

Bellavita Spa

Un'oasi di vitalità, ricreazione e bellezza



Benvenuti nella nostra "Bellavita" Spa & lounge al pino cembro

Qui trovo nuova energia e il mio equilibrio interno!

Il nostro albergo si trova ad un'altitudine di 1300m, un luogo incantato, soleggiato e silenzioso, in mezzo alla natura, con una vista stupenda verso il panorama magnifico delle Alpi. I profumi di pino cembro, pino mugo e abete rosso nel nostro ambiente creano armonia e benessere. In tutto l'albergo si ritrova l'acqua fresca di montagna che ridona giovinezza interna.

In armonia con il mondo che ci circonda, abbiamo deciso di utilizzare il potere curativo della natura con prodotti a base di principi naturali. Prodotti di alta qualità, in combinazione con tecnologia moderna e ultime conoscenze scientifiche.

Le auguriamo un bellissimo soggiorno
nella nostra SPA!

La Sua famiglia Eisendle
& il nostro Beauty Team





Indice

Benvenuti	2
I nostri partner	4
Oasi vitale Tyrol	6-7
Informazioni importanti	8
Pacchetti benessere	9
Trattamento viso donna	10-11
For Men	12
Young SPA	13
Trattamenti corpo esfolianti alpini ..	14
Impacchi corpo alpini	15
Bagni alpini	16
Rituali SPA alpini	17
Massaggi balance	18-19
Massaggi per la schiena	19
Massaggi Alpienne	20
Dalla testa ai piedi	21
10 istruzioni per l'uso della sauna	22
Sauna Alphotel	23
Alla fin fine	24

I nostri partner

Alpienne

**100% prodotti naturali e artigianali dalle alpi.
Impatto zero sul clima. Così puri.**

Azione efficace, senza additivi sintetici. La conoscenza di piante ed oli alpini selezionati per vari disturbi si basa su un tesoro di esperienza secolare, nonché sulle moderne scoperte scientifiche. I nostri prodotti sono gli unici composti pressoché al 100% da principi attivi naturali dell'arco alpino. È per questo che non profumano, ma hanno un odore naturale.

Art of Care

La natura è un libro che in ogni pagina ha un contenuto fantastico.

Art of care si è preso il compito di creare dei prodotti vicini alla natura, ricchi di tradizione e alta qualità, che offrono trattamenti benessere unici con prodotti a base di materie prime.

Babor

Lusso, passione, eccellenza in nome della bellezza

Tutto è iniziato nel 1956. Da allora, come pioniere in skincare professionale, BABOR si è imposto come standard di riferimento per la ricerca sullo skincare, made in Germany.

Le nostre formule di precisione sono basate su principi attivi innovativi. Il loro effetto è rafforzato dall'esperienza professionale degli estetisti BABOR nei nostri lussuosi trattamenti su misura, progettati per offrire il massimo risultato su misura per ognuno.





Oasi vitale Tyrol

Pool e Fitness

- 01 Entrata e atrio vitale
- 02 Solarium
- 03 Doccia e wc
- 04 Sala fitness
- 05 Zona di riposo interna
- 06 Tratto d'acqua con vortice
- 07 Vasca idromassaggio
- 08 Piscina coperta
- 09 Piscina per bambini
- 10 Piscina esterna
- 11 Zona di riposo all'aperto
- 12 Prato
- 13 XXL-Infinity-Whirlpool
- 14 Stagno naturale

Bellavita Spa

- 15 Cabina massaggi
- 16 Cabina trattamenti
- 17 Spa - Reception
- 18 lettino thermo spa
- 19 Bagno alle rose
- 20 Cabina massaggi
- 21 Lounge al pino cembro e shop

Sauna alpina

- 23 Sala relax
- 24 Docce
- 25 Bagno turco aromatico
- 26 Bagno turco salino
- 27 *Almlounge* con angolo tisane
- 28 Letti di fieno
- 29 Sala relax *malga cuoricini*
- 30 Vasca idromassaggio riscaldata
- 31 Sauna evento sul lago
- 32 Vasca per immersione
- 33 Zona relax all'aria aperta
- 34 Percorso *Kneipp*
- 35 Sala relax *malga del riposo*
- 36 Cabine infrarossi
- 37 Sauna al pino cembro
- 38 Sauna con pietra salina
- 39 Docce e fontana del ghiaccio
- 40 Pediluvio con massaggio
- 41 Sauna per famiglie e spa privata
- 42 Vasca idromassaggio riscaldata
- 43 Sauna finlandese
- 44 Cabine infrarossi
- 45 Bagno turco





