



HELD

HOTEL & SPA

★★★★S

ZILLERTAL



[WELLNESS & BEAUTY]

#HOTELHELDZILLERTAL

GANZ BEI DIR.

Unsere Marken	4
Gesicht	6
Massagen	12
Körperbehandlungen	18
SPA Packages	21
Mamas & Kids	23
PrivateSPA Packages	25
Kryo-Kältekabine	29
Kombi-Behandlungen	30
GartenSPA Sauna	31
Wissenswertes	32





GartenSPA

Umgeben von wohltuender Stille, sanfter Wärme und der natürlichen Schönheit unseres Gartens findest du in unserem SPA einen Rückzugsort für alle Sinne. Unsere Behandlungen sorgen für Entspannung, die sich sehen lassen kann. In neun lichtdurchfluteten Behandlungsräumen bieten wir Beauty- und Wellnessmomente mit hochwertiger Naturkosmetik von Team Dr. Joseph, Phytomer und Vie Collection.

[UNSERE MARKEN]

NUR DAS BESTE FÜR DICH.

TEAM DR. JOSEPH

Seit über 35 Jahren steht Team Dr. Joseph für zertifizierte Naturkosmetik, die höchste Qualität und Wirksamkeit vereint. Gegründet von Erb. Dipl. Dr. Joseph Franz, einem Pionier auf dem Gebiet der pflanzlichen Wirkstoffe, verbindet das Unternehmen traditionelles Wissen mit modernster Technologie. Die Produkte basieren auf erlesenen natürlichen Rohstoffen, darunter Wildwuchssammlungen und Pflanzen aus biologischem Anbau, die in Italien mit großer Sorgfalt entwickelt und hergestellt werden. Dieses Engagement für Nachhaltigkeit und Verantwortung gegenüber der Natur prägt die Philosophie von Team Dr. Joseph seit 1986.

01



Das Leben hinterlässt Spuren und schreibt Geschichten. Jede davon macht uns einzigartig. Im GartenSPA pflegen wir diese Individualität mit ganzheitlichen Schönheitsbehandlungen, tiefem Wohlgefühl und spürbarer Entspannung. Augen schließen, tief durchatmen und ankommen.

[FÜR KÖRPER / GEIST / SEELE]

PHYTOMER

Gesichtsbehandlungen.

Klassische Gesichtsbearhandlungen

Klein & fein

Abreinigung, Peeling, Brauen korrigieren,
Massage oder Ausreinigung, Maske, Tagespflege.

€ 89
60 Min

Klassisch

Zusätzlich intensive Ausreinigung,
Konzentrat, Massage.

€ 109
80 Min

Intensiv

Zusätzlich besonders intensive Ausreinigung,
Konzentrat, Massage.

€ 119
90 Min

Aknebehandlung

Abreinigung, Spezialpeeling, Bedampfen mit Vapozon,
Brauen korrigieren, intensive Ausreinigung,
beruhigende Maske, Tagespflege.

€ 104
75 Min

Anti-Aging Gesichtsbearhandlung

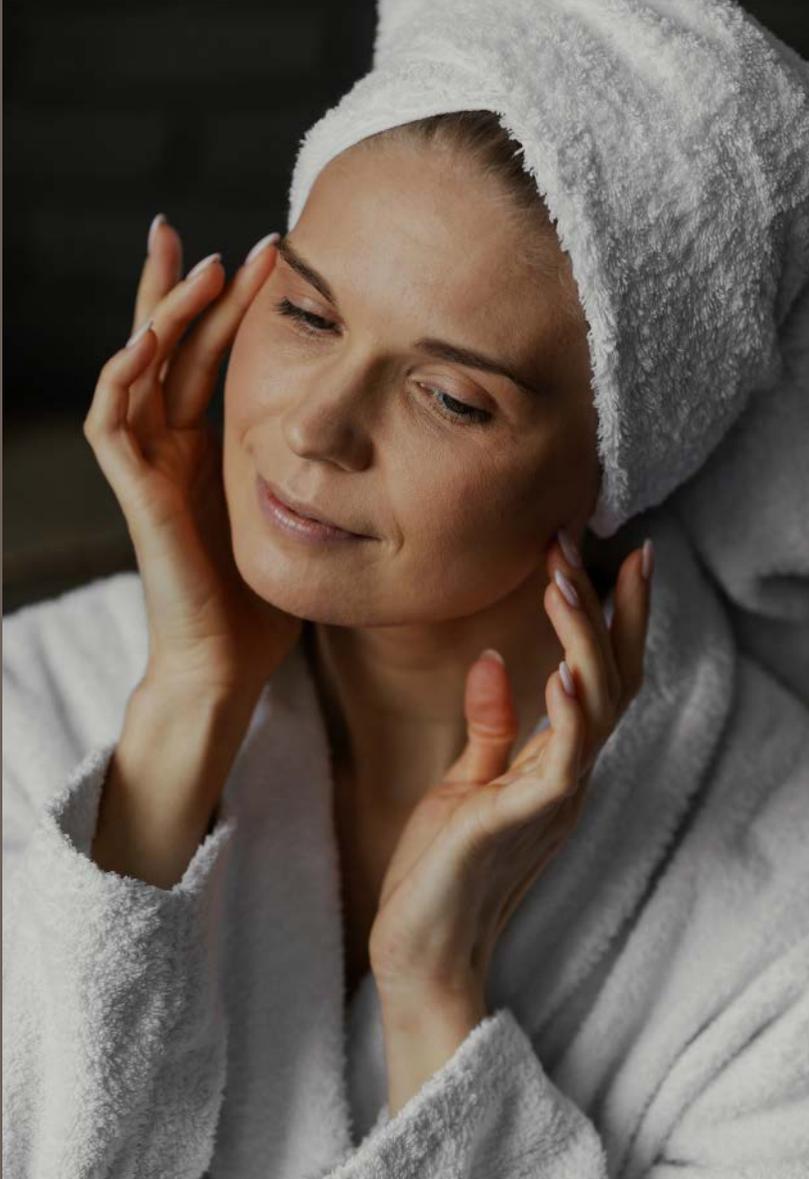
Für mehr Festigkeit. Linien und Fältchen werden sichtbar
reduziert. Abreinigung, Peeling, Brauen korrigieren,
festigendes Konzentrat, Massage mit straffendem Serum
und auffüllendem Wachs, plastifizierende Maske, Tagespflege.

