




mountain green spa

Tutti i trattamenti vengono eseguiti da terapeuti qualificati e vedono esclusivamente l'impiego di prodotti con certificazione biologica (certificazione secondo le direttive della Austria Bio Garantie ovvero dell'Ecocontrol).



Prodotti di cosmesi naturale con certificazione biologica: cosa sono?

- Gli ingredienti sono di origine naturale almeno per il 95%.
- Almeno il 95% delle sostanze vegetali proviene da coltivazioni biologiche controllate.
- Privi di parabeni, conservanti, paraffine (derivati del petrolio), oli minerali, emulsionanti PEG, oli siliconici, coloranti e profumi sintetici.
- Privi di OGM.
- Privi di sostanze derivate da animali morti (p.es. coloranti rossi per rossetti tratti da pidocchi, ecc.).
- Non sperimentati sugli animali.
- Prodotti senza spreco di risorse.
- Prodotti secondo i principi del commercio equo-solidale (condizioni di lavoro dignitose, retribuzione equa dei lavoratori e rinuncia al lavoro minorile) relativamente a quegli ingredienti che devono essere acquistati all'estero.

ANNEMARIE BÖRLIND
NATURAL BEAUTY

Organic Care
MARÍAS
Salzburg

DADO SENS
DERMACOSMETICS

health Wellness Check

Prima di dare avvio ai vostri trattamenti consigliamo di sottoporvi ad un esame medico che rilevi lo stato energetico del vostro organismo, individui i blocchi e fornisca i dati di base per le successive terapie. L'esame medico inizia con un cosiddetto «coaching energetico» consistente nella misurazione della resistenza della pelle in 24 punti terminali posti lungo le meridiane. Da questa è possibile derivare un cosiddetto profilo energetico «i-health» che riflette la distribuzione dell'energia nei tessuti corporei. Ciò permette di ottenere reperti importanti. Può, per esempio, accadere che una persona che si dice spessata presenti in realtà un blocco energetico o addirittura un'esuberanza di energie. In tal caso, chiaramente, non sarebbero indicate le applicazioni di wellness volte a dare spinte energetiche. Noi, tuttavia, facciamo di più: per esempio stabiliamo a quale dei 5 elementi, ovvero a quale mix di elementi (legno, fuoco, terra, metallo ed acqua) appartenga il soggetto e da ciò definiamo e descriviamo il suo sistema personale di regolazione dell'energia.

Breve check-up «Start-status quo»

all'inizio del soggiorno
ca. 25 min. € 40,-

Grande «Wellness Check»

per ristabilire l'equilibrio
ca. 60 min. € 90,-

Breve check-up «End-status-quo»

alla fine del soggiorno
ca. 25 min. € 40,-



Trattamenti viso

70 minuti: peeling, massaggio (o pulizia intensiva viso), maschera.

100 minuti: peeling, pulizia intensiva viso, rimodellamento sopracciglia, ampolla, massaggio, maschera.

• «Armonia & pace»

Trattamento Anti-Stress

Le irritazioni cutanee dovute allo stress non hanno scampo, la pelle spenta e devitalizzata ritrova una sensazione di freschezza e di equilibrio. Una ricca miscela di estratti di erbe selezionate apporta alla pelle stressata tutto ciò di cui ha bisogno.
Ca. 70 min. di piacere e consiglio € 90,-

• «Freschezza & pulito»

Trattamento intensivo Annemarie Börlind

Una pulizia profonda e intensiva che va a stimolare il metabolismo cutaneo. La pelle viene liberata facilmente dalle impurità. Gli estratti di erbe selezionati quali camomilla, salvia, aloe vera e pantenolo calmano le zone irritate, regolando l'equilibrio lipidico e ripristinando la flora cutanea.
Ca. 70 min. di piacere e consiglio € 90,-

• «Freschezza»

