

# BEAUTY- & WELLNESSGUIDE

ASIAN<sup>®</sup>  
BEAUTY & SPA



  
alpina  
★★★★ superior  
alpendorf



## Inhalt Content

Spa Etikette <i>Spa etiquette</i> .....	05
Gesichtsbehandlungen für SIE <i>Facial Treatments for HER</i> .....	06
Gesichtsbehandlungen für IHN <i>Facial Treatments for HIM</i> .....	10
Kids Spa <i>Kids Spa</i> .....	12
Pflege für Hände und Füße <i>Care for Hands and Feet</i> .....	14
Einzelleistungen <i>Extra Treatments</i>	
Augen <i>Eyes</i> .....	15
Make-up <i>Make-up</i> .....	15
Depilation <i>Depilation</i> .....	15
Klassische Massagen <i>Classic Massages</i> .....	16
Fernöstliche Rituale <i>Far Eastern Rituals</i> .....	18
Ayurveda <i>Ayurveda</i> .....	19
Partnerbehandlungen <i>Couple Treatments</i> .....	20
Body Styling <i>Body Styling</i> .....	21
Körperbehandlungen <i>Body Treatments</i>	
Körperpeelings <i>Full Body Exfoliation</i> .....	22
Aroma- & Farbtherapie <i>Aroma &amp; Colour Therapy</i> .....	22
Körperpackungen <i>Body Wraps</i> .....	23
Verwöhnpakete <i>Beauty Packages</i> .....	24
Lagunenhallenbad <i>Indoor „Lagoon“ Swimming Pool</i> .....	26
Personal Training <i>Personal Training</i> .....	26
Vitalgarten & Saunalandschaft <i>Garden of Vitality &amp; Sauna Landscape</i> .....	27





## Spa Etikette Spa etiquette

### Wunschtermine

Um Ihre Wünsche erfüllen zu können, empfehlen wir eine frühzeitige Reservierung im ASIAN beauty & spa. Gerne beraten wir Sie bei der Zusammenstellung Ihres persönlichen Wohlfühlprogramms und bei der Auswahl der für Sie passenden Produkte.

### Beratung und Terminvereinbarung:

- › An der ASIAN beauty & spa - Rezeption
- › Per E-Mail: [beauty@alpina-alpendorf.at](mailto:beauty@alpina-alpendorf.at)
- › Per Telefon: +43 (0) 6412 / 8282-32  
Hotelgäste wählen bitte die Durchwahl 32

### Ihr Wohlbefinden

Um Ihre Behandlung zu einem gelungenen Erlebnis zu machen, informieren Sie uns bitte vorab über gesundheitliche Probleme und Einschränkungen.

Bitte weisen Sie uns auch auf eine bestehende Schwangerschaft hin, da in dieser besonderen Zeit nicht alle Behandlungen für Sie geeignet sind.

### Verspätungen und Stornierungen

Bitte haben Sie Verständnis, dass verspätetes Eintreffen – aus Rücksicht auf nachfolgende Gäste – zu einer Kürzung der Behandlungsdauer führt. Sollten Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, informieren Sie uns bitte mindestens 8 Stunden vor Behandlungsbeginn. Bei kurzfristigen Stornierungen verrechnen wir 60% des Behandlungspreises und bei Nichterscheinen ohne vorherige Absage sind die Kosten für die komplette Behandlung zu begleichen.

### Verhalten im Spa

Aus Rücksicht auf unsere anderen Gäste möchten wir Sie bitten, sich im gesamten Spa Bereich ruhig zu verhalten. Mobiltelefone und andere technische Geräte sind nur lautlos zu verwenden.

Für die kleinen Gäste unter 14 Jahren haben wir ein separates Familien-dampfbad mit passender Temperatur (ca. 33° C). Der Zutritt zum restlichen Saunabereich ist in Anbetracht möglicher negativen Auswirkungen auf die Gesundheit Ihrer Kinder nicht gestattet.

**Wir danken für Ihr Verständnis  
und wünschen Ihnen viel Vergnügen!**

### Spa appointment

*Experience total-body luxury at the ASIAN beauty & spa. Avoid disappointment and book your appointment today! Our competent staff is pleased to advise you on treatments and products most suited to your needs.*

### For consultations and reservations:

- › Please contact the ASIAN beauty & spa reception directly
- › By email: [beauty@alpina-alpendorf.at](mailto:beauty@alpina-alpendorf.at)
- › By phone: +43 (0) 6412 / 8282-32 or,  
if you are staying in the hotel, please dial extension 32

### Your Well-Being

*Your well-being is our highest priority! Please inform us in advance of pertinent health issues or handicaps; together we will devise a spa programme that best suits your needs.*

*Please also advise us if you are pregnant. We are pleased to suggest treatments that are suitable for you during this special time.*

### Delays and Cancellations

*Please be advised that appointment times will not be extended due to late arrival. If you need to cancel your appointment please be sure to inform us at least 8 hours before the arranged time. Cancellations made less than 8 hours in advance are subject to 60% cancellation fee. No-shows will be charged in full.*

### Spa behaviour

*Please behave considerately towards your fellow spa guests. Cell phones and other technical devices should be set to mute.*

*For guests under 14 years of age we offer a separate family steam room that has a temperature of about 33°C. Access to the remaining sauna area is not permitted due to the possible negative effects on the health of your children.*

**Thank you for your understanding.  
We wish you an enjoyable, relaxing stay!**



## Gesichtsbehandlungen für SIE Facial Treatments for HER



Entdecken Sie die exklusive Welt von SOTHYS und erleben Sie sinnliche Rezepturen für Schönheit von Kopf bis Fuß. Alle SOTHYS Produkte werden von einer hauseigenen Forschungsgesellschaft entwickelt. Ziel ist höchste Wirksamkeit bei optimaler Hautverträglichkeit. Eingesetzt werden natürliche Rohstoffe und biotechnologisch gewonnene Substanzen. Neueste Erkenntnisse der Wissenschaft werden umgehend in innovative Produkte umgesetzt.

Discover SOTHYS - a world of refined emotions and sensuality. All SOTHYS products are developed in-house to ensure you the finest in luxury skin care. Scientists at SOTHYS use bio-technology to improve products with refined, sensuous formulas for a positive, transformative effect on body and mind.



