



*ÜBERGOSSENE*  
**ALM RESORT**

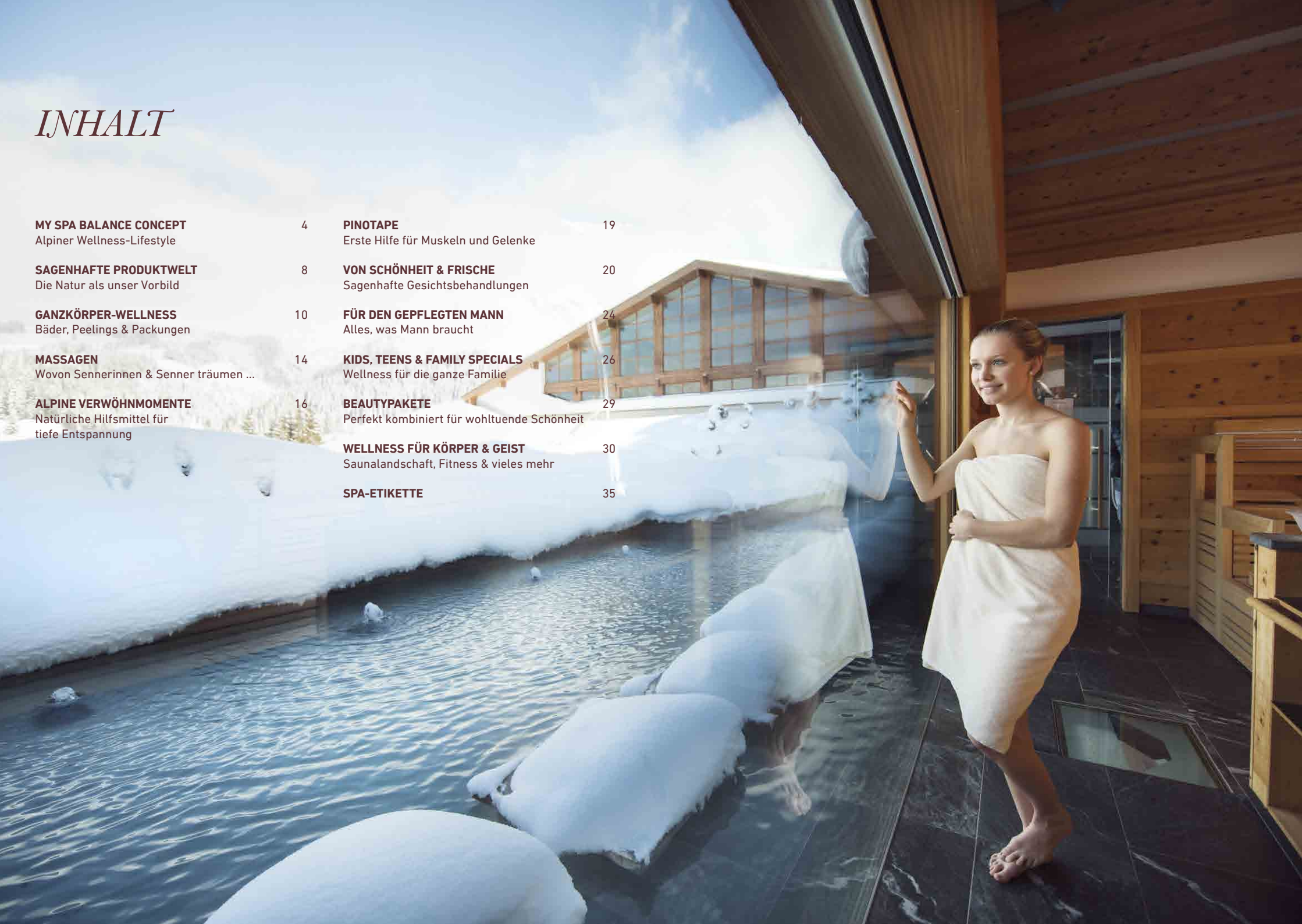
HOCHKÖNIG | \*\*\*\*\*

*VON MILCH-  
BÄDERN  
& NATUR-  
SCHÖNHEITEN.*

**WELLNESS AUF DER ALM**

# INHALT

<b>MY SPA BALANCE CONCEPT</b> Alpiner Wellness-Lifestyle	4	<b>PINOTAPE</b> Erste Hilfe für Muskeln und Gelenke	19
<b>SAGENHAFTER PRODUKTWELT</b> Die Natur als unser Vorbild	8	<b>VON SCHÖNHEIT &amp; FRISCHE</b> Sagenhafte Gesichtsbearbeitungen	20
<b>GANZKÖRPER-WELLNESS</b> Bäder, Peelings & Packungen	10	<b>FÜR DEN GEPFLEGTEN MANN</b> Alles, was Mann braucht	24
<b>MASSAGEN</b> Wovon Sennerinnen & Senner träumen ...	14	<b>KIDS, TEENS &amp; FAMILY SPECIALS</b> Wellness für die ganze Familie	26
<b>ALPINE VERWÖHNMENTE</b> Natürliche Hilfsmittel für tiefe Entspannung	16	<b>BEAUTYPAKETE</b> Perfekt kombiniert für wohltuende Schönheit	29
		<b>WELLNESS FÜR KÖRPER &amp; GEIST</b> Saunalandschaft, Fitness & vieles mehr	30
		<b>SPA-ETIKETTE</b>	35



# #MY ALPINE LIFE BALANCE



## MY SPA BALANCE CONCEPT

Wie die Natur in den Alpen immer nach Balance strebt, tun es auch wir Menschen. Aber so verschieden die Bedürfnisse jeder einzelnen Person sind, so unterschiedlich sind auch die individuellen Vorstellungen von Gleichgewicht. Und natürlich auch die Wege dorthin. Hinzu kommt, dass sich Wünsche und Sehnsüchte ändern können. Zum Beispiel mit den Jahreszeiten, aufgrund aktueller Befindlichkeiten oder einfach aus einer spontanen Laune heraus. Deshalb ist es so wichtig, den eigenen Weg zum persönlichen Wohlbefinden zu gehen.

Aus allen diesen Gründen haben die Best Alpine Wellness Hotels ein Spa-Konzept mit der Kraft der Berge entwickelt, das Ihnen einerseits die Wahl lässt, andererseits den Weg weist. Mit unterschiedlichen Anwendungen und Packages, aber durch Einsatz von Kräuteresenzen, die mit diesen Symbolen gekennzeichnet sind. So etwa deutet die Welle auf eine Anwendung hin, die kühlt und entspannt. Der Berg steht für eine aktivierende und energetisierende Wirkung. Der Tropfen repräsentiert reinigende und beruhigende Anwendungen und der Baum symbolisiert Behandlungen, die erden und zentrieren. Der Kreis wiederum ist ein Synonym für die Kombination von Sport und Spa zu jeder Jahreszeit. Weshalb unsere Einladung an Sie lautet: Wählen Sie aus!