€ 104
70 Min

Gesichtsmassage

Abreinigung, Massage, Tagespflege.

€ 48
25 Min



[STRAHLENDE HAUT, STRAHLENDES ICH]



METHODE

Team Dr. Joseph

Intensivreinigende Gesichtsbehandlung

€ 89
60 Min

Diese Gesichtsbehandlung ist ideal für alle Hauttypen und bietet eine intensive Tiefenreinigung. Abreinigung, Lymphstimulation, Dampfkompresen, Peeling, Augenbrauen korrigieren, Schröpfen, Ausreinigung, tonisierende Tuchmaske, Spezialmaske, Tagespflege.

Entspannung Pur – Intensiv Behandlung mit Bio Lifting

€ 160
120 Min

Diese Gesichtsbehandlung mit biodynamischer Blütenstempel-Liftingmassage wirkt in der Tiefe und sorgt für einen sofort sichtbaren Effekt. Abreinigung Lymphstimulation, Dampfkompresen, Peeling, Augenbrauen korrigieren, Schröpfen, Ausreinigung, Blütenstempelmassage, Serum, biodynamische Gesichtsmassage, Pflegemaske, Tagespflege.

Face Lift mit Gua Sha Stein

€ 104
60 Min

Diese intensive Lifting Behandlung sorgt mit einer Gua Sha Massage für straffe Gesichtskonturen und einen strahlenden Glow-Effekt. Abreinigung, Lymphstimulation, Dampfkompresen, Peeling, Augenbrauen korrigieren, Massage mit Gua Sha Stein, Pflegemaske, Tagespflege.

Wichtiger Hinweis

Gesichtsbehandlungen nach Methode „Team Dr. Joseph“ sind nicht geeignet bei Einnahme von gerinnungshemmenden Medikamenten, Couperose und Akne.

Vie Collection.

Das VIE-Collection-Team arbeitet eng mit einem Schönheitsmediziner zusammen und bietet fortschrittliche Anti-Faltenbehandlungen, die bereits nach der ersten Anwendung überzeugende Ergebnisse liefern.



Manuelle Microdermabrasion

Bei der professionellen Microdermabrasion werden abgestorbene Hautzellen abgetragen. Mit dem anschließenden Fruchtsäure-Peeling bietet sie eine spektakuläre Wirkung für Gesicht, Hals und Dekolleté. Linien und Fältchen werden sichtbar reduziert, die Zellerneuerung wird angeregt. Die Hautstruktur findet neue Lebenskraft. Abreinigung, Brauen zupfen, manuelle Microdermabrasion mit Kieselerde, Fruchtsäure, Neutralisationsmaske, Tagespflege.

€ 126
80 Min

3D Faltenbehandlung

Abreinigung, Brauen zupfen, manuelle Microdermabrasion mit Kieselerde, Fruchtsäure, Massage mit Neutralisationsmaske, Einarbeitung der Spezialseren mit Massagerollern, Spezialmaske, Tagespflege.

€ 138
105 Min

Retinopur Behandlung

Spezielle Anti-Aging-Behandlung für unreine Haut: Abreinigung, Augenbrauen zupfen, manuelle Microdermabrasion mit Kieselerde, Fruchtsäure, Massage mit Neutralisationsmaske, Einarbeitung der Spezialseren mit Massagerollern, Spezialmaske, Tagespflege.

€ 138
105 Min

Wichtiger Hinweis

Nach allen VIE COLLECTION Behandlungen direkte Sonneneinstrahlung sowie Sauna & Infrarotkabine meiden!

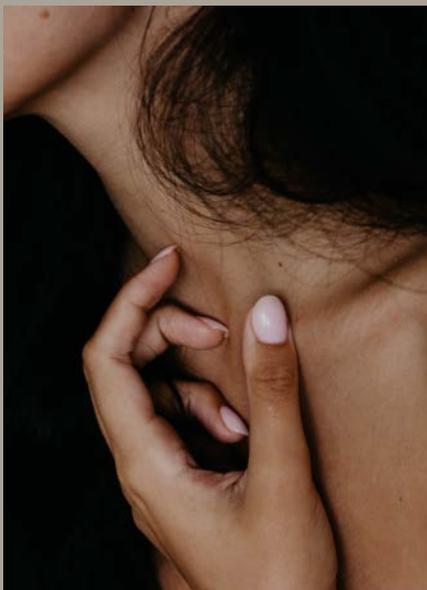
HELDENHAFT

Beauty Extras.

