



# SPA MENÜ



**NAUDERERHOF**

★★★★S

grenzARTig





# Unser alpinSPA ist ein Ort der Ruhe & Entspannung



Wir bitten Sie, diese Atmosphäre zu unterstützen und auf die Privatsphäre unserer Gäste zu achten. Verzichten Sie daher bitte auf Handy und Kameras.

## **RESERVIERUNGEN**

Nehmen wir gerne an der Beauty-Rezeption bzw. an der Hotel-Rezeption entgegen.

## **alpinSPA TERMINE**

Können bis 24 Stunden vor Behandlungsbeginn kostenfrei storniert werden, andernfalls müssen wir Ihnen die Behandlung in Rechnung stellen. Haben Sie bitte Verständnis dafür, daß sich bei Verspätung die Behandlungszeit verkürzt.

**KINDER UNTER 14 JAHREN  
HABEN KEINEN ZUTRITT  
ZUM alpinSPA.**

# Öffnungszeiten



## **alpinSPA**

10.00 bis 20.00 Uhr

## **FITNESS & HALLENBAD**

07.00 bis 20.00 Uhr

## **BEAUTYABTEILUNG**

10.00 bis 12.00 Uhr

13.00 bis 20.00 Uhr

(Änderungen vorbehalten)

## **SAUNA**

14.30 bis 20.00 Uhr

(außerhalb dieser Zeiten  
gerne auf Anfrage)

# GESICHTS- BEHANDLUNGEN

## 50 MIN WOHLFÜHLZEIT: KLEINE GESICHTSBEHANDLUNG

Bedürfnisanalyse der Haut, Reinigung, Peeling, Maske, Handmassage und Abschlusspflege.

€ 65

## 80 MIN WOHLFÜHLZEIT: GROSSE GESICHTSBEHANDLUNG

Bedürfnisanalyse der Haut, Reinigung, Peeling, Augenbrauenkorrektur (ohne Färben), Tiefenreinigung, Wirkstoffkonzentrat-Ampulle, ausgiebige Gesichts-, Hals und Dekolleté Massage, Spezialmaske, und individuelle Abschlusspflege.

€ 95

## 110 MIN ANTI AGING „DE:LUXE“ GESICHTSPFLEGE

Abreinigen, Bedampfen, Peeling, Tiefenreinigung, Pflege-Ampulle „Anti-Age“, entspannende Gesichts-Massage, Augenbrauenkorrektur, Augenmaske, individuelle Gesichts-Maske, Handmassage, Abschlusspflege.

€ 129

*Wir verwenden ausschließlich Naturkosmetik aus Österreich, welche nachweislich ohne Tierversuche hergestellt wurde. Aus Achtung, Liebe und Respekt zur Natur.*

**ENTDECKEN SIE DIE SCHÖNHEITSGEHEIMNISSE AUS ÖSTERREICHS ALPEN. ZEICHEN VON STRESS & MÜDIGKEIT VERSCHWINDEN UND DIE ZELLERNEUERUNG WIRD ANGEREGT. SIE FÜHLEN SICH ENTSPANNT, REVITALISIERT UND VERJÜNGT.**

# AUGEN „BLICKE“

## AUGENBRAUENKORREKTUR

Sanftes Faconieren der natürlichen Augenbrauenform.

€ 12

## AUGENBRAUENKORREKTUR MIT FÄRBen

Wir geben Ihren Augenbrauen einen „sanften Kick“ im natürlichen Haarton.

€ 18

## AUGENBRAUEN FÄRBen

Wir betonen Ihre Augenbrauen in einem schönen Naturton passend zu Ihrem Teint.