© SOTHYS/PRODUKT-BILD. © SOTHYS/FOTOGRAFIE JEAN-FRANÇOIS VERGANTI, MODEL OLIVIA DROUOT

### Sothys Basic

Abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse Ihrer Haut.  
Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Brauenkorrektur, Wirkstoffkonzentrat, Gesicht-, Hals- & Dekolletémassage, Maske, Abschlusspflege

### Sothys Basic

*Customised facial treatment designed to maintain a healthy complexion. Cleansing, peeling, deep cleansing, eyebrow correction, individual concentrate, face, neck and décolleté massage, mask, skin cream*

90 min | € 85.-

### Saisonale „Gourmet“-Behandlung

Eine auf die Jahreszeiten abgestimmte „Gourmet“-Behandlung. Gleicht die Anforderungen der Haut aus, die durch Hitze, Kälte und trockene Luft entstehen können. Wertvolle pflanzliche Inhaltsstoffe sorgen für Ausstrahlung und Wohlbefinden.  
Reinigung, Peeling-Maske, Brauenkorrektur, Gesicht-, Hals- und Dekolletémassage, Maske, Abschlusspflege

### Seasonal „Gourmet“ facial

*A gourmet mix of efficiency and sensuality. An original concept combining chronobiology and delicious flavours to reveal your skin's radiance, season by season. Precious herbal ingredients restore radiance and well-being.*

*Cleansing, peeling mask, eyebrow correction, face, neck and décolleté massage, mask, skin cream*

50 min | € 55.-

### Hydradvance

Innovatives Konzept zur Regeneration der Hautfeuchtigkeit. Hochkonzentrierte Inhaltsstoffe wirken stark durchfeuchtend und tragen dazu bei, die natürlichen Mechanismen zur Feuchtigkeitsversorgung zu reaktivieren.  
Reinigung, Peeling-Maske mit Tiefenwirkung, Brauenkorrektur, Hydra-Kompresse, Gesicht-, Hals- und Dekolletémassage, Hydra-Spezialmaske, Abschlusspflege

### Hydradvance

*Indulge your skin with this exceptional facial for immediate skin hydration and impressive long lasting results. Highly effect ingredients work to restore the skin's moisture and re-activate the skin's own moisturising mechanisms.*

*Cleansing, penetrating peeling mask, eyebrow correction, Hydra-Compress, face, neck and décolleté massage, Hydra Specialised Mask, skin cream*

80 min | € 85.-

### Collagène Hyaluronique

Intensive Anti-Aging Behandlung nach Maß. Abgestimmt auf den individuellen Grad der Hautalterung - Aktivstoffe wirken sofort und dauerhaft gegen die sichtbaren Zeichen der Zeit.  
Reinigung, Peeling-Maske, Brauenkorrektur, Hyaluron Booster, Gesicht-, Hals- und Dekolletémassage, Collagen Lifting Maske, Abschlusspflege

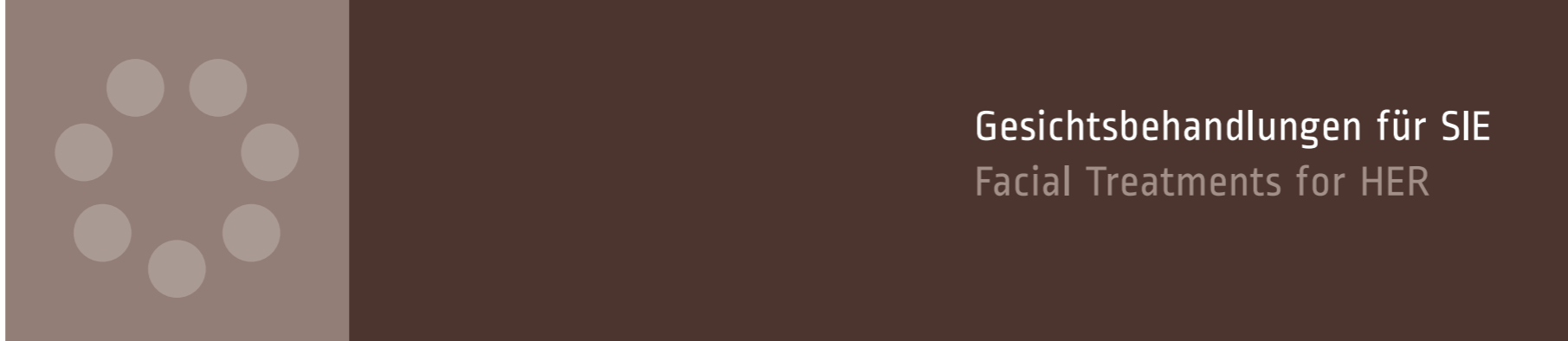
### Collagène Hyaluronique

*Turn back the hands of time with this intensive, customised anti-aging facial. Active ingredients such as peptides, anti-oxidants, firming collagen and hyaluronic filling agents work immediately and with long-lasting effect to reverse the visible signs of aging.*

*Cleansing, peeling mask, eyebrow correction, Hyaluron Booster, face, neck and décolleté massage, Collagen Lifting Mask, skin cream*

80 min | € 85.-





**T**auchen Sie ein in die faszinierende Welt von BIODROGA – für eine frische Ausstrahlung und neues Wohlbefinden. Das Beste aus Natur und Wissenschaft. BIODROGA vereint edelste Rohstoffe aus der Natur mit hocheffizienten High-tech-Komponenten. Erforscht, entwickelt und hergestellt in eigenen Labors und Produktionsstätten. Im Mittelpunkt der Gesichtspflege stehen die biotechnologischen Schönheitssysteme: individuelle Pflegeserien, speziell entwickelt für das jeweilige Hautbedürfnis.

*Submerge yourself in the fascinating world of BIODROGA – for a fresh glow and new sense of well-being. Nature and Science at their best. BIODROGA combines only the finest natural ingredients with extremely efficient, highly technical components. Researched, developed and produced at the BIODROGA laboratories, the BIODROGA skin care line focuses on biotechnological beauty systems: individual products that have been customised to your skin's individual needs.*



## Gesichtsbehandlungen für SIE Facial Treatments for HER

### Moisturizing Booster

Versorgt Ihre Haut optimal mit Feuchtigkeit. Trockenheitsfältchen werden gemildert und Ihre Haut wirkt frisch, klar und ebenmäßiger.