Augen

Wimpern färben	€ 20
Brauen färben	€ 16
Wimpern und Brauen färben	€ 31
Augenbrauen facionieren	€ 16
Wimpernlifting	€ 89
inkl. Färben und Laminierung	
Augenbrauenlifting	€ 89
inkl. Färben und Laminierung	

Hinweis: 24h nach der Lifting-Behandlung
kein Kontakt mit Wasser oder Dampf.



Hände & Füße

Maniküre	€ 57
Kosmetische Pediküre	€ 63
+ Lack (inkl. Lack für zuhause)	€ 11
+ French Lack	€ 13
Neu lackieren	€ 23

Depilieren

DAMEN

Oberlippe oder Kinn	€ 11
Unterschenkel	€ 39
Unter- und Oberschenkel	€ 59
Bikinizone	€ 22
Achseln	€ 21
Arme	€ 23

HERREN

Rücken	€ 37
Brust	€ 31

02

[MASSAGEN]

Tiefe Entspannung beginnt,
wo die Gedanken zur
Ruhe kommen.

KLASSISCHE

Massagen.

Teilmassage

Rücken oder Beine

€ 49
25 Min

Vitalmassage

Rücken und Beine

€ 69
40 Min

Ganzkörpermassage

€ 85
50 Min

Luxus-Rückenmassage

€ 89
50 Min

Intensive Rückenbehandlung mit wärmendem Meerschlamms für 15 Minuten. Seine muskelentspannende, entgiftende und durchblutungsfördernde Wirkung bereitet deine Muskulatur optimal auf die anschließende Massage vor.

Wichtiger Hinweis: Nicht geeignet bei Schilddrüsenüberfunktion und Jodallergie.

Fußreflexzonenmassage mit belebendem Fußbad

€ 74
45 Min

Die Fußreflexzonenmassage ist eine reflektorische Behandlungsweise, die durch gezielte Reize die Durchblutung fördert und die Funktion von Organen und Gewebe verbessert. Daher wird sie als ganzheitliche Methode betrachtet.

Fußmassage mit Fußbad

€ 49
30 Min

Die klassische Fußmassage ist ideal zur Behandlung akuter Muskelschmerzen und zur Vorbeugung von Verspannungen und Verkrampfungen. Sie hilft, die Muskulatur zu entspannen und fördert das Körperbewusstsein.



Lymphdrainage

Gesicht / Beine / Ganzkörper

Die Lymphdrainage ist eine sanfte Massage, die das Lymphsystem aktiviert und Giftstoffe abbaut. Sie hilft besonders bei Schwellungen, schweren Beinen oder nach intensiver Belastung. Durch Hochlagern der Beine und regelmäßige Behandlungen werden Schwellungen reduziert und die Beine entspannt.

Im Gesicht fördert die Lymphdrainage einen frischen Teint und mildert Anzeichen der Hautalterung.

Gesicht	30 Min / € 52
Beine	50 Min / € 95
Ganzkörper	70 Min / € 118

Phytomer wärmende Meerschlammpackung für den Rücken

Als Einzelanwendung	15 Min / € 25
In Kombination mit einer Behandlung	€ 22

Die selbstwärmende Meerschlammpackung von Phytomer erwärmt sich auf 42°C und fördert aktiv die Entspannung. Sie ist muskelentspannend, entgiftend und entwässernd, unterstützt die Blutzirkulation und stimuliert Reflexzonen. Diese Teilkörperpackung kann vor oder nach jeder Behandlung gebucht werden.

Wichtiger Hinweis: Nicht geeignet bei Schilddrüsenüberfunktion und Jodallergie.

MANUELLE

Therapie.

Die manuelle Therapie, auch manuelle Medizin genannt, nutzt gezielte Techniken, um die Beweglichkeit des Bewegungsapparats zu verbessern.

40 Min / € 84



MASSAGEN

Zum Auftanken.

Elementmassage

€ 98
60 Min

Fußbad mit Meersalz, gefolgt von einer Ganzkörpermassage mit einem individuell abgestimmten Öl. Die Relax-Emotion-Öle von Kurland sind speziell für Menschen mit Schlafstörungen, Stress, Unruhe und depressiven Verstimmungen entwickelt.

Hot Stone Therapie

€ 114
70 Min

Teil Hot Stone Therapie

€ 64
35 Min

Eine einzigartige Behandlung aus Ganzkörpermassage, Energiearbeit und der wohltuenden Wirkung von heißen Steinen und warmem Öl. Sie lädt den Körper mit neuer Energie und Vitalität auf und harmonisiert das Energiefeld.

Energiepunkt-Gesichtsmassage

€ 42
25 Min

Im Gesicht verlaufen Meridianbahnen. Durch sanfte Druckpunkte werden diese massiert und stimuliert, was Körper, Geist und Seele entspannt.

