



SPASCH
NICKSC
HNACK 🧡

w o h l f ü h l h a u s

W E L L N E S S
A U F H I N T E R
G L E M M E R I S C H

w o h l f ü h l h a u s

MASSAGEN

KLASSISCHE MASSAGE

Die klassische Form der Massage ist eine beruhigende und entspannende Massageart.

CLASSIC (SWEDISH) MASSAGE

The classical massage is a calming and recreational massaging method.

CA. 50 MIN. € 60,-- | CA. 25 MIN. € 35,--

SPORTMASSAGE

Empfehlenswert bei starken Verspannungen und zur Lockerung der Muskulatur nach dem Sport. Hier wird gezielt, mit intensiverem Druck und gezielten Massagegriffen auf die Muskulatur eingegangen.

SPORT MASSAGE - It is recommended to relieve severe tensions and to relax the musculature after sport. The aim is, to use intensive pressure and special grasps to work deeply into the musculature.

CA. 50 MIN. € 65,-- | CA. 25 MIN. € 40,--

ZUR AUSWAHL STEHEN NACHFOLGENDE AROMA - & HEILKRÄUTER ÖLE:

YOU CAN CHOOSE BETWEEN FOLLOWING AROMA OIL'S:

ARNIKA natürlich Heilmittel, wirkt anregend und entzündungshemmend.

ARNICA is a natural healing method, works stimulatingly and helps to regenerate.

PROPOLIS natürliches Anti-Biotikum zur Stärkung des Immunsystems.

PROPOLIS is a natural antibiotics made of bee honey.

ZIRBE Der Duft des Holzes sorgt für Innere Ruhe und erholsamen Schlaf.

SWISS PINE scent takes care of the peace of mind and the restorative sleep.

LA STONE MASSAGE

Die von den Steinen ausgehende Wärme ermöglicht es sofort mit der tiefgehenden Massage zu beginnen.

LA STONE MASSAGE - The radiating heat of the stone makes a deep massage right away possible.

CA. 80 MIN. € 85,-- | CA. 25 MIN. € 40,--

LYMPHDRAINAGE

Mit sanften Massagegriffen wird der für das Immunsystem so wichtige Lymphfluss und somit auch Schlackenstoffe entlang der Lymphbahnen zum Fließen gebracht.

LYMPHATIC DRAINAGE - Gentle massage grasps help the vital lymph and the metabolic wastes along the lymph channels to get to the circulatory system.

CA. 50 MIN. € 65,-- | CA. 25 MIN. € 40,--

FUSS-REFLEXZONEN MASSAGE

Der Fuß bietet ein organisches Ganzkörperbild und bietet durch gezielte Massage Hilfe bei verschiedenen Beschwerden an.

FOOT REFLEXOLOGY - The foot offers an organic full body image and gives accurate help through aimed massages for the various complaints.

CA. 25 MIN. € 40,--

KOMBINIERTE MASSAGE

aus Fussreflexzonen- und Rückenmassage

COMBINED MASSAGE of feet reflexology and back massage

CA. 50 MIN. € 65,--





AYURVEDA MASSAGEN

AB 9. JANUAR STARTING 9TH JAN

MUKABHYANGA - Harmonische Ausstrahlung

Eine Schönheitsmassage für Gesicht, Kopf, Nacken- & Brustbereiche eine entspannende Massage für mehr Harmonie & Ausstrahlung.

A beauty massage for the face, head, neck and chest area. A relaxing massage for more harmony and radiance.

CA. 30 MIN. € 45,--

PADABHYANGA - Pure Lebensfreude

Eine intensive ayurvedische Fuß- & Wadenmassage.

An intensive Ayurvedic foot and calf massage.

CA. 60-70 MIN. € 85,--

SHIROABHYANGA - Achtsame Freiheit

Intensiv aber soft wird der Kopf-, Schulter- & Nackenbereich gelockert. Verspannung, Kopfflastigkeit und Blockaden lösen sich.

The head, shoulder and neck area is loosened intensively but gently. Tension, top-heaviness and blockages dissolve.

CA. 60-70 MIN. € 85,--

ABHYANGA - Genussvolle Harmonie

Diese Massage regt die Selbstheilungskräfte an und hat eine entgiftende Wirkung.

This massage stimulates the self-healing powers and has a detoxifying effect.

CA. 60-70 MIN. € 90,--

GESICHT FACIAL

ALPIENNE BEAUTY PACKAGE

Ein individuell von der Kosmetikerin abgestimmtes Rundum-Schönheitsprogramm.
Geeignet für alle Hauttypen.

An all-round beauty program individually tailored by the beautician.

Suitable for all skin types.