Reinigung, spezielle Schlamm-Maske mit Tiefenwirkung, Brauenkorrektur, Feuchtigkeits-Konzentrat, Gesichts-, Hals- und Dekolletémassage mit feuchtigkeitsspendender Algenmatrix, Maske, Abschlusspflege

### Moisturizing Booster

*Supplies your skin with just the right amount of hydration. Reduces lines caused by dryness. Your skin appears fresh, clear and even.*

*Cleansing, deeply penetrating mud-mask, eyebrow correction, moisture concentrate, face, neck and décolleté massage with moisturizing algae matrix, mask, skin cream*

60 min | € 62.-

### Oxygen Beauty

Wertvolle Inhaltsstoffe regen den Sauerstoffaustausch zwischen den Hautzellen an. Vitaminbooster stimulieren die Hautregeneration und schenken ihr mehr Leuchtkraft und Ausstrahlung. Müde, fahle Haut wirkt frisch und rosig-zart.

Reinigung, Peeling, Brauenkorrektur, Vitaminbooster- Konzentrat, Gesichts-, Hals- und Dekolletémassage, Maske, Abschlusspflege

### Oxygen Beauty

*Precious ingredients encourage inter-cell oxidation. Vitamin boosters stimulate skin regeneration and provide a more radiant complexion. Tired, sallow skin takes on a fresh, rosy glow.*

*Cleansing, peeling, eyebrow correction, vitamin booster-extract, face, neck and décolleté massage, mask, skin cream*

60 min | € 62.-

### Repair & Cell Protection

Einzigartige Formulierungen mit Wirkstoffen der neuesten Generation schenken der lichtgeschädigten Haut effektive Hilfe und bewahren sie vor den sichtbaren Folgen der UV Belastung. Die natürlichen Reparaturfunktionen werden gezielt unterstützt. Ihre Haut erhält mehr Spannkraft und wirkt vitaler und geschmeidiger.

Reinigung, Enzympeeling, Brauenkorrektur, Repair & Cell Konzentrat, Collagen Vliesmaske, Gesichts-, Hals- und Dekolletémassage, Abschlusspflege

### Repair & Cell Protection

*Sun damage adieu. This unique new-generation formula guards against the effects of UV rays and supports the skin's natural ability for self-repair. Your skin takes on a resilient, supple vitality.*

*Cleansing, enzyme peeling, eyebrow correction, Repair & Cell Serum, collagen mask pad, face, neck and décolleté massage, skin cream*

90 min | € 90.-

### Exquisite Golden Caviar

Edler Kaviarextrakt für die luxusverwöhnte Haut. Genießen Sie von der Ampulle, über die Massage mit Javentinstempeln bis hin zur zart schmelzenden Maske die hochkarätigen Wirkstoffe und die edlen Verwöhntexturen. Ein absolutes Wohlfühlerlebnis für ein seidiges, gefestigtes Hautbild.

Reinigung, Peeling, Brauenkorrektur, Caviar Konzentrat, Wohlfühl-Massage mit Javentinstempeln, Gesichts-, Hals- und Dekolletémassage, Maske, Abschlusspflege

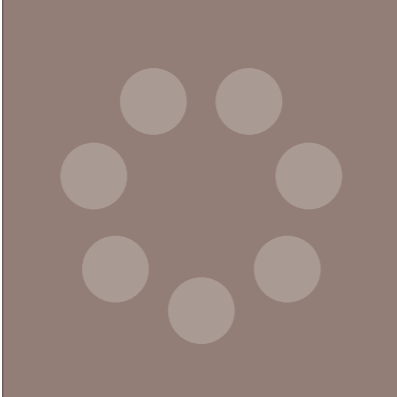
### Exquisite Golden Caviar

*Precious caviar extracts for luxurious skin. Experience high quality ingredients and sumptuous textures administered through javentin pouches and a languorous mask. Silky firm skin is just a step away.*

*Cleansing, peeling, eyebrow correction, caviar concentrate, luxurious massage with javentin pouches, face, neck and décolleté massage, mask, skin cream*

90 min | € 95.-





## Gesichtsbehandlungen für IHN Facial Treatments for HIM



**S**tress, Müdigkeit, Umweltverschmutzung, die Strapazen der Rasur – Männerhaut ist täglich zahlreichen Belastungen ausgesetzt. Umso wichtiger ist die richtige Pflege. Entdecken Sie unsere speziell auf die Männerhaut abgestimmten Pflegebehandlungen.

*Stress, tiredness, pollution, shaving – men's skin requires care and attention.  
Discover the special treatments suited to the needs of men's skin.*



### Sothys Homme

Anti-Stress Behandlung für das Gesicht. Abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse – zur Feuchtigkeitsversorgung, Entschlackung und gegen Falten. Reinigung, Peeling-Maske mit Tiefenwirkung, revitalisierende Kopfmassage, Brauenkorrektur, Pflegeampulle, Gesichtsmassage, Spezial Duo-Maske, Abschlusspflege

### Sothys Homme

*This Anti-Stress Facial is customised to rehydrate, cleanse and reduces fine lines and wrinkles.*

*Cleansing, penetrating peeling mask, revitalizing head massage, eyebrow correction, skin care ampoule, facial massage, special duo-mask, skin cream*

60 min | € 65.-

inklusive Tiefenreinigung / including deep cleansing 90 min | € 85.-

### Biodroga Gentleman Hydration

Ein einzigartiges Zusammenspiel leistungsstarker Wirkstoffe für feuchtigkeitsarme Männerhaut. Optimierte das Feuchtigkeitsniveau, mildert Trockenheitsfältchen, fördert die Hautelastizität und wirkt belebend. Reinigung, Peeling, Brauenkorrektur, intensives Feuchtigkeitskonzentrat, Gesichtsmassage, Maske, Abschlusspflege

