

SPA BOOK 2019

SPA

TH

Terentnerhof

active lifestyle hotel

www.terentnerhof.com

Terenten . Südtirol . Tel. 0039 0472 54 61 17 . info@terentnerhof.com

INHALT

Wohltuende Massagen	03-04
Zellulite Programm	04
Spezielle Massagen	05
Stimulierende Fußreflexzonenmassage	06
Tiefenwirksame Gesichtsbehandlung	07
Unsere Peelings	07
Die Erlebnisoase und die Wasserwelt im NEUEN Terentnerhof	08
Saunen im Überblick	08

NIMM DIR ZEIT ZUM TRÄUMEN, DAS IST DER WEG ZU DEN STERNEN

Die Natur als Essenz des neuen Stils. Holz und Glas und Weite. In die Landschaft integriert, von ihr inspiriert. Über Berge und Wiesen und Wälder schweifen die Gedanken. Und der Blick. Zeit für's Ich. Loslassen fällt plötzlich ganz leicht.

Herzlich willkommen in unserer Wohlfühlwelt – herzlich willkommen im Terentnerhof.

WOHLTUENDE MASSAGEN

Entspannungsmassage (Teilmassage) Die Beinmassage, Rückenmassage, Kopfmassage, Bauchmassage, ... sorgt für Entspannung in den jeweiligen Teilbereichen.	25 min.	€ 35,00
Entspannungsmassage (Ganzkörper) Lockert die Muskulatur und fördert die Durchblutung.	50 min.	€ 55,00
Ayurvedische Ganzkörpermassage Abhyanga Die traditionelle Ölmassage wird in Indien auch die „Königin der Massagen“ genannt. Lange sanft Ausstreichungen zeichnen diese Massage aus, wobei warmes Öl Ihren Körper umhüllt. Abhyanga begleitet Sie in einen Zustand der völligen Entspannung und Leichtigkeit.	70 min.	€ 85,00
Resonanz Rückenmassage Dorsalis Mit dieser speziellen Wirbelsäulenbehandlung bewahren Sie die Haltung! Die Behandlung beinhaltet eine entspannende und wirkungsvolle Rückenmassage. Es folgt eine Schröpf- glasmassage und eine tief entspannende Klangschalenmassage. Durch diese Anwendung wird die Energie wieder zum Fließen gebracht und die Blockaden werden gelöst.	50 min.	€ 65,00
Resonanz Massage Abdomen Dieses Programm kräftigt den Bauch und fördert die Darmtätigkeit. Dank der Entlastung des Unterbauch- bereiches wird die Reduzierung des Bauches unterstützt. Diese Massage schafft eine tiefe Entspannung.	50 min.	€ 65,00

<p>Klangschalenmassage</p> <p>Auf der Meridianebene wird die körpereigene Energie wieder in Fluss gebracht, energetische Blockaden werden aufgelöst. Auf der physischen Ebene durchdringen die Klangwellen jede Zelle des Körpers. Hierdurch wird der gesamte Körper in sanfte Schwingungen versetzt, welche sich wohltuend auf den Körper auswirken.</p>	50 min.	€ 60,00
<p>Basische Salz-Honig-Rückenmassage</p> <p>Unser Rücken hat im Alltag viel zu tragen. Durch die gekonnt durchgeführte Salz/Honig-Pumpmassage erfährt dieser eine sanfte Lösung von möglichen Verspannungen. Durch Auflegen von warmen Kompressen und anschließender Schröpfbehandlung wird der Körper intensiv durchblutet und entspannt. Durch das Anlegen von Arm- und Beinstrümpfen werden Säuren und andere Schadstoffe besonders wirkungsvoll ausgeleitet.</p>	60 min.	€ 60,00

DAS INNOVATIVE & WIRKUNGSVOLLE ZELLULITE PROGRAMM

<p>Vitalis Massage resonanz-cellulite</p> <p>Einzigartige Massagetechnik und wirkstarke Naturprodukte helfen die Zeichen der Zellulite effizient und langfristig zu lindern.</p> <p>Besonderheiten dieser Massage: ein anregendes Fussbad und Körperpeeling, eine stimulierende Schröpfglasbehandlung sowie eine modulierte Zellulitenmassage mit Klangschalen.</p>	50 min.	€ 69,00
--	---------	---------