-  KÜHLT & ENTSPANNT
-  DETOX & ENERGETISIERT
-  REINIGT & BERUHIGT
-  ERDET & ZENTRIERT
-  SPORTS & ALPINE LIFE BALANCE

# BALANCE ALPINE<sup>1000+</sup>

## PHILOSOPHIE

Mit Balance Alpine1000+ bieten Ihnen die Best Alpine Wellness Hotels eine exklusive Kollektion an Produkten, in der die ursprüngliche Kraft der Alpen wirkt. Hierfür werden unter Berücksichtigung moderner wissenschaftlicher Erkenntnisse in Verbindung mit dem Wissen der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM) Kräuteresenzen auf spagyrischer Basis gewonnen. Das besondere Geheimnis der Produkte von Balance Alpine 1000+ liegt vor allem in den ökologisch gezogenen Bergkräutern sowie den naturnahen Rezepturen und Herstellungsverfahren. Das Ergebnis sind wertvolle und einzigartige Cremes, Öle und Lotionen zur Gesichts- und Körperbehandlung, die Ihre Haut tiefgreifend versorgen, ihre Substanz wieder aufbauen und so Ihre individuelle Schönheit auf natürliche Weise zum Ausdruck bringen.

Die Balance Alpine 1000+ Körperbehandlungen helfen dabei, Verspannungen und Blockaden zu lösen, und sorgen für eine Entlastung des Bewegungsapparates. Die Balance Alpine 1000+ Gesichtsbearbeitungen wirken tiefgreifend, versorgend und substanzaufbauend. Welche Kräuteresenzen bei den Behandlungen verwendet werden, ist abhängig von Ihren speziellen Bedürfnissen.



**Berg-Löwenzahn**  
**KÜHLT &**  
**ENTSPANNT**

Löwenzahn wirkt kühlend, etwa bei Überanstrengung der Muskulatur, und unterstützt die Heilung von Entzündungen. Zudem hat er eine beruhigende und ausleitende Wirkung.



**Wilder Thymian**  
**DETOX &**  
**ENERGETISIERT**

Thymian wärmt und beeinflusst intensiv das Atmungs- und das Gelenksystem. Er wirkt zudem aktivierend, erneuernd und anregend.



**Schafgarbe**  
**REINIGT &**  
**BERUHIGT**

Schafgarbe ist bindegewebskräftig, entlastet und stärkt die Venen. Ebenso wirkt sie beruhigend, krampflösend, regulierend, ausgleichend und besänftigend.



**Engelwurz**  
**ERDET &**  
**ZENTRIERT**

Engelwurz unterstützt die Regeneration und wirkt allgemein stärkend, kräftigend, aber auch harmonisierend. Sie steigert Energie und Vitalität.



# SAGENHAFTE PRODUKTWELT

DIE NATUR ALS UNSER VORBILD



## BALANCE ALPINE 1000+

Das einzigartige Vitalkonzept der Best Alpine Wellness Hotels basiert auf den ursprünglichen Kraftquellen der Alpen. Es werden ausschließlich auf über 1.000 m Seehöhe ökologisch gepflanzte, gepflegte und geerntete Heilkräuter der Alpen verarbeitet. Auf Basis der Traditionellen Europäischen Medizin entstehen so Produkte und Anwendungen, die auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt und nach ganzheitlicher Methode ausgewählt werden.

Die Balance des Körpers steht stark im Vordergrund. Natürliche Schönheit, tiefes Wohlbefinden und Revitalisierung sind das Ziel.

## ALPIENNE

Dort, wo die Natur ihre ganze Pracht entfaltet, dort oben, wo die Pflanzen dem Menschen besondere Kräfte preisgeben, da ist die Heimat von Alpienne. Hier entstehen Naturkosmetik- und Pflegeprodukte, die für Wohlbefinden und Schönheit sorgen. Um der unvergleichlichen Reinheit dieser Schätze der Natur gerecht zu werden, erntet und verarbeitet Alpienne die Heilpflanzen ausschließlich von Hand, und das stets in ihrem naturgegebenen Umfeld. Die Verarbeitung erfolgt nach besonderen Alpienne-Rezepturen, die das Wissen aus Kultur und Forschung vereinen. Nur so kann sichergestellt werden, dass sämtliche Produkte von Alpienne vom Guten nur das Beste enthalten und dem Qualitätsanspruch und Nachhaltigkeitsgedanken des Unternehmens entsprechen.

## BABOR

In einer Welt zunehmender Umweltbelastungen und Luftverschmutzung sehnt sich die Haut nach einer Pflege, die sie vor Umweltstress schützt, damit sie ihr ideales Gleichgewicht wiederfinden kann und pure Schönheit ausstrahlt. BABOR hat dafür SKINOVAGE PX entwickelt.

Unsere moderne Umwelt stellt zusätzliche Herausforderungen an jede Haut. Sie benötigt einen effektiven Schutz vor licht- und umweltbedingter Hautalterung durch UVA-Strahlen und freie Radikale. Zudem sollten die jeweiligen hauteigenen Mechanismen unterstützt werden. Alle SKINOVAGE PX Produkte enthalten dafür neben hautbildspezifischen Spezial-Wirkstoffen die zwei innovativen pflanzlichen Ingredienzien Alpine Stammzellen und OsmoTec.

## PINO

PINO ist aufgrund seiner bereits über 100-jährigen Erfahrung und seines ausgezeichneten Fachwissens Experte für Körperanwendungen mit gesundheitlich präventivem Charakter auf höchstem Niveau. Resultierend aus der Expertise auf dem Gebiet der Physiotherapie wurden fundierte, gesundheitsorientierte Wellnessbehandlungen entwickelt, für die PINO heute weltweit bekannt ist.

## ALESSANDRO

Alessandro ist seit 1989 führendes Unternehmen im Bereich Nagelkosmetik. Inspiriert von der Mission „Schöne Nägel für alle“ werden sowohl innovative Produkte als auch maßgeschneiderte Behandlungskonzepte angeboten. Die mit Leidenschaft entwickelten Modellagen, Colour- und Pflegeprodukte bieten Millionen Kunden weltweit ein trendorientiertes Angebot an Schönmachern für Hände, Nägel und Füße.



