

luxus
des
natürlichen

spa & wellness *angebote*



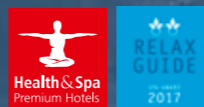
höflehner
natur und
wellness hotel
★ ★ ★ superior





naturwellness

Aktiv, harmonisch, wohltuend und schön:
Im neuen Premium Alpin SPA haben wir für Sie die Natur eingefangen. Ausgezeichnet mit zwei Lilien des „Relax Guide 2017“ und als Mitglied der exklusiven Angebotsgruppe „Health & SPA Premium Hotels“ sind wir eines der besten Wellness- und Gesundheitshotels im Alpenraum.



spüren sie die kraft der natur

*Möchten Sie sportlich zu Ihrem Wohlbefinden beitragen?
Oder lieber in Ruhe genießen? Die Natur aktiv erleben
oder sich natürlich verwöhnen lassen? Wovon auch immer
Sie träumen – in unserem neuen Premium Alpin SPA
entspannen Sie ausgezeichnet.*

- * **Premium** – wie herausragende Qualität und bestes Service
- * **Alpin** – wie einzigartige Panorama-Lage auf 1.117 Meter Seehöhe
- * **SPA** – wie „Sanus Per Agrum“: Gesundheit im Einklang mit der Natur

Das ist Höflehners einzigartige Naturwellness. Hier genießen Sie umfangreiche Leistungen: Massagen und Bäder, bewusste Bewegung, aktive Entspannung und wohltuende Beautybehandlungen. Entdecken Sie Ihre Lieblingsplätze und genießen Sie Ihr persönliches Wohlfühlprogramm – ganz nach Ihren Vorlieben. Auf den nächsten Seiten erfahren Sie alle Details unseres exklusiven Naturwellness-Konzeptes.

Höflehners Wellness-Etikette

- * Geben Sie uns gesundheitliche Bedenken, Krankheiten oder Schwangerschaft vor Buchung der Behandlung bekannt.
- * Kommen Sie in Bademantel sowie Unterwäsche bzw. Badebekleidung zu den Behandlungen und nehmen Sie Ihren Schmuck bereits vorher ab – dann steht der Einhaltung Ihrer gebuchten Verwöhnzeit nichts im Wege.
- * Nehmen Sie sich Zeit und genießen Sie vor Ihrer Behandlung im Wartebereich der Bergbad & SPA Rezeption eine Tasse Tee. Wir bitten um Verständnis, dass sich bei einem Zuspätkommen Ihre Behandlungszeit verkürzt.
- * Geben Sie uns etwaige Absagen bitte 24 Stunden vorher bekannt, damit wir unseren Terminkalender bestmöglich organisieren können. Bei kurzfristigen Stornierungen erlauben wir uns, 60 % der gebuchten Leistung zu verrechnen.
- * Haben Sie eine Pauschale gebucht, die bereits Wellnessanwendungen inkludiert? Für vergünstigte Wellnessbehandlungen aus Pauschalen sind Termine bis 14.00 Uhr vorgesehen. Diese Inklusivleistungen können nicht gegen andere Behandlungen eingetauscht oder zurück-erstattet werden. Auch für diese Termine gilt die oben genannte Stornofrist von 24 Stunden.
- * Bitte beachten Sie, dass der Saunabereich ein ausschließlicher Nacktbereich ist.

Familie Höflehner und Ihr Premium Alpin SPA Team

Familie Höflehner

TIPP:

*Sichern Sie sich Ihre
Wunschtermine im
Bergbad & SPA am
besten bereits von
zu Hause aus –
so ist Ihre Urlaubs-
entspannung
garantiert!*

[www.hoeflehner.com/
bergbad](http://www.hoeflehner.com/bergbad)



FÜR RESERVIERUNGEN
ERREICHEN SIE
UNSERE MITARBEITER
IM BERGBAD
& SPA UNTER:

+43 (0) 3686/2548-824
bergbad@hoeflehner.com



wohlfühl massagen

Eine professionelle Massage erreicht nicht nur Haut, Bindegewebe und Muskulatur. Die Wirkung dieser Berührungen erstreckt sich von der behandelten Stelle des Körpers über den gesamten Organismus und schließt auch die Seele mit ein – ein Wohlfühlerlebnis von Kopf bis Fuß.



HöflehnerNatur Signature Treatments

Diese Behandlungen tragen die einzigartige Handschrift unseres Hauses. Lassen Sie sich in unsere Alpine Naturwelt entführen und kommen Sie entspannt, gekräftigt und regeneriert zurück.

HöflehnerNatur alpenrosenbutter ganzkörperentspannungsmassage

Die in Handarbeit hergestellte HöflehnerNatur Alpenrosenbutter macht trockene Haut zart, weich und geschmeidig, bewahrt die hauteigene Feuchtigkeit und duftet herrlich.

25 Minuten € 44,-

HöflehnerNatur alpenrosen peelingmassage

Sanfte Ganzkörperreinigung mit dem HöflehnerNatur Alpenrosenpeeling: Massage, Peeling und Pflege in einem – ein Genuss für Haut und Seele.

25 Minuten € 44,-

HöflehnerNatur heublumen-leberwickel und Fußreflexzonenmassage

Die Fußreflexzonenmassage wirkt vorbeugend und organstärkend. Der Leberwickel mit HöflehnerNatur Heublumenöl unterstützt den Selbstheilungsprozess des Körpers.

45 Minuten € 57,-

HöflehnerNatur zirben-regeneration – intensive rückenbehandlung

Genießen Sie eine intensive und individuell auf Ihre Probleme abgestimmte Regenerations- und Rückenbehandlung. Durch verschiedene Massagetechniken und das hochwertige HöflehnerNatur Zirbenöl wird eine einzigartige, schmerzbefreiende Tiefenwirkung erzielt.

50 Minuten € 71,-

HöflehnerNatur antistress-massage und stretch

Für Menschen in sitzenden Berufen, gegen verspannte Nacken unter der Verwendung des regenerierenden HöflehnerNatur Zirbenöls. Mitbehandelt werden Brustwirbelsäule und Schultermuskulatur.

25 Minuten € 43,-

HöflehnerNatur balance für die Seele

Das „Kreuz“ meldet sich meist, wenn wir besonders starken Gefühlsbelastungen ausgesetzt sind. Bei dieser vorbeugenden Massage liegt das Augenmerk auf dem unteren Rücken und der angrenzenden Muskulatur. Heiße Rollen, Lösen von Triggerpunkten, sanfte Dehnungen und entspannende Massagetechniken mit unserem Kreuzbeinmassageöl kommen zum Einsatz.

25 Minuten € 43,-


HöflehnerNaturöle
Alpenrose:
beruhigend und hautpflegend
Heublume:
aktivierend
Zirbe:
regenerierend



HöflehnerNatur Synergien

Gemeinsam stark. Das gezielte Zusammenwirken zweier Wellnessbehandlungen schafft konzentrierte Energie für Ihren größtmöglichen Benefit.

natur aktiv

AromaDerm BodyStyling Wickel für müde, schwere Beine nach einem ausgedehnten Tag am Berg oder ganz gezielt für Ihre Problemzonen. Dazu kombinieren wir eine wunderbar lösende Nacken- und Schultermassage.

