

# Le journal du Karwendel

BIEN-ETRE & BEAUTE



Vos envies de bien-être  
deviennent réalité !



# Sommaire

## BIEN-ETRE

### SOINS DU VISAGE

*Comfort Zone* ..... page 4

*!QMS* ..... page 6

Notre gamme aux agents anti-âge

*Alpienne* ..... page 10

Cosmétiques naturels du Tyrol : toute la force des Alpes

### SOINS DES MAINS & DES PIEDS

*La Ric* ..... page 8

### AU MASCULIN

*Au masculin* ..... page 9

Les soins de beauté ne sont pas destinés qu'aux femmes ...

### MAQUILLAGE PRO

*Eva Garden* ..... page 7

### CIRE CHAUDE

*Cire chaude* ..... page 7

Une peau douce et lisse avec l'épilation à la cire

### SOINS ALPIENNE

*Bains* ..... page 10

*Cérémonie* ..... page 10

Offrez-vous de la détente

*Enveloppements* ..... page 11

Bon pour la peau, les muscles et les articulations

*Enveloppements pour le corps* ..... page 12

Nous proposons des enveloppements-soins et enveloppements raffermissants

### GOMMAGES

*Gommages* ..... page 14

### AQUA SPA

*Bains* ..... page 15

### FUTURES MAMANS

*Futures mamans* ..... page 15

### MASSAGES

*Massages* ..... page 16

### SPA JUNIORS

*Bien-être pour enfants* ..... page 18

### MASSAGES-STARS

*Kinesio Taping* ..... page 19

*Ayurveda* ..... page 19

### FORFAITS

*Forfaits pour 2* ..... page 20

*Autres forfaits* ..... page 21

### MAIS AUSSI

*Fitness* ..... page 22



## Chers hôtes !

Bienvenue au Vitalgarten ! Plongez dans un monde de détente et de bien-être. Prenez le temps de chouchouter votre corps et votre esprit, car ils l'ont bien mérité !

Les informations et explications suivantes vous permettent d'avoir une vue d'ensemble sur les prestations que nous proposons et de faire de vos rendez-vous au Vitalgarten des moments inoubliables.

#### Horaires d'ouverture

Lundi - samedi : 08h - 19h

Dimanche : 09h - 18h

Frau. Josef Roeser



## COMFORT ZONE

Soins du visage

Les soins [ comfort zone ] vous subjugueraient sans aucun doute. Nous vous garantissons des moments de beauté uniques. Les soins sont adaptés individuellement à votre type de peau. Et comme l'état de votre peau peut changer, nous avons pour chaque soin une vaste palette de produits adaptés.

Le concept de [ comfort zone ] est incomparable. Il vient du nord de l'Italie et se caractérise par son goût très italien pour le design et l'élégance.

**[ comfort zone ]**  
in the best spas worldwide

## ACTIVE PURENESS

Rendez-vous clarté

Un soin frais, clarifiant et matifiant pour les peaux grasses et irritées. Parfait également contre l'acné rosacée. Nettoie en profondeur, équilibre grâce aux agents phyto-actifs de plantes chinoises telles que la pimprenelle, la cannelle et le gingembre. En complément, la propolis et l'avocat régulent le sébum et favorisent la guérison rapide des inflammations.

*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, massage du visage, masque, crème de jour*

env. 75 minutes | 85 €



## SKIN RESONANCE

Harmonie

Un soin qui renforce les peaux sensibles et irritées. Ce soin spécial permet de dégonfler et d'équilibrer l'épiderme, et de lutter contre les rougeurs et la couperose.

Pour rétablir l'équilibre de la peau.

*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, massage du visage, masque, crème de jour*

env. 75 minutes | 85 €

## HYDRAMEMORY

Source vivifiante d'hydratation

Ce soin agit en profondeur et durablement. Le résultat : un grain de peau ferme, extraordinairement doux et revitalisé. Le tréhalose (sucre d'une fleur du désert) offre à votre peau de la souplesse et freine la perte d'hydratation. L'huile d'onagre améliore en outre la structure de la peau.

*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, massage du visage, masque, crème de jour*

env. 75 minutes | 85 €

## PICCOLO

Petite séance bien-être

Soin de base adapté individuellement à votre type de peau.

*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, masque-crème, crème de jour*

env. 50 minutes | 65 €



## LIP BLOOMING

Des lèvres soyeuses

Soin pour lèvres sèches, avec gommage au jojoba et enveloppement très nourrissant aux vitamines et beurre d'olive.

env. 20 minutes | 25 €

## EYE SUPREME

L'éclat des yeux

Soin anti-âge pour les yeux, raffermi la peau et lui offre hydratation et vitamines, atténue cernes et ridules.

env. 40 minutes | 45 €

## EYE SUPREME

Le regard séducteur

Soin anti-âge pour les yeux « Eye Supreme » avec correction des sourcils, coloration des cils et sourcils pour un regard parfait.

env. 60 minutes | 65 €



# !QMS

Soins du visage

Derrière la célèbre marque !QMS Medicosmetics, on trouve le Dr. med. Erich Schulte, médecin, chirurgien esthétique et créateur de cosmétiques. Le système de soins !QMS anti-âge est tout simplement unique !