Ohrkerzenbehandlung

€ 43
30 Min
inkl. Nachruhe

Die Ohrkerzenbehandlung fördert Entspannung, gesunden Schlaf und hilft bei Stress sowie Erkältungen.

Achtsame Massage

Lass dich fallen und tauche ein in eine Welt des Fühlens. Diese Massage führt weg vom Denken und hin zum Spüren.

Ganzkörper

€ 91
50 Min

nur Rücken

€ 51
25 Min

Eine Reise der Entspannung.

Lomi Lomi Nui

€ 138
75 Min

Die Lomi Lomi ist eine traditionelle hawaiianische Heilmassage, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. Sie löst Blockaden auf körperlicher, emotionaler und energetischer Ebene und verwendet warme Öle sowie fließende, rhythmische Bewegungen mit Unterarmen, Händen und Ellbogen. Diese Technik löst Verspannungen, fördert die Durchblutung und regt den Lymphfluss an. Lomi Lomi schenkt tiefgehende Entspannung, Leichtigkeit und ein Gefühl von Geborgenheit, ideal für Stressabbau und Regeneration.

Abhyanga

€ 138
75 Min

Die Abhyanga-Massage ist eine traditionelle ayurvedische Ganzkörper-Ölmassage mit warmen Kräuterölen. Sie entspannt, entschlackt und fördert die innere Balance, während sie die Durchblutung anregt und die Haut pflegt. Eine wohltuende Auszeit für Körper und Geist.

Mukabhyanga

€ 58
30 Min

Die Mukabhyanga ist eine ayurvedische Gesichtsmassage mit warmen Ölen, die die Durchblutung fördert, die Gesichtsmuskulatur entspannt und der Haut einen strahlenden Teint verleiht. Sie wirkt zudem beruhigend auf Körper und Geist.

Padabhyanga

€ 79
40 Min

Padabhyanga ist eine sanfte Ayurveda-Massage für Füße und Beine, die das Lymphsystem aktiviert und Körper sowie Geist tief entspannen lässt.

Upanaha Sveda

€ 75
45 Min

Die Upanaha Sveda ist eine ayurvedische Rückenmassage mit Kräuterölen und einer wärmenden Kräuterauflage. Sie löst Verspannungen, lockert die Muskulatur und fördert die Durchblutung – ideal bei Rückenschmerzen.



Klangschalenmassage

€ 69
40 Min

Verspannungen lösen sich sanft, während ein Gefühl von Wohlbefinden und Geborgenheit entsteht. Die Klänge der Klangschale beruhigen das Nervensystem, fördern den Selbstheilungsprozess und stärken das Körperbewusstsein. Die Klangschalen werden sanft auf verschiedenen Körperpartien angeschlagen. (Bei dieser Behandlung bitte in bequemer Bekleidung kommen)

Breuss Massage

€ 57
57 Min

Warmes Johanniskrautöl lockert die Rückenmuskulatur, stärkt die Wirbelsäule und korrigiert leichte Fehlstellungen durch sanften Druck. Es fördert Entspannung und energetisches Gleichgewicht.

Achtsam,
heilsam,
wohltuend.

[IM HELD]

03

WELNAMIS

Wellnessliege.

Welnamis Amphibia Entspannungsliege
Das Anti-Stress Erlebnis

€ 22
30 Min

- * Die WELNAMIS Tiefentspannungsliege nutzt computergesteuerte Akustik- und Vibrationstherapie.
- * Das Power-Napping-System ermöglicht tiefgehende Entspannung ohne Vorkenntnisse.
- * Spezielle Klänge beruhigen die mentale Aktivität.
- * Schwingungsfrequenzen sprechen gezielt die Energiezentren des Körpers an.
- * Kombination aus sanfter Musik und Vibration-Massage-System in der Liegefläche.
- * Farbtherapie und Wasserbettauflage sorgen für schwereloses Liegen und optimale Vibrationen.
- * Fördert schnelles Einschlafen, reduziert Stress, Stimmungsschwankungen und stärkt das Immunsystem.

Elementbehandlung

€ 141
110 Min

Wähle dein Elementöl und genieße ein Ganzkörperpeeling mit anschließender Massage. Auf unserer WELNAMIS Liege mit integrierten Klangfrequenzen lässt es sich richtig gut entspannen.

Detoxbehandlung

€ 98
70 Min

Bestehend aus entgiftender Basenpackung und Meerschlammpinsel-Massage im Gesicht. Abgerundet wird die Behandlung mit einer leichten Detoxöl-Entspannungsmassage.