€ 10

## WIMPERN UND AUGENBRAUEN FÄRBen

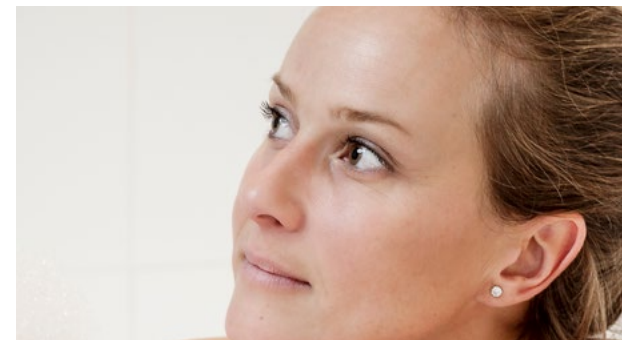
Wir betonen Ihre Augenbrauen und Wimpern in einem schönen Naturton passend zu Ihrem Teint. (ohne Korrektur)

€ 20

## NAUDERERHOF TIPP: „COOL-EYE“ AUGENPFLEGE

Mit Eiskugelmassage und spezieller Gel-Augenpflege abschwellend, beruhigend.

ca. 15 min € 25



# MASSAGEN

## klassisch & spezial

### GANZKÖRPERMASSAGE

Eine Ganzkörpermassage von Kopf bis Fuß hilft, die Gesundheit und das Wohlbefinden zu verbessern und zu erhalten.

**50 min € 65**

### TEILMASSAGE

Kleine Verwönmomente für Körper, Geiste und Seele.

**25 min € 33**

### LYMPHANREGENDE MASSAGE

Flüssigkeit wird aus dem Gewebe in das Lymphgefäßsystem verschoben was einen besseren Schlackenabtransport aus dem Körper bewirkt.

**40 min € 65**

### SPORTMASSAGE

Hier verwendet man die Griffe der klassischen Massage sowie weitere Ergänzungsgriffe und geht auf die Bedürfnisse des Sportlers sowie die speziellen Probleme beim Sport ein.

**40 min € 55**

### RÜCKENMASSAGE SPEZIAL

Spezielle Tiefenmassage. Massageverlauf längs der Wirbelsäule, an den Schulterblättern und im Lendenbereich. Verspannungen werden gelöst und die Muskulatur besser durchblutet.

**40 min € 55**

**50 min inkl Moorpackung € 65**

*Sollten Sie gesundheitliche Probleme haben, gerade eine Operation hinter sich haben oder schwanger sein, teilen Sie uns dies bitte vor der Behandlung mit.*

# MASSAGEN

## entspannen & de:stress

### ALPIN STONE MASSAGE – TIEFENENTSPANNUNG PUR

Die Kombination aus der Urkraft der Steine, der wohligen Wärme und einer wohltuenden Massage beruhigt und entspannt den ganzen Körper. Das Gewebe wird elastischer und entschlackt. So kann sich Ihr Körper von allfälligen Altlasten sanft verabschieden und die Durchblutung und der Lymphfluss werden deutlich verbessert.

**80 min € 98**

### AROMAÖL-ENTSPANNUNGSMASSAGE

**50 min € 69**

### GESICHT-, KOPF-, DEKOLLETÉ-MASSAGE

Verwöhnende und ultra entspannende Massage  
zB bei Spannungskopfschmerz

**25 min € 35**

*Unsere Massagen werden ganz auf Ihre individuellen Bedürfnisse (Rücken, Beine, Schulter, Nacken) abgestimmt. Bitte besprechen Sie Ihre Wünsche mit unseren Therapeuten. Kompetente Beratung ist ein Bestandteil der Behandlung und liegt uns sehr am Herzen.*

*alpinSPA – die angenehmste ART zu entspannen*

# ENTSPANNENDE VERWÖHNBÄDER

Unsere wohltuenden und entspannenden Verwöhnbäder wirken ganzheitlich auf Körper, Geist und Seele.

## ZIRBENFLOCKEN-BAD

ca. 30 min € 35

## HEUBLUMENBAD

ca. 30 min € 35

## ERKÄLTUNGSBAD „ATME DICH FREI“

*Hier empfehlen wir eine ausgiebige Nachruhezeit in unserem alpinSPA.*

ca. 30 min € 35

## ALLE BÄDER LASSEN SICH AUCH „FÜR 2“ GENIESSEN.

ca. 30 min € 55

## TIROLER STEINÖLBAD

Das Bad der Ruhe und Entspannung für die Unterstützung des überbeanspruchten Bewegungsapparates.

ca. 20 min € 45

## TIROLER STEINÖL-VITAL-BAD

Zum Regenerieren und Beleben von Körper und Geist, vor allem in Zeiten angehender Erkältungen. Das Vital-Bad zeichnet sich durch eine spezielle Komposition hochwertiger ätherischer Öle aus.