## CLASSIC

Grâce à ce soin de beauté, vous vous glissez dans une nouvelle peau. Le collagène naturel apporte davantage d'hydratation à votre peau, qui gagne en souplesse, en vitalité et en élasticité. Vous paraissez immédiatement plus jeune.

*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, masque, crème de jour*

env. 110 minutes | 140 €



## RELAX O FIRM

Ce soin élimine les callosités en douceur et en profondeur. Il nettoie la peau et favorise le métabolisme. Le nouveau masque I.T.E.M. à la fin du soin apaise, régénère et nourrit votre peau en agents hydratants.

*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, masque, crème de jour*

env. 60 minutes | 85 €

## CHAMPAGNER

Le soin « champagne » est un sublime moment de beauté pour un teint éclatant. Un soin-lifting de luxe d'une heure pour les occasions spéciales comme la Saint Sylvestre, un mariage ou une sortie exceptionnelle.

*Nettoyage, gommage, masque Hydro Foam, massage du visage, crème de jour, maquillage, 1 verre de champagne*

env. 60 minutes | 90 €

## NEO TISSUDERMIE

Ce soin offre à votre peau énergie et tonus de l'intérieur. Il la stabilise dans sa fonction. Le résultat : une peau de pêche ferme et douce.



*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, massage du visage, masque, crème de jour*

env. 90 minutes | 135 €

## WONDERBRA

Un soin bien-être qui raffermi et rajeunit le cou, le décolleté et le buste. Programme de raffermissement du buste avec l'effet immédiat habituel de la gamme !QMS.

*Nettoyage, gommage, masque-crème, crème de jour*

env. 60 minutes | 75 €



# EVA GARDEN

Maquillage

Les produits EVA GARDEN ont été développés en 1986 par le célèbre expert en maquillage PAOLO GUATELLI. Très vite, la marque Eva Garden by Paolo Guatelli est devenue, dans le monde entier, synonyme de cosmétiques décoratifs MADE IN ITALY. Il s'agit d'une ligne moderne et dynamique, qui répond aussi bien aux exigences d'une cosméticienne professionnelle qu'aux souhaits d'une femme qui aime sa féminité.

La palette de produits est adaptée à toutes les femmes : jeunes, mûres, modernes, classiques. Cette marque italienne met l'accent sur les couleurs mates.



### MAQUILLAGE DE JOUR

avec séance de conseils

25 €

env. 25 min.

### MAQUILLAGE DE SOIREE

avec séance de conseils

35 €

env. 50 min.



## AUTRES SOINS

CIRE CHAUDE :

LEVRE SUPERIEURE	10 €
MAILLOT DE BAIN	20 €
JAMBES ENTIERES	44 €
DEMI-JAMBES	22 €
AISELLES	15 €

SOURCILS :

COLORATION	10 €
CORRECTION	10 €

CILS :

COLORATION	10 €
------------	------



# LA RIC

## Soins des mains & des pieds

La marque La Ric a été fondée à Vienne il y a 25 ans et a mis au point des soins de luxe uniques pour les mains et les pieds. Le capital le plus précieux de La Ric, c'est l'effet immédiat de ses produits.

Le célèbre effet « Wow » vous enthousiasmera. Pendant que nous chouchoutons vos mains et vos pieds, un coussin aux plantes aromatiques vous permet de vous détendre en douceur. Savourez chez nous des soins professionnels pour les mains et les pieds grâce à la ligne de produits La Ric.



## PERMANENT FRENCH

Les femmes adorent cette forme d'embellissement des pieds. Un soin parfait pour vos pieds qui dure jusqu'à 6 semaines, sans écailles, et de jolis ongles réguliers sans le moindre effort !

env. 50 minutes | 45 €

Notre conseil : réservez votre soin Permanent French en combinaison avec un soin des pieds.

env. 80 minutes | 75 €

### SOIN DES MAINS

40 €  
env. 40 min.

### SOIN SPA DES MAINS avec gommage et enveloppement à la paraffine

70 €  
env. 75 min.

### SOIN DES PIEDS

40 €  
env. 40 min.

### SOIN SPA DES PIEDS avec gommage et enveloppement à la paraffine

70 €  
env. 75 min.

### VERNIS COULEUR

5 €

### VERNIS FRENCH

7 €



## AU MASCULIN

### HYDRA PERFORMANCE

Offrez à votre visage l'hydratation dont il a besoin. Les peaux stressées et sèches sont abreuvées d'acide hyaluronique, de miel et d'une molécule de sucre de cactus. Ce soin procure une agréable sensation de fraîcheur et de vitalité sur la peau.