### Biodroga Gentleman Hydration

*A unique interaction of effective ingredients for moisture-starved skin. Optimises hydration, reduces lines and wrinkles caused by dryness, encourages elasticity and rejuvenates tired, sallow skin.*

*Cleansing, peeling, eyebrow correction, intensive moisture serum, facial massage, mask, skin cream*

60 min | € 62.-

### Biodroga Anti-Aging Men Power

Friskick für das Gesicht. Gezielte Behandlung für müde und gestresste Männerhaut mit nachlassender Spannkraft. Mildert Linien und Fältchen, strafft die Konturen und gibt ein frisches, vitales Aussehen. Reinigung, Peeling, Brauenkorrektur, straffendes Konzentrat, Collagen Vliesmaske, Akupressur-Massage, Abschlusspflege

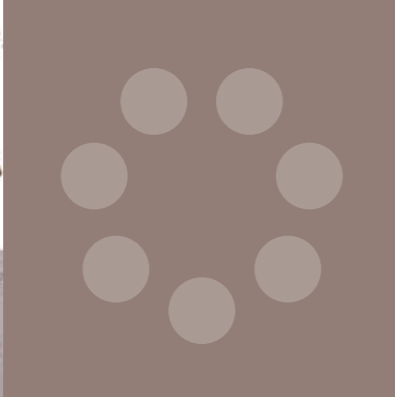
### Biodroga Anti-Aging Men Power

*The wake-up call for tired skin. This facial targets the special needs of stressed male skin suffering from diminished elasticity. Reduces fine lines and wrinkles, firms contours and gives the skin a fresh vital appearance.*

*Cleansing, peeling, eyebrow correction, firming concentrate, collagen mask, acupuncture massage, skin cream*

60 min | € 62.-





# Kids Spa

## Kids Spa



Für Kinder bis einschließlich 15 Jahre  
For children 15 years of age and younger

### Kids Power

Aroma- und Farbtherapie in der Asia Perlenmuschel mit sanfter Rückenmassage.

#### *Kids Power*

*Aroma and Colour Therapy in the Asia Pearl Shell with gentle back massage.*

25 min | € 20.-

### Bubble Massage

Duftende Schaumflocken erwarten Dich bei einer pflegenden Seifenschaummassage.

#### *Bubble Massage*

*Aromatic bubbles are the highlight of this enjoyable soap-bubble massage.*

25 min | € 25.-

### Entspannungsmassage

Sanfte und beruhigende Ganzkörpermassage.

#### *Relaxing Massage*

*Gentle, soothing full-body massage.*

25 min | € 28.-

### Schokoladenmassage

Kinderträume werden wahr! Umhüllt von zart schmelzender, duftender Schokolade erlebst Du eine Entspannungsmassage der besonderen Art.

#### *Chocolate Massage*

*A child's dream come true! Experience a relaxing massage enveloped in sweet melting chocolate.*

40 min | € 49.-

### Maniküre

Auf Wunsch mit Lack.

#### *Manicure*

*With nail polish on request.*

25 min | € 24.-

### Schnupper-Gesichtsbehandlung

Reinigung, Peeling, Maske, Tagespflege

#### *Your First Facial*

*Cleansing, peeling, mask, day cream*

25 min | € 30.-

### Reinigungs-Intensivbehandlung

Gesichtsbehandlung für die junge, zu Unreinheiten neigende Haut.

#### *Deep Cleansing Treatment*

*Facial treatment for young, acne-prone skin.*

60 min | € 50.-





## Pflege für Hände & Füße Care for Hands and Feet



## Einzelleistungen Extra Treatments



**Maniküre**  
*Manicure* 45 min | € 35.-

**Wellness Maniküre**  
inkl. Handbad, Peeling, Paraffinbad & Massage

**Wellness Maniküre**  
*incl. hand bath, peeling, paraffin bath & massage* 70 min | € 55.-

**Pediküre**  
*Pedicure* 45 min | € 35.-

**Wellness Pediküre**  
inkl. Fußbad, Peeling, Paraffinbad & Massage

**Wellness Pediküre**  
*incl. foot bath, peeling, paraffin bath & massage* 70 min | € 55.-

**Lackieren**  
*Polish* € 5.-

**French Lackieren**  
*French Polish* € 10.-



### Augen | Eyes

**Augenbrauenkorrektur**  
*eyebrow correction* € 7.-

**Augenbrauen färben**  
*eyebrow tint* € 9.-

**Wimpern färben**  
*eyelash tint* € 12.-

**Augenbrauen & Wimpern färben**  
*eyebrow & eyelash tint* € 17.-

### Make-up | Make-up

**Tages-Make-up**  
*Daytime* € 25.-

**Abend-Make-up**  
*Evening* € 30.-

### Depilation | Depilation

**Beine komplett**  
*Full leg* € 48.-

**Beine bis Knie**  
*Half leg* € 30.-

**Bikinizone**  
*Bikini* € 15.-

**Achsel**  
*Under arm* € 15.-

**Kinn**  
*Chin* € 9.-

**Oberlippe**  
*Lip* € 9.-

**Brust & Bauch**  
*Full Chest* € 48.-

**Rücken**  
*Back* € 48.-



© ISTOCKPHOTO.COM ARTSUS, INCAVANOVA, © SOTHIS/INAGELLACK





## Klassische Massagen Classic Massages



**Teilkörpermassage**  
*Partial Body Massage* 25 min | € 31.-

**Ganzkörpermassage**  
*Full Body Massage* 50 min | € 53.-

**Intensive Kopf-, Schulter- & Nackenmassage**  
*Intensive Head, Shoulder & Neck Massage* 25 min | € 33.-

**Sportmassage**  
Kräftige Rücken- oder Beinmassage  
zur Lockerung verspannter Muskelpartien.

**Sports Massage**  
*Vigorous back or leg massage  
to ease tight muscles.* 25 min | € 33.-

**Entstauungsmassage**  
Leichte Massage mit kühlendem Balsam für müde Beine.

**Massage for Tired Legs**  
*Light massage with cooling balsam for tired legs.* 25 min | € 33.-

**Fußreflexzonenmassage**  
Durch gezielte Behandlung der Reflexzonen werden die natürlichen  
Körperfunktionen und die Selbstheilungskräfte stimuliert.

