



ZUGSPITZ  
*Resort*  
★ ★ ★ ★  
EHRWALD | TIROL

AKTIV & VITALWELT  
ACTIVE & VITALITY WORLD

[zugspitz-resort.at](http://zugspitz-resort.at)

Tauchen Sie ein in eine Welt der Entspannung und des Wohlbefindens. Nehmen Sie sich Zeit, um Körper und Seele verwöhnen zu lassen und genießen die Angebote unserer Aktiv & Vitalwelt.

Immerse yourself in a world of relaxation and wellness. Take time to have your body and soul pampered by our professional staff and enjoy the Active & Vitality offers at our resort world.



### Wasser

- ~ Panorama-Erlebnis Hallenbad mit beheiztem Freibadbereich
- ~ Große Wasserrutsche und Kinderbecken im Freien
- ~ Schöner Garten mit Liegewiese, Sonnenliegen und Sonnenschirmen
- ~ Whirlpool
- ~ Kneippbecken

### Saunalandschaft

- ~ Saunahütte 90°
- ~ Biosauna 60°
- ~ Finnische Sauna
- ~ Sanarium
- ~ Römisches Dampfbad
- ~ Solegrotte
- ~ Infrarotkabine
- ~ Ruheraum und Frischluftraum

### Sport

- ~ Fitness- und Gymnastikraum

### Water

- ~ Panoramic indoor adventure pool with heated outdoor pool
- ~ Large water slide and children's pool outdoor
- ~ Beautiful garden with sunbathing lawns and ample shade
- ~ Whirlpool
- ~ Kneipp pools

### Sauna complex

- ~ Log cabin sauna 90°
- ~ Bio sauna 60°
- ~ Finnish sauna
- ~ Sanarium
- ~ Roman steam bath
- ~ Brine grotto
- ~ Infra-red cabin
- ~ Chill-out room and fresh air room

### Sport

- ~ Fitness studio and gym



# MASSAGEN MASSAGES

## Ganzkörpermassage

~ ca. 50 min / € 59,00

~ durchblutungsfördernd · lockernd · lösend

Mit wohltuenden Streichungen und Massage-techniken werden Ihre Muskelverspannungen gelöst und der Stoffwechsel und die Durchblutung angeregt.

## Aroma-Ganzkörpermassage

~ ca. 50 min / € 65,00

~ Düfte · Geist · Seele

Mit natürlichen warmen Ölen wird mit entspannenden Streichungen Ihr Körper massiert.

## Teilkörpermassage

~ ca. 25 min / € 35,00

~ durchblutungsfördernd · lockernd

Ideal bei Verspannungen im Schulter-Nackengebiet.

## Kombimassage

~ ca. 50 min / € 67,00

~ reflektorisch · vitalisierend · harmonisierend

Wir haben für Sie eine ideale Kombination aus einer Rücken- und Fußreflexzonenmassage gewählt. Rückenspannungen werden gelöst, der gesamte Organismus aktiviert und harmonisiert.

## Entspannende Kopf-Nackengebiet

~ ca. 35 min / € 45,00

~ im Kopf frei werden · ausgleichend

Diese wohltuende Behandlung entspannt Ihren Kopf- und Nackengebiet, regt den Parasympathikus an und hat eine positive Auswirkung auf Körper, Geist und Seele.

## Sportmassage

~ ca. 25 min / € 45,00

~ muskelkater vorbeugend

Zur Erholung der stark beanspruchten Muskulatur nach dem Sport, einer Bergtour oder einem aktiven Tag wird die Muskulatur mit einer Sportmassage aktiviert, gelockert und vitalisiert.

## Fußreflexzonenmassage

~ ca. 30 min / € 45,00

~ reflektorisch · harmonisierend · vitalisierend

Ihre Füße sind der Spiegel Ihres Körpers. Gönnen Sie sich ein vitalisierendes Fußbad mit ausgleichender Fußreflexzonenmassage.

## Honigmassage

~ ca. 50 min / € 68,00

~ wohltuendes Körper-und-Geist-Erlebnis

Mit sanften Streichungen wird Ihr Körper mit speziell für die Massage entwickeltem Honig massiert. Die Poren öffnen sich und die Haut kann freier atmen. Diese Behandlung wirkt durch den Honig schmerzlindernd, beruhigend und entschlackend.



## Hot Stone Massage

~ ca. 50 min / € 85,00

~ beruhigend · wärmend · ausgleichend

Die wohlige Wärme einer Warmsteinmassage wirkt sich muskelentspannend, stoffwechselanregend und positiv auf das Nervensystem aus.

## Full-body massage

~ approx. 50 min / € 59,00

~ stimulates circulation · relaxes · releases

We relieve muscle aches and pains using practiced movements and massage techniques, thereby promoting metabolism and circulation.

## Aromatic full-body massage

~ approx. 50 min / € 65,00

~ aromas · spirit · soul

Your body will be massaged with natural warm oils and expert techniques.

## Partial-body massage

- ~ approx. 25 min / € 35,00
- ~ stimulates circulation · relaxes

Ideal for relieving tension in the shoulders and neck.