Achtsame Behandlung	€ 113 80 Min
Achtsame Massage auf der WELNAMIS Liege mit Klangfrequenzen zur inneren Ruhe.	
Ziegenbutterpackung	€ 46 30 Min
mit Klangfrequenzen + € 15	
Phytomer Thalasso Algenpackung	€ 75 60 Min
Die Ganzkörper-Algenpackung wirkt entschlackend, entwässernd und straffend. Anschließend wird die Haut mit Contour-Creme verwöhnt. (Nicht geeignet bei Jodallergie und Schilddrüsenüberfunktion)	
mit Klangfrequenzen + € 15	
Oligomer SPA	€ 94 70 Min
Ganzheitliche Pflege mit Ganzkörperpeeling und anschließender Entspannungsmassage.	
Schlankheits & Cellulite Behandlung	€ 75 60 Min
Der selbstwärmende Thermo-Reduktions-Schlamm sorgt an Bauch, Beinen und Po für sichtbare Ergebnisse und eine deutliche Umfangreduzierung nach wenigen Behandlungen.	
mit Klangfrequenzen + € 15	
Phytomer Peeling	€ 46 30 Min inkl. Duschzeit

FÜR DEN KÖRPER

Team Dr. Joseph

Ganzheitliches Gesicht & Körper Ritual

€ 110
80 Min
inkl. Nachruhe

Dieses Ritual ist eine luxuriöse und tief entspannende Behandlung, die Körper und Geist gleichermaßen stärkt und in Einklang bringt.

Detox Cellulite Schröpf-Behandlung Beine & Po

€ 80
50 Min

Das Reinigungsprogramm für den Körper.
Kombinierbar mit einer Algenpackung für mehr Effekt.

+ € 35
+ 30 Min

Nicht geeignet bei Einnahme von gerinnungshemmenden Medikamenten, Krampfadern und Besenreisern.

Energetisierende Kräuterstempel Behandlung

€ 93
50 Min

Die naturreinen Kräuterstempel werden mit einer sanften Druck- und Klopftechnik über den Körper geführt.

Inner Balance Chakra Behandlung

€ 93
50 Min

Eine Mischung aus Klangschalen und Edelsteinen wirkt tief entspannend auf die sieben Energiezentren.

Stressfrei & Kopfkklar Massage

€ 89
50 Min

Rücken, Kopf und Gesicht werden mit Händen und Basaltstäbchen massiert.

04



[SPA PACKAGES]

[SPA PACKAGES]

*Ein Moment
nur für dich*

Rundum.Xund	€ 320	Stress.Frei	€ 239
2x Kryo-Kältekabine		1x Welnamis Liege mit Klangfrequenz	30 Min
1x Detoxbehandlung	75 Min	1x Teil Hot Stone Therapie	35 Min
1x Luxus-Rückenmassage	50 Min	1x Lomi Lomi Nui	75 Min
1x Fußreflexzonenmassage	45 Min	1x Energiepunkt-Gesichtsmassage	25 Min
Kraft.Elemente	€ 229	GartenSPA by Dr. Joseph	€ 266
1x Elementmassage	60 Min	1x Energetisierende Kräuterstempel Behandlung	
1x Hot Stone Therapie	70 Min	1x Entspannung Pur – Intensiv-Behandlung mit Bio Lifting	
1x Ohrkerzenbehandlung	30 Min	1x Rosenpeeling	
Sport.Vital	€ 191	Glücks.Moment	€ 231
2x Kryo-Kältekabine		1x kl. Gesichtsbildung	
1x Vitalmassage	40 Min	1x Pediküre mit Lack	
1x Fußmassage mit Fußbad	30 Min	1x Oligomer SPA	70 Min



Kleine Auszeit. Großes Wunder.

Für die besondere Zeit der Schwangerschaft bieten wir eine exklusive Auswahl an wohltuenden SPA-Behandlungen, die auf die Bedürfnisse von werdenden Mamas abgestimmt sind.

Kosmetik

Gesichtsbehandlung (Klein und fein, Klassisch, Intensiv), Aknebehandlung, klassische Gesichtsmassage, Energiepunkt-Gesichtsmassage, Pediküre, Maniküre.

Massagen

Mukabhyanga, Lymphdrainage, Fußmassage, Padabhyanga.

KIDS & TEENIES.

Für kleine Heldinnen & Helden.

Kids bis 10 Jahre

Gartenzwergmassage 10 Min / € 20

Gartenfee Maniküre mit Glitzer & Lack 30 Min / € 43

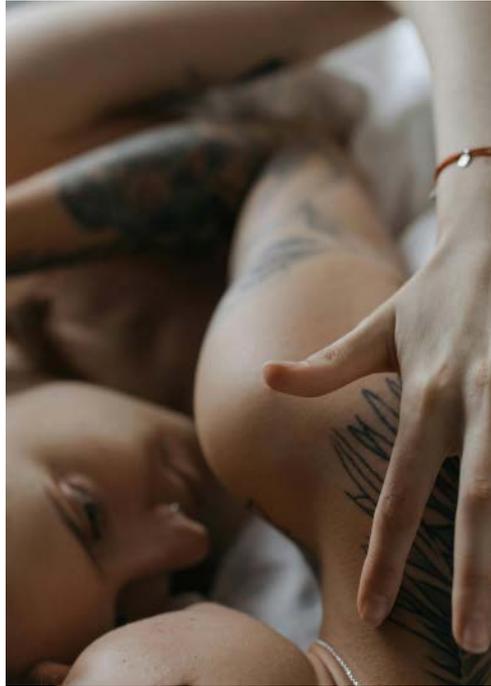
Gartenwichtel Gesichtspflege 20 Min / € 37

Teens bis 16 Jahre

Teenie Gesichtsbildung 35 Min / € 57

Abreinigung, selbstwärmender Meerschlam, kleine Massage, Tagespflege. Bei Bedarf Tipps für zu Hause.





Garten Spa Suite

ZEIT ZU ZWEIT.

