



SPA - BEHANDLUNGEN  
mit Südtiroler Natur



## *Massagen*

### BELEBEND

Ganzkörper  
Wohlfühlmassage

Rücken intensiv

Zirben-Vital-Massage

Sport Energia

Waldmeister Reloaded  
Fuss und Bein

### ENTSPANNEND

Balance  
Entspannungsmassage

Alpine  
Kräuterstempelmassage

Stein und Kristall  
Massage

## *Behandlungen*

### GESICHT

Alpienne  
Verjüngungskur  
"Der Jungbrunnen"

Alpienne "Aufleben"  
Beauty Package

### KÖRPER

Phyto Art  
Cellulite Behandlung

Salzsteinmassage

# Ganzkörper Wohlfühlmassage mit Zirben und Arnika oder mit Alpenkräutern

Durch verschiedene Massagegriffe werden Verspannungen der Muskulatur gelockert, Verklebungen der Faszien gelöst und das allgemeine Wohlbefinden gesteigert.

Rücken, Arme, Beine, Nacken und Dekolleté 50 - Minuten

Rücken, Arme, Beine, Nacken, Dekolleté, Gesicht und Kopf - 80 Minuten



VERWÖHNZEIT 50 MINUTEN EURO 95  
VERWÖHNZEIT 80 MINUTEN EURO 135

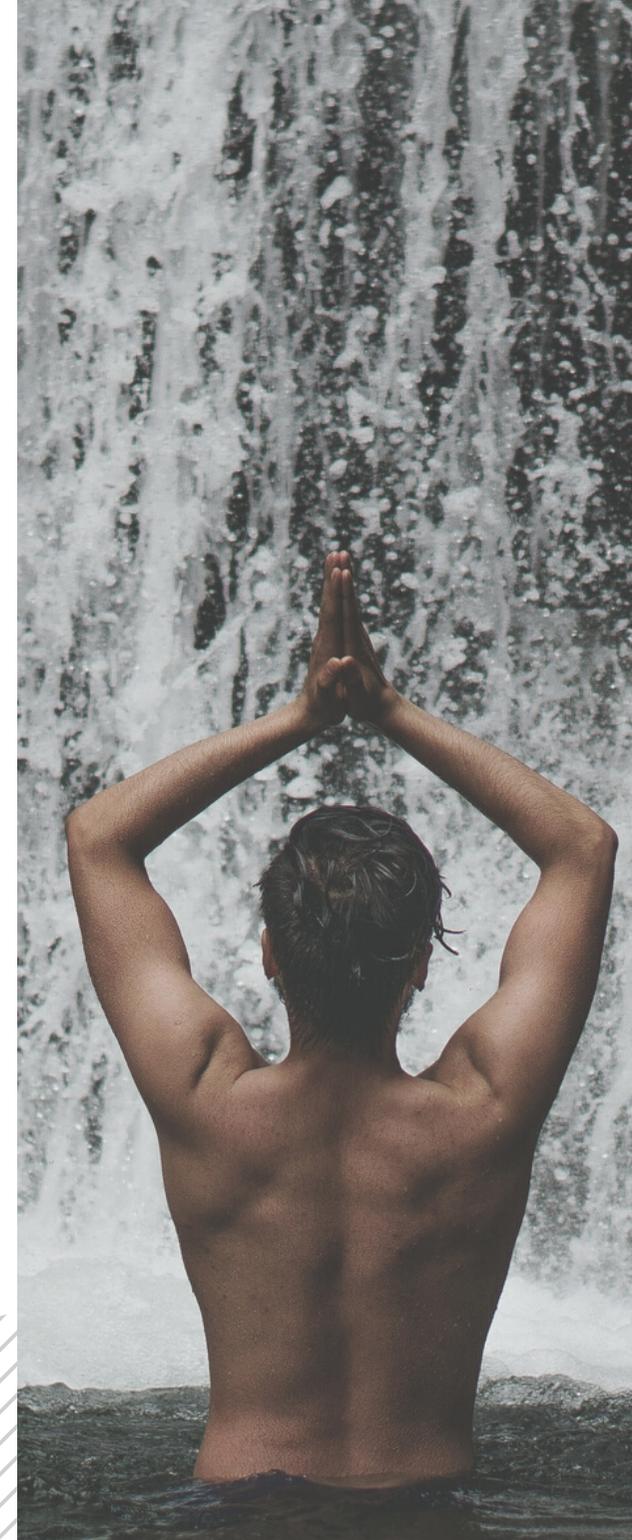


# Rücken Intensiv

Eine intensive Behandlung für den beanspruchten Rücken. Die heiße Rolle nach Kneipp mit Kräutern, durchwärmt die Muskulatur und bereitet sie für die Massage vor. Die Schröpfkopfmassage, in Verbindung mit einer tiefgehenden Rückenmassage, lösen Blockaden und regenerieren den Rücken. Das Forest Lungs Balm entspannt die Muskulatur nachhaltig und gibt ein wohltuendes Waldaroma frei.