Trattamento Hydro-Aktiv

Un cocktail di proteine e malva, cetriolo, tè verde e alghe aumenta le riserve di sostanze idratanti. La pelle resta vellutata, morbida ed elastica.
Ca. 100 min. di piacere e consiglio € 118,-

• «Carezze»

Trattamento rivitalizzante

A base di LL Regeneration, la crema contenente il biocomplesso LL ed una riserva idratante ad azione prolungata. LL Regeneration è formulata appositamente per il trattamento della pelle esigente. Il colorito risulta più fresco e il volto più vitale e radioso.
Ca. 100 min. di piacere e consiglio € 118,-

• «Cose da uomini»

Trattamento per il viso specifico per la pelle maschile.
60 min. € 90,-

Cosmetici medicinali

Trattamento dermatologico e cosmetico della pelle problematica, particolarmente sensibile, irritata o tendente ad allergie con l'ausilio dei prodotti della linea medicinale a certificazione biologica Dado Sens.

Trattamento Probalance Sensitive – viso

Azione lenitiva e riequilibrante per la pelle sensibile e tendente alle allergie.
70 min. di piacere e consiglio € 90,-

Trattamento Soft Regeneration E – viso

Trattamento per prevenire l'invecchiamento cutaneo di pelli sensibili ed esigenti.
100 min. di piacere e consiglio € 118,-

Trattamento Clean Purderm – viso

In presenza di impurità della pelle.
70 min. di piacere e consiglio € 90,-
Compreso linfo-drenaggio del viso
ca. 100 min. di piacere e consiglio € 118,-

Trattamento intensivo «Schiena pulita»

Pulizia profonda della schiena, peeling, maschera anti-infiammatoria e crema attiva lenitiva.
40 min. di piacere e consiglio € 55,-

Linfo-drenaggio del viso

Questo trattamento dolce e rilassante è particolarmente indicato in presenza di acne, gonfiore, pelle stressata, dolori di testa e tant'altro ancora . . .
25 min. di piacere € 39,-

Trattamenti per il corpo

• Trattamento «Decolleté & seno»

Prendete l'iniziativa e date forma al vostro corpo. Appreziate un trattamento intensivo per seno e decolleté che idrata e depura la pelle immediatamente, lasciandola apparire più soda.
Ca. 30 min. di piacere € 45,-

• Trattamento «Royal Body» Sensazionale Body Wrap

Questo trattamento intensivo per il corpo ottiene risultati straordinari in termini di rassodamento e definizione della silhouette. Grazie a prodotti specifici anticellulite e ad una speciale tecnica di bendaggio, il tessuto connettivo risulta visibilmente più sodo e sano.
Ca. 70 min. di piacere € 108,-

Trattamenti di corpo in lettino basculante softpack

Peeling alla cannella-cocco-vanigliazucchero con impacco idratante

Rilassante e nutriente.
55 min. € 73,-

Impacco alle alghe e argilla con massaggio riflessogeno plantare

Ha effetto depurativo, disintossicante, de-acidificante e purificante.
55 min. € 73,-

Impacco benessere al latte di cavalla

Sentirsi bene come Cleopatra!

Indicato per qualsiasi tipo di pelle, in particolare in presenza di problemi cutanei quali neurodermite, psoriasi e pelle molto secca e pruriginosa.

30 min. € 36,-

Impacco di torba con massaggio parziale

Il calore trasportato dalla torba penetra in profondità nei tessuti e porta ad un omogeneo riscaldamento delle zone di applicazione. In combinazione con un massaggio parziale quest'impacco è un toccasana per schiena, gambe e braccia, in particolare dopo una faticosa giornata in montagna o sugli sci. Raccomandato in presenza di: contratture di qualsiasi tipo, disturbi della circolazione, malattie della colonna vertebrale, reumatismi e tant'altro ancora.