- Hautbeurteilung **skin assessment**
- Reinigung mit Milch, Gesichtspeeling & Tonic **facial cleaning with scrub & tonic**
- regenerierendes Gesichtsserum **regenerating facial serum**
- Zirbenherz-Gesichtsmassage **swiss stone pine heart facial massage**
- Gesichtspackung **face mask**
- Augen- & Lippenpflege **eye & lip care**
- Tages- oder Nachtpflege **day - or night care**

CA. 80 MIN. € 90,--

GESICHTSREINIGUNG & GESICHTSMASSAGE

Reinigung, Peeling, Tonic mit Zirbenmassageherzen welche die Durchblutung der Haut anregt und die Lymphfähigkeit aktiviert.

A facial massage with pine massage hearts which stimulates the flowering of the skin and activates the lymphatic activity.

CA. 30 MIN. € 40,--

ALPIENNE VERWÖHNBEHANDLUNG FÜR DIE AUGEN

Ein verwöhnendes Augen-Treatment für den besseren Durchblick.

A pampering eye treatment for a better perspective.

CA. 25 MIN. € 35,--

Augenbrauen faconnieren **eyebrow waxing**

CA. 10 MIN. € 12,--

Oberlippe | Kinn wachsen **upper lip | chin waxing**

CA. 10 MIN. € 12,--

Wimpern oder Brauen färben **eyelash or eyebrow tinting**

CA. 15 MIN. € 18,--

KÖRPER BODY

EMOTION SPA - WOHLFÜHLPACKUNG

Sie werden auf einer 37° warmen, wichen Wassermatratze gepeelt, massiert, und gepflegt, Die pflegende Körperpackung genießen Sie unter einem warmen und leichten Dampfbelt.

You will be exfoliated, massaged and cared for on a 37° warm, soft water mattress, The nourishing body wrap can be enjoyed under a warm and light steam tent.

- Ganzkörper Cremepeeling Full Body Cream Scrub
- Körperpackung body mask
- Zirbenherz-Gesichtsmassage swiss stone pine heart facial massage

CA. 45 MIN. € 55,--

WICHTIGE INFORMATIONEN IMPORTANT INFO's

- Wenn Sie gesundheitliche Beschwerden oder Einschränkungen haben sollten, teilen Sie diese bereits bei der Terminvereinbarung oder direkt Ihren Therapeuten mit. Should you have any medical complaints or restrictions, please let us know.
- Falls Sie den Termin nicht einhalten können, sagen Sie uns dies bitte mindestens 8 Stunden vorher, da sonst der volle Behandlungspreis berechnet wird. Should you not be able to keep the fixed date, please let us know at least 8 hours in advance, otherwise we have to charge you the whole price of the treatment.

Alle Preise verstehen sich inklusive aller Abgaben und Steuern.

All of the prices are including the fees and taxes.



HAND & FUSS:

ALPIENNE HAND & FUSS SPA

Ein Schönheitsprogramm mit Peeling, Pflegeöl, Packung und Massage.

A beauty program for hands & feet with peeling, care oil, pack and massage.

CA. 40 MIN. € 45,--

SPA MANIKÜRE

- Peeling & Handbad peeling & hand bath
- in Form feilen shaping
- Nagelhaut entfernen removal of the cuticle
- Handmassage & Pflege hand massage & care

CA. 50 MIN. € 55,--

SPA PEDIKÜRE

- Peeling & Fußbad peeling & foot bath
- in Form feilen shaping
- entfernen der Hornhaut removal of the hard skin
- Fußmassage & Pflege foot massage & care

CA. 50 MIN. € 55,--

EXTRA's:

normaler Lack lacqueur

CA. 10 MIN. € 12,--

French Lack french manicure

CA. 15 MIN. € 18,--

Shellack long lasting

CA. 15 MIN. € 20,--

ÖFFNUNGSZEITEN OPENING HOURS:

Wohlfühlhaus und Bergsee von 07:30 bis 20:00 Uhr |
well being house and mountain lake from 07:30 am to 08:00 pm

Wohlfühlhaus-Rezeption von 12:00 bis 20:00 Uhr |
well being house-reception desk from 12:00 am to 08:00 pm

Sauna von 15:00 bis 20:00 Uhr | sauna from 03:00 bis 08:00 pm

Massagetermine von 12:00 bis 20:00 Uhr |
spa treatments from 12:00 am to 08:00 pm

BUCHUNGSHOTLINE BOOKING HOTLINE

Spa Rezeption: Nr. 69
Hotel Rezeption: Nr. 77 | Nr. 200

Hotel Glemmtalerhof GmbH & Co KG
Dorfstraße 150
A- 5754 Hinterglemm
info@glemmtalerhof.at | Tel: +43 (0) 6541 7135