VERWÖHNZEIT 50 MINUTEN - EURO 95



# Zirben-Vital-Massage

Intensive Behandlung mit allen Kräften der Königin der Alpen. Neben den handgefertigten Zirbenextrakten kommen bei der sehr außergewöhnlichen Zirben-Vital-Massage nach der Methode Alpine zusätzlich Wirkstoffe der Bergarnika und des Rosmarins zum Einsatz - allesamt echte Wohltaten für strapazierte Muskeln und Gelenke! Der Clou dieser alpinen Anwendung liegt in den diversen, erwärmten Zirbenstäben, die in rhythmischen Bewegungen und unterschiedlichen Techniken zwischen Druck- und Klopftechnik über den Körper geführt werden. Dabei werden Verspannungen gelöst und Energie aktiviert.

Die Kombination aus aktivierender Massage und beinahe meditativen Elementen sowie der wundersame Duft der Zirbe sorgen für ein wohltuendes Erlebnis ohnegleichen!



VERWÖHNZEIT 50 MINUTEN EURO 130



# Sport Energia

Diese Behandlung empfiehlt sich vor und nach dem Sport. Die Extrakte aus Lorbeerblatt, reinem Murmelöl und Olivenöl regt die Durchblutung an, durchwärmt verspannte Muskulatur und die beanspruchten Gelenke. Anschließend werden Arme und Beine mit Arnika Tonikum erfrischt.



VERWÖHNZEIT 50 MINUTEN - EURO 95



# Waldmeister Reloaded

## Fuss-Bein-Massage

Der Wald ist Sinnbild für Frische und Lebenskraft. Und er bietet viel mehr als lauter Bäume!

Das erleben Sie in diesem wunderbar vitalisierenden Pflegeritual von Füßen und Beinen. Auf ein Fußbad folgt ein erfrischendes Treatment für Füße und Beine sowie eine sportliche Beinmassage mit Faszienrollen. Zum Einsatz kommen neben hocheffektiven Ölen von Salbei, Wacholderbeeren, Rosmarin und Thymian ganz besondere Phytokräfte von Moosen, Flechten, Farnen, Misteln, Pilzen und Kräutern, die Muskeln und Gelenke viel Gutes tun und gleichzeitig der Haut enorm viel Feuchtigkeit, Elastizität und Regeneration schenken. Egal, ob Sie den ganzen Tag den Bergen auf dem Kopf herumgetanzt sind oder dem süßen Nichtstun gefrönt haben – Waldmeister Reloaded macht Sie frisch für neue Herausforderungen.