55 min. € 73,-

Impacco di fieno con applicazione di unguento

Il fieno aumenta la temperatura del corpo senza sforzare la circolazione e permette così di stimolare il metabolismo delicatamente. L'organismo si libera delle tossine e si fa largo un piacevole senso di distensione. Questo trattamento, inoltre, sortisce effetti positivi in presenza di problemi gastrici, intestinali o nell'area uro-genitale come anche in caso di affezioni delle vie respiratorie e dell'apparato locomotore. A seguire, l'unguento restituisce alla pelle le sostanze lipidiche perdute.

55 min. € 73,-

Massaggi e non solo ...

Massaggio «Green SPA individuale»

Dolce, rilassante e armonizzante o magari vivificante, corroborante e intenso? Qualunque tipo di massaggio desideriate, prendete appuntamento e i nostri terapeuti saranno lieti di soddisfare le vostre preferenze personali e le vostre esigenze individuali di trattamento.

50 min. € 75,-

Massaggio classico corpo

Massaggio classico per tutto il corpo, dona benessere e nuove energie.

50 min. € 65,-

Massaggio parziale

Massaggio distensivo per i seguenti gruppi muscolari: schiena & nuca, gambe & piedi, volto & capo o mano & braccio.

25 min. € 35,-

Massaggio viso «Intensive»

Con fiala di principio attivo, massaggio capo, viso e nuca.

25 min. € 39,-

Massaggio riflessogeno plantare

Attiva le capacità autocurative dell'organismo! Organi, muscoli e blocchi vengono trattati a livello energetico con l'ausilio della terapia riflessogena.

40 min. € 55,-

Massaggio rilassante con oli aromatici e massaggio viso con olio

Dolci carezze rilassanti e massaggio integrale riequilibrante effettuato con speciali oli ed essenze di erbe caldi.

50 min. € 69,-

Linfodrenaggio

Il linfodrenaggio manuale è una forma terapeutica dolce con effetti ad ampio spettro. Serve, per esempio, a ridurre i gonfiori dovuti a edema o ritenzione. Questa piacevole e delicata tecnica di massaggio contribuisce a rafforzare le difese immunitarie dell'organismo, attiva l'eliminazione delle tossine e accelera i processi di recupero dopo operazioni o traumi.

25 min. € 39,-

50 min. € 70,-

Massaggio corpo al burro

Il trattamento ha inizio con un peeling integrale seguito da un'applicazione di burro per il corpo (un prodotto offerto in questa formulazione esclusivamente dalla Marias). Le profumazioni tra cui scegliere sono rosa, lavanda, cocco/vaniglia e cioccolato. La pelle risulterà liscia come la seta.

60 min. € 93,-

«Trattamento S.O.S.» dopo sole, vento e freddo

Speciale trattamento per pelli irritate dal sole, dal vento o dal freddo.

Viso 45 min. € 60,-

Singole parti del corpo 30 min. € 45,-

Mani e piedi – «tocco di velluto»

«Green SPA» Manicure

Con limatura delle unghie, bagno di bellezza alle mani, peeling, rimozione delle cuticole, brillatura delle unghie e massaggio alle mani con crema attiva.

Ca. 50 minuti di piacere € 58,-

«Green SPA» Pedicure medica

Con pediluvio basico, peeling, rimozione completa di duri, callosità, ecc., cura delle unghie con brillatura, massaggio con crema attivante.

Ca. 50 minuti di piacere € 60,-

Trattamenti speciali per problemi alle unghie dei piedi

Ricostruzione dell'unghia, a unghia € 35,-

Clip medica, a unghia € 40,-

3TO clip, a unghia € 95,-

Smalto a scelta € 10,-

Smalto french € 15,-



Make-Up

Consulenza trucco, 60 min € 60,-

Make-up giorno, 20 min € 30,-

Make-up sera, 30 min € 35,-

Trattamenti singoli e complementari

NOUVO: Ciglia perm € 27,-

Colorazione ciglia € 15,-

Colorazione sopracciglia € 10,-

Colorazione e correzione sopracciglia ... € 16,-

Colorazione ciglia e sopracciglia € 22,-

Correzione sopracciglia € 10,-

Depilazione con cera a caldo

Gamba intera € 55,-

Gambaletto € 35,-

Inguine € 30,-

Ascelle € 25,-

Labbro superior € 15,-

Mento € 15,-

Schiena o torace € 45,-

Massaggio, cosmesi e molto di più ... per i nostri piccoli principi e principesse