## Combination massage

- ~ approx. 50 min / € 67,00
- ~ reflective · invigorating · harmonising

We have selected the ideal combination of back and foot-reflexology massages for you to relieve back pain and to bring your entire body back into balance.

## Relaxing head & neck massage

- ~ approx. 35 min / € 45,00
- ~ clear your mind · find balance

This beneficial treatment relaxes your head and neck area whilst stimulating the parasympathetic nervous system. It has positive effect on your body, spirit and soul.



## Sports massage

- ~ approx. 25 min / € 45,00
- ~ prevents muscle soreness

This special sports-massage treatment to activate, loosen and revitalise is designed to alleviate stressed or strained muscle tissues following a mountain tour or a particularly active day.

## Foot reflexology massage

- ~ approx. 30 min / € 45,00
- ~ reflective · harmonising · invigorating

Your feet mirror the health of your body. Treat yourself to a revitalising footbath with a balancing foot reflexology massage.

## Honey massage

- ~ approx. 50 min / € 68,00
- ~ soothes your body and soul

With gentle and practiced movements, your body will be massaged with specially developed honey. This treatment opens the pores so that the skin can breathe. The special honey helps to alleviate pain and has a purifying and calming effect.

## Hot Stone Massage

- ~ approx. 50 min / € 85,00
- ~ calming · warming · balancing

The healthy application of heat during a hot-stone massage relaxes the muscles, promotes metabolism and has a positive effect on the nervous system.

# KÖRPERBEHANDLUNGEN BODY TREATMENTS

## Bewegtes Schröpfen

- ~ ca. 50 min / € 75,00 oder  
ca. 30 min / € 40,00
- ~ entgiftend · festigend · energieflossanregend

Nach vorherigem Einölen der Haut wird der Schröpfkopf mit einem Sog über die Haut gezogen. Diese Behandlung ist eine unspezifische Reiztherapie. Hilft bei der Entschlackung, Diäten und Cellulite. Festigt und strafft das Gewebe. Von alters her wird diese Therapie in den asiatischen Ländern auch als eine Heilmethode angewandt.

## Manuelle Lymphdrainage Körper oder Gesicht

- ~ ca. 50 min / € 65,00
- ~ entschlackend · beruhigend · entspannend

Mit sanftem Druck und flächiger Streichung wird das Lymphsystem angeregt. Besonders geeignet bei Ödemen, schweren Beinen, Lymphwasseransammlungen, Fastenkuren und Burn-out. Regt den Parasympathikus an und ist eine Entstauungsbehandlung für Körper und Gesicht.

Bitte kein Saunieren vor dieser Behandlung!

## Leberwickel

~ ca. 20 min / € 20,00

~ reinigend · entgiftend · wohltuend

Diese Behandlung sollte zwischen 12:00 und 14:00 Uhr stattfinden (Leberfunktion). Die Leber wird stark durchblutet und die Leistungsfähigkeit erheblich gesteigert. Dabei findet die Entgiftung statt.

## Moorpackung mit Teilmassage

~ ca. 50 min / € 59,00

~ wärmend · beruhigend · entspannend

Durch die warmen Inhaltsstoffe der Packung wird die Muskulatur entspannt und gelockert. Dadurch wirkt sich die Teilkörpermassage wunderbar auf die einzelnen Muskelfasern aus.

## Tiroler Kräuterpackung mit Teilkörpermassage

~ ca. 50 min / € 59,00

~ Duft · Bergerlebnis

Die wohlriechenden und wohltuenden Tiroler Kräuter wirken entspannend auf die Muskulatur, Körper, Geist und Seele.

## Moor- oder Kräuterpackung

~ ca. 25 min / € 35,00

Ohne Teilkörpermassage.



## Liver compress

~ approx. 20 min / € 20,00

~ cleansing · purifying · beneficial

This treatment should take place between 12:00 and 2:00 pm (liver function). The liver receives plenty of circulation and its efficiency is dramatically increased thereby allowing purification to take place.

## Moor compress with a partial massage

~ approx. 50 min / € 59,00

~ warming · calming · relaxing

The warm ingredients of the compress help to relax and loosen the muscles, optimally preparing the individual muscle tissues for the partial-body massage.

## Tyrolean herbal compress with partial massage

~ approx. 50 min / € 59,00

~ aroma · mountain experience

The aromatic and beneficial Tyrolean herbs help to relax the muscles, body, spirit and soul.

## Moor or herbal compress

~ approx. 25 min / € 35,00

Without partial massage.

## Cupping therapy

~ approx. 50 min / € 75,00 oder

approx. 30 min / € 40,00

~ purifying · firming · stimulates & invigorates

After first oiling the skin, special cups are placed on the skin for several minutes in order to create suction. The therapy is designed to reduce inflammation and increase blood flow. It is ideal as a detox therapy, to supplement a diet, and to treat cellulite because it fortifies and firms the skin. This healing therapy has been used in Asia for centuries.