**Foot Reflexology Massage**  
*Targeted treatment of the foot's reflex zones stimulates various  
natural functions of the body and encourages self-healing.*

25 min | € 33.-

**Kombimassage**  
Teilkörpermassage mit anschließender Fußreflexzonenmassage.

**Combi-Massage**  
*Partial body massage followed by foot reflexology massage.*

50 min | € 60.-

**Gesichtsmassage**  
Entspannende Massage für Gesicht, Hals und Dekolleté.

**Facial Massage**  
*Relaxing massage for face, neck and décolleté.* 25 min | € 35.-

**Wellnessmassage**  
Ganzkörpermassage mit entspannender Gesichtsmassage.

**Wellness Massage**  
*Full-body massage with relaxing face massage.* 55 min | € 60.-

**Aroma-Massage**  
Entspannungsmassage mit erwärmten Duftessenzen – für geschmeidi-  
ge, zart parfümierte Haut und ein unvergleichliches Wohlgefühl.

**Aroma Massage**  
*Relaxing massage with warm, aromatic extracts – leaves you with  
smooth, supple, perfumed skin and an incomparable sense of well-  
being.*

25 min | € 34.-  
50 min | € 59.-

**Magnetfeldtherapie**  
Aktive Gesundheitsprävention mit Magnetresonanzsystem.  
Mit Hilfe eines richtig dosierten, pulsierenden Energiefeldes lassen sich  
die körpereigenen Energiefelder verstärken. Der Zellstoffwechsel wird  
beschleunigt und die Zellenergie nimmt zu. Besonders zu empfehlen in  
Verbindung mit einer Massage.

**Magnetic Field Therapy**  
*Magnet resonances work effectively to prevent illness.  
With the help of properly dosed, pulsing energy fields, the body's own  
energy fields are strengthened. Metabolic rate and cell energies are  
increased. Enjoy this rejuvenating treatment in combination with a  
massage of your choice.*

8 min | € 6.-  
16 min | € 11.-  
24 min | € 15.-





## Fernöstliche Rituale Far Eastern Rituals



## Ayurveda Ayurveda



### Orientzeremonie

Belebendes Pflegeritual für die Sinne. Nach einem duftenden Peeling genießen Sie eine wohltuende Massage mit Aromastempeln, die in einer Mischung aus warmen Ölen und orientalischen Gewürzen getränkt sind.

#### Oriental Ceremony

*Awakening care-ritual for the senses. Following an aromatic exfoliation you will be treated to a relaxing massage with fragrant pouches that have been saturated in warm oils and oriental spices.*

60 min | € 67.-

### Hanakasumi

Eine erholsame und regenerierende Körperbehandlung, inspiriert von der japanischen Badezeremonie. Ein spezielles Körperpeeling, eine entspannende Fußmassage und wohltuende Streichungen mit pflegender Karité Butter entführen Sie in das Land der Kirschblüte.

#### Hanakasumi

*A relaxing, refreshing full-body treatment, inspired by the Japanese bathing ritual. Let us transport you to the land of cherry blossoms with this combination of full-body exfoliation, relaxing foot massage and gentle stroking massage. Moisturising carité butter leaves the skin strong and supple.*

60 min | € 62.-

### Balinesische Massage

Ein Zeremoniell aus fließenden Bewegungen und intensiven Knetungen. Angenehme Streichungen, Dehnungen und Drückungen dieser vitalisierenden Massage lösen Blockaden und wirken sich positiv auf den Energiefluss aus. Erleben Sie eine innere Verbundenheit von Körper und Geist.

#### Balinese Massage

*A ceremony of flowing movements and intensive kneading. Pleasant stroking, stretching and pressing manipulations promote the free flow of the body's energy fields and remove blockages. The result is total well-being in body and mind.*

75 min | € 90.-

### Hot Stone Ganzkörpermassage

Beruhigend, ausgleichend und reaktivierend. Heiße Steine gleiten sanft über Ihren Körper, Verspannungen werden gelöst und Sie erfahren ein angenehmes Wohlgefühl. Die positiven Energien dieser Massage können Stress und innere Unruhe vermindern.

#### Hot Stone Full Body Massage

*Relaxing, balancing and re-activating. As the hot stones glide smoothly over your body, tensions are released and you become aware of a pleasant sense of well-being. The positive energies produced by this massage are known to reduce stress and inner anxieties.*

75 min | € 90.-

### Tropical Bamboo Massage

Exotische Wohlfühlbehandlung mit Powerwirkstoffen. Erleben Sie die innovative Bambusmassage mit pflegendem Massagewachs. Verspannungen werden gelöst, die Elastizität der Haut wird verbessert und das Hautbild wirkt straffer. Die abschließende Cashmere Körperpackung schenkt intensive Feuchtigkeit und eine seidig-zarte Haut.

#### Tropical Bamboo Massage

*Exotic treatment with powerful ingredients. Experience an innovative bamboo massage using hydrating massage wax. This treatment reduces tension and increases the skin's elasticity giving you a younger, firmer appearance. The cashmere body pack used as the final step of this treatment has a strong, moisture-giving effect; the result is silky smooth skin.*

90 min | € 92.-

Ayurveda, die „Wissenschaft vom langen und gesunden Leben“, ist eine jahrtausendealte Heilkunst aus Indien, welche alle Lebensbereiche umfasst. Ziel ist die Balance von Körper und Geist, und diese stets zu erhalten.

*Ayurveda, "the science of a long and healthy life," is a holistic healing method that has been practiced in India for thousands of years. Encompassing all areas of life, Ayurveda aims to bring body and mind into balance.*

### Abhyanga „Die große Einölung“

Ayurvedische Ganzkörperölstreichung mit warmem Sesamöl - fördert das ganzheitliche Wohlbefinden und regt den Stoffwechsel an.

#### Abhyanga – the oil massage

*Ayurvedic full-body stroking with warm sesame oils – encourages complete well-being and increases metabolism.*

75 min | € 90.-

### Shiroabhyanga

Ayurvedische Kopf- und Nackenmassage. Im Ayurveda wird der Kopf als „Tor des Himmels“ bezeichnet. Die Shiroabhyanga hilft, den Kopf wieder frei zu bekommen und ermöglicht Ihnen Tiefenentspannung.