Piccolo trattamento del viso per bambini

40 min. € 50,-

Massaggio completo del corpo con oli aromatici

30 min. € 40,-

Massaggio delle mani con smalto a scelta

25 min. € 39,-

Massaggio della schiena

15 min. € 25,-



Il Gartenhotel Theresia****s è membro dell'associazione «Health & SPA Premium Hotels», una cooperativa composta dai 45 migliori hotel a 4 e 5 stelle dedicati a salute e benessere in Austria, con standard di qualità molto elevati nei seguenti campi: relax ed equilibrio, alimentazione mirata al benessere, movimento dolce e fitness, nonché cura completa di bellezza.



Fisioterapia, terapia del rilassamento e consulenza bioenergetica

Fisioterapista diplomata, Anna Maria Persterer offre accanto ai metodi della fisioterapia tradizionale una vasta gamma di altre applicazioni.

A seconda delle problematiche individuali e dopo un approfondito colloquio con il paziente, o anche dietro presentazione di una prescrizione medica (venire muniti di ricetta!), ella decide quale metodo o quale mix di metodi adottare per il trattamento: terapia respiratoria, training autogeno, terapia distensiva, metodo Feldenkrais «coscienza attraverso il movimento», bilanciamento energetico sulla base della diagnosi del polso e della lingua, fisio-ago-puntura «Path», tuina, tecnica di Bowen, terapia di Dorn-Breuss, ultrasuonoterapia, ginnastica correttiva (su tappeto o in acqua), terapia di stimolazione con risonanza magnetica, e tant'altro ancora.

Costo per trattamento
o incontro privato 50 min. € 80,-

Magnetoterapia

Favorisce la rigenerazione per esempio dopo traumi sportivi o fatica muscolare, ha azione antinfiammatoria, rafforza il sistema immunitario e previene le malattie. Prenotabile singolarmente o anche in abbinamento a massaggi, impacchi, ecc.

8 min. € 10,-
16 min. € 15,-
20 min. € 20,-



Orari di apertura del centro benessere e informazioni

Bellezza, massaggi e quant'altro ...

Il centro sarà lieto di accogliervi nell'orario 10.00-19.00! Consigliamo di prenotare i trattamenti o di rendere noti gli orari a voi più consoni (in particolare in caso di soggiorno breve per il solo weekend) prim'ancora del vostro arrivo. In caso contrario, data la forte richiesta, non possiamo garantirvi i trattamenti e/o gli orari desiderati. Per fissare un appuntamento potete recarvi personalmente alla reception del centro SPA o chiamare la reception dell'hotel (digitando il numero interno: 100). La disdetta di un appuntamento è gratuita fino a 24 ore prima; fino a 12 ore prima verrà addebitato il 50% del costo del trattamento; cancellazioni successive o la mancata comparsa al trattamento comporteranno l'addebito della tariffa intera.

SPA Shop

Ore 10.00-19.00 (al di fuori di questi orari la gentile clientela è pregata di rivolgersi alla reception dell'hotel).

Piscine

Piscina coperta: 7.00-24.00.

Piscine esterne: inverno 14.00-20.00, estate 7.00-20.00.

Le nostre piscine rispettano l'ambiente: vengono, infatti, riscaldate grazie al recupero del calore di dispersione dell'intero complesso, sono riempite con acqua Grandeur energizzante e vengono depurate con la quantità minima di cloro prescritta dagli standard igienici austriaci. In tutto l'hotel l'acqua è estremamente dolce (durezza °dH 3,56!) ed è pertanto particolarmente delicata sulla cute e sui capelli ed in più ha un sapore eccezionale! Da più di 60 anni, inoltre, possediamo una sorgente di montagna all'interno di una vasta area idrologica protetta, posta a ca. 250 m sopra l'hotel.