*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, massage du visage, masque, crème de jour*

env. 75 minutes | 85 €

### PURE PERFORMANCE

Soin développé spécialement pour réguler la production de sébum, lutter contre les impuretés et l'effet « brillant » de la peau. Sebustop, propolis, extraits de pamplemousse, de citron et d'huiles de patchouli pour un grain de peau clair et mat.

*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, massage du visage, masque, crème de jour*

env. 75 minutes | 85 €

### ANTI-AGE PERFORMANCE

La stratégie contre les effets du temps. Le rétinol agit en profondeur et réduit les ridules. La malachite et l'eau de glacier suisse minéralisée activent le métabolisme et favorisent la microcirculation. La peau paraît plus jeune, plus forte et bien irriguée.

*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, massage du visage, masque, crème de jour*

env. 75 minutes | 85 €

### BASIC PERFORMANCE

Soin de base adapté individuellement à votre type de peau.

*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, masque-crème, crème de jour*

env. 50 minutes | 65 €



### AUTRES SOINS :

#### SOIN DES MAINS spécial pour homme

40 €  
env. 40 min.

#### SOIN SPA DES MAINS avec gommage et enveloppement à la paraffine

70 €  
env. 75 min.

#### SOIN DES PIEDS spécial pour homme

40 €  
env. 40 min.

#### SOIN SPA DES PIEDS avec gommage et enveloppement à la paraffine

70 €  
env. 75 min.

#### CIRE CHAUDE

Pour le dos

44 €





## ALPIENNE

Une gamme de soins qui vient du cœur des Alpes : le savoir sur les vertus médicales des plantes alpines date de plusieurs siècles. Les produits Alpienne se basent sur ces recettes livrées par nos ancêtres. Lors d'un séjour à l'Alpine Wellnesshotel Karwendel, offrez-vous cette formidable alternative régionale du bien-être.

### PURE NATURE AU KARWENDEL

#### Soin du visage

Profitez d'un soin du visage avec des cosmétiques naturels certifiés du Tyrol. Huiles essentielles haut de gamme, extraits de houblon, de cembro et de millepertuis pur revitalisent et rendent le teint éclatant.

*Nettoyage, gommage, nettoyage en profondeur, correction des sourcils, masque-crème, crème de jour*

env. 60 minutes | 65 €

### ALPIENNE RELAX & HARMONIE

#### Cérémonie

Profitez tout d'abord d'un bain de pieds aux plantes avec massage. En suivant, doux massage du visage et de la tête à l'huile de millepertuis. Et pour terminer, massage « Vitalité » aux tampons d'herbes.

env. 75 minutes | 85 €



## BAINS ALPIENNE

### BAIN AU SOUCI

Ce bain aux vertus curatives, enrichi d'huiles essentielles de lavande, régénère les peaux sensibles et sèches et son agréable parfum décontracte. Complément pour le bain au souci (propriétés désinfectantes) agrémenté d'huiles essentielles de lavande.

env. 25 minutes | 32 €

### BAIN AU MIEL-CEMBRO

Un bain décontractant au miel du Tyrol et extraits de pin cembro. Apaise et harmonise le corps et l'esprit.

env. 25 minutes | 32 €

### BAIN ARNICA-BOUE

Soin de beauté 100% naturel aux agents actifs de boue naturelle et d'arnica de montagne. Les acides humiques, minéraux et esters d'acide salicylique, ajoutés au bio-actif de l'arnica et du romarin activent la régénération de la peau, de la musculature et des articulations. La circulation sanguine est activée et les tissus se réchauffent. Le soin a un effet décontractant et détoxifiant. En même temps, les extraits de lait, de pomme de terre, l'huile d'olive très nutritive et le zéolithe riche en silicium procurent une sensation de fermeté et de douceur. L'huile essentielle de citronnelle donne à cette poudre une note parfumée rafraîchissante.

env. 25 minutes | 32 €

Détendez-vous dans notre baignoire-jacuzzi grâce aux compléments pour le bain entièrement naturels !




## ENVELOPPEMENT ALPIENNE

Les enveloppements gorgés d'agents actifs sont placés au choix sur les épaules, les genoux, les coudes ou les chevilles et développent leurs vertus pendant cette séance de 20 minutes de repos. Idéal aussi en combinaison avec un massage en suivant.

### ENVELOPPEMENT A L'ARNICA

En cas d'ecchymose, d'élongation, d'entorse, d'hématome, de courbatures, de varices et après une activité sportive. Permet aux tissus de désenfler, rafraîchit et décontracte la musculature.

env. 25 minutes | 25 €

### ENVELOPPEMENT AU MILLEPERTUIS

En cas de crevasses, coups de soleil, cellulite, irritations cutanées, brûlures, prévient des vergetures. Apaise, harmonise et active la formation des nouvelles cellules de l'épiderme.

env. 25 minutes | 25 €

### ENVELOPPEMENT A L'HUILE DE MARMOTTE

En cas de rhumatismes, courbatures, lumbago, sciatique, arthrose, arthrite, névrodermite, problèmes d'articulation, etc. A des vertus anti-inflammatoires, active la circulation et dénoue les tensions musculaires.

env. 25 minutes | 25 €

## ENVELOPPEMENTS-SOIN POUR LE CORPS

Vous êtes allongé comme en apesanteur dans notre baignoire Thermo-Spa-Concerto, sur une eau tempérée à plus de 36°C, sans que l'eau touche votre peau. C'est grâce à cela que ces enveloppements peuvent déployer leurs effets de manière optimale.