## ALMBÄDER

Diese Bäder können Sie auch gemeinsam mit Ihrer/ Ihrem Liebsten in unserer Doppelwanne genießen.

### STEINÖLBAD

#### SCHMERZENDE GELENKE, STARKE VERSPANNUNGEN

Wirkt besonders belebend und erhöht die Durchblutung der Muskulatur. Bei hartnäckigen Verspannungen ist es die perfekte Vorbereitung auf eine nachfolgende Massage.

20 Min. ....€ 35,-  
Doppelwanne inkl. Obstteller  
und 2 Gläsern Sekt.....€ 55,-

### KRÄUTERBAD

#### STÄRKUNG DES IMMUNSYSTEMS

Ein wohltuendes Badeerlebnis gerade bei Erkältungserscheinungen oder zur allgemeinen Stärkung des Immunsystems.

20 Min. ....€ 35,-  
Doppelwanne inkl. Obstteller  
und 2 Gläsern Sekt.....€ 55,-

### MILCH-UND-HONIG-BAD

#### TROCKENE UND EMPFINDLICHE HAUT

Lassen Sie sich in die Sagenwelt des Hochkönigs entführen und baden Sie genauso wie früher die Sennerinnen & Senner in Milch und Honig – für eine besonders zarte Haut.

20 Min. ....€ 35,-  
Doppelwanne inkl. Obstteller  
und 2 Gläsern Sekt.....€ 55,-

### ZIRBEN-HONIG-BAD

#### TIEFENENTSPANNUNG

Genießen Sie die wohltuende und tiefenentspannende Wirkung der Zirbe auf Ihr Herz- und Kreislaufsystem, während das rückfettende Ölbad Ihre Haut verwöhnt.

20 Min. ....€ 35,-  
Doppelwanne inkl. Obstteller  
und 2 Gläsern Sekt.....€ 55,-



## SAGENHAFTE PEELINGS

Wählen Sie aus unseren naturreinen, frisch für Sie zubereiteten Ganzkörperpeelings das Richtige für sich aus.

### HONIGPEELING

Genießen Sie ein wohltuendes Peeling für müde und trockene Haut.

20 Min. ....€ 35,-

### BERGKRÄUTERPEELING

Sanftes und schonendes Peeling für sensible und empfindliche Haut.

20 Min. ....€ 35,-

### SALZ-ÖL-PEELING

Verwöhnen Sie Ihre Haut mit den reinigenden Essenzen von atlantischem Meersalz.

20 Min. ....€ 35,-

### SENNERINNEN & SENNER RITUAL

Genießen Sie unser selbstgemachtes, natürliches Nuss-Peeling zum Entfernen der abgestorbenen Hautschüppchen. Danach verwöhnen wir Sie mit einer Alpenkräuter-Cremepackung, die die Haut strafft und festigt.

50 Min. ....€ 60,-

  
KÜHLT  
& ENTSPANNT

  
DETOX &  
ENERGETISIERT

  
REINIGT  
& BERUHIGT

  
ERDET &  
ZENTRIERT

## SOFT-PACK-ANWENDUNGEN

Gönnen Sie Ihrer Haut etwas Gutes und träumen Sie dabei in unserer Soft-Pack-Liege. Durch das Absenken dieser speziellen Liege schweben Sie im wohlig warmen Wasser, ohne es zu berühren. Einfach sagenhaft genießen ...

**Tipp:** Für eine bessere Wirkung auf der Haut empfehlen wir Ihnen vorab ein

### MOORGENUSS

**SCHMERZENDE GELENKE, VERSPANNE MUSKELN**  
Bekannt aus der Schmerztherapie dient diese Moorpackung in Verbindung mit Murmelöl zur Schmerzlinderung bei stark beanspruchten Gelenken und verspannten Muskeln.

20 Min. .... € 35,-

### JOHANNISKRAUT-CREMEPACKUNG

**TROCKENE HAUT**

Das reine Johanniskrautöl in unserer Packung beruhigt nicht nur Körper, Geist und Seele, sondern spendet auch intensiv Feuchtigkeit und straft Ihr Bindegewebe.

20 Min. .... € 35,-

### ALPENKRÄUTER-CREMEPACKUNG

**ANTI-AGING**

Durch Enzian, Edelweiß, Heidelbeere und Vitamin E schützen wir die Haut vor freien Radikalen und helfen dadurch lichtbedingten Hautalterungen vorzubeugen.

20 Min. .... € 35,-

### PROPOLIS-CREMEPACKUNG

**SELBSTSCHUTZ DER HAUT**

Das aus dem Bienenharz gewonnene Propolis hilft Ihrer Haut, sich wieder von äußeren Umwelteinflüssen zu befreien und sich selbst zu stärken.

20 Min. .... € 35,-

### ALPENHEUBAD

**STÄRKUNG DES IMMUNSYSTEMS**

Auf Rücken und Bauch wirkt das wohlduftende Therapieheu äußerst anregend. Die natürlichen Inhaltsstoffe unserer Alpenheukräuter regen den Stoffwechsel an und führen so zu einer vermehrten Entschlackung.

20 Min. .... € 35,-

  
KÜHLT  
& ENTSPANNT

  
DETOX &  
ENERGETISIERT

  
REINIGT  
& BERUHIPT

  
ERDET &  
ZENTRIERT



# MASSAGEN

WOVON SENNERINNEN & SENNER TRÄUMEN ...

## TEILKÖRPERMASSAGE

Egal ob Fuß-, Rücken-, Bein- oder Gesichtsmassage: alle lösen Ihre Verspannungen und lockern die Muskulatur.

ca. 25 Min. ....€ 38,-

## GANZKÖRPERMASSAGE

Hierbei massieren wir den Rücken, die Beine und die Arme für die perfekte Tiefenentspannung. Verspannungen werden dadurch gelöst.

ca. 50 Min. ....€ 65,-

## OBERKÖRPERMASSAGE

Bei dieser Massage legen wir den Schwerpunkt auf den Rücken, Kopf, Schulter, Nacken und die Arme. Inkl. Wärmekomresse zur intensiven Entspannung der Rückenmuskulatur.

ca. 50 Min. ....€ 65,-

## BEIN- UND FUSSMASSAGE

Gerade nach dem Wandern oder Skifahren brauchen Ihre Beine oft eine kleine Erholung und Vorbeugung gegen Muskelkater. Massage mit Arnikamilch inkl. intensivem, kühlendem Arnika-Wickel zur Tiefenentspannung Ihrer Wadenmuskulatur.