#### Shiroabhyanga

*Ayurvedic head and neck massage. Ayurveda designates the head as the "gateway to heaven". Shiroabhyanga helps us free the mind which in turn increases energy flow and opens us up to deep relaxation.*

40 min | € 55.-

### Padabhyanga

Ayurvedische Fuß- und Beinmassage – kann Schlafstörungen und Nervosität lindern.

#### Padabhyanga

*Ayurvedic foot and leg massage – also known to relieve sleeplessness and anxiety.*

30 min | € 45.-

### Garshan Seidenhandschuhmassage


Die aus dem Ayurveda stammende Trockenmassage mit Rohseidenhandschuhen stimuliert den Stoffwechsel und das Lymphsystem. Bei regelmäßiger Anwendung wirkt sie gegen Cellulite und hat gleichzeitig einen sanften Peelingeffekt.

#### Garshan Silk Glove Massage

*This Ayurvedic dry massage is performed using a glove of raw silk. It is known to stimulate both the metabolic and lymph systems. Done regularly, this treatment is effective against cellulite and also has a light exfoliating effect.*

25 min | € 31.-





## Partnerbehandlungen Couple Treatments

### Massage für Zwei

Genießen Sie eine entspannende Wellnessmassage gemeinsam mit Ihrem Partner.

#### Couples Massage

*Treat yourself and your beloved to a wellness massage.*

55 min | € 120.-

### Tropisches Monsunbad

Begeben Sie sich in eine kleine Oase der Entspannung. Umhüllt von einem feucht-warmen Nebel wird Ihre Haut aufnahmefähiger und kann die Wirkstoffe der von Ihnen ausgesuchten Körperpackung optimal aufnehmen.

#### Tropical Monsoon Bath

*Submerge yourself in an intimate oasis of well-being. Enjoy this treatment enveloped in a warm, humid cloud which opens the pores and increases the skin's ability to absorb the special ingredients contained in the wrap of your choice.*

Preis für 2 Personen / rate for couples 50 min | € 75.-  
Preis für Einzelbehandlung / rate for singles 50 min | € 55.-

### Hanakasumi für Zwei

Eine erholsame und regenerierende Körperbehandlung, inspiriert von der japanischen Badezeremonie. Ein spezielles Körperpeeling, eine spannende Fußmassage und wohltuende Streichungen mit pflegender Karité Butter entführen Sie in das Land der Kirschblüte.

#### Hanakasumi for Couples

*A relaxing, refreshing full-body treatment, inspired by the Japanese bathing ritual. Let us transport you to the land of cherry blossoms with this combination of full-body exfoliation, relaxing foot massage and gentle stroking massage. Moisturising carité butter leaves the skin strong and supple.*

60 min | € 124.-

### Trilogie der Sinne

Lassen Sie sich fallen und erleben Sie die sorgsam aufeinander abgestimmten Wohlfühlerlebnisse. Zur Einstimmung auf die Behandlung erwartet Sie ein mildes Aromadampfbad. Für das anschließende Sprudelbad stehen Ihnen verschiedene Düfte zur Verfügung- wählen Sie Ihren Favoriten. Die nun folgende sanfte Peelingmassage auf der warmen Hammliege schenkt ein unvergleichlich sanftes Hautgefühl. Ein erfrischender Vitaldrink auf original japanischen Reisbetten rundet das Erlebnis ab.

#### Trilogy for the Senses

*Three ritual treatment steps will take you on a journey of the senses. We begin with a mild aroma steam bath. Next you will spend time relaxing in an aromatic whirlpool, enhanced with your favourite fragrance. Now, while relaxing on a warm hamam chaise, you will be pampered with a gentle exfoliating treatment. Relax and rejuvenate with a refreshing drink served as you relax on original Japanese rice beds to finish off.*

Preis für 2 Personen / rate for couples 90 min | € 109.-  
Preis für Einzelbehandlung / rate for singles 90 min | € 79.-



## Body Styling Body Styling

### Terra Vit-Ganzkörperwickel

Durch die natürlichen Inhaltsstoffe wie Mineralien, Salze, Heilerde und Bodenextrakte wird der Körper sofort entgiftet, entsäuert und entschlackt. Der Terra Vit-Ganzkörperwickel aktiviert das Lymphsystem und fördert die Ausscheidung von Giftstoffen. Das Bindegewebe wird gereinigt und gefestigt.

#### Terra Vit Full-Body Wrap

*Experience the deep, satisfying cleansing brought about by natural ingredients such as minerals, salts, healing clay and soil extracts. The Terra Vit Full-Body Wrap activates the lymph system and encourages the body's natural detoxification process. Connective tissues are cleansed and strengthened.*

90 min | € 110.-

### Teilkörper-Bandagenwickel

Abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse – straffend, entschlackend, zur Gewichtsreduktion oder gegen Cellulite.

#### Partial Body Bandage Wrap

*Customised wrap suited to your needs: firming, detoxifying, to help with weight reduction or reduce the effects of cellulite.*

60 min | € 60.-

### Silhouette

Anti Cellulite Behandlung. Eine kombinierte Peeling Packung, gefolgt von einer intensiven Massage mit speziellen Konzentraten. Pflegt Ihre Haut und lässt sie glatter erscheinen.

#### Silhouette

*Anti-cellulite treatment. A combination of exfoliation and wrap followed by an intensive massage with special extracts. Excellent skin care treatment that forms the silhouette and leaves you with a smoother appearance.*

75 min | € 75.-

### Straffende Aroma-Algen Behandlung

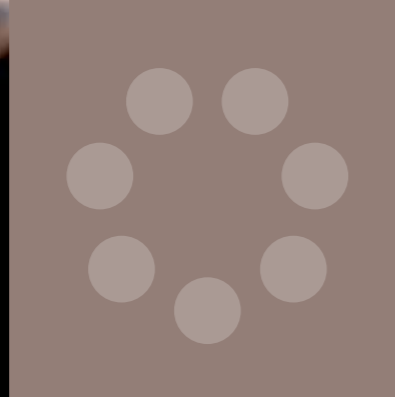
Powerprogramm für eine straffere Haut mit Meersalz und Algenextrakten. Nach einem anregenden Meersalzpeeling genießen Sie eine entspannende Massage mit straffenden Ölen. Die abschließende Aroma-Algen Körperpackung wirkt entschlackend und vitalisiert die Hautfunktionen.