Orari d'apertura

Bellavita Spa & shop: dalle ore 10.00 alle ore 19.00

Sauna alpina - area nudista: dalle ore 11.00 alle ore 20.00

Sauna per tutta la famiglia - dress on sauna: dalle ore 15.00 alle ore 19.00

Private Sauna: dalle ore 09.00 alle ore 14.30 e dalle ore 19.30 alle ore 23.00

Costo private sauna: 1 ora € 40,00, 2 ore € 60,00, 3 ore € 80,00

Palestra: dalle ore 7.00 alle ore 23.00

Piscina interna ed esterna: dalle ore 07.00 alle ore 23.00

Informazioni importanti

Prenotazioni

Si consiglia di prenotare i trattamenti nello stesso momento in cui si prenota la stanza. Per prenotazioni in loco rivolgersi alla reception della "Bellavita Spa" o alla reception dell'albergo.

Cancellazione o ritardo trattamento

Fino a 24 ore prima dell'appuntamento è possibile cancellarlo senza spesa. Per cancellazioni a meno di 24 ore, dobbiamo invece calcolare il 100% del prezzo.

Se si ritarda l'appuntamento il trattamento sarà accorciato per il tempo perso.

Abbigliamento

Si prega di presentarsi al trattamento in accappatoio, biancheria intima oppure costume da bagno. Verrà messo a disposizione uno slip monouso.

Consultazione

Alla reception della "Bellavita Spa" si ottiene consulenze competenti e professionali per ogni esigenza. Anche con proposte di un pacchetto trattamenti personalizzato.

La Vostra salute

Vi preghiamo di informarci immediatamente al vostro arrivo nel reparto Spa di problemi

di salute attuali, ad esempio malattie, allergie, gravidanza, interventi chirurgici recenti ecc. Certe anomalie sono controindicative per i trattamenti!

Buono SPA

Il buono Spa può essere utilizzato nella fascia oraria dalle ore 10.00 alle ore 14.00, ed è valido un solo buono a trattamento.

Vendita prodotti

È possibile acquistare prodotti che usiamo nei trattamenti, offrendo anche la possibilità di spedirli con il corriere. Da un valore di € 150,00 in su, la spedizione è gratuita.

Occupazione lettini in piscina e zona sauna

Preghiamo la gentile clientela di non tenere riservati i lettini senza usufruirli. In questo caso dopo 30 minuti il personale provvederà a liberare il lettino.

Borse Spa

Nella vostra stanza troverete un accappatoio, una borsa spa, pantofole e due asciugamani per sauna e piscina a persona. Il cambio di asciugamani è sempre disponibile presso la reception della "Bellavita Spa".



Pacchetti benessere

La nostra oasi vitale offre relax per corpo e mente. Consigliamo di spegnere il cellulare e di parlare a bassa voce, per non disturbare altri ospiti. Preghiamo i genitori di tenere sotto controllo i loro bambini. Tuffi dal bordo piscina, e urla non sono concessi.

La specialità delle nostre piscine:
GodeteVi la straordinaria azione rivitalizzante dell'acqua cristallina senza odore di cloro e senza irritazione agli occhi e alla pelle.



Giornata di riposo per lei (1-2 giorni)

Trattamento viso Hydra Boost - 50 min.
Pedicure - 50 min.
Manicure con esfoliante - 45 min.

Prezzo speciale € 167,00

La mia schiena (3-4 giorni)

Massaggio al miele - 50 min.
Massaggio schiena Dorsal - 50 min.
Impacco salute alpina - 20 min.
Massaggio cervicale, nuca e schiena - 50 min.

Prezzo speciale € 223,00

Rilassamento totale (2-3 giorni)

Bagno di schiuma con melissa e malva 20 min.
Massaggio hot stone - 80 min.
Massaggio antistress - 20 min.

Prezzo speciale € 194,00

Scalatore (2-3 giorni)

Impacco al olio di marmotta - 20 min.
Bagno basico - 20 min.
Massaggio sportivo - 50 min.

Prezzo speciale € 140,00

Giornata di riposo per lui (1-2 giorni)

Trattamento viso express - 50 min.
Manicure con esfoliante - 45 min.
Massaggio cervicale, nuca e schiena - 50 min.