ca. 50 Min. ....€ 65,-

## BALANCE ALPINE 1000+

### GENUSSGIPFEL

Nach einer individuellen Bedarfsabstimmung wird mit einem speziellen Massageöl, wärmend oder kühlend, in Verbindung mit spagyrischen Wirkstoffen massiert. So entsteht eine tiefgreifende Balance von Muskulatur, Gewebe und Seele.

ca. 50 Min. ....€ 65,-

ca. 80 Min. inkl. Gesichts- und Kopfmassage.....€ 95,-

## BEWEGUNGSFASZINATION

Durch die Kombination aus Faszientherapie und weiteren spezifischen Techniken werden Verspannungen und Verklebungen der Muskulatur und Gewebestrukturen gelöst. Blockaden lösen sich, die Muskelerholung wird beschleunigt und Ihr Körpergefühl ist leicht, entlastet und erholt. Spüren Sie eine neue Bewegungsfreiheit.

ca. 50 Min. ....€ 65,-

## FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Durch die punktuelle Stimulierung verschiedener Organpunkte auf unserer Fußsohle lassen sich sämtliche Organe und Vorgänge in unserem Körper anregen oder beruhigen.

ca. 50 Min. ....€ 65,-

## LYMPHDRAINAGE

Die Lymphdrainage ist eine sanfte Massage zur Anregung des Lymphsystems und zur Ableitung angestauter Lympheflüssigkeit in unserem Körper. Sie wirkt entlastend und unterstützt bei Venenproblemen nach einer Operation oder bei Wassereinlagerungen. In 50 Minuten setzen wir gezielte Schwerpunkte.

ca. 50 Min. ....€ 65,-





# ALPINE VERWÖHN- MOMENTE

ALLEIN GENIEßEN ODER ZU ZWEIT. NATÜRLICHE HILFSMITTEL, WIE Z. B. KRÄUTERSTEMPEL, ZIRBENSTÄBE ODER SALZKRISTALLE, SORGEN FÜR TIEFE ENTSPANNUNG.

## KRÄUTERTRAUM

Tauchen Sie ein in den herrlichen Duft unserer heimischen Kräuter. Genießen Sie eine entspannende Teezeremonie mit Fußbad, Fußmassage und einer anschließenden Ganzkörpermassage mit unseren warmen Kräuterstempeln.

ca. 80 Min. mit Nachruhe..... € 110,-

**DIESE MASSAGE IST GERNE AUCH ALS PAARBEHANDLUNG IN UNSEREM PRIVATE SPA MÖGLICH:** Abgerundet wird diese Behandlung noch mit einer tiefenentspannenden Gesichts- und Kopfmassage. Lassen Sie sich mit frischem Obst und einem Gläschen Sekt in unserer Murmeltierhöhle verwöhnen.

ca. 110 Min. mit Nachruhe .....gesamt € 260,-

## ZIRBEN-VITAL-MASSAGE

Die Wärme der Zirbenstäbe sowie die Zirben-Maschmilch dringen tief in die Muskelschichten ein und verbessern so die Durchblutung des gesamten Körpers, fördern den Energiefluss und führen zur Lockerung bei Verspannungen und Blockaden.

ca. 80 Min. mit Nachruhe..... € 110,-

**DIESE MASSAGE IST GERNE AUCH ALS PAARBEHANDLUNG IN UNSEREM PRIVATE SPA MÖGLICH:** Abgerundet wird diese Behandlung noch mit einer tiefenentspannenden Gesichts- und Kopfmassage. Lassen Sie sich mit frischem Obst und einem Gläschen Sekt in unserer Murmeltierhöhle verwöhnen.

ca. 110 Min. mit Nachruhe .....gesamt € 260,-

## SALZKRISTALLMASSAGE

Das Salz-Ritual beginnt mit einem entspannenden Natursalzpeeling, welches Ihre Haut reinigt und pflegt. Im Anschluss erwartet Sie eine Ganzkörpermassage mit echten Salzkristallen und dem Gefühl von einem unvergesslichen Moment.

ca. 80 Min. mit Nachruhe..... € 110,-

**DIESE MASSAGE IST GERNE AUCH ALS PAARBEHANDLUNG IN UNSEREM PRIVATE SPA MÖGLICH:** Abgerundet wird diese Behandlung noch mit einer tiefenentspannenden Gesichts- und Kopfmassage. Lassen Sie sich mit frischem Obst und einem Gläschen Sekt in unserer Murmeltierhöhle verwöhnen.

ca. 110 Min. mit Nachruhe .....gesamt € 260,-

## ZEIT ZU ZWEIT

Beginnen Sie diese Zweisamkeit mit einem entspannenden Kräuterbad in unserem Private Spa. Anschließend verwöhnen wir Sie mit einer wohltuenden Rückenmassage. Vollendet wird dieses Ritual durch eine Nachruhephase in unserer Murmeltierhöhle mit frischem Obst und einem Gläschen Sekt.

ca. 50 Min. mit zwei Therapeuten,  
inkl. Nachruhephase .....gesamt € 120,-



## PINOTAPE

ERSTE HILFE FÜR MUSKELN  
UND GELENKE.

Nicht nur Sportler nutzen das Tapen. Dank seines großen Anwendungsspektrums hat es sich inzwischen schon bei Nachsorgetherapien vieler Muskel- und Gelenkerkrankungen bewährt. Bei folgenden Beschwerden kann Tapen die Therapiewirkung unterstützen:

- Schulter- und Rückenschmerzen
- Probleme mit der Halswirbelsäule
- Knie- und Wadenbeschwerden
- Lymphödeme
- etc.

Je nach gebrauchter Tape-Menge berechnen wir:

### GELENK GROSS:

z. B. Schulter, Knie und Rücken .....€ 20,-

### GELENK MITTEL:

z. B. Ellenbogen, Sprunggelenk  
und Handgelenk .....€ 15,-



## VON ENTSPANNUNG & PUREM GENUSS

SAGENHAFTE GESICHTSBEHANDLUNGEN

### BALANCE ALPINE 1000+

Balance Alpine 1000+ ist eine rein pflanzliche Energiequelle. Sie führt zu Strahlkraft, Hautstraffung und sichtbarer Ausgeglichenheit. Aufgrund der wertvollen Zutaten wirkt die Behandlung tiefgreifend, versorgend und substanzaufbauend.

### GEDANKENFREIHEIT

Stoffwechselltypologie und aktueller Befindlichkeitszustand bestimmen die Massagetechnik für diese Dekolleté-Hals-Gesichtsmassage. Die Massage führt zu tiefer Entspannung, innerer Beruhigung und Gedankenfreiheit.