45 Minuten € 60,-

zeit für mich allein

Fußpeeling mit dem HöflehnerNatur Alpenrosenpeeling sowie eine Gesichts- und Ganzkörpermassage mit dem HöflehnerNatur Alpenrosenöl.

75 Minuten € 88,-

natur genuss

HöflehnerNatur Alpenrosen-Ganzkörperpeeling macht die Haut aufnahmefähig für die anschließende HöflehnerNatur Alpenrosen-Körperpackung in der Schwebeliege. Den Abschluss bildet eine wohltuende Ganzkörpermassage.

90 Minuten € 99,-

ÄTHERISCHE ÖLE VON STYX NATURCOSMETIC:

Bergamotte, Blutorange, Fichtennadeln, Geranium, Grapefruit, Kiefernadeln, Latschenkiefer, Lavendel, Limette, Litsea, Majoran, Mandarine, Melisse, Nelke, Orange, Orange bitter, Palmarosa, Pfefferminze, Rosenholz, Rosmarin, Tannenzapfen, Thymian, Verbena, Zitrone



HöflehnerNatur Massagen

Gelöste Muskelverspannungen, Glücksgefühle, totale Entspannung durch geschulte massierende Hände und aromatische Öle von HöflehnerNatur oder Styx Naturcosmetic – eine der ältesten Heilmethoden fühlt sich auch heute noch einfach wunderbar an.

erde unter sich spüren

Die Fußreflexzonenmassage mit wohltuendem Fußbad.

45 Minuten € 57,-

natureschönheit – die gesichtslymphdrainage

Etwas gegen müde Augen und Tränensäcke tun oder einfach nur Streicheleinheiten genießen? Erfahren Sie eine entstauende Wirkung durch pumpende, sanfte Massagegriffe. Sie genießen diese Behandlung eingehüllt in eine Wolldecke und unterstützt durch ein wärmendes Kirschkernkissen.

25 Minuten € 41,-

sanfte hände – die lymphdrainage

Genießen Sie eine entspannende und entstauende Lymphdrainage. Die sanft pumpenden Bewegungen der Therapeutenhände lassen die Beine leichter werden und Sie selbst sanft wegschlummern.

50 Minuten € 70,-

hot stone massage

Warme Steine, die auf Aroma-Ölen sanft über Ihre Haut gleiten. Die Kombination aus behutsamen Massagen und tiefenwirksamer Wärme ist ein wahres Wundermittel gegen Verspannungen. Die Hot Stone Massage harmonisiert Ihre Energiezentren und bringt tiefste Entspannung.

50 Minuten € 80,-

75 Minuten € 110,-

aromaöl massage

Begeben Sie sich ins Reich der Düfte und wählen Sie Ihren Lieblingsduft für Ihre persönliche, sanfte Ölmassage.

25 Minuten € 43,-

50 Minuten € 72,-



stempel massage

Kräuterstempel in heißes Öl getaucht und sanft gleitende Hände kommen bei dieser Massage zum Einsatz. Mit den heißen Stempeln werden kurze Reize gesetzt, die Ihre Haut animieren, die oberste Hautschicht abzustößen und neue Zellen zu produzieren. In Kombination mit einem einzigartig duftenden und nährenden Öl ist dies die perfekte Runderneuerung für Ihren Körper. Als Ganzkörper- oder Teilkörpermassage buchbar.

25 Minuten € 54,-

50 Minuten € 98,-

einfach loslassen

Die klassische Teilkörper- oder Ganzkörpermassage.

Wählen Sie dazu Ihr HöflehnerNaturöl:
Alpenrose: beruhigend und hautpflegend
Heublume: aktivierend
Zirbe: regenerierend

25 Minuten € 41,-

50 Minuten € 71,-



dorn-breuss behandlung

Eine sanfte Therapieform, bei der mit leichtem Daumendruck Fehlstellungen von Wirbeln und Gelenken behandelt werden, während sich die Muskeln des Patienten in Bewegung befinden. Bei der Breuss-Massage wird mit verschiedenen Massagegriffen das dafür verwendete Johanniskrautöl tief in die Muskulatur eingebracht, um Blockaden und Verspannungen zu lösen.

50 Minuten € 75,-

champagner schaummassage

Ihren persönlichen Luxus des Natürlichen erleben Sie bei dieser sanft schäumenden Massage mit Peelingeffekt.

25 Minuten € 43,-

breuss massage

Diese feine, energetische Rückenmassage mit Johanniskrautöl lässt unterversorgte Bandscheiben wieder aufatmen.

25 Minuten € 43,-

honig massage

Diese Massage hat in vielen Kulturen eine lange Tradition und wird vor allem zur Entschlackung und Entgiftung des Körpers sowie zu einer ganzheitlichen Entspannung eingesetzt.

25 Minuten € 43,-

entspannende bäder

Eingetaucht in behaglich warmes Wasser atmen Sie wohlthuende Düfte ein und entspannen sich, während Ihre Haut sanft gepflegt wird. Einfach loslassen – Baden ist ein Vergnügen für alle Sinne.

ziegenmilch bad

Dieses hautverwöhnende und rückfettende Bad lässt Problemhaut wieder strahlen.

25 Minuten € 42,-

bierbad – ein geselliges bad für zwei

Wirkt stoffwechselfördernd, rückfettend, ausgleichend und stimmungsaufhellend. Dazu servieren wir ein Glas kühlen Gerstensaft nach Wahl.

25 Minuten € 42,-
für 2 Personen € 52,-

badegenuss unter freiem Himmel

Unser Lärchenzuber, unweit der Stadlsauna, wird für Sie mit frischem Bergquellwasser befüllt und mit Feuerholz auf angenehme 38°C erwärmt. Je nach Jahreszeit servieren wir dazu ein erfrischendes oder wärmendes Getränk.

55 Minuten € 73,-
Bitte einen halben Tag vorher reservieren!

zirbennadel schaumbad



Tief ein- und durchatmen: Das ätherische Öl der Zirbe wirkt sich auf Herz und Atmung aus und stärkt für die Anforderungen des Alltags.

25 Minuten € 42,-



packungen in der schwebeliege

Körperpackungen sind ein Luxus für Haut, Sinne und den gestressten Organismus. Fühlen Sie die intensive Wirkung aus Wärme und hochwertigen Essenzen, während Sie wie in einem Kokon sanft schweben.

gut gepolstert auf moor

Bei dieser Behandlung in der Schwebeliege wird ein Moorpolster, das angenehme Wärme spendet, auf Ihre schmerzenden Rückenpartien aufgelegt. Um die Wirkung noch zu intensivieren, empfehlen wir diese Behandlung mit einer Teilkörpermassage zu kombinieren.