Prezzo speciale € 167,00

Sano e in forma (3-4 giorni)

Massaggio plantare - 20 min.
Trattamento detox - 50 min.
Bagno basico - 20 min.
Impacco corpo detossinante - 20 min.

Prezzo speciale € 199,00

Pura energia (1-3 giorni)

Trattamento viso alle vitamine - 50 min.
Bagno di schiuma ai fiori di fieno - 20 min.
Impacco corpo rivitalizzante - 20 min.

Prezzo speciale € 159,00

Avventura fra le montagne (1-3 giorni)

Esfoliante corpo al pino cembro - 20 min.
Impacco corpo ai profumi di bosco - 20 min.
Massaggio con legnetti - 80 min.

Prezzo speciale € 182,00

Analisi professionale della pelle con zoom potenziato 80 volte

Solo chi conosce bene la sua pelle la può curare nel modo corretto

Viene misurata la grandezza dei pori, la quantità del sebo, squame della pelle, la quantità, la profondità delle rughe e la pigmentazione. Viene misurata la grandezza dei pori, la quantità del sebo e le squame della pelle, la profondità delle rughe e la pigmentazione.

20 minuti | € 40,00

Acquistando prodotti Babor di un valore superiore ai € 40,00 l'analisi è gratuita

HSR® Babor the anti aging treatment combatte diversi tipi di rughe

Grazie al rivoluzionario complesso di cinque principi attivi HSR vengono più che mai ritardati e ridotti tutti i segni dell'invecchiamento. Bellezza e giovinezza a lunga durata.

Procedimento: pulizia, maschera irrorante, peeling, regolazione delle sopracciglia, fiala, massaggio lifting, maschera speciale lifting, cura finale.

80 minuti | € 125,00

Trattamento viso SKINOVAGEPX

personalizzato per ogni esigenza della pelle.

Trattamento personalizzato per ogni tipologia di pelle con principi attivi adatti, per un effetto che si vede e si sente.

Procedimento: pulizia, maschera irrorante, peeling, pulizia profonda, regolazione delle sopracciglia, fiala, massaggio, maschera, cura finale.

Comfort 80 minuti | € 98,00
trattamento completo

Classic 50 minuti | € 72,00
senza maschera irrorante e massaggio

Trattamento viso donna

Babor Revesive® the anti aging treatment Lusso totale per la pelle

Reversive è una linea di prodotti per la cura anti-invecchiamento con il RE-YOUTH COMPLEX, che mantiene la bellezza individuale della tua pelle e fa scomparire i piccoli difetti. Ha un effetto levigante immediato. Sulla base di principi attivi moderni e ad alte prestazioni che mantengono le cellule più giovani per un lungo periodo, ha un effetto attivo e conferisce alla pelle luminosità e lucentezza. Allo stesso tempo, aumenta la resistenza cellulare allo stress.

Procedimento: Pulizia, maschera irrorante, peeling, peeling mani e braccia, regolazione delle sopracciglia, fiala, massaggio con pietre di quarzo rosa, maschera viso, maschera specifica occhi, cura finale.

80 minuti | € 159,00



Dr. Babor Ultimate face lifting - the collagen infusion treatment

L'alternativa dolce alla chirurgia estetica

Riattiva la pelle dall'interno, riducendo rughe, attivando la struttura delle fibre di collagene e rinforzando la tonicità della pelle.

Procedimento: pulizia, maschera irrorante, peeling, regolazione delle sopracciglia, fiale, maschera "collagen biomatrix", massaggio dei punti pressione, cura finale.

80 minuti | € 139,00

Babor hydra boost - cura fiale Pura idratazione intensa

Ricaricare la pelle con principi attivi. L'applicazione di cinque fiale idratanti, protegge la pelle dalla secchezza. Il risultato immediato per un aspetto fresco e tonico.

Procedimento: pulizia, peeling, cura con cinque fiale, maschera, cura finale.