ca. 30 min € 35

## „FÜR 2“ DIE SCHÖNSTEN WOHL- FÜHLMOMENTE ZU ZWEIT

### ROMANTIKBAD „SWEET MOMENTS“

Badevergnügen „mal 2“... genießen Sie die wohlige Wärme und den verwöhnenden Duft eines pflegenden Schaumbads zu zweit in unserer Relaxwanne. Dazu servieren wir Prosecco und eine süße Überraschung!

ca. 40 min € 62

# KÖRPERPEELING DE:LUXE

### BERGSALZ-ÖL GANZKÖRPERPEELING

Mit anschließender, reichhaltiger Abschlußpflege.

ca. 20 min € 39

### LATSCHER GANZKÖRPERPEELING - FÜR SENSIBLE HAUT

inkl. kleiner Heublumen-Bodylotion zum Mitnehmen

ca. 20 min € 45

# BODY WRAPPING

35 ätherische Öle heizen den Fettzellen so richtig ein

Der Körper wird in Folie gewickelt. Darunter werden verschiedene Effekt-Gels aufgetragen. Eine unkomplizierte und effiziente Cellulitebehandlung mit sehr aktiven Cello Gels sorgt für ein sichtbar glattes und strafferes Hautbild mit sofort messbarer Umfangsreduktion. Die Struktur des Bindegewebes wird gestärkt, verdichtet und gestrafft. Schwangerschaftsstreifen, Besenreiser und leichte Krampfadern werden günstig beeinflusst. Die Einwirkzeit verbringen Sie „schwebend“ in unserer Softpackliege.

## ANTI-CELLULITE BODYWRAPPING

ca. 50 min € 55

... um einen nachhaltigen Effekt zu erzielen, empfehlen wir zusätzlich:

## LYMPHANREGENDE MASSAGE

25 min € 39

40 min € 65



# KÖRPERPACKUNGEN

in der Softpackliege

## SAHNIGE BUTTERMILCH KÖRPERPACKUNG

Ultra pflegende Körperpackung für sehr trockene Haut.

40 min € 49

## „ENTSCHLACKEN, ENTGIFTEN, PFLEGEN“ KÖRPERPACKUNG

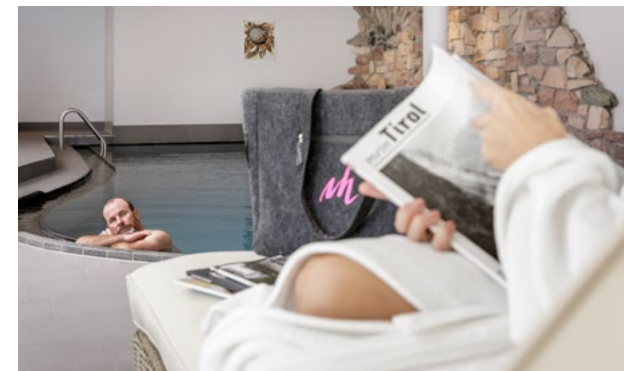
mit der Kraft der ätherischen Öle aus den Alpen

40 min € 69

## HEUMILCHPACKUNG

sanft verwöhnende Intensivpflege für beanspruchte Haut mit dem Duft von frischem Bergheu.

40 min € 69





# HÄNDE & FÜSSE

## WELLNESS-PEDIKÜRE

Fussbad, Peeling, Pediküre, Fussmassage mit besonders reichhaltiger Pflegecreme.

**Ohne Lack 50 min € 42**

**Mit Lack 60 min € 49**

*Naudererhof: Entspannungs-Tipp*

## VITAL FUSSBAD & PEELING

Entspannendes Fussbad mit anschließendem Peeling und abschließender Fussmassage mit reichhaltiger Pflegecreme.

**ca. 25 min € 30**

## WELLNESS-MANIKÜRE

Handbad, Peeling, Maniküre, Nagelöl, Handmassage mit Pflegecreme.

**Ohne Lack 50 min € 35**

**Mit Lack 60 min € 42**

*Naudererhof: Pflege-Tipp*

## PARAFFIN-HANDPACKUNG

Ultra-Pflege für rissige, trockene Hände.

