



HOTEL  
**Gschwangut**  
Golf · Tennis · Wellness Beauty



*Wellness- & Beautyprogramm*



*Die größten Ereignisse sind nicht unsere lautesten,  
sondern unsere stillsten Stunden.*  
*Friedrich Wilhelm Nietzsche*

*Liebe Gäste,*

wir würden uns freuen, wenn Sie sich in die geschulten Hände unserer qualifizierten Kosmetikerin und Masseurin begeben. Lassen Sie sich vertrauensvoll fallen, genießen Sie den Augenblick und fühlen Sie sich gestärkt und vitalisiert, erfrischt und verjüngt, entspannt und harmonisiert – wir gehen ganz auf Ihre persönlichen Wünsche ein.

„Ich, Marialuisa, bin diplomierte Kosmetikerin und Masseurin mit Zusatzausbildung in Ayurveda, Lomi Lomi und dem Fußzonen-Bereich, und würde mich sehr freuen, Sie verwöhnen zu dürfen.“



*Öffnungszeiten*

DIE - DO - SA  
8:30 - 12:30  
MO - MI - FR  
15:00 - 19:00

# Massagen



## Ganzkörpermassage

Neben der Lockerung der Muskulatur wird die natürliche Hautfunktion unterstützt und der Blut- und Lymphfluss angeregt.

**50 min. € 58**

## Teilkörpermassage

Diese wird auf einzelne Körperregionen angewendet: Rücken – Nacken, Fuß – Bein, Nacken – Schulter, Gesicht – Kopf – Nacken.

**30 min. € 35**

## Warme Ölmassage angereichert mit Aromessenzen

Der ganze Körper wird sanft verwöhnt, Verspannungen gelöst und Stress abgebaut. Ein Gefühl wohliger Entspannung erfüllt den gesamten Organismus.

**50 min. € 62**

## Vitalmassage

Eine kombinierte Rücken-Nacken- mit anschließender Fußzonenmassage bewirkt eine spezielle Entspannung der Wirbelsäule.

**50 min. € 58**

## Rücken-Resonanz-Schröpfmassage

Diese tief mechanische Wirkung erzeugt eine intensive Lockerung der Muskulatur und aktiviert alle Gewebeschichten auch durch das altbewährte Schröpfen.

**50 min. € 62**

## Fußzonenmassage

Die Zonen an den Fußsohlen sind sehr gute Bezugspunkte um die Körperorgane positiv zu stimulieren.

**50 min. € 62**

## Lomi Lomi Nui

Lange fließende Streichungen mit den Unterarmen verbinden sich mit sanfter Gelenklockerung und kräftiger Körperarbeit. Hawaiianische Massagekunst mit der Sie ein Gefühl von Entspannung und Geborgenheit erreichen können.

**80 min. € 85**

## Lomi Hapei (für die schwangere Frau)

Diese Massage hat nicht nur zum Ziel verspannte Muskeln zu lockern sondern auch innere Anspannung und Ängste zu lösen.

Durch die bequeme Seitenlage kann diese Massage ab dem 3. Monat angewendet werden.

**80 min. € 80**

## Ganzkörper Peeling

Mit Hilfe feinsten Peelingsubstanzen werden abgestorbene Hautzellen entfernt.

Das Hautbild wird glatt und geschmeidig.

**Salz - Heu - Enzym Peeling**

**20 min. € 35**

## Ayurveda Massagen

Abhyanga, das Wissen vom Leben. Mit warmen Sesamöl wird mit langsamen, rhythmischen Streichungen über die Energiebahnen, den Meridianen, massiert. Diese Technik hat durch die Wärme und die entschlackenden Salbung eine sehr tiefgehende Wirkung.

## Abhyanga Ganzkörpermassage nach Ayurveda

**50 min. € 65**

kombiniert mit Kopf- und Gesichtsmassage

**90 min. € 90**

## Shiroabhyanga

Diese Ayurveda Massage kann alle Ihre Sinnesorgane wieder zurück in ihren normalen, möglichst unbelasteten Zustand bringen.

Durch spezielle punktuelle Techniken an Kopf, Nacken und Schultern wird die Durchblutung des Kopfes gefördert und wirkt spannungslindernd.

**25 min. € 42**

Mit Einbindung der Gesichtsmuskulatur, Mukabhyanga.

**45 min. € 52**



*Selbstbewusstsein, Lebensfreude und Persönlichkeit!*

*Dafür steht Maria Galland Paris seit über 50 Jahren.*

# Gesichtsbehandlungen

Kosmetikanwendungen nach Maria Galland



## Masque „Cocon“

Jeder Schritt, von der Reinigung bis hin zur Anwendung einer hochkonzentrierten Ampulle und einer leichten Schaummaske, wird von einem Massageritual begleitet.

**80 min. € 82**

## Kur Thalasso

Schönheit aus der aktivierenden Kraft der Ozeane mit ihren wertvollen Wirkstoffen. Extrakte aus Braunalgen versorgen die Haut mit wichtigen Mineralien, Vitaminen und Feuchtigkeit. Reinigung, Peeling, Ampulle, Algenmaske und Tagescreme.