25 Min ..... € 38,-

### VITALKRAFT

Die Behandlung startet mit der individuellen Typbestimmung nach der Balance Alpine 1000+ Methode. Danach folgen eine Reinigung, Peeling, Ausreinigen, spagyrisches Durchfeuchten der Haut, Augenpflege, Feuchtigkeitsmaske und eine Abschlusspflege.

50 Min. .... € 75,-

Zusätzlich zu der 50-minütigen Gesichtsbildung sind hier noch das Fassungieren der Augenbrauen und eine ausgiebige Dekolleté-Hals-Gesichtsmassage enthalten.

80 Min. .... € 110,-

### BABOR

Je nach Wunsch, Hautbild und Hautzustand wird individuell entschieden.

### FRISCHEKICK

Gestartet wird mit einer Reinigung, einem anregenden Peeling, Ausreinigen und einem reinen Wirkstoffkonzentrat. Anschließend wird Ihr Gesicht mit einer Augenpflege, einer Creme-Maske und der Abschlusspflege verwöhnt.

50 Min. .... € 70,-

Zusätzlich zu der 50-minütigen Gesichtsbildung sind hier noch das Fassungieren der Augenbrauen und eine ausgiebige Dekolleté-Hals-Gesichtsmassage enthalten.

80 Min. .... € 110,-

### TEUFLISCHE SCHÖNHEIT

Gönnen Sie sich etwas Besonderes bei dieser rundum aufbauenden Gesichtspflege. Gestartet wird mit einer Reinigung, einem anregenden Peeling, Ausreinigen und einer Wirkstoffampulle. Anschließend verwöhnen wir Sie mit einer Spezialmaske. Eine wohltuende Abschlusspflege lässt ihre Haut in neuem Glanz erstrahlen.

50 Min. .... € 85,-

Zusätzlich zu der 50-minütigen Gesichtsbildung sind hier noch das Fassungieren der Augenbrauen und eine ausgiebige Dekolleté-Hals-Gesichtsmassage enthalten.

80 Min. .... € 120,-



## SAGENHAFTE BEAUTYANWENDUNGEN

### VOLLKOMMEN ...

Augenbrauen fassonieren .....	€ 9,-
Augenbrauen färben .....	€ 11,-
Wimpern färben .....	€ 13,-
Kombination färben .....	€ 22,-
Gesichtsmassage (25 Min.) .....	€ 38,-
Lackieren inkl. Lack für zu Hause .....	€ 15,-
Paraffinbad für die Hände .....	€ 15,-

### MANIKÜRE

Gönnen Sie Ihren Händen die vollkommene Rundum-Pflege. Nagel- und Hautpflege und eine Handmassage.

ca. 45 Min. ....	€ 40,-
Mit Lackieren inkl. Lack für zu Hause .....	€ 50,-
Mit Striplac*, ca. 60 Min. ....	€ 65,-
Mit French Striplac*, ca. 60 Min. ....	€ 75,-

\* Striplac ist der weltweit erste UV/LED-Lack auch für die Anwendung zuhause. Die perfekt lackierten Nägel halten bis zu zwei Mal länger als herkömmlicher Nagellack.

### PEDIKÜRE

Genießen Sie eine wohltuende Fußpflege mit Kräuterfußbad. Entfernen von Hornhaut, Kürzen und Formen der Nägel, Nagelbettpflege, abgerundet durch eine Fußmassage.

ca. 55 Min. ....	€ 50,-
Mit Lackieren inkl. Lack für zu Hause .....	€ 60,-
Mit Striplac*, ca. 60 Min. ....	€ 75,-
Mit French Striplac*, ca. 60 Min. ....	€ 85,-

### DA BLEIBT KEIN HAAR STEHEN

Genießen Sie mit unserer professionellen Haarentfernung mit Warmwachs lang anhaltende, seidenglatte Haut.

Kinn oder Oberlippe .....	€ 8,-
Achseln oder Bikinizone .....	€ 15,-
Beine bis Knie .....	€ 30,-
Beine ganz .....	€ 40,-

# FÜR DEN GEFLEGTEN MANN

ALLES, WAS MANN BRAUCHT

## BABOR

### QUICKSTART

Diese Behandlung ist ein individueller Beauty Booster für Ihre anspruchsvolle Männerhaut. Gestartet wird mit Reinigung, Peeling, Ausreinigen und einem reinen Wirkstoffkonzentrat. Anschließend wird Ihr Gesicht mit einer Augenpflege, einer Creme-Maske und der Abschlusspflege verwöhnt.

50 Min. ....€ 70,-

Zusätzlich zur 50-minütigen Gesichtsbildung „Quickstart“ genießen Sie hier noch das Fassonieren Ihrer Augenbrauen und eine ausgiebige Dekolleté-, Hals- und Gesichtsmassage.

80 Min. ....€ 100,-

### MANIKÜRE

Gönnen Sie Ihren Händen die vollkommene Rundum-Pflege. Nagel- und Hautpflege und eine Handmassage.

ca. 45 Min. ....€ 40,-

### PEDIKÜRE

Genießen Sie eine wohltuende Fußpflege mit Kräuterfußbad. Entfernen von Hornhaut, Kürzen und Formen der Nägel, Nagelbettpflege, abgerundet durch eine Fußmassage.

ca. 55 Min. ....€ 50,-

## BALANCE ALPINE 1000+

### VITALKRAFT

Die Behandlung startet mit der individuellen Typbestimmung nach der Balance Alpine 1000+ Methode. Danach folgen eine Reinigung, Peeling, Ausreinigen, spagyrisches Durchfeuchten der Haut, Augenpflege, Feuchtigkeitsmaske und eine Abschlusspflege.

50 Min. ....€ 75,-

Zusätzlich zur 50-minütigen Gesichtsbildung „Vitalkraft“ sind hier noch das Fassonieren der Augenbrauen und eine ausgiebige Dekolleté-, Hals- und Gesichtsmassage enthalten.

80 Min. ....€ 110,-

### DA BLEIBT KEIN HAAR STEHEN

Genießen Sie mit unserer professionellen Haarentfernung mit Warmwachs lang anhaltende, seidenglatte Haut.