25 Minuten € 42,-

ziegenbutter cremepackung

Ein Feuchtigkeit spendendes Bad in unserer Wärmeliege. Durch Inhaltsstoffe wie Ziegenbutter und Aloe Vera ideal für besonders trockene Haut. Auf Wunsch kombinieren Sie diese Packung mit den duftenden **HöflehnerNatur** Alpenrosen- oder Heublumenölen.

25 Minuten € 43,-

algenpackung und peeling

Das tiefenreinigende Ganzkörperpeeling streift die Rückstände des Alltags ab und wirkt wie ein Jungbrunnen für Körper und Seele. Die straffende Ganzkörperalgenpackung festigt, entgiftet den Körper und versorgt Sie mit frischer Energie. Für alle, die sich eine frische Meeresbrise auf die Haut zaubern möchten!

60 Minuten € 77,-

anti-aging & detox

Entschlackung erleichtert nicht nur den Körper, sondern auch die Seele. Durch innere und äußere Reinigung werden der Organismus entgiftet und die Selbstheilungskräfte aktiviert.

den kopf frei bekommen

Ohrkerzenbehandlung mit Gesichtslymphdrainage. Entlastend für „Kopfmenschen“ durch die Kombination von **HöflehnerNatur** Zirbenöl und einer ableitenden Gesichtslymphdrainage.

50 Minuten € 70,-

pharmos natur feuchtigkeit und anti-aging



Ganzkörper-Feuchtigkeitsmassage mit Anti-Aging Wirkstoffen von Pharmos Natur. Ganz natürlich werden die Haut gestrafft, das Bindegewebe gestärkt und die Feuchtigkeitsdepots wieder aufgefüllt.

55 Minuten € 72,-

pharmos natur detox body



Pharmos Natur Entgiftungsbehandlung für den ganzen Körper mit kostbaren Heilpflanzen in Kombination mit reiner Bio Aloe Vera. Diese Behandlung entschlackt und entstaut über die Lymphe, stärkt und festigt das Bindegewebe, aktiviert den Stoffwechsel, mildert Cellulite.

55 Minuten € 75,-

entschlackende wickel

Die traditionelle Wickelkunst und die mit hochwirksamen Essenzen getränkten Wickel sind ein natürliches Heilmittel und sehr effektiv: Sie bringen Ihren Stoffwechsel in Schwung, Gewebegifte werden gelöst und abtransportiert.



herrlich basisch

Sie unterstützen Ihre Haut in ihrer Funktion als Reinigungs- und Atmungsorgan mit einem basischen Vollbad. Das Ganzkörpersalzpeeling intensiviert diese Wirkung zusätzlich. Ein besonderes Highlight ist die Honigmassage: Diese äußerst wirksame Bindegewebsmassage setzt Schlackenstoffe aus der Haut frei und entfernt sie. Der Selbstheilungsprozess des Körpers wird durch den Leberwickel angeregt und die Fußreflexzonenmassage wirkt organstärkend.

Ganzkörperbasenbad 25 Minuten

Ganzkörpersalzpeeling 25 Minuten

Honigteilkörpermassage 25 Minuten

HöflehnerNatur Leberwickel
und Fußreflexzonenmassage 45 Minuten

€ 176,- (Behandlung über mindestens 3 Tage)

pharmos natur detox face



Entgiftende, gewebereinigende Gesichtsbehandlung. Aktiviert den gesamten Hautstoffwechsel, stärkt das Bindegewebe und entgiftet intensiv über die Lymphe. Das Resultat ist eine klare, gut tonisierte Haut, gefestigte Konturen und gemilderte Äderchen. Ideal bei Couperose, unreiner Haut, Tränensäcken und zur Unterstützung bei Fasten- und Reinigungskuren.

55 Minuten € 75,-

80 Minuten € 102,-

vital wickel von ägyptos

Feinste Heilerde, Salz aus dem Toten Meer und ein Mix aus Mineralien dringen durch die Wickeltechnik tief in die Haut ein und regen dadurch den Lymphfluss an. Die absorbierenden Eigenschaften der Mineralien entziehen der Haut schädigende Substanzen. Neben der reinigenden und entschlackenden Wirkung auf unseren Körper ist eine messbare Umfangreduzierung deutlich feststellbar

90 Minuten € 129,-

Quick-Behandlung: 60 Minuten € 88,-

beauty & naturkosmetik

*Ihre Kosmetikbehandlung
ist Entspannungstermin und
einzigartiges Schönheitsritual
zur gleichen Zeit.*

Deshalb verwenden wir für Sie nur hochwertige Spezialprodukte: Die hauseigene Linie **HöflehnerNatur** sowie Produkte ausgewählter Partner mit Augenmerk auf Natürlichkeit und beste Qualität. Gerne beraten wir Sie bei der Wahl Ihrer individuellen Kosmetik und Pflege persönlich.



Unsere Kosmetikprodukte:

HöflehnerNatur

PHARMOS NATUR
GREEN LUXURY



- * **HöflehnerNatur:** Hauseigene Spezialprodukte, die aus natürlichen Rohstoffen hergestellt und eine Wohltat für Mensch und Umwelt sind – für das echte Naturgefühl auf Ihrer Haut. Heublumen, Zirben und Alpenrosen sind die drei Säulen der von SPA-Expertin und Physiotherapeutin Katrin Höflehner federführend entwickelten Linie.
- * **Pharmos Natur Green Luxury Premium Naturkosmetik:** Erleben Sie die einzigartige und regenerative Wirkung ausgewählter, adaptogener Heil- & Verjüngungspflanzen auf Ihrer Haut: SACRED PLANTS. Highlight Ihrer PHARMOS NATUR Behandlung ist die Anwendung eines ganz besonderen Aloe Vera Frischpflanzenblattes. Ihre Haut saugt das feuchtigkeitspendende Gel vollständig auf. Die vielen Wirkstoffe versorgen Ihre Zellen, reparieren und regenerieren. Jetzt kann sich der Alterungsprozess deutlich verlangsamen. Strahlende, wundervoll straffe Haut ist das Ergebnis. Frische und Lebendigkeit durchströmen Ihren ganzen Körper.



- * **AromaDerm:** Wertvolle und reine Natur-Essenzen sowie ein unvergleichlicher Duft echter ätherischer Öle verbinden sich zu einer optimalen und natürlichen Hautpflege. Die österreichischen Naturprodukte entstehen ausschließlich unter Verwendung pflanzlicher Rohstoffe aus biologischem Anbau oder Wildwuchs und kaltgepresster Pflanzenöle erster Güte.

STYX
NATURCOSMETIC

- * **Styx Naturcosmetic:** Traditionelles Wissen gepaart mit neuesten Inhaltsstoffen, die durch Forschung im hauseigenen Labor sowie beste Bio-Qualität der Rohstoffe gewonnen werden.

