chinesischen Akupunkturlehre. Die Lebensenergien fließen auf Meridianen durch den Körper und können durch Stress oder Überbelastung blockiert werden. Die beiden Kräfte YIN und YANG sind zur Erhaltung Ihrer Gesundheit besonders wichtig. Durch die Aktivierung der Meridiane mit einem speziellen Massagestab wird der notwendige Energieausgleich angeregt.

**Dauer** 50 Minuten € 70

### *Moxatherapie*

Die Moxatherapie ist ein uraltes Heilverfahren aus der Traditionellen Chinesischen Medizin. Mit einer brennenden Kräuterzigarre werden Akupunkturpunkte mit Wärme energetisch angeregt bzw. aufgeladen. Damit wird dem Körper die nötige Energie zugeführt und die Selbstheilungskräfte werden mobilisiert.

Die Moxatherapie kann unterstützend in Kombination mit der Akupunkt-Massage gebucht werden.

**Dauer** 25 Minuten € 35



Familie Wilhelm · 6416 Obsteig · Tirol · Austria  
**tel** +43 5264 8244 · **fax** +43 5264 83788  
**mail** hotel@holzleiten.at · www.holzleiten.at

[www.holzleiten.at](http://www.holzleiten.at)