### HUILE D'ONAGRE Alpienne

L'huile d'onagre est connue depuis longtemps pour ses vertus contre les peaux sèches et en manque d'hydratation. Profitez de ce soin et du doux parfum de cet enveloppement.

env. 25 minutes | 36 €

### HUILE DE ROSE Alpienne

Le mélange d'huiles de soin et le doux parfum des roses flattent votre peau. Tout simplement pour rêver et se relaxer.

env. 25 minutes | 36 €

### COCKTAIL DE VITAMINES Comfort Zone

Un fabuleux cocktail de vitamines de tomate, épinard et artichaut tonifie et raffermi la silhouette. Les radicaux libres sont neutralisés par des agents antioxydants et l'équilibre de l'hydratation est rétabli.

env. 25 minutes | 36 €

### CREME CLEOPATRE Alpienne

Cléopâtre connaissait déjà les vertus du lait et des huiles essentielles. Nous aussi utilisons ces éléments pour cet enveloppement du corps haut de gamme qui rend votre peau souple et douce comme la soie.

env. 25 minutes | 36 €

### HUILE DE LAVANDE Alpienne

Plongez dans le monde des douces senteurs de l'huile de lavande pure de Normandie.

env. 25 minutes | 36 €

### SPORT & VITAL Alpienne

Les vertus bioactives de l'huile de marmotte, de racines de gentiane, de l'huile de menthe et de l'épeautre peuvent activer la circulation sanguine, enrayer l'inflammation et activer le métabolisme. Les tensions de la musculature sont atténuées, la souplesse peut être favorisée.

env. 45 minutes | 55 €

### BAIN DE FOIN DU TYROL Alpienne

Détendez-vous lors d'un bain de foin du Tyrol à l'ancienne. Profitez du parfum du foin et des vertus curatives des plantes tyroliennes. Lutte contre les problèmes des voies respiratoires, douleurs articulaires chroniques et l'arthrose.

env. 25 minutes | 36 €

## ENVELOPPEMENTS RAFFERMISANTS POUR LE CORPS

Détendez-vous dans notre baignoire Thermo-Spa-Concerto ! Des enveloppements haut de gamme pour le corps raffermissent les peaux mises à dure épreuve et resserrent les tissus. Pour améliorer leurs effets, nous vous recommandons un drainage lymphatique en suivant !

### ANTI-AGE Comfort Zone

Levure de bière, vitamine B, biotine et niacine forment une véritable cure de jeunesse pour votre peau. En combinaison avec des extraits de millepertuis et d'épeautre, ont obtenu des effets très positifs contre la cellulite et les cicatrices.

env. 50 minutes | 69 €

### BOULEAU & GENIEVRE Alpienne

Elimine les toxines et remet en forme ! Le genévrier et les feuilles de bouleau aident à purifier votre corps, l'huile d'orange stimule et brûle les amas gras.

env. 45 minutes | 55 €

### D-AGE Comfort Zone

Ce soin raffermi et resserre les tissus grâce aux extraits de noix verte et d'huile de Kamani. La synthèse du collagène est activée et le processus du vieillissement est ainsi ralenti.

env. 50 minutes | 69 €



### BODY STRATEGIST & MODELAGE AUX ALGUES

Comfort Zone

De purs extraits d'algues mélangés au poivre noir et à la caféine sont propulsés dans les tissus grâce à un souple modelage aux algues. Il active le métabolisme lipidique et les amas superflus de liquides sont éliminés en douceur. Pour une silhouette visiblement plus jolie et des tissus choyés.

env. 50 minutes | 69 €

### BOUE & PLANTES ALPINES Alpienne

Cet enveloppement marie les substances régénérantes de la boue aux plantes des Alpes. Il rafraîchit et détend, nourrit en minéraux d'épeautre, vitamines et silice, intensifie la circulation sanguine et le métabolisme.

env. 45 minutes | 55 €

### VITALITE DES JAMBES Comfort Zone

Pour les jambes fatiguées et lourdes. Du jus de menthe pressé à froid dissipe la sensation de tension et de gonflement. Idéal contre les problèmes vasculaires et circulatoires.

env. 50 minutes | 69 €



## GOMMAGES

### GOMMAGE AU SEL NATUREL & MILLEPERTUIS

Gommage naturel au sel de montagne et à la zéolithe. Les extraits de lait, de levure de bière, de millepertuis et d'huile d'olive activent la régénération de la peau et raffermissent les tissus.

