



MASSAGEN & KOSMETIKANWENDUNGEN

einfach zum Wohlfühlen



DAS PARKHOTEL AM ★★★★
SUPERIOR
TRISTACHERSEE

Das Kleine Paradies

EIN KLEINER URLAUB FÜR KÖRPER, SEELE
UND GEIST BEI UNSERER

CLAUDIA

STAATLICH GEPRÜFTE HEILMASSEURIN
HEILBADEMEISTERIN

Mo-Sa jeweils 15:00-19:00 Uhr

VOLLMASSAGE 50 MIN € 65

TEILMASSAGE 25 MIN € 40

Muskellockerung und Durchblutung sowie die Anregung des Lymphflusses werden durch gezielte Handgriffe der klassischen Massage ausgeführt, alltäglichen Verspannungen wird entgegengewirkt

FUßREFLEXZONEN MASSAGE

25 MIN.-€ 40 | 50 MIN € 65

Kombination aus klassischer, chinesischer und taoistischer Fussmassage.

Die Stimulation sämtlicher innerer Organe unterstützt die Beseitigung kleiner Unpässlichkeiten wie etwa Verdauungs- oder Blasenbeschwerden, Akupressurpunkte werden ebenso zur gezielten Verbesserung eingesetzt.

METHODE DORN-BREUSS

METHODE DORN BREUSS 50 MIN € 95

METHODE DORN 45 MIN € 65

METHODE BREUSS 25 MIN € 38

Die Methode Dorn ist eine sanfte Technik die sich auszeichnet bei Bandscheibenproblemen, Beinlängendifferenzen, Beckenschiefstand sowie den meisten Gelenkblockaden einsetzen lässt. Keine Chiropraktik! Zusätzlich werden je nach Bedarf Triggerpunkte zur Muskellockerung eingesetzt. Die Breussmassage wird mit Johanniskraut- oder Arnikaöl speziell für die Bandscheiben und Wirbelkörper mittels langsamen Bewegungen ausgeführt. Das Pendant der Methode Dorn unterstützt Stressabbau, eine leichte Dehnung der Wirbelsäule und hat eine beruhigende Wirkung auf das periphere Nervensystem.

FACIAL HARMONY

25 MIN. - € 38 | 50 MIN. - € 65

Kopf- Gesicht- und Nackenmassage. Anregende und erfrischende Gesichtsakupressur vereint mit tiefen Streichungen wirkt entspannend, stresslösend, Fältchen mildernd.

NEEDFUL THINGS

25 MIN € 40 | 50 MIN € 70

Kombinationstechnik mit Elementen aus der Methode Dorn, Gua Sha, Taping, Ohrakupressur, Schröpfen, Narbenentstörung, Thumper-, Klassischer oder Thaimassage. Hilfreiche Übungen abgestimmt auf die jeweiligen Herausforderungen, die unser Körper uns manchmal stellt. Individuelle Beratung aus einem breiten Erfahrungsschatz

THAIMASSAGE 80 MIN. € 115

SCHNUPPERTHAI 25 MIN € 36

Die originale Nuad Thaimassage findet traditionell auf einer dicken Matte am Boden statt. Dabei ist man mit einer lockerer Hose, T-shirt und Socken bekleidet, die Thaimassage findet ohne Öl statt. Das Lösen tiefer Muskelverspannungen und faszialer Verklebungen durch Akupressur und Dehnung ist eine dynamische, manuelle Technik zur Harmonisierung körperlicher und Seeleischer Blockaden.

HONIGMASSAGE 45 MIN. - € 65

Hierbei werden die Eigenschaften des Honigs für Haut und Gewebe genutzt: entgiftend, herauslösen und abtransportieren verschiedenster Schlackenstoffe, Entfernung alter Hautschüppchen, verbesserte Durchblutung, Nerven- und immunstärkend, stoffwechselanregend.

Bei starker Rückenbehaarung oder Allergie auf Bestandteile des natürlichen Honigs leider nicht geeignet!

BÜRSTEN- UND AROMAMASSAGE

45 MIN. - 60 €

Die wohltuende Bürstenmassage wird mit einer eigenen Aromamassage abgerundet. Speziell für uns hergestellte Massagebars aus natürlichen Zutaten und Osttiroler CBD- können nach der Behandlung gerne mit nach Hause genommen werden.