- Acqua di sorgente calda (30°C) nella moderna piscina coperta con impianto di nuoto contro-corrente e getti massaggianti.
- Idromassaggio nella neve con acqua di sorgente a 38°C (d'estate 32°C).
- Idromassaggio della sauna alimentato con acqua di sorgente a 38°C (d'estate 32°C).
- Piscina all'aperto (32°C) con getti dal basso, getti massaggianti laterali, getto per massaggiare la schiena e panca con idromassaggio (tutto l'anno).
- Piscina esterna lunga 16 m con rinfrescante acqua di sorgente (temperatura 25°C) per i mesi estivi (aperta da maggio ad inizio novembre).
- Vasca fredda a 10°C dopo la sauna. Acqua di sorgente.

Oasi saunistica «Sottovoce»

Sauna mista 11.00-20.00, sauna femminile 8.00-11.00, sauna privata (a pagamento) al di fuori degli orari di apertura. Un appello alla tolleranza: gli usi e i rituali connessi alla sauna differiscono da cultura a cultura. Preghiamo la gentile clientela di permettere anche ai nostri ospiti internazionali, in costume o senza, di godersi il piacere della sauna. L'oasi saunistica «Sottovoce» è riservata ai soli adulti. L'ingresso è vietato ai minori di 14 anni. All'ingresso dell'oasi saunistica si trova una grotta di vapore aromatica riservata alle famiglie.

Palestra panoramic

7.00-24.00

Piramide del relax «Sottovoce»

7.00-24.00

All'interno della piramide del relax è collocato un lettore CD con una lista di ca. 100 titoli fra cui scegliere (musica classica o rilassante), che potrete prendere in prestito gratuitamente alla reception.

Una biblioteca fornitissima ...

Una biblioteca fornitissima in tema di corpo, mente & anima è a vostra disposizione nella piramide del relax; tanti altri volumi di argomento disparato ed in varie lingue si trovano nelle due vetrine della hall dell'albergo, nella galleria d'arte e nel tratto di collegamento all'Aparthotel. Nel complesso, vi sono ca. 500 libri che attendono di essere letti.

Programma gratuito di fitness e relax

Tutto l'anno

- 5 volte alla settimana programma di fitness
- 5 volte alla settimana allenamento rilassante

In più, d'estate

- all'inizio di ogni settimana ora d'informazioni per escursioni in montagna, mountain bike e tutti gli sport all'aperto con proiezione di diapositive sull'estate montana nella regione di Saalbach-Hinterglemm
- 3 volte alla settimana giri in trekking bike guidati (le trekking bike sono a disposizione gratuitamente in qualsiasi momento)
- 5 volte alla settimana escursione guidata in montagna, di cui una allo spuntar del sole (solo a ciel sereno)
- 1 volta alla settimana escursione in compagnia della signora Brettermeier, titolare dell'hotel, presso un produttore biologico della regione (caseificio, apicoltore, ecc.)

In più, d'inverno

- 1 volta alla settimana passeggiata invernale con la Signora Brettermeier
- 1 volta alla settimana «safari sugli sci» per l'ampia area sciistica per buoni/ottimi sciatori
- settimane di safari sugli sci per buoni/ottimi sciatori: ca. 5 ore al giorno dal lunedì al venerdì in lungo e in largo per tutto il comprensorio con guida



Theresia Gartenhotel

design moderno · tradizione senza tempo

****SUPERIOR
Famiglia Harald & Marianne Brettermeier
Glemmtaler Landesstrasse 208
5753 Saalbach-Hinterglemm
Salisburgo · Austria
telefono +43 / (0)6541 / 7414-0
telefax +43 / (0)6541 / 7414-121
info@hotel-theresia.co.at
www.hotel-theresia.com