env. 25 minutes | 36 €

### GOMMAGE AU MIEL

Gommage clarifiant et lissant aux éléments naturels et régionaux : miel de montagne du Tyrol et cristaux de sel de montagne riches en minéraux. Idéal pour les peaux rêches et rugueuses

env. 25 minutes | 36 €

### GOMMAGE « AROMASOUL »

De la roche volcanique riche en silice, du beurre de karité et une huile essentielle au choix nourrissent, raffermissent et gommant l'épiderme, pour un effet « velours ».

env. 25 minutes | 36 €

### GOMMAGE AU SEL NATUREL & ARNICA

Il nourrit en agents hydratants et rafraîchit grâce aux facteurs toniques des fleurs d'arnica et de citronnelle. Ce gommage au sel naturel ranime, régénère et revitalise après le sport.

env. 25 minutes | 36 €

### GOMMAGE AU COCO

Ce gommage incomparable contient 100 % d'huile de coco pure et soigne les peaux sèches en douceur. L'huile de coco régénère, nourrit et révèle un agréable parfum de coco.

env. 25 minutes | 36 €



## AQUA SPA

Les effets bienfaits de notre baignoire médicale avec massages sous l'eau vous procurent une fabuleuse sensation de bien-être. Goûtez aux joies d'un bain pas comme les autres et profitez des arômes les plus divers.

### BAIN A L'HUILE DE ROCHE DU LAC ACHENSEE

Un bain avec notre huile de bain fossile. Les nombreuses vertus de cette huile sont un véritable bienfait en cas de douleurs du dos et des articulations, rhumatismes et irritations cutanées.

env. 25 minutes | 32 €

### BAIN « VITALITE » DU LAC ACHENSEE

Pour régénérer le corps et l'esprit. Le bain « Vitalité » à l'huile de roche du Tyrol se distingue par sa composition spéciale d'huiles essentielles : aiguilles de pin, eucalyptus, serpolet et lavande.

env. 25 minutes | 32 €

### PETIT BAIN LAIT-MIEL

Les joies du bain avec des produits régionaux. Du miel de montagne du Tyrol et du lait de nos vaches rendent la peau douce et souple.

env. 25 minutes | 32 €

### BAIN AUX FLEURS D'ORANGER

La vitamine C nourrit votre peau, raffermi et rafraîchit en même temps, sent merveilleusement bon et a des vertus antidépresseuses.

env. 25 minutes | 32 €

## FUTURE MAMAN

Détente et soins sont particulièrement importants pendant et juste après la grossesse. Nos nouveaux soins pour futures et jeunes mamans vous accompagnent dans cette phase.

### NEW LIFE

Ce soin pour femmes enceintes apporte le bien-être, soigne les tissus et atténue les gonflements – grâce aux huiles de plantes, au gel aloe et au collagène.

env. 50 minutes | 69 €

### JEUNE MAMAN

La synergie entre les protéines de soja, les extraits de plantes et le massage permet à la peau de retrouver sa fermeté, son homogénéité et son élasticité.