MARIA GALLAND
PARIS

- * **MARIA GALLAND:** Eine Premiummarke, die auf höchste Qualität und kosmetische Innovationen sowie hocheffiziente Behandlungen setzt. Exklusive Pflege, die unter die Haut geht. Unterschiedlichste Behandlungen gehen präzise auf die Bedürfnisse Ihrer Haut ein. Zurück bleibt ein wundervolles Gefühl totaler Entspannung, perfekter Pflege und absoluten Wohlbefindens.

!QSMEDICOSMETICS

- * **!QMS:** Hochwertige und revolutionäre Hautpflege, entwickelt von Dr. med. Erich Schulte, doppeltapprobierter Arzt, Schönheitschirurg und Kosmetikentwickler mit internationaler Reputation.

O·P·I

- * **O.P.I.:** Die Nail Lacquers des weltgrößten Herstellers von professionellen Hand- & Nagelpflege-Produkten beinhalten die hochwertigsten Farbpigmente und sind splitterfest. Außerdem sind die Lacke frei von Formaldehyd, DBP und Toluene.

KURLAND

- * **Kurland:** Durch konsequente Entwicklung bewährter Therapieansätze ist das Sortiment der Kurland-Produkte entstanden. Für diese Produkte werden erlesene Rohstoffe, wie z.B. naturbelassene Heilerde, Heu von ungedüngten Wiesen oder natürliches Meersalz verwendet.

gesichts behandlungen

pharmos natur gesichtsbehandlung



Behandelt werden neben dem Gesicht auch Ihr Hals und Dekolleté. Zum Abschluss reichen wir einen Birnen-Aloe-Vera-Saft.

55 Minuten € 75,-

pharmos natur verwöhnbehandlung



Gesicht, Hals und Dekolleté werden komplettiert durch Fußkompressen, Schulter-Nacken-Arm-Massage und eine wohltuende Kopfmassage. Ein abschließender Birnen-Aloe-Vera-Saft lässt Sie von innen strahlen.

80 Minuten € 102,-

Im Rahmen Ihrer Gesichts- behandlung zubuchbar:

Augenbrauen formen	€ 9,-
Augenbrauen oder Wimpern färben	€ 11,-
Wimpern und Augenbrauen färben	€ 21,-
Strahlende Augen Pharmos Natur Green Luxury	€ 37,-
Tiefenreinigung 25 Minuten	€ 28,-
Straffende !QMS Oberarmbehandlung	€ 37,-



PHARMOS NATUR
GREEN LUXURY



Wählen Sie Ihren Behandlungs- schwerpunkt aus:

* Intensive Feuchtigkeitsbehandlung

Mittelpunkt der intensiven Feuchtigkeits- und Frischebehandlung ist die durchfeuchtende Massage und die Anwendung des frisch ausgeschälten Aloe Vera Pflanzengels. Gut geeignet für feuchtigkeitsarme Haut und als After-Sun-Behandlung.

* Love Your Age Power Treatment – Be beautiful!

Hautverjüngende Wirkstoffe, hohe Lichtenergie und intensive Schwingung straffen auf hocheffiziente Weise die Haut, reaktivieren spürbar die Hauterneuerung und führen sichtbar zu echter Ausstrahlung und mehr Charisma! Kollagenpowerlieferanten wie Avellana, Cranberry, Moringa und afrikanische Schwarzbohne verbessern die Dichte der Haut, polstern sie auf und machen glücklich! Falten und Fältchen werden geglättet. Die Faltentiefe wird sichtbar verringert. Prall gefüllt und ebenmäßig schön zeigt Ihre Haut, was wirklich in ihr steckt. Wohlgefühl im ganzen Sein!

* Anti-Stress Face

Hautberuhigende, entspannende Behandlung für Haut und Seele. Das hochwirksame Anti-Stress-Serum stärkt die Nerven, bringt neue Energie, stimuliert die Zellerneuerung und lässt Zeichen von Stress und Anspannung weichen. Unruhige, gereizte Haut wird ausgeglichen. Rötungen verschwinden. Gut geeignet für gestresste Gemüter, sensible, gereizte und ausgelaugte Haut und Couperose.



!QMS classic collagen behandlung

Diese Gesichtsbehandlung enthält einzigartige Kollagene und gleicht dadurch den Kollagenverlust, die Hauptursache für Hautalterung aus. Die Haut wird revitalisiert und erhält ein jugendliches, gesundes Aussehen.

90 Minuten € 117,-

!QMS neo tissudermie behandlung

Bekämpft die Zeichen der Hautalterung. Diese straffende Behandlung ist besonders für die reifere Haut geeignet. Speziell für den sensiblen Hals-, Dekolleté- und Brustbereich.

90 Minuten € 127,-

!QMS sk alpha behandlung

Anregende, intensive Gesichtsbehandlung mit einer in dieser Form einzigartigen thermo-aktiven revitalisierenden Maske. Speziell entwickelt, um die Mikrozirkulation zu stimulieren. Mit Sofort-Effekt, die Haut wirkt sichtbar glatter.

75 Minuten € 97,-

!QMSMEDICOSMETICS

haarentfernung mit heißwachs

Glatte Haut und ein verführerisch angenehmes Körpergefühl? Unsere professionelle Haarentfernung mit Heißwachs macht's möglich: Schnell, hygienisch und diskret.

Beine bis Knie	€ 39,-
Beine komplett	€ 50,-
Oberlippe	€ 11,-
Achsel	€ 19,-
Bikinizone	€ 30,-

hand & fuß

Hände und Füße leisten täglich Schwerstarbeit. Höchste Zeit, ihnen einmal eine wohltuend pflegende Auszeit zu gönnen. Denn schön gepflegte Hände und Füße sind Ihr Aushängeschild.

spa maniküre

Ihr komplettes Pflegeprogramm für samtweiche Hände. Beginnend mit einem **HöflehnerNatur** Handbad, über Peeling, Handpackung und Nagelpflege. Den Abschluss bildet eine pflegende Handmassage.

45 Minuten € 50,-

spa pediküre

Sichtbar glatte Haut mit einem pflegenden **HöflehnerNatur** Fußbad, Peeling, Fußpackung, Nagelpflege und einer wohltuenden Fußmassage.

45 Minuten € 50,-

von hand bis fuß

Die Kombination aus SPA Maniküre und SPA Pediküre lässt spröde und trockene Haut verschwinden. Bad, Peeling, Nagelpflege, Hand- und Fußmassage.