VERWÖHNZEIT 50 MINUTEN - EURO 89



# Balance

## Antistress-Entspannungsmassage

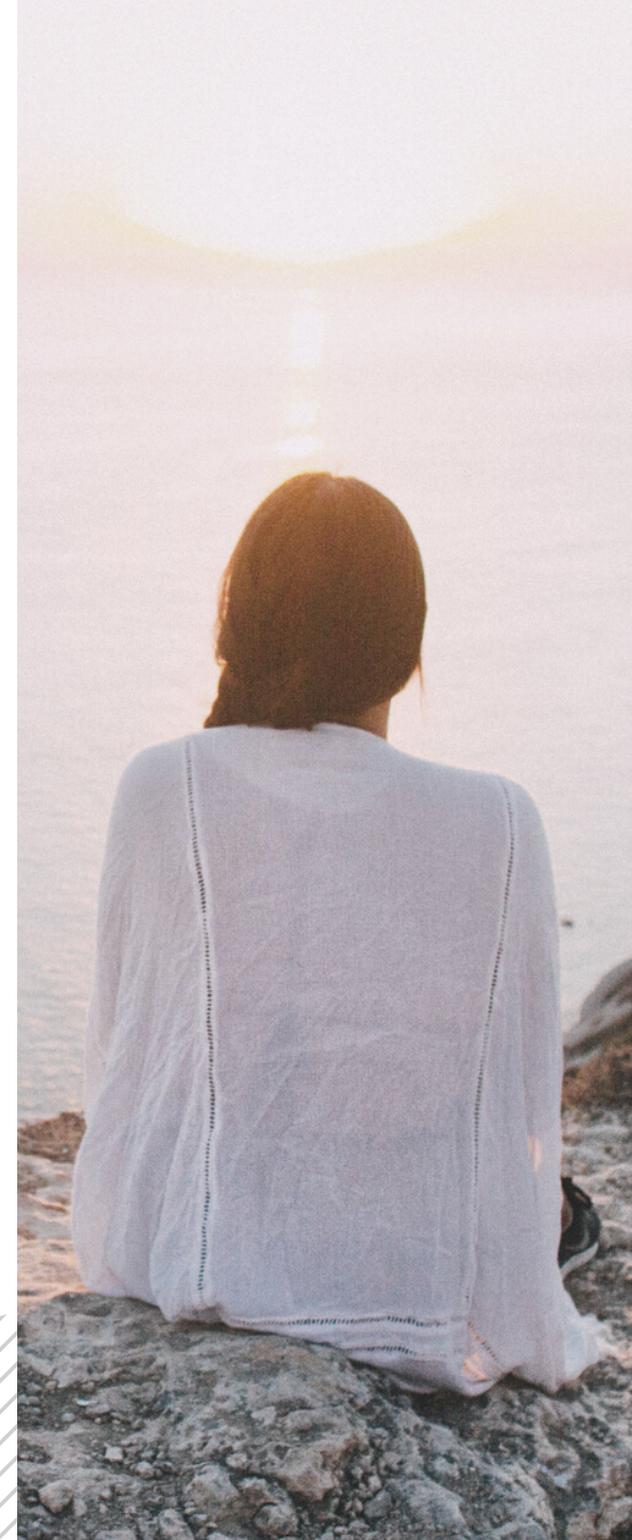
Eine Auszeit nehmen und sich treiben lassen!

Die erlesene Massagemilch mit Johanniskraut und Orange hilft Stress abzubauen, den Alltag loszulassen und den Kopf frei zu bekommen.

Spezielle Massagegriffe und der Einsatz von verschiedenen Kristallen lösen Blockaden im Rücken und Nackenbereich. Sie regen den Energiefluss an und bringen den Körper und Geist in Balance.



VERWÖHNZEIT 50 MINUTEN EURO 95



# Alpine Kräuterstempelmassage

Ein aromatisches, vitalisierendes Erlebnis aus der Kombination von Wohlfühlmassage und einer sehr speziellen Massagetechnik mit funktionellen Hilfsmitteln nach der Methode Alpine. Körper und Sinne werden dabei mit wunderbaren Essenzen aus frischen Heublumen, effektiv abgestimmten alpinen Heilkräutern und Edelweiß verwöhnt. Bergminze, Gelber Enzian und Heublumen regen die Durchblutung an, straffen und glätten die Haut.

„Anti-Aging“ Komponenten aus Edelweiß, Heidelbeere, Schwarzer Holunder, Königskerze und Zeolith regenerieren und sorgen für nachhaltige Kräftigung.