CBD (Cannabidiol) Öl punktet mit vielen positiven Einflüssen auf die Gesundheit und stammt von dem Blüten- und Blätterextrakt der Hanfpflanz. Die Öle lösen – im Gegensatz zu THC haltigem Hanf- keine psychoaktiven oder berauschenden Effekt aus und sind frei und ohne Rezept erhältlich. Die Komposition aus CBD-, Kakao- und Sheabutter und anderen (kba) nährt und pflegt die Haut, widmet sich der natürliche Elastizität und kann Stress -oder entzündungsbedingte Rötungen beim Abklingen unterstützen.

Als kleines extra werden Schröpfen,
Gua Sha, Taping oder Moxen in Absprache angewendet



ANGELIKA

MONTAG, DIENSTAG, MITTWOCH,
DONNERSTAG jeweils 15:00-20:00 Uhr
FREITAGS von 09:00-12:00 Uhr

AYURVEDA

Die altindische Wissenschaft von langem und gesundem Leben, versteht den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Seele. Ayurveda basiert auf der Theorie, dass der Mensch die Naturelemente Erde, Wasser, Feuer, Luft und Äther in sich hat. Ein dynamisches Gleichgewicht aller im menschlichen Körper wirkenden Kräfte in einer sich ständig ändernden Umwelt. Das kann als höchstes Ziel von Ayurveda angegeben werden.

ABHYANGA – GANZKÖRPERBEHANDLUNG (80 MIN) € 98

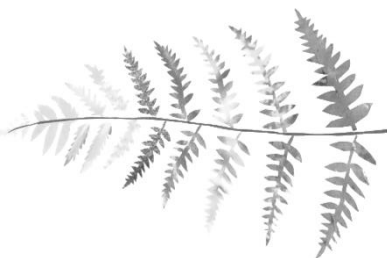
Beruhigt und belebt Körper und Geist, ist Balsam für die Seele. Sie wirkt beruhigend und stärkend auf das Nervensystem, ist harmonisierend und vitalisierend, verleiht frische Energie bei Erschöpfung und stärkt die Selbstheilungskräfte. Das Körperbewusstsein wird gefördert und regt den Lymphfluss an. Der Abtransport von Stoffwechsellrückständen verlangsamt den Alterungsprozess der Gewebe und verleiht eine seidige, geschmeidige, samtweiche Haut.

VISHESH – GANZKÖRPER- TIEFENGEBEBEHANDLUNG 80 MIN € 98

Effektiv wie Abhyanga, mit druckvoller Aktivierung tiefer liegender Gewebestrukturen.

UPANA SVEDANA – RÜCKENTIEFENGEBEBEHANDLUNG (50 MIN.) € 65

Eine besonders intensive Rückenmassage mit Einbeziehung aller Energiepunkte an Kreuzbein, Nabel, Solarplexus, Herz und Hals. Die Behandlung wird mit einer Kräuter-Beinwell-Packung abgeschlossen.



SHIROABHYANGA – KOPFBEHANDLUNG (50 MIN.) € 65

Kopf-Schulter-Nackebereich werden ausgiebig mit Kräuterölen massiert, was den Sinnesorganen Ausgeglichenheit verleiht und den ganzen Körper spürbar verjüngt. Die Kopfhaut wird vitalisiert und genährt, das Haar wird weich, geschmeidig und gestärkt. Haarausfall und Haarergrauung wird effektiv entgegengewirkt.

MUKABHYANGA KOPF-GESICHT-DEKOLLETÉBEHANDLUNG (50 MIN € 85)

Entspannt tief und intensiv, feinstoffliche Spannungen unter der Hautoberfläche werden gelöst. Der verbesserte Muskeltonus verleiht weichere Konturen und aktiviert die oberen Energiezentren. Die Einbeziehung von Marma-Vitalpunkten wirkt reflektorisch auf tiefere Gewebe und die zugeordneten Organsysteme.

HAATABHYANGA – HAND- UNTERARMBEHANDLUNG (50 MIN.) € 65 PADABHYANGA – FUß-BEINBEHANDLUNG (50 MIN.) € 65

Es werden alle Organe des Körpers über die entsprechenden Reflexzonen angeregt. Das Massieren der Beine energetisiert den Bauch, das Becken und den Dickdarm. Der Kreislauf wird angeregt und wirkt gegen Benommenheit. Das Massieren von Füßen und Händen hilft gegen Schlaflosigkeit, Nervosität und Erschöpfung. Die Sinnesorgane werden geschärft.

KLASSISCHE BEHANDLUNGEN

KLASSISCHE MASSAGE

50 MIN € 65,- | 25 MIN. € 40

Durch gezielte Berührungen wird versucht Verspannungen zu lösen, Schmerzen zu lindern und die Durchblutung zu verbessern. Der Organismus wird belebt!