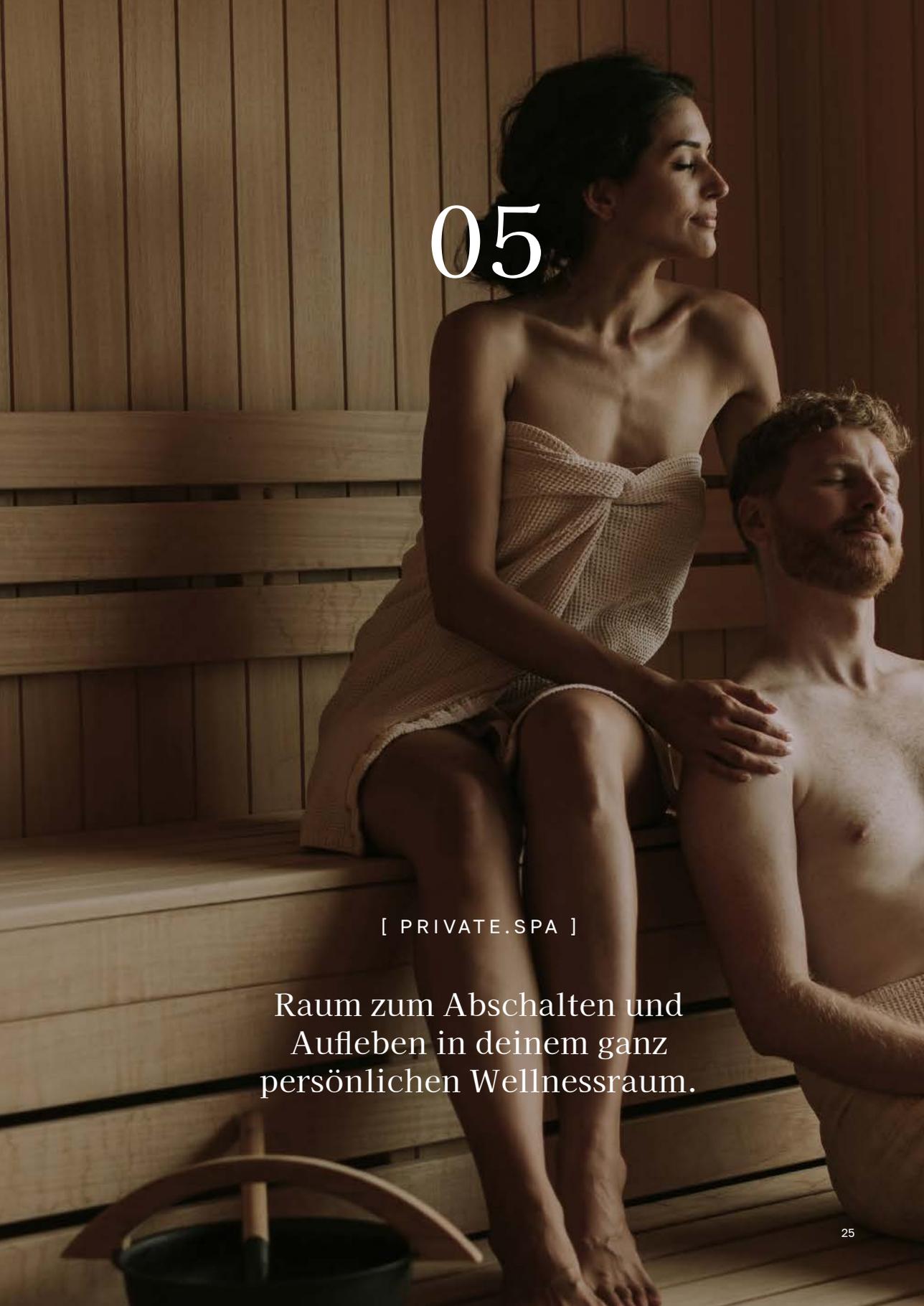
Für alle, die das Besondere suchen
In unserer exklusiven SPA-Oase erholsame
Stunden zu zweit genießen und den Luxus
eines privaten Rückzugsorts erleben.

- * Dampfsauna
- * Whirlpool-Badewanne für zwei
- * Massageliegen für Partner-
Behandlungen (extra zubuchbar)
- * luxuriöse Ruheoase
- * kleiner Privat-Garten

GartenSPA Suite € 180
100% Privatsphäre garantiert. 3 h

Zubuchbare Extras

Flasche Helden-Frizzante		€ 40
Flasche Champagner	0.75l	€ 109
Moet Brut Imperial	0.375l	€ 59
Fein garnierter Obstteller		€ 20
Schokogenusse		€ 12
Massagen lt. Angebot		



05

[PRIVATE.SPA]

Raum zum Abschalten und
Aufleben in deinem ganz
persönlichen Wellnessraum.