env. 50 minutes | 69 €



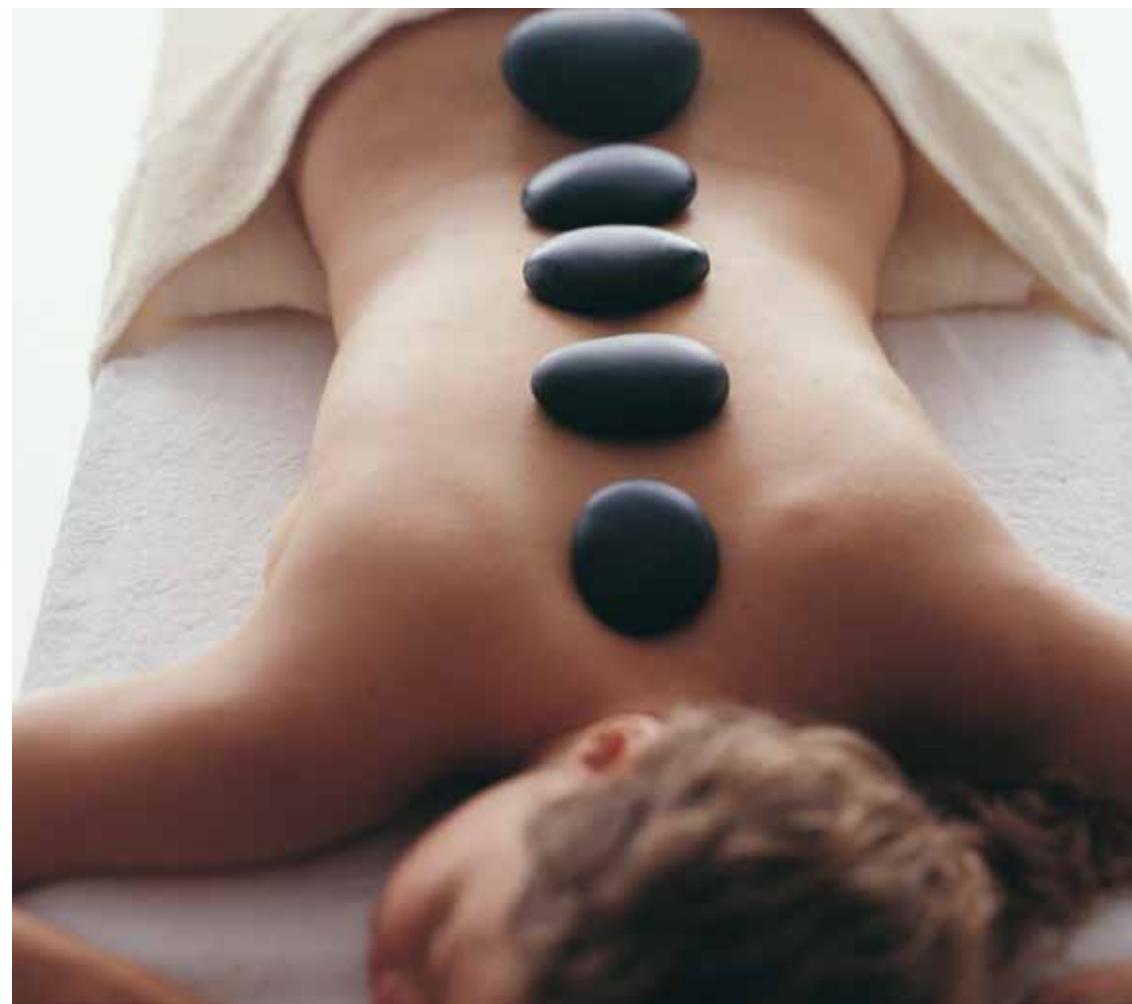
*Un bain de bien-être  
avant un massage  
fait des miracles !*



## MASSAGES

SOIN	Massage partiel	Massage intégral
<b>MASSAGE CLASSIQUE</b>	30 € env. 25 min.	58 € env. 50 min.
<b>MASSAGE AUX HUILES ESSENTIELLES</b> Se pratique avec les huiles essentielles pures de votre choix. Selon l'huile choisie, l'effet est énergétisant, décontractant ou harmonisant pour le corps et l'esprit.	35 € env. 25 min.	65 € env. 50 min.
<b>MASSAGE DE SPORT</b> A recommander après le sport. Active la régénération musculaire et prévient des courbatures.	35 € env. 25 min.	65 € env. 50 min.
<b>MASSAGE DE REFLEXOLOGIE PLANTAIRE</b> Une ancienne technique de massages de la médecine traditionnelle chinoise. Renforce le système immunitaire et active l'auto-guérison. Particulièrement recommandé contre les douleurs organiques comme la migraine, problèmes de digestion etc.	35 € env. 25 min.	65 € env. 50 min.
<b>DRAINAGE LYMPHATIQUE</b> Un soin spécial qui atténue et fait disparaître les engorgements aqueux des tissus. En cas de jambes gonflées, douloureuses ou gonflements sur le visage.	35 € env. 25 min.	65 € env. 50 min.
<b>MASSAGE ANTI-STRESS</b> Une technique de massage très douce qui dénoue les blocages énergétiques et revitalise. Particulièrement décontractant et harmonisant pour le corps et l'esprit.	35 € env. 25 min.	65 € env. 50 min.
<b>MASSAGE ALPIENNE AUX TAMPONS D'HERBES</b> Un massage délassant avec des tampons d'herbes chaudes. Offre un bien-être intérieur et éveille de nouvelles énergies. Un massage pas comme les autres !	35 € env. 25 min.	65 € env. 50 min.
<b>MASSAGE DES TISSUS CONJONCTIFS</b> Une technique de massage particulièrement intense. Dénoue les tensions tenaces et douloureuses, active la circulation sanguine.	35 € env. 25 min.	65 € env. 50 min.

SOIN	Prix	SOIN	Prix
<b>MASSAGE AU MIEL</b> Un massage partiel au miel chaud du Tyrol. Active la circulation sanguine, purifie, détoxifie et soigne la peau.	35 € env. 25 min. massage partiel	<b>MASSAGE DU VISAGE</b> Avec des produits de soin régionaux, adaptés à votre type de peau.	35 € env. 25 min.
<b>MASSAGE A LA BROSSSE</b> Un massage intégral avec une brosse en crin de cheval. Elimine les petites peaux mortes, active la circulation sanguine. C'est en même temps un gommage pour le corps.	35 € env. 25 min.	<b>DRAINAGE LYMPHATIQUE DU VISAGE</b> Le drainage lymphatique du visage raffermi et lisse la peau, active la circulation sanguine, désengorge les cernes. Contre les maux de tête, l'acné, acouphènes, sinusite chronique, enflures après un soin dentaire, problèmes d'yeux et d'oreilles.	35 € env. 25 min.