90 Minuten € 96,-

hand oder fuß o.p.i. verwöhnbehandlung

Brillanter O.P.I. Gel-Lack mit Langzeiteffekt. Hand- oder Fußbad, erfrischendes Peeling, Nagelpflege, Hand- bzw. Fußmassage, O.P.I. Gel-Lackierung,

90 Minuten € 90,-

maniküre & pediküre

Basic Maniküre 30 Minuten	€ 37,-
Lackierung in Kombination mit Maniküre/Pediküre	€ 7,-
Lack	€ 16,-
Medizinische Fußpflege 40 Minuten	€ 47,-
(bei mehr Zeitaufwand für jede weitere Minute € 1,-)	



MAKE-UP BERATUNG

inkl. Augenbrauen formen:

60 Minuten € 66,-

Tages Make-up

30 Minuten € 33,-

Abend Make-up

30 Minuten € 37,-

zeit zu zweit

Erleben Sie unvergessliche Momente mit Ihrem Partner und gönnen Sie sich eine luxuriöse Auszeit mit unseren Wohlfühlbehandlungen für zwei: Angenehme Bäder und verwöhnende Massagen – sinken Sie gemeinsam in vollkommene Entspannung.



liebeserklärung deluxe

Kostbare Verwöhnzeit für sie und ihn. Inkludiert sind zwei Massagen (je 25 Minuten) mit hausgemachter Alpenrosenbutter sowie ein gemeinsames Ziegenbutterbad. Dazu reichen wir unsere Höflehner Pralinen und je ein Glas Tocco Rosso.

70 Minuten € 136,-

privat sauna – moaralmbadl

Sie erhalten exklusiven Zugang zu Ihrer privaten, finnischen Sauna. Genießen Sie Ihre Zeit zu zweit im Moaralmbadl. Zirbenadelschaumbad inklusive.

120 Minuten € 59,-

berg romantik

Wertvolle Zeit zu zweit im **HöflehnerNatur** Alpenrosenölbad mit anschließender Rückenmassage und Nachruhen „Ganz für uns allein“ im Wasserbett mit je einem Glas Prosecco.

90 Minuten für zwei Personen (inklusive Massagen) € 108,-

auszeit zu zweit

Ihr Luxus des Natürlichen soll Ihnen Quality Time mit Ihren Liebsten bringen. Ob Mutter und Tochter oder sie und er.

Inkludiert sind:
Gemeinsames **HöflehnerNatur** Alpenrosenfußbad und duftender Nackenwickel. Dazu genießen Sie einen Birnen-Aloe-Vera-Prosecco.
2 Pharmos Natur Schnupper Gesichtsbehandlungen – im Anschluss servieren wir einen erfrischenden Obstsalat.
2 Alpenrosenbutter Entspannungsmassagen

90 Minuten € 180,-



gesichtsbehandlung pharmos natur

Besonders geeignet bei Hormonumstellungen, für Ihre Stillzeit und Schwangerschaft.

55 Minuten € 75,-

blüten zauber

Schönheitsritual fürs Gesicht mit dampfenden Rosenblütenstempeln und anschließend kühlender Nackenmassage.

45 Minuten € 74,-

belly relax entspannungsmassage

Sanfte Ganzkörpermassage ab dem 3. Schwangerschaftsmonat.

50 Minuten € 70,-



happy feet entstauende bein- & fußmassage

Diese Massage bringt Abhilfe bei schweren Beinen und müden Füßen in der Schwangerschaft.

25 Minuten € 42,-

in guter hoffnung- paket

Schönheitsritual fürs Gesicht mit dampfenden Rosenblütenstempeln und anschließend kühlender Nackenmassage.

Blütenzauber – Schönheitsritual Gesicht 45 Minuten

Belly Relax Entspannungsmassagen 50 Minuten

SPA Maniküre 25 Minuten € 185,-



belly relax

Ihr Wellnessprogramm in der Schwangerschaft. Sanft entspannen und Kraft tanken – gönnen Sie sich und Ihrem Körper etwas Schönes bevor Ihr Baby zur Welt kommt und eine ereignisreiche neue Zeit beginnt.

für den mann

Für anspruchsvolle Herren und Männer mit Stil: Rundum attraktiv, gepflegt und erholt präsentieren Sie sich nach unseren, speziell auf die Anforderungen von Männerhaut zugeschnittenen, Behandlungen.

pharmos natur
men only



Speziell auf die Bedürfnisse der Männerhaut abgestimmte Behandlung. Feuchtigkeitsspendend und vitalisierend, stimuliert die Zellerneuerung und ist für jeden Hauttyp geeignet.

55 Minuten € 75,-

gesichtsbehandlung
!QMS activator

Innovative aktivierende Techniken erhöhen die Versorgung der Haut mit Wirkstoffen und geben ihr neue Energie, für mehr Frische und Ausstrahlung. Vitalisiert müde Haut sofort.

55 Minuten € 75,-

manager's
powernap

HöflehnerNatur Zirbennadelbad und Massage. Mentale Müdigkeit? Gönnen Sie sich ein **HöflehnerNatur** Zirbennadelbad, das entspannt und gleichzeitig stärkt. Regenerieren Sie bei der anschließenden entspannenden Teilkörpermassage mit Zirbenöl.

50 Minuten € 70,-

männer
sache



Pharmos Natur Gesichtsbehandlung 55 Minuten

HöflehnerNatur Zirben-Regeneration –
Intensive Rückenbehandlung 50 Minuten

Maniküre mit Handpflege und Polieren 25 Minuten

Zirbenfußbad mit Pediküre und Polieren 60 Minuten

€ 215,- (Behandlung über mindestens 3 Tage)

haarentfernung
mit heißwachs

Haare, die kein Mann braucht: Entfernung mit Heißwachs.

Rücken € 46,-

Brust € 40,-

Intimzone € 43,-

teen spa

Feinporige, reine Haut in der man sich wohl und schön fühlt? Unsere typgerechten Teenie-Behandlungen machen's möglich! Für den absolut umwerfenden Auftritt: Maniküre, Pediküre und Profi-Make-up-Tipps sichern!

teenie
maniküre oder pediküre



Nägel kürzen, Pflegelack und Massage

25 Minuten € 31,-

teenie
klassikbehandlung

Tiefenreinigung, ausreinigende Maske, kleine Massage und Pflegetipps für die Problemhaut (bis 18 Jahre).

80 Minuten € 92,-

teenie
verwöhnbehandlung

Reinigung, kleine Massage, Verwöhnmaske, kleine Profi-Make-up-Beratung (bis 18 Jahre)

50 Minuten € 63,-

cacaobutter
massage

Wohltuende Ganzkörpermassage für unsere jungen Gäste.

25 Minuten € 52,-

my sweets
box

Cacaobutter-Massage 25 Minuten

Maniküre, Nägel kürzen, Pflegelack und Massage 25 Minuten

Pediküre, Nägel kürzen, Pflegelack und Massage 25 Minuten

€ 99,-



TIPP:

Entdecken Sie mehr Natur-Tipps bei einem gemütlichen Spaziergang durch unser Naturlehrreich für alle Sinne!



NATUR-TIPPS:

Ein Waldspaziergang hebt die Stimmung und lässt uns wieder durchatmen. Unser Naturhotel ist umgeben von Fichtenwäldern und unserem Naturlehrreich für alle Sinne.