Rücken oder Brust .....ab € 20,-

  
KÜHLT  
& ENTSPANNT

  
DETOX &  
ENERGETISIERT

  
REINIGT  
& BERUHIGT

  
ERDET &  
ZENTRIERT



# KIDS, TEENS & FAMILY SPECIALS

WELLNESS FÜR DIE GANZE FAMILIE



## FÜR IHRE KLEINEN BIS 12 JAHRE

In diesem Alter sollten Sie Ihre Kinder bitte immer mindestens bis zur Massage begleiten.

### ENTSPANNUNGSMASSAGE

Unsere Kindermassagen sind speziell auf die Bedürfnisse unserer kleinen Gäste ausgerichtet. Bei dieser sehr sanften Massage mit duftenden Aromaölen kann sich Ihr Kind einmal wie ein Erwachsener fühlen und entspannen.

20 Min. ....€ 28,-

### MANIKÜRE ODER PEDIKÜRE

Die Nägel werden schön gefeilt, gepflegt und lackiert.

20 Min. ....€ 28,-

## FÜR TEENS BIS 17 JAHRE

### ENTSPANNUNGSMASSAGE

Bei dieser klassischen Massage erfahren unsere jungen Wellness-Gäste Entspannung pur.

40 Min. ....€ 45,-

### GESICHTSBEHANDLUNG

Reinigung, Peeling, Ausreinigen, Creme-Maske und Abschlusspflege verwöhnen die junge Haut. Dazu gibt's spezielle Pflege-Tipps für zu Hause.

40 Min. ....€ 55,-

### MANIKÜRE ODER PEDIKÜRE

Die Nägel werden schön gefeilt, gepflegt und lackiert.

30 Min. ....€ 30,-

## WELLNESS FÜR GROSS UND KLEIN

### GEMEINSAM WOHLFÜHLEN FÜR EINEN ERWACHSENEN UND EIN KIND

Beginnen Sie diese Zweisamkeit mit einem Bad Ihrer Wahl, frischen Früchten und Fruchtsaft. Anschließend erwartet Sie eine entspannende Aromaölmassage.

40 Min. mit zwei Therapeuten .....€ 85,-

### WELLNESSPAUSE FÜR GROSS UND KLEIN

#### FÜR EINEN ERWACHSENEN UND EIN KIND

Das Ritual beginnt mit einer gemütlichen Teezeremonie und einem wärmenden Fußbad. Dazu verwöhnen wir Sie mit einem Obstteller zum Naschen. Gefolgt von einer Fußmassage und gekrönt mit einer entspannenden Aromaölmassage.

50 Min. mit zwei Therapeuten .....€ 95,-

### SPEZIELL FÜR WERDENDE MÜTTER

Ganz individuell, je nach Schwangerschaftswoche, bieten wir verschiedene Möglichkeiten, wie Gesichtsbearbeitungen, Maniküre, Pediküre, Lymphdrainage und leichte Entspannungsmassagen, die ein wohltuendes Ergebnis bringen.

LASSEN SIE SICH VON UNSEREM  
HOCHKÖNIG-SPA-TEAM BERATEN.

### MASSAGE TEILZEIT FÜR EINEN ERWACHSENEN UND EIN KIND

Abwechselnde Entspannung für Sie und Ihr Kind. Lassen Sie die Seele baumeln bei einer wohltuenden Aromaöl-Teilkörpermassage, während Ihr Kind mit einer kindgerechten Entspannungsmassage verwöhnt wird.

50 Min. mit einem Therapeuten .....€ 60,-

## BEAUTY- PAKETE

PERFEKT KOMBINIERT FÜR  
WOHLTUENDE SCHÖNHEIT

### SCHÖNER AUGENBLICK

- Augenbrauen fassonieren
- Augenbrauen und Wimpern färben (ca. 40 Min.)

statt € 33,- für nur .....€ 30,-

### GEPFLEGT VON HAND BIS FUSS

- 1x Maniküre mit Lack (ca. 45 Min.)
- 1x Pediküre mit Lack (ca. 55 Min.)
- 1x Paraffinbad für die Hände (ca. 25 Min.)

statt € 125,- für nur .....€ 110,-

### MASSAGE-TRILOGIE

- 1x Bein- und Fußmassage (ca. 50 Min.)
- 1x Oberkörpermassage (ca. 50 Min.)
- 1x Teilkörpermassage (ca. 25 Min.)

statt € 168,- für nur .....€ 150,-

### 3 TAGE WIE MILCH UND HONIG

Genießen Sie in vollen Zügen das Pflegeritual der Sennerinnen und Senner von früher.

- 1x Milch-und-Honig-Bad (ca. 20 Min.)
- 1x Honigpeeling (ca. 20 Min.)
- 1x Propolis-Cremepackung (ca. 20 Min.)
- 2x Teilkörpermassage (je ca. 25 Min.)

statt € 181,- für nur .....€ 160,-

### RUNDUM-BEAUTY-PAKET FÜR SENNERINNEN

- 1x Gesichtsbildung Vitalkraft (ca. 50 Min.)
- 1x Haarentfernung Beine bis Knie
- 1x Genussgipfel-Massage (ca. 50 Min.)

statt € 170,- für nur .....€ 150,-

### RUNDUM-BEAUTY-PAKET FÜR SENNER

- 1x Gesichtsbildung Vitalkraft (ca. 50 Min.)
- 1x Haarentfernung Brust oder Rücken
- 1x Genussgipfel-Massage (ca. 50 Min.)

statt € 170,- für nur .....€ 150,-

# DIE HEISSEN ALM-ÖFEN

Sagen  
haft!

Unser Saunameister Reini verwöhnt Sie mit abwechslungsreichen Thementaufgüssen. Falls Sie besondere Wünsche oder Anliegen haben, können Sie sich sehr gerne an ihn wenden.

## HOCHKÖNIG-SAUNA

80 - 90° C

Erleben Sie multisensorisches Schwitzen mit video-untermalten Saunaaufgüssen, bunten Lichteffekten, faszinierenden Klang- und Schallinszenierungen und großem Panoramafenster in unserer modernen Hochkönig-Sauna.

## TEUFELSAUNA

80 - 95° C

Heftige Naturaromaaufgüsse regen Ihren Kreislauf an, unterstützen den Entschlackungsprozess und pflegen gleichzeitig Haut und Atmungsorgane. Ein einmalig teuflisches Saunaerlebnis!  
15 - 20 Min.

## SOLEGROTTE

30 - 40° C

Das meeresfrische Gesundheitserlebnis mit reinen ätherischen Eukalyptus- und Minzeauszügen ist ein Gesundbrunnen für Ihre Bronchien. In der „Solegrotte“ wird in regelmäßigen Intervallen feinst gelöste Meer-salzsole zerstäubt. Durch einen ca. 15- bis 20-minütigen Aufenthalt werden Ihre Atmungsorgane gereinigt und gepflegt.  
15 - 20 Min.