## SPA JUNIORS

### POUR NOS PETITES PRINCESSES :

#### SOIN DES MAINS

avec vernis

30 €

env. 30 min.

#### PREMIER MAQUILLAGE

avec conseils et astuces

25 €

env. 25 min.

#### CENDRILLON

Soin du visage : nettoyage, doux gommage, massage du visage et masque

45 €

env. 45 min.

#### MERVEILLEUSEMENT PUR

Soin du visage (peaux grasses) : nettoyage, gommage en profondeur, masque équilibrant

45 €

env. 45 min.

#### MASSAGE DE BIEN-ETRE

à l'huile de coco chaude

25 €

env. 20 min.

#### DES PIEDS SOYEUX

Gommage parfumé, doux massage, enveloppement pour les pieds et vernis de ton choix.

30 €

env. 30 min.

### POUR NOS PETITS PRINCES :

#### SOIN DES MAINS

avec massage des mains

30 €

env. 30 min.

#### MERVEILLEUSEMENT PUR

Soin du visage (peaux grasses) : nettoyage, gommage en profondeur, masque équilibrant

45 €

env. 45 min.

#### MASSAGE DE BIEN-ETRE

avec l'huile essentielle de ton choix

25 €

env. 20 min.

#### FORT COMME UN LION DE LA TETE AUX PIEDS

Massage de bien-être aux tampons d'herbes chaudes pour bras, jambes et dos, et un doux massage des pieds.

30 €

env. 30 min.

Notre spa juniors s'adresse aux enfants jusqu'à 15 ans !



## NOS MASSAGES STARS

### PADAB-HYANGA

Le Padabhyanga rend vos pieds aussi légers qu'une plume !

env. 45 minutes | 60 €

### SHIRODHARA

Le Shirodhara am Staphani (filet d'huile sur le front) détend et fait disparaître les mauvaises pensées. Praticué avec des huiles tropicales haut de gamme, le massage du visage a des vertus harmonisantes.

env. 50 minutes | 75 €

### ABHYANGA

Un massage de bien-être décontractant avec beaucoup d'huile de sésame chaude. Active le système immunitaire, vivifie, purifie, raffermi tout le corps et veille au bien-être de l'esprit. Un vrai moment de détente !

env. 80 minutes | 110 €



SOIN	Prix
<b>DORN &amp; BREUSS</b> Une thérapie spéciale qui dénoue en douceur les blocages de la colonne vertébrale et remet les vertèbres en place. Le massage à l'huile de millepertuis qui suit détend et mobilise les articulations de la colonne vertébrale.	65 € env. 50 min.
<b>HOT-STONE</b> Massage spécial aux pierres volcaniques chaudes. Réchauffe le corps, détend la musculature et apaise l'esprit. Une expérience très agréable.	65 € env. 50 min.
<b>SHIATSU</b> Une forme particulière et ancienne de thérapie qui met tout le corps à contribution. Harmonise le flux énergétique, décontracte le corps en profondeur, atténue la douleur et active de nouvelles énergies.	65 € env. 50 min.

### KINESIO TAPING

Le Kinesio Taping, c'est une méthode spéciale de strapping venue du Japon. Elle a été développée par le chiropracteur Dr. Kenzo Kase et est utilisée depuis environ 30 ans avec le même succès. Le Kinesio Taping traite les douleurs, inflammations et gonflements au moyen d'une bande élastique autocollante (sans substances actives).



En outre, après une anamnèse approfondie et divers tests, on applique la bande sur les endroits du corps où elle peut déployer au mieux l'effet souhaité.

env. 20 minutes | 30 €



## FORFAITS BIEN-ETRE

### ALPIENNE ACTIF 4 JOURS

- 1 massage de sport revitalisant avec lotion à l'arnica env. 50 min.
- 1 enveloppement « sport & vitalité » dans la baignoire spéciale env. 50 min.
- 1 massage « Vitalité » Alpine aux tampons d'herbes chaudes env. 25 min.
- 1 bain délassant arnica-boue env. 25 min.

150 €

### HUILE DE ROCHE PROGRAMME- DECOUVERTE

- bain à l'huile de roche, 25 min.
- massage partiel à l'huile de roche du Tyrol, 25 min.
- enveloppement à l'huile de roche pour les articulations, 25 min.

80 €

### COMFORT ZONE ANTI-CELLULITE

- 1 drainage lymphatique, 50 min.
- 1 modelage aux algues Body Strategist

125 €



### MOMENTS DE DOUCEUR

- 1 soin !QMS avec champagne, maquillage compris, env. 60 min.
- 1 soin des mains avec les produits exclusifs La Ric, env. 40 min.