Fragen Sie nach unseren hauseigenen Aromaölen, wie z.B. dem Seelenaufheller Fichte. Das ätherische Öl, gewonnen aus den Zweigen und Nadeln der Fichte, ist ein sanftes Öl mit großer Kraft. Es duftet balsamisch, würzig-frisch, ist ausgesprochen hautverträglich und befreit die Atemwege. Auf unsere Seele wirkt es stresslösend, ausgleichend, aber auch aphrodisierend.

Ein wohltuendes Bad mit Fichtennadelöl entspannt und erfrischt nach einem aktiven Tag. Dazu mischt man 8 Tropfen Fichtennadelöl mit 1 EL Honig ins Badewasser. Um die aphrodisierende Wirkung zu verstärken, kann es mit Jasmin, Sandelholz oder auch Ylang Ylang kombiniert werden.

natur laden

Bringen Sie die Natur mit nach Hause, als Mitbringsel für Ihre Liebsten oder als schöne Erinnerung für Sie selbst.

Schätze, die uns die umliegende Natur des Ennstales schenkt, sind u.a. die Alpenrosen, Heublumen und die Zirbe. Im Sinne der „6-n-Philosophie“ finden Sie Anwendung im Höflehner Premium Alpin Spa. Je nach gewünschter Wirkung treffen Sie Ihre Wahl zwischen einem anregenden, beruhigenden oder regenerierenden Öl. Sie erhalten Ihr persönliches **HöflehnerNatur** Öl im Naturladen bei der Rezeption im Haus Grimming. Die hochwertigen Öle wurden in Handarbeit in der Steiermark hergestellt.



HöflehnerNatur Ölkombinationen:

Genießen Sie unsere Öle zu Hause als Massageöl, Badeszusatz oder einfach als Verwöhn-Pflege für Ihre kleine Auszeit.

* **Alpenrose**

Der Volksmund nennt die Alpenrose auch „Almrausch“. Die Alpenrose ist eine Ausnahme unter den Rhododendren und blüht erst ab Frühsommer. Sie kommt vorwiegend im Bereich der Waldgrenze und darüber vor - nicht unweit vom Hotel Höflehner entfernt. Ihre glatten Blätter bleiben den Winter über grün und für das Gedeihen der Sträucher ist ein guter und langanhaltender Schneeschutz wichtig. Durch ihre Gerbstoffe, Enzyme und ihren Mineraliengehalt ist sie besonders gut für die Haut geeignet. Sie wirkt straffend und kräftigend auf das Bindegewebe. Beruhigend und entzündungshemmend ist ihre Eigenschaft bei gestresster Haut. Eine Alpenrose zu verschenken bedeutet in der Blumensprache die Frage: „Wann sehen wir uns wieder?“

Wirkung: Beruhigend

* **Heublumen**

Werden im Sommer die Wiesen geschnitten und die Heuernte eingebracht, hat eine Naturarznei Hochsaison - die Heublumen. Je nach Standort finden sich in einer Handvoll Heublumen rund 50 verschiedene Pflanzensorten, die an die 1000 natürliche Wirkstoffe enthalten. Dazu gehören Harze, ätherische Öle und vor allem Kumarin vom Ruchgras, das besonders den Kreislauf stärkt. Verschiedene Schleimstoffe von Gräsern- und Kleesorten bekommen erst durch die Trocknung ihre volle Wirkung. Je bunter die Mixtur ist, umso mehr Inhaltsstoffe sind darin enthalten.

Wirkung: Anregend

* **Zirbe**

Die außergewöhnliche Heilkraft der Zirbe ist seit Jahren bekannt. Durch das raue klimatische Gebiet, in dem die Zirbe wächst, ist sie zum Inbegriff von Ausdauer und Stärke geworden. Ihr Duft ist nicht nur schlaffördernd und entspannend, sondern ihre Öle sind auch gut für Atemwege und Haut.

Wirkung: Regenerierend

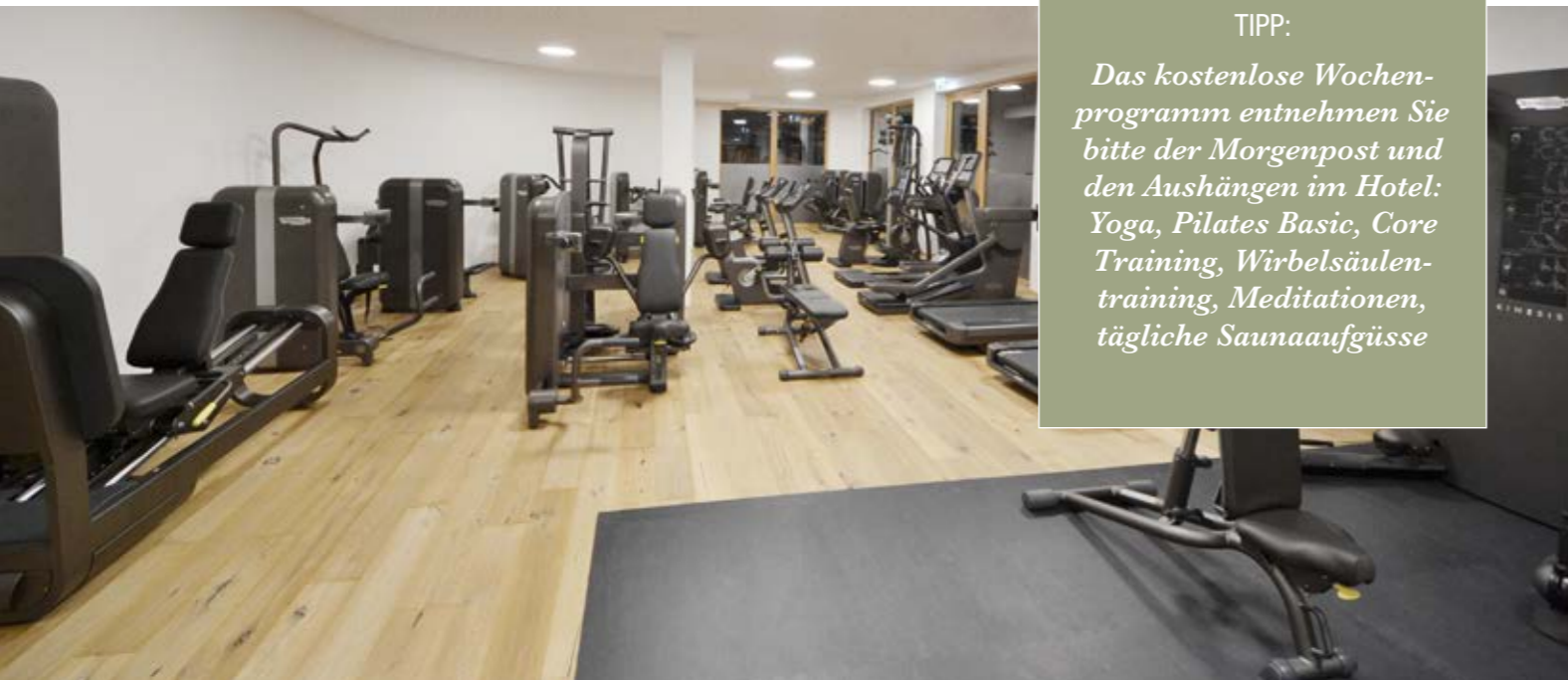
* **Kreuzbeinmassageöl:**

Diese hochwertige Ölkombination verschafft dem unteren Rücken bei Wetterumschwüngen, während der Schwangerschaft und auch bei wiederkehrenden Beschwerden die nötige Linderung.