#### Firming Aroma-Algae Treatment

*Power programme for firmer skin with sea salt and algae extracts. We begin with a sea-salt exfoliation and follow immediately with a relaxing massage using firming oils. To conclude, we will be using an aroma algae body wrap to rejuvenate and vitalize the skin's natural defenses.*

80 min | € 79.-





# Körperbehandlungen Body Treatments



## Körperpeelings Full Body Exfoliation

### Salz-Öl-Peeling

Überschüssige Hautpartikel werden entfernt und die Haut fühlt sich herrlich weich an. Zudem wirkt das atlantische Meersalz entschlackend und der Stoffwechsel wird angeregt.

### Salt-Oil Exfoliation

*Dead skin cells are removed in long strokes leaving your skin polished and silky smooth. Atlantic sea salt has a detoxifying effect and increases metabolism.*

25 min | € 29.-

### Aroma-Peeling

Ein aromatisiertes, sanftes Körperpeeling mit Zucker und Salz für eine wunderbar zarte und dezent duftende Haut. Wählen Sie Ihren Lieblingsduft.

### Aroma Exfoliation

*An aromatic, gentle full-body exfoliation involving sugar and salt leaving your skin smooth and gently fragrant. Choose from our range of fragrances.*

25 min | € 29.-

Körperpeelings eignen sich hervorragend zur Vorbereitung auf eine Körperpackung in der Asia Perlenmuschel.

*Prepare your skin for the pampering body wrap in the Asia Pearl Shell to come.*

## Aroma- und Farbtherapie in der Asia Perlenmuschel Aroma and Colour Therapy in the Asia Pearl Shell

Gebettet auf einem warmen Wasserbett genießen Sie eine sanfte Membranmassage zu beruhigenden Klängen, sanften Farbwechseln und angenehmen Aromen.

*Trough the wonderful combination of a membrane massage with aroma, colour and sound therapy you will find yourself transported to an oasis of relaxation.*

25 min | € 20.-

## Körperpackungen in der Asia Perlenmuschel Body Wraps in the Asia Pearl Shell

### Meeresalgen

Algen wirken entschlackend, entwässernd und entgiftend. Der hohe Jodanteil regt den Zellstoffwechsel und die Durchblutung an. Der Fettabbau im Gewebe wird unterstützt, Ihre Hautoberfläche wirkt fester und straffer.

### Sea Algae

*Algae is a powerful full-body cleanser with purging, detoxifying effects on the system. Its high iodine content helps to reduce water retention and increase the rate of cell metabolism and blood circulation. Subcutaneous fat is reduced leaving a firmer, more toned appearance.*

50 min | € 55.-

### Moor

Moor wird zur Linderung von rheumatischen Beschwerden, Muskelverspannungen und Gelenksabnützungen eingesetzt. Es hat eine besondere Tiefenwirkung, welche sich positiv auf Muskeln und Gelenke auswirkt.

### Mud

*Mud or peat is known to be effective in reducing pain caused by rheumatism, muscle tension and joint abrasion. The heat produced by mud penetrates deeply making it an effective and widely used method for treating muscles and joints.*

50 min | € 55.-

### Heilkreide

Heilkreide wird bei Hautirritationen, rheumatischen Beschwerden und zur Entschlackung verwendet. Darüber hinaus werden die Durchblutung und der Stoffwechsel im gesamten Körper angeregt.

### Healing Chalk

*Healing chalk treatments stimulate circulation and metabolism and can help with tension, diseases of the joints, rheumatism and problem skin.*

50 min | € 55.-

### Cashmere

Wertvolle Inhaltsstoffe dieser Cremepackung verleihen Ihrer Haut intensive Feuchtigkeit und einen unwiderstehlichen Duft. Ihre Haut wirkt seidig-zart.

### Cashmere

*Intensely moisturizing and pleasantly aromatic, the precious ingredients of this creamy wrap leave your skin silky smooth and a joy to touch.*

50 min | € 55.-





## Verwöhnpakete | Beauty Packages



Package 1 | € 78.-

### Wohlfühl

- › Aroma- und Farbtherapie
- › Teilkörpermassage
- › Gesichtsmassage

### Sense of Well-Being

- › Aroma and Colour Therapy
- › Partial Body Massage
- › Facial Massage



Package 2 | € 144.-

### Von Kopf bis Fuß für SIE

- › Aroma-Peeling
- › Maniküre
- › Pediküre
- › Biodroga Gesichtsbildung 60 Min.

### From Head to Toe for HER

- › Aroma Exfoliation
- › Manicure
- › Pedicure
- › Biodroga Facial Treatment 60 min.



Package 3 | € 160.-

### Von Kopf bis Fuß für IHN

- › Salz-Öl-Peeling
- › Ganzkörpermassage
- › Maniküre oder Pediküre
- › Biodroga Gesichtsbildung 60 Min.

### From Head to Toe for HIM

- › Salt-Oil Exfoliation
- › Full Body Massage
- › Manicure or Pedicure
- › Biodroga Facial Treatment 60 min.



Package 4 | € 180.-

### Zeit für Verliebte [2 Tage]

- › Hanakasumi für Zwei
- › Tropisches Monsunbad

### Time for Lovers [2 days]

- › Hanakasumi for Couples
- › Tropical Monsoon Bath



Package 5 | € 128.-

### Hautgefühl

- › Aroma-Peeling
- › Körperpackung nach Wahl
- › Aroma-Massage 50 Min.

### Beautiful Skin

- › Aroma Exfoliation
- › Body Wrap of your choice
- › Aroma Massage 50 min.



Package 6 | € 152.-

### Verwöhntag

- › Aroma-Peeling
- › Körperpackung nach Wahl
- › Sothys Basic Gesichtsbildung für SIE oder für IHN 90 Min.

### Day of Beauty

- › Aroma Exfoliation
- › Body Wrap of your choice
- › Sothys Basic Facial Treatment for HER or for HIM 90 min.