[PRIVATE.SPA]

GartenSPA.Erlebnis

€ 359
2 h 30 Min

Unvergessliches GartenSPA Erlebnis für Paare

- * Salzkräuterpeeling zur Hautreinigung und -revitalisierung
- * Dampfbad
- * Entspanntes Kirschessenzbad für Frische und Leichtigkeit
- * Wohltuende Antistressmassage mit Holunderblütenöl zur Verspannungslösung und inneren Ruhe
- * Nachruhe mit spritzigem Hugo und frischem Obst zur sinnlichen Erfrischung und vitaminreichen Stärkung

Freunde.Zeit

€ 270
1 h 40 Min

Das perfekte SPA Package für wertvolle Freunde.Zeit
Preis für 2 Personen

- * Beruhigende Heilerde Packung im Dampfbad zur Hautreinigung und Mineralversorgung
- * Energiepunkt-Gesichtsmassage zur Verspannungslösung und Durchblutungsförderung
- * Pflegende Gesichtsmaske für strahlende Haut
- * Verschiedene Duftöle zum selbst Einmassieren während des Nachruhens
- * Erfrischender Helden-Frizzante und köstliche Schokopralinen

Aufschlag weitere Person (max. 4)

+ € 90

Familien.Zeit

€ 260
1 h 30 Min

Ein besonderer Tag im PrivateSPA für die ganze Familie
Preis für max. 4 Personen

- * Start mit Kakao- oder Kaffeepeling im Dampfbad zur Haut- und Sinnesverwöhnung
- * Entspannende Whirlwanne mit Düften und Blubberblasen (nur für 2 Personen)
- * Auswahl an Duftölen für das Wohlbefinden
- * Erfrischender Helden-Frizzante für Erwachsene und prickelnder Kindersekt für Kinder
- * Abgerundet mit köstlichen Schoko-Obstspießen



Detox.Power

€ 288

2 h

Revitalisierende Detox-Behandlung für Paare

- * Start mit einem Detox Peeling im Dampfbad zur Hautreinigung und -revitalisierung
- * Meersalzbad zur Entschlackung und Förderung der Durchblutung
- * Entgiftende Meerschlam-Pinselmassage für einen strahlenden Teint
- * Pflege der Haut mit Detoxöl
- * Abgerundet mit einer Tasse Basentee zur Unterstützung des Entgiftungsprozesses

Wir.Zwei

€ 420

2 h 30 Min

Unvergessliches Erlebnis für Entspannung und Zweisamkeit

- * Start mit einem Rosenpeeling
- * Entspannung im Dampfbad für eine tiefenwirksame Hautreinigung
- * Duftendes Rosenbad zur weiteren Entspannung
- * Wohlfühlmassage mit Rosenöl
- * Nachruhe mit frischen Erdbeeren und einer Flasche Helden-Frizzante

Vier.Elemente

€ 424

2 h 30 Min

Ganzheitliche SPA-Behandlungen mit den vier Elementen: Erde, Wasser, Feuer, Luft

- * Start mit Salzölpeeling im Dampfbad
- * Revitalisierendes Meersalzbad zur Entspannung und Entgiftung
- * Elementmassage zur Wiederherstellung des inneren Gleichgewichts
- * Etwas ganz Besonderes zur Nachruhe: aromatischer Apfeltee und Wasserpfeife
- * Erinnerung in Form eines Kräutersäckchens, abgestimmt auf das gewählte Element

*Natürlich
anders.*

Hopfen & Malz

€ 258
2 h

Entspannende SPA-Behandlung, nicht nur für Bierliebhaber

- * Start im Dampfbad: Peeling mit natürlichem Jutesack
- * Revitalisierendes Bierbad zur Hautpflege mit Vitaminen und Mineralien
- * Wohltuende Fußmassage zur Verspannungslösung und Durchblutungsförderung
- * Ausklang mit einem Tyroler Imperial Zwickl Bier (0,33l) & einem frischen Schnittlauchbrot

Ziege trifft Zirbe

€ 398
2 h

Exklusive SPA-Behandlung – wohltuend & wirksam

- * Start mit Zirbensalzpeeling im Dampfbad
- * Entspannung im Waldkräuterbad
- * Intensive Pflege mit einer Körperpackung aus Ziegenbutter und Zirbenöl
- * Entspannende Energiepunkt-Gesichtsmassage
- * Genussreicher Abschluss mit Zillertaler Zirbenschnaps und einer herzhaften, kleinen Brettjause
- * Erinnerung in Form eines Zirbensäckchens mit duftenden Zirbenlocken

Kryo



[KRYO – KÄLTEKABINE]

Die neue Ergänzung unseres HELD SPA Programms. Nur wenige Minuten in der -85 °C Kryo-Kältekammer reichen aus, um die positiven Effekte in den Anwendungsbereichen Gesundheit, Schönheit und Sport zu erleben. Die extreme Kälte versetzt den Körper in einen positiven Stresszustand, was die Ausschüttung von Dopamin, Serotonin und Endorphinen zur Folge hat. Kältetherapie hilft Schmerzen zu lindern, versorgt die Muskeln mit Sauerstoff, stärkt das Immunsystem, unterstützt die Regeneration und fördert die Durchblutung.

Für die optimale Nutzung beraten wir dich gerne!

Bei gleichzeitiger Benutzung mit einer zweiten Person wird ein Aufpreis von € 25 verrechnet.

€ 47
1 Einheit

€ 132
3 Einheiten

€ 195
5 Einheiten

Hinweis: Die Blöcke sind nicht übertragbar.