FUSSREFLEXMASSAGE (50 MIN.) € 65

Diese sehr alte und wirkungsvolle Art der Massage regt den gesamten Organismus an, aktiviert die Selbstheilungskräfte und dient zur allgemeinen Entspannung des Körpers.

GROSSE LYMPHDRAINAGE (50 MIN.) € 65

KLEINE LYMPHDRAINAGE (25 MIN.) € 40

Sie wirkt speziell auf den Lymphkreislauf, sie stärkt unser Immunsystem und beseitigt Schwellungen, die durch Verletzungen, Schwachstellen im Gewebe oder nach Operationen entstehen. Streichende, sanfte rhythmische Bewegungen tragen zur allgemeinen Entspannung und zum körperlichen wie auch zum seelischen Wohlbefinden bei.

AROMAÖLBEHANDLUNG INKL. PEELING (50 MIN.) € 68

Bei dieser Massage erwartet Sie ein sanftes Ganzkörper-Peeling mit anschließender wohltuenden energetisierender Massage die Ihr Bindegewebe reinigt und Ihre Haut optimal stärkt.

WOHLTUENDE GESICHTSMASSAGE (25 MIN.) € 40,-

mit Kräuterölen – entstauend und entspannend

UNSERE KOSMETIKLINIEN

Gesicht & Dekolleté

DARPHIN

Exklusive Aromen der edlen Pflanzen, das Gefühl seidiger Texturen, hochwertige Inhaltsstoffe. Verwöhnerlebnis pur mit perfekten Ergebnissen - wohltuenden energetisierender Massage die Ihr Bindegewebe reinigt und

Nagel- & Hand- und Fußpflege

MAVALA

Seit über 60 Jahren widmet sich Mavala Switzerland der Schönheit und Pflege der Hände, und bietet hochwirksame Produkte und exklusive Formulierungen für den optimalen Schutz und perfekte Pflege für schöne und gesunde Nägel an Händen und Füßen.

KOSMETIKANGEBOT BEI ANGELIKA

„JUNGBRUNNEN“ (80 MIN.) € 95 EINE VERJÜNGENDE VERWÖHNBEHANDLUNG

Bei dieser Behandlung erwartet Sie eine Gesichtereinigung, Hautanalyse, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigung, Phyto-Lymphdrainage mit Wirkstoffkonzentrat und essentiellm Aromaöl, bioenergetische Gesicht-Dekolleté-Nackenmassage, Modellage, vitalisierende und eine straffende Behandlung nach der Tallasso-Methode. Die Meeresalgen verfeinern die Poren und Ihre Haut fühlt sich wie nach einem Algenbad an. Angenehm, erfrischend und mit viel Feuchtigkeit angereichert.

„GEBIRGSQUELLE“ (50 MIN.) € 65 EINE STUNDE PFLEGE UND ENTSPANNUNG

Sie entspannen sich bei Gesichtereinigung, Hautanalyse, Peeling, Kräuterdampf, Ausreinigung, Lymphdrainage mit Wirkstoffkonzentrat und Aromaöl, Gesicht-Dekolleté-Nackenmassage, Crememaske und einer Tages- oder Nachtpflege.

Bei unseren Gesichtsbearbeitungen werden die Produkte der Kosmetikfirma DARPHIN PARIS angewendet.

MANIKÜRE (40 MINUTEN) € 45

Schöne gepflegte Hände unterstreichen Ihre Persönlichkeit. Unsere Maniküre-Behandlung pflegt reichhaltig und verleiht Ihren Nägeln sowie Händen ein natürliches und gesundes Aussehen.

PEDIKÜRE INKLUSIVE FUSSMASSAGE (50 MINUTEN) € 52

Die Pediküre ist eine Erholung für strapazierte Füße. Nach einem erfrischenden Aromabad und perfekter Pflege der Zehennägel verleiht Ihnen durch eine entspannende Massage neuen Schwung.

MIT LACK € 60

BRAUEN UND WIMPERN FÄRBN (20 MINUTEN) € 30



MARIA GRUBER

VORMITTAGS AUF ANFRAGE
FREITAG von 15:00 – 20:00 Uhr

RELAX-MASSAGE (80 MIN | 50 MIN)

€ 85 | € 65

Rebalancing bedeutet körperlich und geistig wieder ins Gleichgewicht kommen, zentriert in der eigenen Mitte ruhen. Das Hauptwerkzeug in Rebalancing ist die einfühlsame und gezielte Berührung, die vom Herzen aus, auf eine sehr direkte Art, mit dem Wesen eines anderen Menschen in Kontakt kommt.