**60 min. € 75**

## Lift Expert

Kosmetikbehandlung zur Festigung der Gesichtszüge. Die praktizierten Handgriffe von der Reinigung bis zur Abschlusspflege, öffnen die Meridiane, dynamisieren die Zellen und entgiften die Epidermis. „Yoga fürs Gesicht“.

**70 min. € 82**

## Gesichtsbehandlung „Intensiv“

Beinhaltet Reinigung, Peeling, Augenbrauenkorrektur, Ampulle, Massage, Pflegemaske, evtl. Depilation der Oberlippenpartie, Feuchtigkeitsserum und Tagescreme.

**90 min. € 80**

## Gesichtsbehandlung „Standard“

Beinhaltet Reinigung, Peeling, Ampulle, Massage, Pflegemaske und Tagescreme.

**60 min. € 65**

## Für Herren Gesichtsbildung

Beinhaltet Reinigung, Peeling, Ampulle, Massage, Pflegemaske und Tagescreme.

**60 min. € 65**

## Detailkosmetik

Gesichtsmassage mit Ampulle

**25 min. € 42**

Augenbrauenkorrektur

**15 min. € 15**

Augenbrauen färben

**10 min. € 10**

Färben der Wimpern

**25 min. € 20**

Augenbrauen und

Wimpern färben

**30 min. € 25**

## Hand- und Fußpflege

Maniküre

**50 min. € 35**

Pediküre

**50 min. € 45**

Lackieren

**€ 8**

## Depilation

Ganzes Bein

**45 min. € 45**

Beine bis zum Knie

**25 min. € 25**

Bikinizone

**25 min. € 18**

Achsel

**15 min. € 15**

Oberlippe

**10 min. € 9**

# Wellnessbäder und Packungen



## Wellnessbäder in der Kaiserwanne

Alle Wellnessbäder

**ca. 30 min. € 30**

### Algen Bad

Essenzen aus dem Meer entschlacken und regeln Ihren Stoffwechsel an.

### Rosenblüten Bad

Ein intensives Baderlebnis für Körper, Geist und Seele.

### Milch- und Honig Bad

Dieses Bad pflegt und macht Ihre Haut schön und weich.

### Nachtkerzenöl Bad

Eignet sich hervorragend zur Kräftigung und Belebung von sehr trockener und gestresster Haut.

### Heu Bad

Die Kraft des Südtiroler Bergheus wirkt entschlackend, entgiftend und stoffwechsellanregend.

### *Unsere Empfehlung*



· Ein Kräuterbad und eine kombinierte Fuß- Beinmassage. Ideal nach einer Wanderung. **50 min. € 55**

· Ein Kaiserbad mit einer Körper Packung Ihrer Wahl für ein wohltuendes Erlebnis. **60 min. € 68**

### Beautybehandlungen für Kids

Gesichtsbehandlung: Reinigung, Peeling und Maske **25 min. € 35**

Kindermassage mit Kokosöl **25 min. € 30**

Hand- & Fußnägel lackieren **30 min. € 25**

### Packung in der Softliege

Durch die osmotische Wirkung unserer Soft-Pack-Wanne dringen die pflegenden Wirkstoffe der Körperpackungen besonders gut in die Haut ein.

### Algen Packung

Die Algen wirken straffend und verbessern deutlich die Struktur des Gewebes. **40 min. € 42**

### Rosenblüten Packung

Eine reichhaltige Cremepackung mit wertvollen Rosenessenzen für eine samtweiche Haut. **40 min. € 42**

### Nachtkerzenöl Packung

Diese Packung ist stark rückfettend, die Haut wird weich und geschmeidig. Besonders geeignet bei sehr gestresster Haut und bei Neurodermitis. **40 min. € 42**

# Unsere Pakete



*Was ohne Ruhepausen geschieht,  
ist nicht von Dauer.*

*Ovid*

## Für Sie

- Klassische Ganzkörpermassage
- Meersalz Peeling
- Gesichtsbehandlung Basic

**2 ½ Std. € 142**

## Body-Paket

- Klassische Teilmassage
- Heupeeling
- Cremepackung

**75 min. € 99**

## Vital-Paket

- Klassische Ganzkörpermassage
- Fußzonen Massage
- Aromaöl Massage

**180 min. € 164**

## Thalasso-Paket

- Gesichtsbehandlung mit Algenmaske
- Meersalz-Peeling + Algen Bad
- Straffende Körperpakung mit Algen

**180 min. € 166**

## Für Ihn

- Klassische Rückenmassage
- Pediküre mit Fußmassage
- Gesichtspflege Basic

**2 ½ Std. € 130**



## Wohlfühl-Paket

- Bad und Abhyanga-Rückenmassage
- Körperpackung
- Gesichtspflege
- Fußzonenmassage

**220 min. € 213**

## Ayurveda

Erleben Sie die Welt der orientalischen Massage:

- Shirobhyanga: Kopf-Nacken-Schulter Massage
- Pristhabhyanga: Rücken-Nacken Massage
- Abhyanga: Ganzkörpermassage

**120 min. € 134**