**ca. 15 min € 18**

**Mit Peeling ca. 15 min € 25**

*Auch als perfekte Ergänzungsbehandlung zur Maniküre oder während einer Gesichtsbehandlung*

# GLATT WIE „SAMT & SEIDE“

Haarentfernung  
mittels Warmwax

<b>ACHSEL &amp; BIKINIZONE</b>	ca. 30 min	€ 35
<b>UNTERSCHENKEL</b>	ca. 30 min	€ 30
<b>BEINE KOMPLETT</b>	ca. 50 min	€ 45
<b>OBERLIPPE UND KINN</b>	ca. 10 min	€ 12
<b>OBERLIPPE</b>	ca. 6 min	€ 8
<b>ARME KOMPLETT</b>	ca. 20 min	€ 25
<b>RÜCKEN &amp; BRUST</b>	ca. 45 min	€ 65
<b>RÜCKEN</b>	ca. 30 min	€ 38
<b>BRUST</b>	ca. 30 min	€ 38



# DAS alpinSPA

*Erleben Sie auf 2 Etagen ein Refugium der Harmonie und Balance... Lichtdurchflutete, offene Räume – gestaltet aus edlen Naturmaterialien. Ruhender Pol und optisches Glanzstück ist das Indoor-Biotop.*

## **alpinSPA HALLENBAD**

Angenehm warme Wassertemperatur das ganze Jahr über und bequeme Relaxliegen sorgen für eine entspannende Auszeit. Im Sommer können Sie auf der Liegewiese und dem neuen Sonnendeck ungestört die herrliche Bergsonne genießen.

## **alpinSPA DAMPFBAD**

Temperatur ca. 45 bis 50° C und fast 100 % Luftfeuchtigkeit. Wärme und Wasserdampf sorgen für einen entkrampfenden, reinigenden und entspannenden Effekt auf den gesamten Körper. Die hohe Luftfeuchtigkeit wirkt lindernd auf die Atemwege.

## **alpinSPA BIOSAUNA**

Eine Art Mischform aus Sauna und Dampfbad. Die Temperatur von „nur“ 60° C und eine Luftfeuchtigkeit von 50 % wirken positiv auf das Wohlbefinden, speziell auf das Herz-Kreislaufsystem. Ätherische Öle sorgen für einen angenehmen Duft.

## **alpinSPA STUBENSAUNA**

Der Klassiker (auch Finnische Sauna). Temperatur zwischen 85° und 100° C und Luftfeuchtigkeit von „nur“ 10 bis 30 %. Das Wechselbad von Hitze, kalter Dusche und Ruhe stärkt nachweislich das Immunsystem.

## **alpinSPA BIOTOP**

Durchwandern Sie nach dem Saunagang unser großes Indoor Biotop. Durch dieses Kneippen werden Durchblutung und Stoffwechsel angeregt und müde Beine zu neuem Leben erweckt. Oder genießen Sie Ruhe pur auf unseren Relax und Schwebeliegen rund um das Biotop.

## **alpinSPA PANORAMARUHERAUM**

Unsere Wasserbetten bieten wohlige Genussmomente zum Relaxen nach dem Saunagang. Sanfte Musik aus den Kopfhörern sorgt für individuelle Entspannung.

## **alpinSPA SOLARIUM**

Speziell in der kalten Jahreszeit sorgt ein kurzes Sonnenbad im Solarium für körperliches und seelisches Wohlbefinden. Bitte beachten Sie: Länge der Besonnung an Ihren Hauttyp anpassen. Münzen erhalten Sie gerne an der Rezeption. Schöne, natürliche und gesunde Bräune durch die spezielle TWIN POWER Technologie.

## **alpinSPA FITNESS**

Hier finden Sie eine Vielzahl von Möglichkeiten um an Ihrer persönlichen Fitness zu arbeiten. Trainieren Sie Ihre Kondition auf einem der Technogym-Cardiogeräten.

*alpinSPA – REIZVOLL . BELEBEND . WERTVOLL*

nh



★ ★ ★ ★ ★

**NAUDERERHOF**

Familie Kleinhans · Dr. Tschiggfrey Strasse 160 · 6543 Nauders · T. +43 5473 87704  
info@naudererhof.at · [www.naudererhof.at](http://www.naudererhof.at)