50 minuti | € 85,00



Dr. Babor vitamin treatment Rigenerazione della pelle

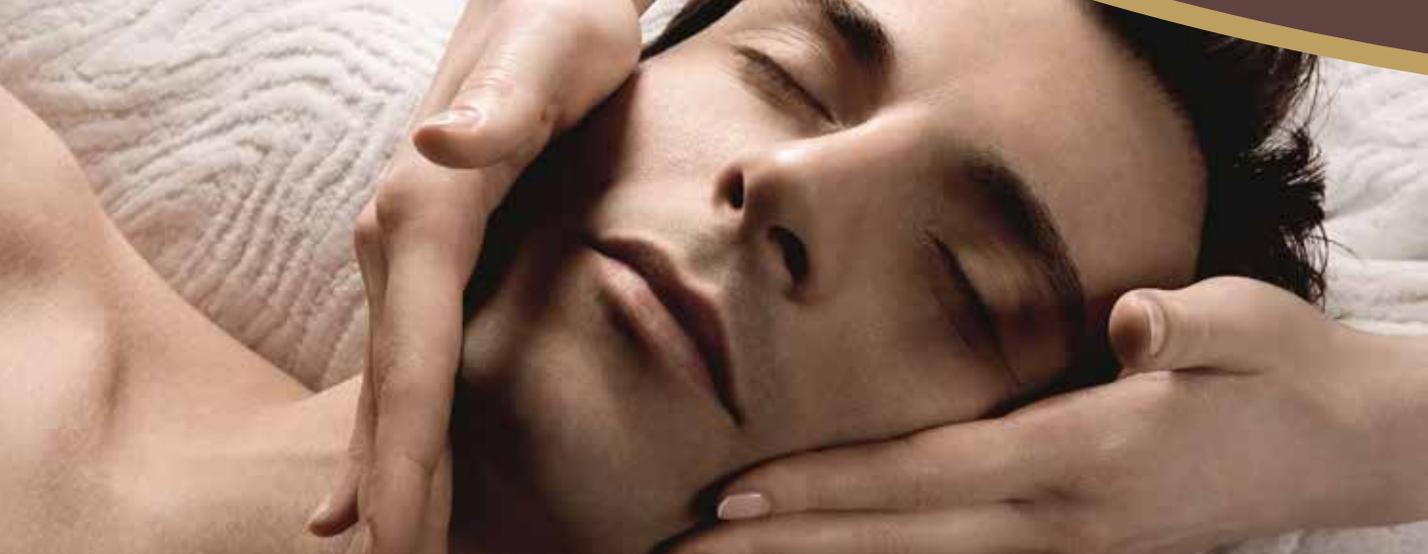
Trattamento a base del principio attivo "Retinew" che previene l'invecchiamento cutaneo causato dall'ambiente. Ideale per pelle stressata, affaticata con colore spento e sfinito.

Procedimento: pulizia, maschera irrorante, peeling "detoxifying", regolazione delle sopracciglia, fiale, massaggio, maschera, cura finale.

50 minuti | € 96,00

Da aggiungere al trattamento

- Treatment occhi intenso da integrare nel trattamento | € 29,00
- Cura con 5 fiale da integrare nel trattamento viso | € 24,00
- Tintura delle sopracciglia | € 12,00
- Tinture ciglia | € 25,00
- Tintura ciglia e sopracciglia | € 30,00
- Depilazione con cera baffetti e/o mento | € 10,00



For Men

Cura professionale del viso per l'uomo moderno

L'uomo di oggi chiede di tutto per se stesso e per il suo aspetto. Babor Men tiene conto di questo e ha elaborato prodotti specifici per la pelle maschile.

ENERGY PUR

perché carisma inizia dalla pelle

La Vostra pelle sembrerà più liscia e splendente. Il successo del trattamento è immediatamente visibile.

Procedimento: pulizia, maschera irrorante, peeling, pulizia profonda, fiala, massaggio, maschera, cura finale.

80 minuti | € 96,00

EXPRESS POWER LIFT

anche la pelle maschile ha bisogno di rilassarsi

Questo trattamento viso unico è perfetto per distendere, calmare e rilassare la pelle maschile stressata.

Procedimento: Pulizia, peeling, pulizia profonda, fiala, massaggio, maschera, cura finale.

50 minuti | € 72,00

Da aggiungere al trattamento

Trattamento occhi intenso da integrare nel trattamento | € 29,00

Cura con 5 fiale da integrare nel trattamento Viso | € 24,00

Depilazione con cera calda

Petto | € 35,00

Schiena | € 35,00

Manicure e pedicure express | € 79,00





Young SPA

Programma Alpi per bimbi e adolescenti

Trattamento viso "per la principessa"

Detersione, massaggio viso, lucida labbra, smalto e piccola sorpresa.

45 minuti | € 55,00

Trattamento viso "Teenie"

Un trattamento di pulizia e cura viso speciale per la pelle puberale.

Detersione, peeling, pulizia profonda, maschera e cura.

50 minuti | € 61,00

Cool Nails – per manine o piedini

Accorciamento unghie, massaggio, smalto colorato e adesivi.