## LACONIUM

30 - 40° C

Die hervorragende Entschlackungs- und Entgiftungsmethode der alten Römer schenkt Ihnen ein herrlich prickelndes Gefühl. Durch Strahlungswärme von den Wänden beginnen Sie zu schwitzen und der Körper erwärmt sich langsam. Durch Abkühlung mit dem Kneippschlauch kommt Ihr Kreislauf in Schwung.  
15 - 20 Min.

## KRÄUTERBAD

50 - 60° C

Wärme und erlesene Kräuter sorgen für Wohlbefinden von Körper und Seele.  
20 - 30 Min.

## STUBENSAUNA

70 - 80° C

Das Ambiente und der Geruch naturbelassener heimischer Hochgebirgshölzer und der gemütlich warme Kachelofen strahlen höchste Saunabehaglichkeit aus.  
15 - 20 Min.

## INFRAROTKABINE

45 - 55° C

Die Alternative zur Sauna, bestens geeignet für hitzeempfindliche Personen. Schwitzen bei Niedrigtemperaturen und trockenem Raumklima sorgt für eine tiefenwirksame Entspannung mit vorbeugender Wirkung gegen Rheuma. Wir empfehlen eine 30-minütige Farblichttherapie.  
30 Min.

## BERGKRISTALL-DAMPFBAD

45 - 55° C

Heftige Naturaromaaufgüsse regen Ihren Kreislauf an, unterstützen den Entschlackungsprozess und pflegen gleichzeitig Haut und Atmungsorgane.  
20 - 30 Min.

## CALDARIUM

40° C

Bei einer Temperatur von 38 bis 40° C können Sie sich auf den Keramik-Wärmeliegen mit atemberaubendem Ausblick auf den Hochkönig wunderbar entspannen. Die Keramikliegen befinden sich neben dem Hallenbad.

## FAMILIENSAUNA

30 - 40° C

Auch für Kinder unter 14 Jahren. Genießen Sie die feucht-warme Luft und spüren Sie, wie Ihre Atemwege frei werden. Die Familiensauna befindet sich neben dem Hallenbad.  
15 - 20 Min.





## ALPINES VITALREICH

### SONNALM

Wo Sie Ruhe und Entspannung finden. Relaxen auf Wasserbetten – mit Blick auf die faszinierende Berglandschaft. Kostenlose Getränke an der Teebar von 10 bis 19 Uhr.

### RAUM DER SINNE

Es erwartet Sie eine spannende Kombination aus Feuer, Holz und Stein. Alle Rohstoffe in diesem Ruheraum stammen aus unserer Umgebung.

### SOLARIUM

Ein „Turbobräuner“ (Münzen à € 7,- für 12 Min. / 6 Stück € 35,-) steht zu Ihrer Verfügung. Münzen erhalten Sie an der Rezeption oder im Hochkönig-SPA.

### HOCHKÖNIGS SONNENGARTEN

Unsere ruhesuchenden Gäste erwartet auf 2.000 m<sup>2</sup> eine exklusive Freifläche, die mit stilvollen Liegen bestückt ist und mit einem schönen Spazierweg, der sogar abends beleuchtet ist, aufwartet. Entspannen können unsere Gäste auch in der neu gebauten Sitz-Lounge, ausgestattet mit großen Sonnensegeln und mit angenehmer Musik beschallt. Der ideale Ort für interessante Gespräche und nette Unterhaltungen.

### SCHWIMMBIOTOP

Genießen Sie den Badespaß in den Bergen! In unserem beheizten Biotop können Sie von Mitte Mai bis Anfang Oktober in angenehm temperiertem Wasser schwimmen.

## SANFT IN FORM

Kommen Sie in Form und werden Sie fit – mit Wandern, Radfahren und Skifahren. Aber auch mit unserem Fitness-Programm im Vitalreich. Unsere erfahrenen Vital- und Fitnesstrainer/-innen beraten Sie gerne und weihen Sie in die modernsten Erkenntnisse des Gesundheitstrainings ein. Der modern ausgestattete Cardiofitnessraum verfügt über eine Vielzahl von Cardiogeräten für das optimale Herz-Kreislauf-Training. Das erfrischende Aquafit-Programm stählt Ihre Muskeln auf sanfte und geschmeidige Weise. So trainieren Sie Ihre Muskulatur, schonen Ihre Gelenke und kraxeln in Windeseile auf die höchsten Berggipfel.

### CARDIO-TRAINING

Training mit Pulskontrolle im Freien oder in unserem gut ausgestatteten Cardiofitnessraum, der für Sie von 06.00 bis 19.30 Uhr geöffnet hat.

### GYMNASTIK UND AKTIVES ERWACHEN

Sanfte, gezielte Bewegung für Körper und Geist bei Power CrossFit, Rückengymnastik oder bei Aquafit. Die täglichen Programmpunkte können Sie der Almpost entnehmen.

### WANDERN – DER WEG IST DAS ZIEL

Entdecken Sie die schönsten Wanderrouten direkt vor der Hoteltür: Schneeberg – Kollmannsegg, Erichhütte – Pichlalm, Filzensattel – Grünegg. Wenn Sie alleine losziehen, haben wir an der Rezeption noch ein paar Touren- und Wettertipps für Sie parat. Oder Sie entscheiden sich für eine geführte Wanderung mit unserem Aktivtrainer.

### WINTERWANDERWEGE

Nutzen Sie die Vielfalt unserer Winterwanderwege. Schneeschuhe können Sie sich gerne bei uns leihen. Informationen erhalten Sie an der Rezeption.

### LANGLAUF

Acht Kilometer beste Langlaufloipe stehen Ihnen zur Verfügung. Die Loipe führt vom Dacheegg-Lift (ca. fünf Gehminuten vom Hotel entfernt) bis zum Birgkarhaus. Genießen Sie den wunderbaren Rundblick über die winterliche Märchenlandschaft.

### PFERDESCHLITTEN

Die Winterlandschaft in Decken eingehüllt genießen. Informationen erhalten Sie an der Rezeption.

### FAHRRÄDER

Erkunden Sie die Bergwelt rund um Ihr Urlaubsdomizil auf zwei Rädern. Mountainbikes können Sie sich kostenlos bei uns ausleihen. Gerne stellen wir Ihnen auch Scott E-Mountainbikes inkl. Navigationssystem zum Verleih zur Verfügung (gegen Gebühr).

