

DE

SPA BOOK 2020

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	04-05
Stimulierende Fußreflexzonenmassage	05
Die TH Spezialmassagen	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.	€ 38,00
Entspannungsmassage (Ganzkörper) Lockert die Muskulatur und fördert die Durchblutung.	50 min.	€ 65,00
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.	€ 95,00
Lomi Lomi Nui ... zählt zu den hawaiianischen Tempelmassagen, wobei der Tempel ihr Körper ist. Sanfte Streichungen verwöhnen Sie und lassen ein Gefühl von Tiefenentspannung, Geborgenheit und Wohgefühl aufkommen. Blockierte Körperenergien können wieder frei fließen, sodass Körper, Geist und Seele im Einklang sind... Aloha ...	80 min.	€ 110,00
Resonanz Massage Abdomen Dieses Programm kräftigt den Bauch und fördert die Darmtätigkeit. Dank der Entlastung des Unterbauchbereiches wird die Reduzierung des Bauches unterstützt. Diese Massage schafft eine tiefe Entspannung.	50 min.	€ 68,00
Resonanz Rückenmassage Dorsalis Mit dieser speziellen Wirbelsäulenbehandlung bewahren Sie die Haltung! Die Behandlung beinhaltet eine entspannende und wirkungsvolle Rückenmassage. Es folgt eine Schröpfglassmassage und eine tief entspannende Klangschalenmassage. Diese Anwendung bringt die Energie wieder zum Fließen und die Blockaden werden gelöst.	50 min.	€ 68,00

<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.	€ 68,00
<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.	€ 68,00

DAS INNOVATIVE & WIRKUNGSVOLLE ZELLULITE PROGRAMM

<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 Schröpfmassage 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 Rosskastanienextraktes auch bei müden und schweren Beinen effizient eingesetzt werden.</p>	90 min.	€ 95,00
--	---------	---------

<p>Vitalis Massage resonanz-cellulite</p> <p>Einzigartige Massagetechnik und wirkstarke Naturprodukte helfen die Zeichen der Zellulite effizient und langfristig zu lindern. Besonderheiten dieser Massage: ein anregendes Fussbad und Körperpeeling, eine stimulierende Schröpfungsbildung sowie eine modulierte Zellulitenmassage mit Klangschalen.</p>	50 min.	€ 75,00
<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.	€ 49,00

STIMULIERENDE FUSSREFLEXZONENMASSAGE

<p>Stimulierende Fußreflexzonenmassage</p> <p>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.</p>	25 min.	€ 40,00
<p>Himmel & Erde</p> <p>Eine Fußreflexzonenmassage in Kombination mit einer Kopf- und Gesichtsmassage ist eine sehr wohltuende und entspannende Erfahrung um Ihre innere Balance zu finden.</p>	50 min.	€ 68,00
<p>Lymphstimulierende Massage</p> <p>Eine beruhigende, rhythmisch-streichende manuelle Massage mit entwässernder und entsäuernder Wirkung, die zugleich das Immunsystem stärkt und den Stoffwechsel anregt.</p>	50 min.	€ 65,00

DIE TH SPEZIALMASSAGEN

Auszeit-Massage Terentnerhof <p>Diese spezielle Massage ist aus altbewährten Techniken zusammengesetzt. Es werden Rücken, Schulter und Nacken speziell massiert. Anschließend die Hauptgelenke des Körpers und am Ende besondere Entspannungspunkte am Kopf und im Gesichtsbereich. Infolgedessen wird der gesamte Rücken gekräftigt, die Gelenke gelöst und der erholsame Tiefschlaf gefördert. Diese Massage ist ideal zum Stressabbau, weckt die Lebenskraft und leistet hervorragende Dienste in der Burnout-Prävention.</p>	50 min.	€ 69,00
Breuss-Massage mit Johanniskrautöl <p>Bei dieser sanften und energetischen Wirbelsäulen-Massage wird der Rücken vorsichtig gedehnt um körperliche Verspannungen zu lösen. Zudem wird die Regeneration unterversorgter Bandscheiben eingeleitet und die Muskulatur entlang der Wirbelsäule gelockert</p>	50 min.	€ 69,00
„Freies Rückgrat“ – Dornbreussmassage <p>Dabei handelt es sich um eine Kombination der Born-Impuls-Behandlung und der Breuss-Massage mit wohltuendem Johanniskrautöl.</p>	80 min.	€ 99,00
Sportmassage <p>Die Sportmassage ist eine erweiterte Form der klassischen Massage. Sie verbindet die Faszienmassage mit der beliebtesten Regenerationsmaßnahme: der Sportmassage. Sie ist eine Gewebstimulation für intensive Leistungen und Bewegungen der Muskulatur. Gut geeignet vor, während oder nach sportlicher Tätigkeit. Diese Massage wird individuell auf Ihre Bedürfnisse angepasst.</p>	50 min.	€ 70,00

TIEFENWIRKSAME GESICHTSBEHANDLUNG

Tiefenwirksame Gesichtsbehandlung	50 min.	€ 68,00
Eine wunderbar natürliche Wirkstoffpflege speziell abgestimmt auf Ihre Hautbedürfnisse mit Sofort-Effekt und einem tief entspannenden Verwöhnprogramm: Hautdiagnostik, lymphstimulierende Massage, Kräuterdampfkompresen, Peeling, Tiefenreinigung mit Schröpfgläsern, Augenbrauen regulieren, Spezial-, Serum-, modulierte Gesichtsmassage, Intensivmassage und eine abschließende individuelle Tagespflege.	80 min.	€ 90,00

UNSERE PEELINGS

Alpines Heupeeling	25 min.	€ 38,00
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.		
Basen-Peeling	25 min.	€ 38,00
Mit pflegenden Ölen und basischem Meersalz. Wirkt entschlackend und entgiftend		
Vitalpina® Heubürsten-Peeling nach Vitalis Dr. Joseh	40 min.	€ 45,00
...folgt einem konsequenten Konzept, mit dem Ziel, eine Tiefenreinigung zu erreichen, die Haut heller, klarere, transparenter und leuchtender erscheinen zu lassen, die Funktionsfähigkeit/ Regeneration der Haut anzuregen, die Hornlamellen abzutragen, eine bessere Penetration der Wirkstoffe zu erzielen und die Lymphstimulation anzuregen.		

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.