25 minuti | € 30,00

Pacchetto coccole famiglia

mamma/papà - principe/principessa
(1 adulto e 1 bambino)

Bagno di latte e miele per rilassarsi in due
Massaggio "Heidi & Peter"

Massaggio parziale per la mamma o il papà.

50 minuti | € 99,00

Massaggio "Heidi & Peter" dolce e rilassante
Massaggio corpo con olio di mandorla caldo.

20 minuti | € 33,00

Massaggio "ape maia" all'olio di miele

L'olio di miele è particolarmente adatto ai bambini perché il miele ha un valore-PH simile a quello della nostra pelle

20 minuti | € 33,00

Massaggio "cioccolato" all'olio di cioccolato

Viziarsi con il cioccolato senza consumarlo.

20 minuti | € 33,00

Massaggio hot stone da 8 anni in su

Massaggio rilassante ed equilibrante con pietre calde.

20 minuti | € 39,00





Trattamento corpo esfoliante alpienne

Vi consigliamo di abbinare un impacco o un massaggio

Revitalizzante – salgemma con arnica montana e rosmarino

Pulizia profonda ad effetto esfoliante delicato

Con finissimo salgemma e zeolite micronizzante, la pelle viene liberata dalle impurità, apparendo levigata e idratata a fondo. Gli oli essenziali di arnica e rosmarino stimolano la circolazione, rigenerano, tonificano il tessuto connettivo.

20 minuti | € 42,00

Purificante – salgemma con Biopir e iperico

Ridona alla pelle una sferzata di energia

Arricchito con olio di neroli, libera efficacemente la pelle dalle impurità.

L'estratto di lievito di birra e iperico stimolano la circolazione e la rigenerazione. Per una pelle nutrita e idratata a fondo.

20 minuti | € 42,00



Riequilibrante – salgemma con cembro e miele

Rigenerazione intensa della pelle

Il salgemma stimola la circolazione e regola il naturale valore del pH della pelle. I principi attivi riattivano la barriera cutanea e stimolano la rigenerazione. Il miele e il cembro curano la pelle e sostengono l'equilibrio naturale.

20 minuti | € 42,00





Impacchi corpo alpini

Impacchi sul lettino galleggiante ad acqua

Impacco al fieno sudtirolese

L'esperienza della forza del fieno

La grande quantità di erbe e fiori presenti nei prati di alta montagna (oltre ai 1.300 m) fa sì che questo impacco al fieno stimoli la circolazione e rilassi il tessuto muscolare. I dolori articolari e muscolari vengono alleviati in modo naturale.

20 minuti | € 45,00

Impacco salute con fango alpino e pino mugo

Per la schiena o/e articolazioni

Il pino mugo attiva la circolazione e il sistema immunitario. Il fango alpino rinforza il metabolismo e rilassa le tensioni muscolari. Effetto lenitivo contro dolori articolari.

20 minuti | € 45,00

GodeteVi la sensazione di galleggiare in acqua! Essenze selezionate sviluppano le loro attività in modo ottimale nel letto ad acqua riscaldato a 37. Il calore dilata i pori della pelle e permette all'impacco di essere assorbito ottimamente e di agire efficacemente.

Impacco depurazione con betulla, ginepro e crusco

Attiva la circolazione e la depurazione del corpo

La betulla e il ginepro hanno un'azione di pulizia profonda, stimolano la circolazione e attivano il processo di disintossicamento. Impacco ricco e nutritivo.

20 minuti | € 45,00

Impacco repair con olio di marmotta con genziana gialla e crusca

Contro le contratture muscolari

Un toccasana per la pelle, muscoli e articolazioni. Impacco rigenerante per la pelle, da sollievo sia ai muscoli sia alle articolazioni. L'olio di marmotta stimola il metabolismo cutaneo.

20 minuti | € 45,00

Impacco al profumo di bosco

Al pino cembro, pino mugo e abete rosso

Una passeggiata nel bosco. Il profumo di bosco attiva il metabolismo, rinforza il sistema immunitario e aumenta la respirazione profonda.

20 minuti | € 45,00



Bagni alpini

Con acqua di fonte di montagna

Tutti i bagni possono essere prenotati anche per due persone € 45,00

Bagnoschiuma delicato con calendula, melissa e malva

Il complesso attivo cura e rinforza la pelle stressata. Il profumo di erbe alpine inebria la sfera sensoriale per un'esperienza di benessere profonda.