KLASSISCHE MASSAGE

50 MIN € 65,- | 25 MIN. € 40

Durch gezielte Berührungen wird versucht Verspannungen zu lösen, Schmerzen zu lindern und die Durchblutung zu verbessern.
Der Organismus wird belebt!

LYMPHDRAINAGE

(50 MIN | 25 MIN) € 65 | € 40

Sie wirkt speziell auf den Lymphkreislauf, stärkt unser Immunsystem und beseitigt Schwellungen, die durch Verletzungen, Schwachstellen im Gewebe oder nach Operationen entstehen. Streichende, sanfte rhythmische Bewegungen tragen zur allgemeinen Entspannung, zum körperlichen wie auch seelischen Wohlbefinden bei.

FUSSREFLEXMASSAGE (50 MIN.) € 65

Diese sehr alte und wirkungsvolle Art der Massage regt den gesamten Organismus an, aktiviert die Selbstheilungskräfte und dient zur allgemeinen Entspannung des Körpers.

Ein Körper ist
die Wohnung deiner Seele
deine Wohnung
ist der Ausdruck
der Seele.

WELLNESS OASE FÜR IHR WOHLBEFINDEN

ÖFFNUNGSZEITEN

Swimming Pool 07:00 – 21:00 Uhr
Sauna, Infrarot, Dampfbad 14:00-21:00 Uhr

BEHANDLUNGSTERMINE

Gerne können Sie Ihre Termine auch bereits vor Anreise bei uns reservieren, ansonsten bei Anreise, jedoch jeweils für denselben Tag bis 11 Uhr vormittags.

BEKLEIDUNG

Bitte kommen Sie zu Ihrer Anwendung in Bademantel und Pantoffeln. Sie werden während Ihrer Behandlung mit Laken und Handtüchern gut zugedeckt, damit Ihre Privatsphäre gewahrt wird. Es stehen Einmal-Slips zur Verfügung.

GESUNDHEIT

Um besonders auf Ihre Bedürfnisse eingehen zu können und auch diverse Beschwerden berücksichtigen zu können bitten wir Sie, unseren Masseuren im Vorfeld Bescheid zu geben, auch im Falle einer Schwangerschaft.

BADETASCHE

Auf Ihrem Zimmer finden Sie die Parkhotel Badetasche mit Bademänteln, Pantoffeln und Badetüchern. Waffeltücher stehen in der Sauna zur Verfügung. Die Umwelt freut sich über Ihren sparsamen Umgang. Gerne können Sie die Badetasche für zuhause erwerben (Euro 20,00)

SAUNA

Unsere **Sauna** ist von 14:00 – 20:00 Uhr geöffnet. Der Zutritt für Kinder und Jugendliche bis 14 Jahre ist nur in Begleitung eines Erwachsenen gestattet.

HALLENBAD

Unser Pool ist 4 x 11 Meter lang und **täglich für Sie geöffnet von 7:00 bis 21:00 Uhr**

SOLARIUM

Unsere Sonnenbank befindet sich neben den Massageräumen. Für die Benützung benötigen Sie Münzen. Zu Beginn € 4,- einwerfen für 12 Minuten, für jeweils 3 weitere Minuten wiederum € 1,- einwerfen.

INFRAROT-WÄRMEKABINE

Das Baden in der Infrarotkabine ist ideal zum Entspannen und neue Kräfte zu sammeln. Die gleichmäßige, wohlige Strahlungswärme regt den Stoffwechsel an, entspannt die Muskulatur, fördert die Durchblutung, stimuliert das vegetative Nervensystem, entschlackt und pflegt Ihre Haut. Körper und Geist kommen wieder ins Gleichgewicht. Sie gehen gestärkt und aktiv in den Alltag, Sie fühlen sich wie neugeboren. Ein Badegang sollte max. 30 Minuten dauern. Sie schwitzen bei 40° bis max. 48°C am besten.

ORTE DER RUHE

Was unsere Gäste besonders schätzen ist die allgegenwärtige Ruhe im Wellnessbereich, in den Ruheräumen auch auf unserer Liegewiese. Wir bitten Sie daher dies zu respektieren und auf Telefonate, und laute Gespräche zu verzichten.

TEE- & KAFFEEBAR

Im Vorraum zum Hallenbad finden Sie unsere Tee- und Kaffeebar vor. Genießen Sie verschiedene Tees und kleine Süßspeisen am Nachmittag. Für 1€ können Sie an der Kaffeebar Espresso oder eine Tasse Kaffee genießen.