125 €

### PAUSE BIEN-ETRE

- 1 soin Basic Performance pour peaux masculines mises à dure épreuve env. 60 min.
- 1 massage anti-stress spécial pour vous relaxer env. 50 min.

125 €

### JOURNEE MONA LISA

- 1 massage partiel
- 1 massage du visage
- 1 enveloppement à l'huile d'onagre

99 €

### JOURNEE HERMES

- 1 petit bain de foin du Tyrol
- 1 massage de réflexologie plantaire
- 1 massage partiel

99 €



### BAIN ROMANTIQUE

Merveilleux bain au miel-cembro pour les amoureux et âmes romantiques. Détendez-vous à deux en dégustant un verre de vin pétillant et des fruits ou de manière plus rustique avec du vin nouveau et une copieuse collation.

env. 40 minutes | 75 €

### REVES DE BAIN ROMANTIQUE

Savourez l'intimité à deux

- 1 bain à deux dans notre baignoire Crystal
- 1 assiette de fruits et deux verres de vin pétillant
- en suivant, un massage pour deux

env. 75 minutes | 125 €

### REVES DE BAIN RUSTIQUE

- 1 bain à l'huile de roche ou « vitalité » pour deux
- 1 collation et eau-de-vie maison
- en suivant, un massage pour deux

env. 75 minutes | 125 €



## CE QU'IL FAUT SAVOIR

### RENDEZ-VOUS

Les rendez-vous peuvent être pris directement auprès du Vitalgarten par téléphone (composez le 40) ou à la réception de l'hôtel.

### BOISSONS

Pendant les soins, vous trouverez au Vitalgarten de l'eau et différentes tisanes gratuites.

### PAIEMENT

Le montant des soins sera automatiquement porté sur la facture de votre chambre. Bien évidemment, tous les soins et produits de beauté peuvent être payés en espèces directement au Vitalgarten.

### GROSSESSE

Merci de nous informer d'une éventuelle grossesse en prenant votre rendez-vous car certains soins ne sont pas adaptés aux femmes enceintes. Vous trouverez p. 15 nos soins spéciaux pour futures et jeunes mamans.

### SANTÉ

Si vous souffrez d'une maladie ou êtes sous traitement médical, merci de nous en informer en prenant votre rendez-vous.

### INFORMATIONS

L'équipe du Vitalgarten vous aide volontiers à établir vos forfaits individuels. Le Vitalgarten est une zone non-fumeur.

### VETEMENTS

Pour les massages intégraux, massages relaxants et Ayurveda, de même que pour tous les enveloppements, gommages du corps et thérapies Hot-Stone, bains, etc., vous devrez vous déshabiller entièrement. Lors des massages, vous êtes recouvert et seule la partie à masser reste nue. Pour les soins du visage, veuillez porter des vêtements secs. Pour tous les soins, merci d'ôter vos bijoux et votre montre.

### VENTE DE PRODUITS

Une grande partie des cosmétiques utilisés sont en vente au Vitalgarten. Pour les questions concernant leurs vertus et leurs prix, veuillez vous adresser aux spécialistes du Vitalgarten. Vous pouvez aussi commander ces articles de chez vous. Les frais de port s'élèvent à 3 €. A partir d'un montant de 30 €, le port est gratuit.

### ANNULATION

Si vous devez annuler votre rendez-vous, il faudra le faire au moins un jour avant le jour du soin. Si vous ne respectez pas ce délai, nous serons dans l'obligation de facturer 80% du montant du soin réservé et non consommé.

Prix et soins valables à partir du 1er janvier 2013 jusqu'à parution de la nouvelle liste des prix. Sous réserve d'erreurs involontaires et d'omissions.

**Bilan santé +**  
programme individuel  
d'entraînement :  
108 € | 2 heures

- Test sur vélo ou tapis de course avec mesure du lactate
- Détermination des fréquences cardiaques à l'entraînement
- Programme d'entraînement individuel sur plusieurs semaines



## LA FORME

La lumière vous rend la forme ! Notre salle de sports est baignée de lumière et d'air qui donnent à votre corps une toute nouvelle sensation ! Bougez pour retrouver forme et bonheur avec les nouveaux appareils Technogym.

### BILAN DE SANTÉ

Nombreux sont ceux qui entraînent leur endurance en se fiant à leur instinct ou en suivant les conseils de magazines. Pourtant, souvent, ils ne savent pas ce qu'ils font, pourquoi ils n'atteignent pas leur but en matière de santé et de sport et pourquoi, au bout d'un certain temps, diverses réactions (douleurs) se manifestent qui les obligent à réduire ou même à arrêter leur activité. Un examen de santé spécial « sport » donne à tous les sportifs (du débutant au sportif de haut niveau) la possibilité de clarifier toutes ces questions et d'optimiser leur programme.



FAMILLE JOSEF RIESER

6213 PERTISAU

TYROL · AUTRICHE

TEL. +43-5243-5284 · FAX +43-5243-120

info@karwendel.cc · www.karwendel.cc