20 minuti | € 38,00

Bagnoschiuma rilassante al miele di montagna con cembro e verbasco

Azione calmante e profondamente idratante. Dona alla pelle sostanze nutritive ed una protezione naturale. Rilassamento per corpo e anima.

20 minuti | € 38,00

Bagnoschiuma dorborante ai fiori di fieno, tarassaco e ortica

Azione rigenerante su pelle e corpo. Idratazione in profondità e vitalità per la pelle matura e stressata.

20 minuti | € 38,00

FORTIFICANTE – con bacche di ginepro, abete rosso e pino mugo

Passeggiata nel bosco con tutti i sensi

Gli oli essenziali di alta qualità curano la pelle, hanno un intenso effetto rilassante, fortificano il sistema immunitario e Vi fanno respirare profondamente.

20 minuti | € 38,00

DETOX – bagno basico

Rende la pelle morbida

Riequilibra l'acidità nel corpo. Attiva l'eliminazione di tossine.

Bagno depurante.

20 minuti | € 38,00

Pacchetto romantico

Bagno a scelta per due persone con due bicchieri di prosecco e cioccolatini. 30 minuti di riposo nell'angolo degli innamorati

50 minuti | € 60,00



Rituali SPA alpini

Sale sulla mia pelle

Detergente ed energizzante per il corpo

Il trattamento é una combinazione di esfoliante al sale e massaggio con pietre di sale con un emulsione nutriente. Per un effetto curativo, remineralizzante ed energizzante per la pelle.

50 minuti | € 62,00

Body Detox

Trattamento disintossicante con zeolite, miele, pompelmo, coriandolo e pepe nero.

La combinazione di questi principi attivi e la conoscenza delle zone riflessogene detossinanti del corpo permette di attivare un efficace processo disintossicante nel corpo aiutato da un massaggio e pads depuranti per fegato e pianta del piede.

50 minuti | € 96,00

Trattamento alpino

Sentire la natura

Il trattamento esfoliante al fieno deterge e prepara la pelle, seguito da un massaggio schiena cervicale e testa. Legnetti di pino cembro sciolgono i muscoli della schiena. Si conclude il trattamento con l'impacco al fieno. Un rituale alpino fantastico.

80 minuti | € 115,00



Pelle di seta

Tutti i sensi avvolgeranno la Sua anima

Il trattamento esfoliante dolce prepara la pelle in modo delicato.

Il massaggio con olio aromatico rilassa profondamente e fa dimenticare la vita quotidiana. Impacco nutritivo sul lettino galleggiante caldo conclude dolcemente questo incantesimo.

80 minuti | € 115,00





Massaggi balance

Hot Stone massaggio con pietre calde e cristalli freddi

Allevia la tensione ed equilibra il flusso d'energia

Questo massaggio sprigiona l'innata energia dei cristalli e delle pietre. Abbandonatevi al rilassante tocco delle calde pietre di origine vulcanica per riacquistare le energie perse grazie alle vitalizzanti proprietà dei cristalli freschi.

80 minuti | € 115,00

Massaggio sportivo "Tyrol"

Gambe e schiena con ventose

Massaggio profondo contro la stanchezza muscolare adatto in seguito ad un'attività sportiva. Le erbe montane con olio d'arnica rigenerano i muscoli, rafforzano il sistema immunitario e attivano tutto l'organismo. Forniscono al corpo nuova energia.

50 minuti | € 72,00

Massaggio Antistress

Dimenticare la vita quotidiana

Questo massaggio delicato con olio nutritivo ha un effetto rilassante, riduce lo stress e riequilibra il corpo. Ideale contro la stanchezza, l'insonnia e le tensioni nervose. Con l'uso del rotolo caldo del metodo "Kneipp" sulla schiena e le campane tibetane si raggiunge un rilassamento profondo.

50 minuti | € 68,00

Massaggio plantare zone riflesse

I nostri piedi sono lo specchio di tutti gli organi interni. Stimolando un determinato punto sulla pianta del piede, corpo, spirito e anima vengono stimolati positivamente. La circolazione viene attivata e si ha una sensazione di benessere e rigeneramento completa.

20 minuti | € 43,00

In combinazione con un massaggio schiena
50 minuti | € 75,00





Massaggio aromatico al pino cembro

Un'esperienza indimenticabile per corpo e mente.