## Verwöhnpakete | Beauty Packages



Package 7 | € 228.-

### Körpergefühl [3 Tage]

- › Salz-Öl-Peeling
- › Terra Vit-Ganzkörperwickel
- › Meeresalgen Körperpackung
- › Teilkörper-Bandagenwickel

### Beautiful Body [3 days]

- › Salt-Oil Exfoliation
- › Terra Vit Full Body Wrap
- › Sea Algae Body Wrap
- › Partial Body Bandage Wrap



Package 8 | € 94.-

### New Life

- › Maniküre
- › Pediküre
- › Gesichtsmassage

### New Life

- › Manicure
- › Pedicure
- › Facial Massage



Package 9 | € 60.-

### Kids Schnupper Spa

- › Aroma- und Farbtherapie
- › Schokoladenmassage

### Spa Introduction for Kids

- › Aroma and Colour Therapy
- › Chocolate Massage



### Gutscheine

Schenken Sie Verwöhnmomente!  
Ein Wellness-Gutschein vom  
ASIAN beauty & spa.

### Gift voucher

The special present!  
A wellness voucher for the  
ASIAN beauty & spa.





# Wohlfühlen, Relaxen und Genießen – vom ersten Augenblick an

## A sense of well-being and relaxation from the first moment on



### Lagunenhallenbad

Tauchen Sie ein in das Wohlbefinden für Körper, Geist und Seele in unserem wohltemperierten Lagunenhallenbad mit Sonnenkuppel und zahlreichen Wasser-Attraktionen wie Wasserfall, Bodensprudel, Massagedüsen und Whirlpool.

An warmen Tagen lockt unsere große, gepflegte Panorama-Liegewiese alle Sonnenanbeter. Sonnenschirme und Liegen stehen hier selbstverständlich ausreichend zur Verfügung. Badetücher finden Sie im „Badekörber!“ auf Ihrem Zimmer. Ein separater Kinderpool mit Minirutsche sorgt bei den ganz Kleinen für grenzenlosen Badespaß. Wassertemperatur: ca. 30°C

### Indoor „Lagoon“ Swimming Pool

*What could be better than a dip in the pool after a long day on the slopes or a hike up to Ghost Mountain? Submerge yourself in our pleasantly warm “Lagoon” Indoor Swimming Pool; gaze up at the stars through the glass roof and have fun with water attractions such as the waterfall, floor jets or whirlpool!*

*Visit our large, well-groomed Panorama Guest Garden with guest umbrellas and sunbeds. Bath towels can be found in the “Bathing Basket” in your hotel room. Our youngest guests can have hours of fun in the separate wading pool with its very own mini-slide. Water temperature: about 30°C.*

### Kursprogramm mit Fitness- & Vitaltrainer | Fitness and vital classes

Gesundheitskurse, Ausdauer & Trendsportarten, Powerkurse, Stretching & Relaxing, Schwangerschaftsgymnastik Health Classes, Endurance Training & Popular Sports, Power Classes, Stretching & Relaxing, Prenatal Exercise Classes

### Personal Training | Personal Training

Im Gegensatz zum Kurstraining konzentriert sich der Trainer beim Personal Training ganz auf Sie. Im Rahmen einer Vorbesprechung werden wir gemeinsam Ihre Ziele definieren, um im Training maximale Erfolge zu erreichen. *In addition to the fitness classes we offer Personal training where the programme is customized to your special needs. Before your first session we will meet personally to discuss your training objectives. The goal is to maximize the training potential of every exercise.*

60 min | € 70.-



### Vitalgarten & Saunalandschaft

**Soledampfbad** mit fein gelösten Meersalzsolen. Ideal zur Regeneration des gesamten Atmungsapparates und der Haut. Temperatur: ca. 40°C

**Aroma Dampfbad** mit 95% Luftfeuchtigkeit. Besonders geeignet bei Muskelverspannungen und Verköhlung. Temperatur: ca. 50°C

**Kräutersauna** mit diversen Kräuterextrakten – Ideal zum Entspannen oder für Saunaanfänger. Temperatur: ca. 60°C

**Stubensauna** – die urige Holzsauna wärmt durch die Wärmespeicherung im Holz von allen Seiten gleichermaßen. Temperatur: ca. 80° - 90°C

**Finnische Sauna** Der Steinofen wird Sie ordentlich ins Schwitzen bringen. Dies wirkt hautreinigend und durchblutungsfördernd. Hier finden mehrmals wöchentlich geführte Saunaaufgüsse statt! Temperatur: ca. 90° - 100°C

**Infrarotkabine** Wirkt tiefenwärmend. Sehr gut bei Verspannungen und zur Vorbeugung von Erkältungen.

**Familiendampfbad** – die Wellnessoase für die kleinen Gäste. Temperatur: 33°C

### Garden of Vitality and Sauna Landscape

**Brine Steam Room** with finely dissolving sea salt oils. Known for its positive effects on the entire breathing apparatus and the skin. Temperature: about 40°C

**Aroma Steam Room** with 95% humidity. Particularly recommended to alleviate muscle tension and colds. Temperature: about 50°C

**Herb Sauna** with diverse herbal extracts – Ideal for relaxing and for sauna beginners. Temperature: about 60°C

**Main Sauna:** The heat inside warms up constantly because of the wood's ability to store heat. Temperature: about 80-90°C

**Finnish Sauna** The rock sauna oven has a high temperature which is good for skin cleansing and the blood circulation. Sauna infusions with the sauna attendant several times a week. Temperature: about 90°-100°C.

**Infrared Cabin:** The deep warmth of the infrared cabin positively affects your muscles and is used for preventing colds.

**Family Steam Room:** The spa-oasis for children. Temperature: 33°C





**Alpina Wellness & Sporthotel**  
Alpendorf 8 . 5600 St. Johann/Pg  
Salzburger Land . Austria

Tel +43 (0) 6412 / 8282  
Fax +43 (0) 64 12 / 81 44  
info@alpina-alpendorf.at  
www.alpina-alpendorf.at

**ASIAN beauty & spa**  
Tel +43 (0) 6412 / 8282-32  
beauty@alpina-alpendorf.at