VERWÖHNZEIT 80 MINUTEN - EURO 150

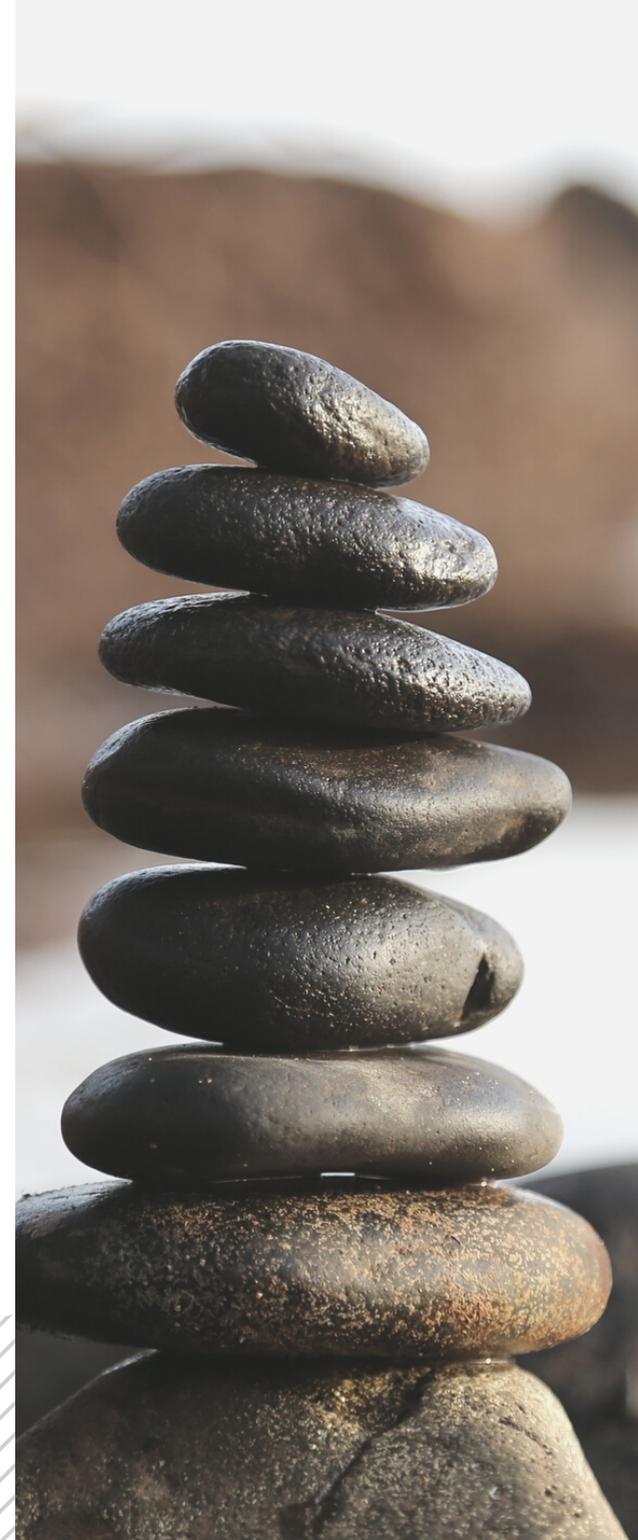


# Stein und Kristall Massage

Dieses besondere Ritual mit warmen Vulkansteinen und frischen Kristallen verleiht spürbar neue Lebensenergie. Die sanften Berührungen mit den warmen Steinen in Abwechslung mit der Frische der Kristalle versetzt Körper und Geist in eine Tiefenentspannung.



VERWÖHNZEIT 80 MINUTEN - EURO 145



# Der Jungbrunnen

## Die Alpenne Verjüngungskur für das Gesicht

Eine wunderbare, naturreine Wirkstoffpflege - speziell abgestimmt auf die Bedürfnisse anspruchsvoller Haut. Extrakte aus Bierhefe, Johanniskraut, Grüngerste, Königskerze und Frauenmantel sowie ein besonderer Beautycocktail aus verschiedenen Waldbeeren mit kraftvollen Antioxidantien und vielen Vitaminen schenken der Haut alles, was sie für Regeneration und Vitalität benötigt. Gesicht, Hals, Dekolleté und Hände werden intensiv gereinigt, geklärt, gepeelt und massiert, danach mittels tiefenwirksamer Aktiv-Kur aus einem natürlichen, siliziumreichen Klinoptilolith entgiftet und regeneriert sowie mit natürlich wirksamen Anti-Aging-Cremes gepflegt. Ein wahrhaft außergewöhnliches Verwöhnprogramm - wie geschaffen, um Ihnen ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern, das Sie lange Zeit begleiten wird.



VERWÖHNZEIT 80 MINUTEN - EURO 155



# Aufleben

## Alpienne Beauty Package für das Gesicht

Einmal alle Register ziehen. Dieses hauttypspezifische Pflegeprogramm von Alpienne ist der ultimative Beautykick für Gesicht, Hals, Dekolleté und Hände. Startend mit einer regenerierenden Tiefenreinigung wird die Haut mit Olive und Biopir sanft gepeelt, anschließend mit einem Reinigungstonic geklärt und mit einem wunderbaren Serum aus Gerstenextrakt, Frauenmantel und Bierhefe behandelt. Nach einer belebenden Gesichtsmassage mit speziellen Zirbenmassageherzen werden Haut, Augen- und Lippenpartie sowie Hände und Nägel mit naturreinen Premiumprodukten nachhaltig gepflegt. Für einen sichtbar frischeren Teint und eine vitale Ausstrahlung, die lange anhält.