Massaggio rilassante con olio essenziale di pino cembro. Questo attiva la circolazione e rilassa il sistema nervoso vegetativo. Per una pace e un equilibrio interno.

50 minuti | € 69,00

Massaggio drenaggio linfatico

Depurativo e disintossicante

Drenaggio leggero per eliminare liquidi e tossine. Ideale contro gambe pesanti e gonfie, consigliato per la ritenzione idrica e cellulite. Per una pelle più liscia, soda ed elastica.

20 minuti | € 36,00

50 minuti | € 66,00

Massaggio Bellavita

Secondo le Vostre esigenze

Il massaggio classico è perfetto per il rilassamento generale. Stimola la rigenerazione dei muscoli e attiva la circolazione sanguigna. Questo massaggio permette un trattamento adattato in base alle Vostre esigenze e aree problematiche.

20 minuti | € 36,00

50 minuti | € 66,00

Massaggi per la schiena

Massaggio schiena al miele

Disintossicante e tonificante

Il miele regionale riscaldato applicato e massaggiato sulla schiena con una tecnica particolare di palpazione ha un effetto esfoliante, attiva la circolazione, scioglie il tessuto connettivo ed elimina le tossine. Il seguente massaggio schiena con l'olio di miele sblocca le contratture muscolari.

50 minuti | € 68,00

Massaggio DORSAL

Arrivederci mal di schiena

Questo massaggio scioglie le tensioni della muscolatura dorsale e migliora la dinamica della colonna vertebrale. Il rotolo caldo del metodo "Kneipp" attiva la circolazione, il massaggio con le ventose scioglie e disintossica il tessuto connettivo, il massaggio classico sblocca contratture muscolari, le campane tibetane rilassano profondamente e per finire il cuscinetto di fango riscaldato contribuisce a preservare la postura.

50 minuti | € 68,00

Massaggio cervicale, nuca e schiena

Con cuscinetto di fango caldo

Il risultato di questo massaggio è un rilassamento profondo di tutta l'area intorno a testa e nuca con un effetto molto positivo su tutto il corpo. Aiuta soprattutto ad eliminare tensioni dolorose da stanchezza e stati di esaurimento. La pelle diventa liscia come seta e le cellule si rigenerano.

50 minuti | € 66,00



Massaggi Alpienne

Massaggio coccole alpine

Rilassante e calmante per il sistema nervoso con olio di San Giovanni

Movimenti delicati e lenti dalla testa ai piedi. Con cuscini per gli occhi e cuscino cervicale. Ideale contro l'insogna, stress, stanchezza fisica e mentale.

75 minuti | € 86,00

Massaggio ai legnetti di cembro

Trattamento massaggio alpino rilassamento profondo

Si utilizzano legnetti di cembro riscaldati, rotondi e lisci di varie dimensioni. Essi sciolgono le tensioni. Effetto vitalizzante e rilassante allo stesso tempo.

50 minuti | € 90,00

Massaggio curativo

Rigenerante e contro i dolori con olio di marmotta

Contro i dolori del sistema muscolare, artrosi e reumatismo.

Massaggio schiena e gambe accompagnato da un rullo per la frizione connettivale.

Sblocca ed estende il tessuto connettivo e muscolare.

50 minuti | € 72,00





Dalla testa ai piedi

Manicure

Con smalto o massaggio	€ 52,00
Con semipermanente	€ 65,00
Limatura unghie e smalto	€ 25,00
Rimozione semipermanente	€ 20,00

Trattamento mani de luxe

Peeling, impacco, massaggio	€ 36,00
Consigliamo di abbinarlo alla manicure	

Pedicure

Con smalto o massaggio	€ 58,00
Con smalto semipermanente	€ 77,00

Trattamento piedi de luxe

Peeling, impacco, massaggio	€ 36,00
Consigliamo di abbinarlo alla pedicure	

Depilazine

Completa	
(gamba intera, inguine e ascelle)	€ 68,00
Gamba intera	€ 45,00
Mezza gamba	€ 30,00
Ascelle	€ 15,00
Inguine	€ 20,00
Baffetto e/o schiena	€ 10,00
Schiena o petto per uomini	€ 35,00
Braccia	€ 22,00

Extra viso

Tintura delle sopracciglia e ciglia	€ 30,00
Tintura ciglia	€ 25,00
Tintura sopracciglia	€ 12,00
Regolazione sopracciglia	€ 10,00