fitness & personal training

Auf über 110 m² wählen Sie aus zahlreichen ergonomischen Gerätetypen unseres Partners Technogym, ganz Ihren Wünschen und Bedürfnissen entsprechend. In unserem neuen modernen Fitnessraum trainieren Sie bequem und sicher sämtliche Muskeln auf vielseitige Art. Die Benützung der Technogym Fitnessgeräte sowie die Einschulung ist kostenlos. Öffnungszeiten: 07.00 – 22.00 Uhr



TIPP:

Das kostenlose Wochenprogramm entnehmen Sie bitte der Morgenpost und den Aushängen im Hotel: Yoga, Pilates Basic, Core Training, Wirbelsäulen-training, Meditationen, tägliche Saunaaufgüsse



TIPP:

Besuchen Sie auch unsere Yoga-kurse im Rahmen des Wochenprogramms!



panorama yogahaus mit fitnessterrasse

Zur Ruhe kommen, abschalten, die Schönheit der Natur genießen, beste Bergluft atmen, die Sinne schärfen und Kraft tanken: Die Reise zu entspannter Zufriedenheit beginnt in unserem brandneuen Yogahaus! Die alpine Gegend und die Bergkulisse der Region Schladming-Dachstein bilden den perfekten Rahmen, um Abstand vom schnellen Tempo des Alltags zu gewinnen, sich selbst wieder bewusst wahrzunehmen und unter völlig neuem Blickwinkel im wahrsten Sinn des Wortes einfach über allen Dingen zu stehen: Namaste in luftiger Höhe!

personal training

Kraft aufbauen, an der Beweglichkeit arbeiten, sich dauerhaft fit halten, abnehmen, Stress abbauen: Finden Sie gemeinsam mit unserem Personal Trainer die perfekte Trainingslösung für Ihr persönliches Ziel. Den Trainingsplan nehmen Sie mit nach Hause.

Muskelfunktionstest, Abstecken des persönlichen Zieles, Training an Technogym Fitnessgeräten durch unseren geschulten Personaltrainer, Erstellen eines individuellen Trainingsplanes.

- * Personal Training Kraft und Beweglichkeit
- * Personal Training Herz-Kreislauf
- * Body Shape Training zur Gewichtsreduktion
- * Entspannungstraining

je 50 Minuten € 79,-



yoga einzelcoaching



Für Anfänger und Geübte im neuen Yogahaus:

- * Power Yoga
- * Rishikesh Reihe
- * Atem & Entspannung
- * Yoga Half Chair – Rückenschule „Sitz dich fit“
- * Golfers Mental
- * Yoga 60 Plus

je 90 Minuten € 69,-



premium alpin spa

* Naturwasserwelt:

Schwimmen Sie über das Hallenbad mit Außenbecken (9) hinaus in die exklusive Naturwasserwelt. Draußen genießen Sie vom neuen Panorama-Schwebe-Whirlpool (7) aus den grenzenlosen Ausblick in die Berge und über das Ennstal. Tauchen Sie ein in das reine Wasser unseres Naturteichs (1) oder schwimmen Sie im ersten Olympia-Sportschwimmbecken (6) der Region in sportlichen Zügen dem Dachstein entgegen. Liegeflächen auf Panoramaebenen laden ein, zu verweilen und dabei Blick und Gedanken in die Ferne schweifen zu lassen.

* Natursaunalandschaft:

Reinigung für Körper und Seele erleben Sie in den unterschiedlichen Themensaunen im neuen Almsaunadorf mit Sonnenterrasse (11) sowie im Bergbad (9) oder in der neuen Panoramasauna mit Fernblick (3). Gleich neben der Stadlsauna (12), einer finnischen

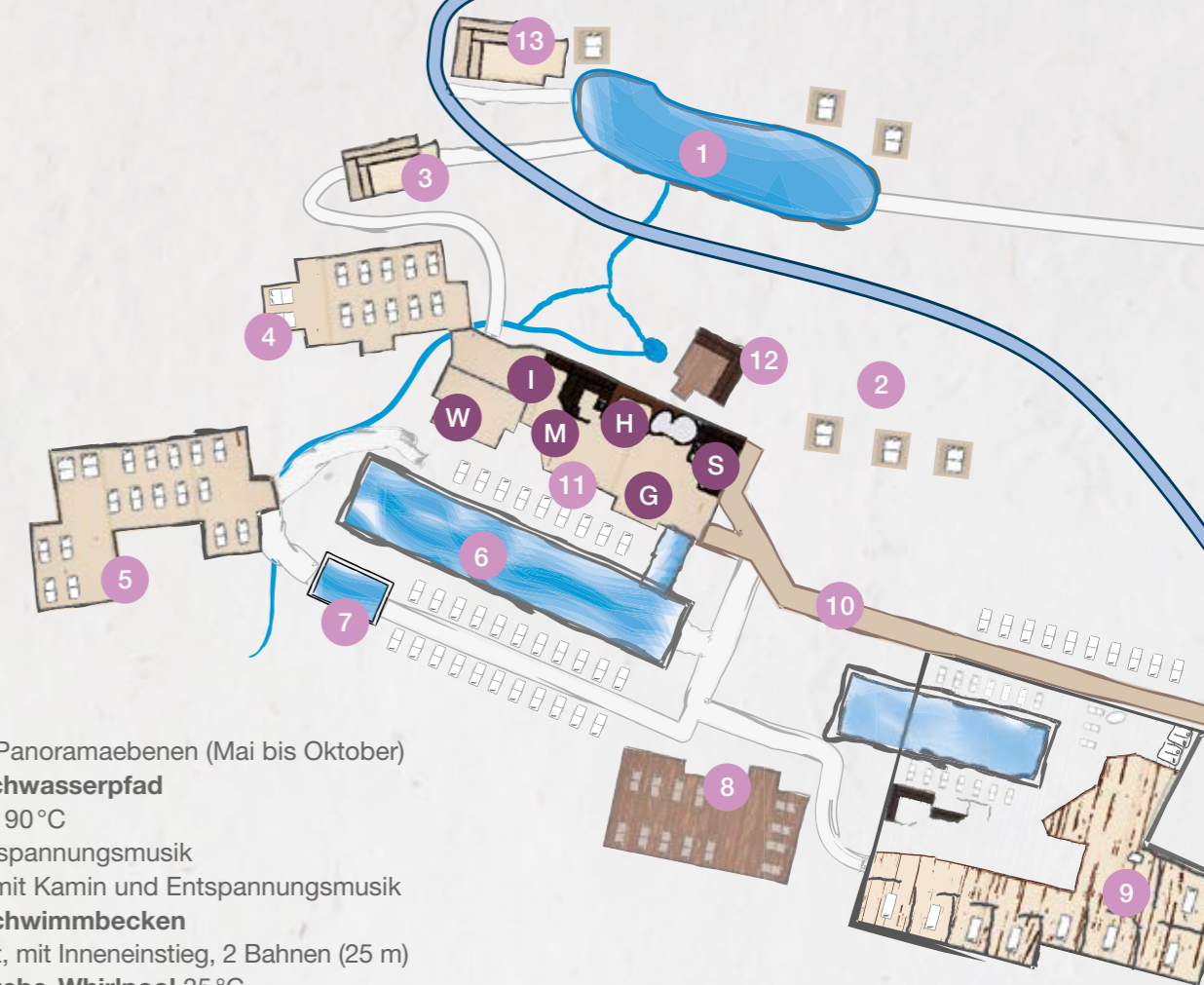
Altholz-Sauna direkt im Alpengarten, finden Sie den Lärchenzuber, unser holzbeheiztes Schaffelbad sowie einen erfrischenden Kneipp- und Bachwasserpfad (2).