Von Kopf bis Fuß



[KOMBI-BEHANDLUNGEN]

Energiepunkt-Gesichtsmassage & Ohrkerzenbehandlung	€ 76
Gesichtsbehandlung Klein und fein & Elementmassage	€ 168
Pediküre ohne Lack & Fußbad mit Fußmassage	€ 100
Gesichtsbehandlung Klein und fein & Vitalmassage	€ 142
Ganzkörpermassage & Energiepunkt-Gesichtsmassage	€ 114
Fußreflexzonenmassage & Teilmassage	€ 77
Klassische Gesichtsmassage & Teilmassage	€ 87

Hinweis: Die Behandlungen können auch auf mehrere Tage verteilt werden.

[ADULTS ONLY / 15+]

GartenSPA Sauna

Saunieren stärkt die Abwehrkräfte, lindert Atemwegserkrankungen und muskuläre Beschwerden. Gönn dir diese wohltuende Auszeit für deine Gesundheit.

HINWEIS: Der Saunabereich im GartenSPA ist aus gesundheitlichen und hygienischen Gründen textilfreie Zone. Wenn du dich bedeckt wohler fühlst, kannst du dein Saunaerlebnis in unserem FamilienSPA ganz entspannt in Badebekleidung genießen.

- * 60 m² Panorama-Aufgusssauna (~ 90°C)
- * Bio-Sauna (~ 60°C)
- * Dampfbad (~ 45°C)
- * Sauna-Dachgarten mit Tauchbecken und Sauna-Pool (textilfrei)
- * 3 Ruheräume mit traumhaften Ausblicken
- * Indoor-Pool mit Verbindung zum 25-Meter-Outdoor-Infinity-Sport Pool
- * Outdoor Sole-Relax-Pool
- * Großzügiger Biobadeteich mit Infinity-Feeling
- * Gartenanlage mit zahlreichen Relax-Oasen

FÜR DEINEN

Wohlfühlmoment

TERMINVEREINBARUNG

Um die gewünschten Behandlungen zum bevorzugten Zeitpunkt zu erhalten, empfiehlt es sich, Termine rechtzeitig vor der Anreise zu reservieren. Für telefonische Beratung und Terminvereinbarungen steht unser Team täglich von 07:30 bis 22:00 Uhr unter der Telefonnummer **+43 5288 62386 542** sowie per E-Mail an **beauty@held.at** zur Verfügung.

TERMINABSAGE

Sollte ein Termin nicht wahrgenommen werden können, wird um rechtzeitige Benachrichtigung gebeten. Eine kostenfreie Stornierung ist bis 24 Stunden vor Behandlungsbeginn möglich. Bei späterer Absage oder Nichterscheinen wird der vollständige Behandlungspreis in Rechnung gestellt.

VERSPÄTUNGEN

Leider ist es uns nicht möglich, bei verspäteter Ankunft die Behandlung über den vereinbarten Termin hinaus zu verlängern. Dies hat eine verkürzte Anwendungszeit zur Folge.

SCHWANGERSCHAFT

Bitte gib bei der Terminvergabe an falls du schwanger bist, da nicht alle Anwendungen für Schwangere geeignet sind.

GESUNDHEIT

Bitte informiere uns bei der Terminreservierung über bestehende Krankheiten oder ärztliche Behandlungen. Bei grip-palen Infekten oder Unwohlsein finden keine Behandlungen statt. In deinem eigenen Interesse bitten wir dich, nur ge-sund zu den Behandlungen zu kommen.

SAUNA

Die Saunalandschaft ist eine textilfreie Zone und wird aus gesundheitlichen sowie hygienischen Gründen ohne Badebekleidung genutzt. Wenn du dich in der Textilsauna wohler fühlst, bist du im FamilienSPA gut aufgehoben.

LIEGEN & RUHERÄUME

Unser SPA bietet großzügig Platz und ausreichend Liegeflächen für alle Gäste. Eine Reservierung der Liegen ist nicht erforderlich.

WAS MUSS ICH MITBRINGEN?

Während deines Aufenthalts stellen wir dir einen Bademantel und Handtücher zur Verfügung. Es empfiehlt sich, im Bademantel zu den Behandlungen zu kommen, außer bei Behandlungen, die in Kleidung durchgeführt werden. Bitte lass deinen Schmuck und Wertgegenstände im Zimmer und komm ungeschminkt zu den Behandlungen.

WIE VIEL ZEIT MUSS ICH EINPLANEN?

Bitte finde dich etwa 10 Minuten vor Behandlungsbeginn im SPA-Bereich ein und nimm im Wartebereich Platz, um dich in Ruhe auf die Anwendung einzustimmen. In den Behandlungszeiten sind 5 Minuten für das Ent- und Bekleiden eingeplant.

TEE-ECKE

Im Wellnessbereich erwarten dich ganztags eine vielfältige Teeauswahl sowie frisches Obst, Nüsse und Trockenfrüchte.

PSSSSST

Bitte verhalte dich im Wellnessbereich ruhig und betrete ihn nicht mit Straßenschuhen.

Der Natur so nah



[WELLNESS & BEAUTY]

Design by Format G



HELD

HOTEL & SPA

★★★★S

ZILLERTAL

Kleinbodenerstraße 6 | 6263 Fügen/Zillertal | Tel.: +43(5288)62386 | info@held.at | www.held.at