<p>Energie Bürsten-Massage in Kombination mit Bauchwickel und Vliesmaske</p> <p>Sanfte, intensive Streicheleinheiten mit feinen Bronzaborsten werden Sie verzaubern. Die aktivierende Bürstenmassage von professionell geführter Hand wirkt belebend und entspannend zugleich. Die Haut wird von abgestorbenen Hautzellen befreit, erfährt eine sanfte Energetisierung und erstrahlt in neuem Glanz. Durch das Anlegen eines basischen Wickels können Säuren und andere Schadstoffe besonders wirkungsvoll ausgeleitet werden. Basische Vliesmasken helfen der Haut, sich selbst zu reinigen.</p>	60 min.	€ 60,00
<p>Basische Figur- und Cellulite-Behandlung</p> <p>Die Behandlung beinhaltet ein Peeling mit basischem Badesalz MeineBase, pflanzliche Extrakte zur Entwässerung und Gelee zur Anregung des Entschlackungsvorganges. Die wunderbare Kombination aus der Schröpfungsmassage mit bewährten Pflanzenextrakten wie Efeu oder Centella Asiatica und der wärmenden Gelpackung mit Cayennepfeffer und Efeu beleben Ihre Haut. Durch die spezielle Wickeltechnik wird ein sichtbarer und umfangreduzierender Erfolg erzielt. Die Anwendung kann aufgrund des basischen Mineralsalzes und des Roskastanienextraktes auch bei müden und schweren Beinen effizient eingesetzt werden.</p>	90 min.	€ 80,00
<p>Basische Salz-Öl-Massage</p> <p>Die Basis bei dieser Massage bildet das ozonisierte Olivenöl. Die Kombination mit dem basisch-mineralischen Pflegesalz MeineBase und wertvollen Funktionsölen befreit die Haut von abgestorbenen Hautzellen und regt sanft die Durchblutung an. Ein samtiges Hautgefühl ist das Ergebnis dieser Verwöhn-Anwendung.</p>	45 min.	€ 45,00
<p>Basisches Fußbad</p> <p>Gönnen Sie Ihren Füßen eine wohltuende Entspannung im basisch-mineralischen Fußbad.</p>	30 min.	€ 20,00

STIMULIERENDE FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Stimulierende Fußreflexzonenmassage An den Füßen spiegelt sich der gesamte Körper mit seinen Stärken und Schwächen wieder. Mit speziellen Massagetechniken werden die einzelnen Reflexzonen behandelt, um den Organismus zu harmonisieren.	25 min.	€ 35,00
Himmel & Erde Eine Fußreflexzonenmassage in Kombination mit einer Kopf- und Gesichtsmassage ist eine sehr wohltuende und entspannende Erfahrung um Ihre innere Balance zu finden.	50 min.	€ 59,00
Lymphstimulierende Drainage Teilkörper (Beine/Oberkörper) Gesicht Eine beruhigende, rhythmisch-streichende manuelle Massage mit entwässernder und entsäuernder Wirkung, die zugleich das Immunsystem stärkt und den Stoffwechsel anregt.	50 min. 25 min.	€ 58,00 € 38,00

Für eine kleine Erholung zwischendurch sorgt unsere gesunde Vital-Ecke mit Tee und Getränken.



TIEFENWIRKSAME GESICHTSBEHANDLUNG

Tiefenwirksame Gesichtsbehandlung

Eine wunderbar natürliche Wirkstoffpflege speziell abgestimmt auf Ihre Hautbedürfnisse mit Sofort-Effekt und einem tief entspannenden Verwöhnprogramm: Hautdiagnostik, lymphstimulierende Massage, Kräuterdampfkompresen, Peeling, Tiefenreinigung mit Schröpfungläsern, Augenbrauen regulieren, Spezial-, Serum-, modulierte Gesichtsmassage, Intensivmassage und eine abschließende individuelle Tagespflege.

50 min. € 60,00

80 min. € 80,00

UNSERE PEELINGS

Alpines Heupeeling

Das mit feinem rosa Bergsalz angereicherte Heupeeling reinigt die Haut bis in die Tiefe. Das Peeling fördert die Regeneration und lässt die Haut heller, klarer und leuchtender erscheinen.

25 min. € 30,00

Basen-Peeling

Mit pflegenden Ölen und basischem Meersalz. Wirkt entschlackend und entgiftend

20 min. € 30,00



DER NEUE TERENTNERHOF - EIN GANZ BESONDERES URLAUBSGEFÜHL ...

Der neue Terentnerhof mit Skypool zum Baden im Himmel, zum In-Sich-Gehen in den Ruheräumen bei 360-Grad-Aussicht. Zum Staunen auf der Dachterrasse oder zum Natur-Wellnessen im Gartengras. Formen, Farben, Leichtigkeit. Rundum-Freigefühl. Im Terentnerhof, zwischen Höhenfrische und Sonnenwärme, hat alles seinen rechten Platz – auch Sie.

- Skypool, Indoor- und Outdoor – auf Wasser schweben, bei jedem Wetter
- 2 Ruheräume mit 360° Verglasung zum Gedanken-Ziehen-Lassen
- Massageraum im 4. Stockwerk bringt Entspannung, ganz oben
- Dachterrasse – für panoramareiche Urlaubsinspiration

UNSERE WOHLFÜHL-SAUNAWELT

BIO-SOFT-SAUNA. Sanfte Temperaturen zwischen 25° und 55° sorgen mit speziellen Lichteffekten und ätherischen Düften für eine besonders sanfte Entspannung.

KRÄUTERSAUNA. Atmen Sie tief durch in unserer Kräutersauna im Freien mit direktem Blick auf die malerische Bergwelt der Dolomiten. Die verschiedenen Kräuteressenzen wie Minze oder Kamille wirken besonders wohltuend auf Ihre Atemwege.

DAMPF- & AROMASAUNA. Bei hoher Luftfeuchtigkeit, duftenden Essenzen und niedrigen Temperaturen wirkt die Dampf- und Aromasauna angenehm anregend und reinigend.