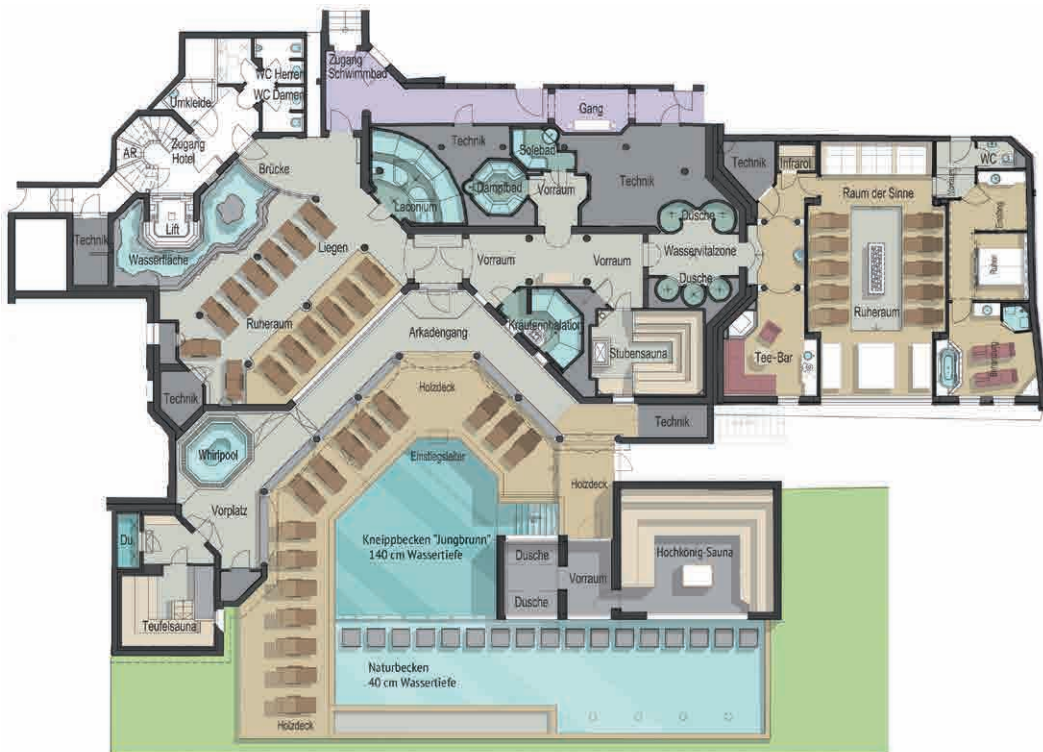
### TENNIS

2 Hallenplätze stehen Ihnen kostenlos zur Verfügung. Reservieren Sie Ihren Platz bitte an der Rezeption.

### FIT EXTRA

Tischtennis, Drehfußball oder Airhockey in unserer Chill-Area.

# SAUNA- DÖRFL



# SPA- ETIKETTE

## ÖFFNUNGSZEITEN

Wir sind täglich für Sie da:  
Hochkönig-SPA 09.00 – 19.00 Uhr,  
Saunadörfel 10.00 – 19.30 Uhr,  
Hallenbad 06.00 – 19.30 Uhr.  
Verschiedene Saunen sind täglich von  
10.00 bis 19.30 Uhr für Sie geöffnet.



## IHRE GESUNDHEIT IST UNS WICHTIG

Um Ihre SPA-Anwendungen optimal auf Sie abstimmen zu können, informieren Sie uns bitte bereits bei der Terminvereinbarung über eventuelle gesundheitliche Beschwerden. Gerne beraten wir Sie ganz persönlich über spezielle Anwendungen für werdende Mütter.

## SICH ZEIT NEHMEN

Um Ihre volle Behandlungszeit genießen zu können, bitten wir Sie, sich ca. 5 Minuten vor Anwendungsbeginn an unserer SPA-Rezeption zu melden. Aus Rücksicht gegenüber den nachfolgenden Gästen bitten wir um Verständnis, dass bei Verspätung Ihre Behandlungszeit verkürzt werden muss.

## IHR WUNSCHTERMIN

Reservieren Sie frühzeitig und vor Ihrer Anreise die Behandlungstermine, damit wir Ihre Wunschzeiten erfüllen können.

## STORNIERUNGEN

Bei Stornierungen bis 24 Stunden vor Behandlungsbeginn entstehen keine Kosten. Falls Sie Ihre Behandlung kurzfristig absagen, verrechnen wir den vollen Behandlungspreis.

## BEKLEIDUNG

Bitte kommen Sie zu Ihrer Anwendung im Bademantel. Um Ihre Intimsphäre zu schützen, werden Sie während der Behandlung gut zugedeckt. Bitte tragen Sie in unserem Trainingsbereich angemessene Sportbekleidung und Schuhe.

## RESERVIEREN DER RUHELIEGEN

Wir bitten Sie, keine Ruheliegen zu reservieren. Einen großzügigen Bereich mit vielen Liegen finden Sie auch in der Sonnalm im obersten Stock des Hochkönig-SPA.

## KINDER UND ANWENDUNGEN

Das Saunadörfel ist ein Ort der Ruhe. Wir bitten daher um Verständnis, dass der Zutritt erst ab 14 Jahren erlaubt ist. Kinder und Teenager finden neben dem Hallenbad eine Familiensauna und im Hochkönig-SPA gibt es spezielle „Kids und Teens“-Behandlungen.

## HALLENBAD & SAUNABEREICH

Wir bitten Sie, im Poolbereich Badebekleidung und Badeschuhe zu tragen. Im Saunabereich bitten wir Sie aus hygienischen Gründen, keine Kleidung zu tragen. Wenn Sie sich damit unwohl fühlen, können Sie gerne ein Saunahandtuch verwenden.



---

## ÜBERGOSSENE ALM RESORT \*\*\*\*\*

Familie Burgschwaiger  
Sonnberg 23

5652 Dienten am Hochkönig  
Salzburg / Austria

T. +43 (0)6461 230-0

F. +43 (0)6461 230-62

M. [urlaub@UebergosseneAlm.at](mailto:urlaub@UebergosseneAlm.at)

[UebergosseneAlm.at](http://UebergosseneAlm.at)

**IMPRESSUM: Konzept & Design:** Sartori und Thaler Marketing Services GmbH. **Fotos:** Andre Schönherr, Lukas Furlan, Ideenwerk, © alpienne.at, shutterstock.com. Irrtümer, Änderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten. Diese Preisliste setzt alle vorhergehenden Publikationen außer Kraft.