## Manual lymph drainage for body or face

~ approx. 50 min / € 65,00

~ purifying · calming · relaxing

The lymphatic system is stimulated through the gentle and generous application of pressure. This treatment, in which the parasympathetic nervous system is stimulated, is especially recommended for oedema, the sensation of heavy legs, fasting diets, and burn out. It's pure relaxation for the body and the face!

Please do not have a sauna before this treatment!

## Aktiv- & Vitalwelt Etikette

- ~ Der Spa-Bereich ist ein Ort der Entspannung. Wir bitten alle Gäste, dies zu berücksichtigen und sich ruhig zu verhalten.
- ~ Bitte beachten Sie, dass der gesamte Sauna-Bereich eine textilfreie Zone ist. Kein Zugang für Kinder unter 12 Jahren im Sauna- und Fitnessbereich! Montags, mittwochs und freitags ist Familiensaunatag – an diesen Tagen dürfen auch Kinder unter 12 Jahren von 14.00 – 18.00 Uhr mit ihren Eltern in den Saunabereich.
- ~ Für Ganzkörper-, Aroma- und Hot Stone Massagen sollten Sie sich vollständig entkleiden. Bei der Massage werden Sie zugedeckt und nur die zu massierenden Bereiche freigemacht.
- ~ Bitte legen Sie für alle Massagen Ihren Schmuck und Ihre Uhren ab und bewahren Ihre Wertgegenstände in Ihrem Zimmer, Campingwagen oder den abschließbaren Kästchen auf. Für Wertgegenstände wird keine Haftung übernommen.
- ~ Wir bitten Sie geduscht, trocken und pünktlich zu den Behandlungen zu erscheinen.
- ~ Bitte informieren Sie das Spa-Team über etwaige gesundheitliche Beeinträchtigungen wie Allergien, Unfälle und Verletzungsfolgen, welche Sie bei Behandlungen oder Nutzung des Spa Bereiches beeinträchtigen könnten.
- ~ Wir bitten um Verständnis, dass sich unsere Behandlungen aus Sicherheitsgründen nicht an schwangere richten.

**Terminvereinbarungen** Termine vereinbaren Sie am besten bereits vor Ihrer Anreise oder vor Ort an der Rezeption.

**Stornobedingungen** Termine müssen spätestens 4 Stunden vor der jeweiligen Anwendung abgesagt werden. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir bei Nichteinhaltung unserer Stornobedingungen den vollen Betrag in Rechnung stellen müssen.

**Bezahlung** Die Anwendungen werden direkt auf Ihr Hotelzimmer gebucht. Selbstverständlich können die Anwendungen auch in bar, mit Bankomat- oder Kreditkarte beglichen werden.

**Nehmen Sie sich Zeit** Kommen Sie nach Möglichkeit immer ein paar Minuten vor dem vereinbarten Termin, am besten im Wohlfühlbademantel. Stimmen Sie sich ein auf eine Behandlung mit Meditationsmusik und angenehmen Düften. Gerne können Sie nach der jeweiligen Wohlfühlbehandlung auch noch unser Ehrwalder Gebirgswasser genießen. Wir empfehlen Ihnen auf jeden Fall eine Nachruhezzeit, um die Behandlung ausklingen zu lassen.

## Active & Vitality-World Etiquette

- ~ The spa area is a place of relaxation We would therefore ask all guests to keep this in mind and to maintain calm and quiet in this area.
- ~ Please note that the entire sauna area is a clothing-free zone. Children under 12 are not permitted in the sauna and fitness area! Mondays, Wednesdays and Fridays are family sauna days. On these days, children under 12 are permitted in the sauna area with their parents from 2:00 – 6:00 pm.
- ~ You should remove all of your clothing for full-body, aroma, and hot-stone massages. During the massage, you will be covered and only the areas that are currently being massaged will be exposed.
- ~ Please leave your jewellery, watch and other valuables in your room, camper van or in the small lockers during all massages. We cannot be held responsible for valuables.
- ~ Please shower, dry off and arrive punctually to the therapeutic treatments.
- ~ Please inform the spa team about any health restrictions you have such as allergies or accidents or injuries sustained, which may restrict the scope of any treatments received or the use of the spa area.
- ~ Please understand that for safety reasons our treatments are not designed for woman during pregnancy.

**Appointments** We would ask you to please arrange your appointments, either during or even prior to your arrival, with the reception team.

**Cancellation** Appointments must be cancelled at least 4 hours before treatment Please understand that the full amount for your treatment will be charged in the event of non-compliance with our cancellation conditions.

**Payment** The treatments will be charged directly to your room. Naturally, all treatments can also be paid in cash, with bankcard, or even via credit card.

**Take your time** Ideally, it is best to arrive a few minutes prior to your appointment. Please wear your wellness bathrobe. We suggest the use of soothing aromas and meditation music to help set the mood. You are welcome to enjoy a glass of our Ehrwalder mountain water after any treatment. In any event, we highly recommend that you take your time after any treatment to let the mental and physical effects optimally sink in.

zugspitz-resort.at



ZUGSPITZ RESORT

A-6632 Ehrwald · Obermoos 1

Telefon 0043 / 5673 / 2309

welcome@zugspitz-resort.at