10 istruzioni per l'uso della sauna

1. Evitate di utilizzare la sauna se affamati e/o a stomaco pieno.
2. Prima dell'utilizzo della sauna va eseguita una doccia. Il corpo deve essere perfettamente asciugato prima dell'utilizzo della cabina.
3. Accedete alla sauna a corpo riscaldato, un pediluvio caldo favorisce ciò e stimola la sudorazione.
4. L'accesso ai bagni a vapore è consentito solo senza sandali e senza telo sauna, le cabine asciutte devono essere utilizzate senza sandali e muniti di telo sauna (protezione legno e motivi igienici) coprendo completamente le superfici d'appoggio;
5. È consigliato usare la sauna senza tessili (tranne la Dress on Sauna). I materiali sintetici esposti a temperature elevate possono liberare sostanze nocive e creare irritazioni alla pelle. Per una maggiore intimità e per coprire le parti intime può essere indossato un telo di cotone.
6. Utilizzate la cabina per un periodo da 10 - 15 minuti secondo il Vostro personale benessere e la vostra condizione fisica.
7. Provvedete di rinfrescarvi sufficientemente dopo la sauna: partite dalle vie respiratorie, proseguite con getti freddi localizzati prima su braccia e gambe, poi su schiena e torso - dalle estremità verso il cuore - e finite con la testa. Utilizzate la vasca a immersione per un refrigerio completo. Prima di immergersi nella vasca è obbligatoria la doccia.
8. Dopo esservi rinfrescati e prima della fase di riposo consigliamo di riscaldare i piedi fino alle caviglie con un getto di acqua tiepida e di indossare calze di lana. Riposatevi sufficientemente utilizzando il soffice accappatoio, il ciclo di riposo dovrebbe durare almeno 30 minuti.
9. Ripetete l'utilizzo della sauna nel rispetto di ogni fase (riscaldamento, raffrescamento, riposo) fino a un massimo di 3 volte; anche durante l'estate la sauna stimola la vostra salute e cura la vostra bellezza.
10. Nell'intera area sauna va rispettata la massima quiete. Invitiamo tutti i nostri ospiti a non recare disturbo nelle cabine e negli spazi adibiti al riposo. Telefoni cellulari e altre apparecchiature elettroniche non vanno introdotti negli ambiti di benessere e sauna.





Sauna Alphotel

L'effetto della sauna

Il nostro corpo reagisce all'elevata temperatura dilatando i pori dell'epidermide ed aumentando la sudorazione per favorire la dispersione di calore verso l'esterno. Il calore infatti causa la dilatazione dei vasi sanguigni ed un rapido aumento delle pulsazioni cardiache.

Elimina tossine e rinforza il sistema immunitario.

Bagno turco

Un ambiente dove l'umidità è tra il 90 e il 100% e la temperatura oscilla tra i 40° e i 60°. Agisce sulla pelle tramite l'azione del sudore anche se inizialmente vi sembrerà di sudare meno rispetto alla sauna finlandese.

Tramite la sudorazione vengono espulse le tossine e viene favorito il rinnovamento cellulare che conferisce alla pelle un aspetto luminoso ed elastico.

Sauna finlandese

La temperatura è regolata in modo da essere sempre compresa tra gli 80° ed i 90° ed è costantemente monitorata da un termostato per motivi di sicurezza. Questa sarà minore in corrispondenza delle panche più basse e maggiore in corrispondenza di quelle più alte. Il calore viene generato versando dell'acqua su pietre laviche calde, creando il vapore che regola l'umidità tra il 10 ed il 20%.

Alla fin fine ...

... una vacanza davvero rilassante include non soltanto trattamenti spa, piscina e saune.

È indispensabile anche il movimento all'aria fresca, che qui da noi è meravigliosamente pura, insieme alla purificazione dello spirito. Cerchi di rilassare anche la mente, non soltanto il corpo.

Si concentri sui lati positivi, si gusti intensamente ogni piacere, anche culinario, e si concedi tanto tempo sotto il sole alpino e all'ario aperta di montagna quanto possibile.

Mangi in modo equilibrato, ma gustando ogni cibo fino all'ultimo morso.

Cerchi di divertirsi.

Si goda il tempo qui da noi – intensamente, profondamente!

La Vostra famiglia Eisendle & e il team Bellavita



Alphotel Tyrol *****

Fam. Eisendle | Racines di dentro 5B | I-39040 Racines (BZ) | Alto Adige
T +39 0472 659 158 | F +39 0472 659 202 | info@alphotel-tyrol.com | www.alphotel-tyrol.com