* Naturruhepause:

Zwei exklusive neue Ruhehäuser mit urig-gemütlichem Alpin-Flair laden ein zu verweilen: Wählen Sie zwischen „Quellbodenalm“, das Große mit Kamin (5) oder „Hochalm“, das heimelig Kuschelige (4). Weiterhin herrlich entspannen können Sie auch in der „Stillen Alm“, dem bewährten Wohlfühlparadies (8).

* Naturwellness:

Entspannende Massagen, wohltuende Behandlungen, pflegende Beauty-Treatments, wärmende Bäder, nährende Packungen, entgiftende Wickel und vieles mehr genießen Sie allein oder zu zweit in unseren neuen Behandlungsräumen mit Weitblick im Almsaunadorf (11) sowie in den bewährten Verwöhnbereichen im Bergbad (9).



- 1 Naturteich**
Liegeflächen auf Panoramaebenen (Mai bis Oktober)
- 2 Kneipp- und Bachwasserpfad**
- 3 Panoramasauna 90 °C**
- 4 Hochalm** mit Entspannungsmusik
- 5 Quellbodenalm** mit Kamin und Entspannungsmusik
- 6 Olympia-Sportschwimmbecken**
ganzjährig beheizt, mit Inneneinstieg, 2 Bahnen (25 m)
- 7 Panorama-Schwebe-Whirlpool 35 °C**
- 8 Stille Alm**
Panoramaruheraum, Single- und Partner-Liegeflächen, offener Kamin, Quellwasserbrunnen, Entspannungsmusik aus Kopfhörern
- 9 Bergbad**
Hallenbad (11 x 4,5 m, 29 °C), Außenbecken (6 x 4,5 m, 30 °C mit Massagedüsen), Bio-Zirbensauna 65 °C, Sole-Tepidarium 40 °C, Aroma-Dampfbad 45 °C, Infrarotsauna mit Farblicht, Wärmebänke, Erlebnisduche mit Eisbrunnen, Quellwasserbrunnen, Beauty & Massage Verwöhnbereiche, Wellness-Rezeption, Schwebeliegen. Privat Spa „Moaralmbad!“ (Badewanne, Wasserbett, Biosauna, Partnermassage)

- 10 Laubengang**
Verbindungsgang führt teils oberirdisch, teils unterirdisch die Häuser zusammen
- 11 Almsaunadorf mit Sonnenterrasse**
I 2 Infrarotkabinen
H Honigdampfbad 42 °C
S Alpenkräutersauna 60 °C
G Fichtennadel-Sole-Gradierstube
W WCs/Duschen
- 12 Stadlsauna 90 °C**
Finnische Altholz-Sauna, Lärchenzuber
- 13 Yogahaus**

Öffnungszeiten Höflehners Premium Alpin SPA

Außenbereiche

- * **Almsaunadorf:** 10.00 bis 20.00 Uhr*
- * **Ruhehäuser:** 7.30 bis 20.00 Uhr*
- * **Stadlsauna:** 10.00 bis 20.00 Uhr*
- * **Olympia-Sportschwimmbecken:**
7.30 bis 20.00 Uhr**
- * **Panorama-Schwebe-Whirlpool:**
7.30 bis 20.00 Uhr

Innenbereiche:

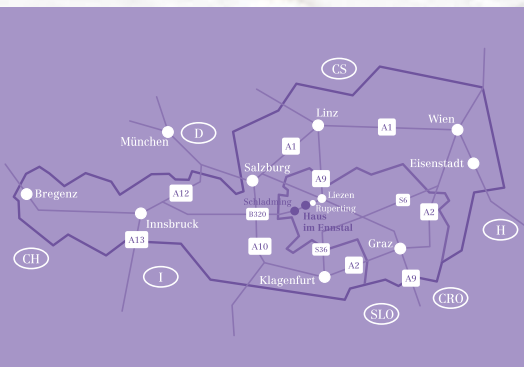
- * **Saunabereich im Bergbad & SPA:**
10.00 bis 20.00 Uhr
- * **SPA Rezeption:** 8.00 bis 12.00 Uhr
und 15.00 bis 19.00 Uhr
- * **Behandlungen Bergbad & SPA:**
8.00 bis 18.30
- * **Hallenbad mit Außenbecken:**
7.00 bis 20.00 Uhr

* Zutritt ab 16 Jahren.

** Kurzfristige Schließung bei widrigen Witterungsbedingungen und eingeschränkte Öffnungszeiten während der kalten Jahreszeit (7.00 bis 10.00 und 15.00 bis 19.00 Uhr) sowie Änderungen vorbehalten.



Hierbei handelt es sich um die 2. Auflage. Diese Auflage ersetzt die vorherige.
 Impressum: Marketingberatung und Text: M.A.S. Marketing – Consulting www.andreasajben.com;
 Grundlayout: spreitzer and friends. Layoutadaption. G.A. Service GmbH; Fotografie: Gernot Langs, Herbert Raffalt,
 Fotolia, iStock, Hauser Kaibling, Schladming-Dachstein.at: Herbert Raffalt; Druck: Universitätsdruckerei Klamper



höflehner
 natur und wellness hotel
 ★ ★ ★ ★ superior

Natur- und Wellnesshotel Höflehner****Superior
 Gumpenberg 2, 8967 Haus im Ennstal
 Steiermark, Österreich
 T +43 (0) 3686 / 2548, F DW 68
info@hoeflehner.com, www.hoeflehner.com