VERWÖHNZEIT 50 MINUTEN - EURO 120

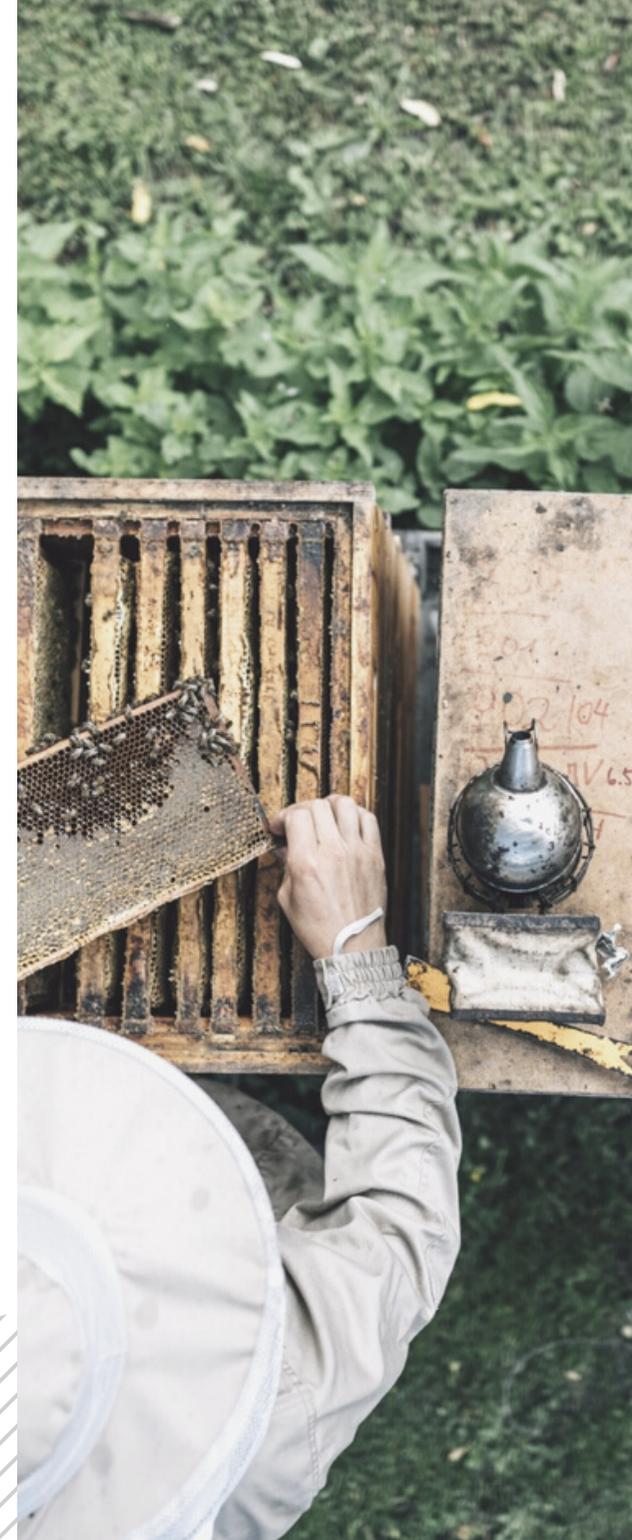


# Salzsteinmassage

Wärmend und kühlend. Energetisierend und entspannend. Die einzigartige Salzsteinmassage nach der Methode Alpienne ist ein ausbalanciertes Treatment, in dem gegensätzliche Empfindungen zu einem äußerst wohltuenden Ganzen vereint werden. Bei der Ganzkörperbehandlung wird die Haut durch ein sanftes Peeling mit Honig, Propolis und Steinsalz gepflegt und das Hautbild verfeinert. Nach dem Auftragen des naturreinen Massagepeelings werden Haut und Muskulatur mit speziellen Salzsteinen und sanfter, gleichzeitig aktivierender Massagetechnik verwöhnt. Dieses innovative Treatment sorgt für Regeneration, Balance und Wohlbefinden.



VERWÖHNZEIT 50 MINUTEN - EURO 145



# Phyto Art

## Cellulite Behandlung

Die Areale am Körper bei denen wir Cellulite vorfinden werden mit einer speziellen Schabtechnik, mit den Fluoritflügel bearbeitet, um die Durchblutung zu erhöhen, da diese bei Cellulite beeinträchtigt ist. Durch die erhöhte Blutzirkulation wird mehr Sauerstoff zu den Zellen transportiert und Schlackenstoffe werden aus dem Gewebe abtransportiert. Die Aktiv-Packung aus der Alge, Holunder, Kornblume und Schafgarbe stimuliert den Stoffwechsel in den Zellen und unterstützt deren Fettabbau. Die abschließende Massage mit der Bodylotion Silhouette aus Efeu und Bärentraube wirkt als Antioxidans und strafft das Bindegewebe.



VERWÖHNZEIT 50 MINUTEN - EURO 115



# Nützliche Informationen

Um die Verfügbarkeit der gewünschten Behandlung sicherstellen zu können bitten wir Sie diese vorab zu reservieren.

Gäste mit gesundheitlichen Problemen wie Bluthochdruck, Herzproblemen oder anderes sowie werdenden Mütter bitten wir vorab den persönlichen Arzt zu konsultieren und uns zu informieren.

## *Kontakt*

info@terra.place  
tel. +39 0471 623 055

