

# Massagen & Anwendungen

Massagezeiten sind am  
Montag, Mittwoch und Samstag  
von 13:00 – 18:30 Uhr



Bitte begleichen Sie die Massagen in bar direkt  
bei unserer Masseurin Brigitte!

Aktuelle Preisliste vom 12/2017. Ersetzt alle früheren Preislisten.

## **Rücken- und Nackenmassage**

Entspannung für Rücken, das tut jedem gut!

25 Minuten ..... € 32,00

## **Ganzkörpermassage**

Der ganze Körper wird positiv angeregt.

50 Minuten ..... € 53,00 (Körper)

70 Minuten ..... € 73,00 (Körper und Gesicht)

## **Rücken & Fußreflexzonenmassage**

### **Rücken & Gesicht/Kopf**

### **Fußreflexzonenmassage & Gesicht/Kopf**

Je 50 Minuten ..... € 53,00

## **Rücken- Intensivmassage mit Murmeltiercreme**

Mit verschiedenen Massagetechniken werden Verspannungen und Blockaden gelöst. Eine belebende Murmeltiercreme wird tief in das Gewebe einmassiert. Die Creme wirkt durch ihre stark entzündungshemmenden Inhaltsstoffe positiv auf überbeanspruchte Muskeln und Gelenke. Das Fett des Murmeltiers enthält natürliches Cortison und ist reich an Vitamin D und E. Bei Verspannungskopfschmerz, Blockaden im Schulter-Nacken Bereich, Arme einschlafen, Ischialgie oder sonstigen Anspannungen im Rücken.

50 Minuten ..... € 61,00

## **Fuß- und Beinmassage**

Eine belebende, durchblutungsfördernde Beinmassage. Eine rein pflanzliche Beincreme aus hochwertigen ätherischen Ölen unterstützt die Wirkung und macht die Haut weich und geschmeidig. Ideal für müde Wanderbeine & Schifahrer!

25 Minuten ..... € 32,00

## **Fußreflexzonenmassage**

Am Fuß spiegelt sich der ganze Körper. Durch das Drücken der Reflexzonen wird der gesamte Organismus angeregt. Organe und Muskeln werden besser durchblutet und der Geist stimuliert.

Eine Wohltat für die Füße- Sie tragen uns durchs Leben!

25 Minuten ..... € 32,00

## **Aromaölmassage**

Eine wunderbar entspannend duftende Massage.

Die von Ihnen ausgewählte Ätherische Ölmischung wird mit sanften, ausgleichenden Bewegungen dem Körper einmassiert.

25 Minuten ..... € 35,00 (Ganzkörper)

50 Minuten ..... € 55,00 (Ganzkörper)

70 Minuten ..... € 75,00 (Ganzkörper & Gesicht)

## **Rückenmassage mit Schröpfen**

Schröpfgläser werden am Rücken punktuell auf den Verspannungen angesetzt, durch den Unterdruck wird eine lokale Durchblutungssteigerung erreicht die tief ins Bindegewebe reicht und den Stoffwechsel stark anregt. Die einzige Nebenwirkung ist rein ästhetischer Natur – blutunterlaufene Stellen können auftreten, die innerhalb einer Woche abklingen. Empfohlen bei Verspannungen und Muskelschmerzen, Erkrankungen im Magen- Darmbereich, Beschwerden der Atemwege, zur Entgiftung

40 Minuten ..... € 45,00

## **Dorn Breuss Therapie**

Die Breuss Massage ist eine sanfte, energetische Rückenmassage, die seelische und körperliche Verspannungen löst und die Regeneration unterversorgter Bandscheiben einleitet. Johanniskrautöl wird tief in das Gewebe einmassiert. Sie ist auch die ideale Vorbereitung für das darauffolgende Einrichten der Wirbelsäule nach Dorn, die die Mithilfe des Gastes benötigt. Die Dorn-Methode ist eine sanfte, effiziente und einfache Wirbel- und Gelenksbehandlung. Dabei werden nach dem Beinlängenausgleich, das Becken und die Wirbelsäule gerade gerichtet.

70 Minuten ..... € 74,00

## **Schröpfmassage am Bein**

Die Schröpfkopfmassage bewirkt eine stärkere Durchblutung des ganzen behandelten Bereichs und fördert dort den Stoffwechsel und damit die Ernährung des Gewebes. Außerdem befreit die Schröpfmassage die Haut von angehäuften Oberhautschuppen und erhöht so ihre Durchlässigkeit und die Hautatmung. Empfohlen bei z.B. Cellulite oder bei Verspannungen/Krämpfe in den Waden

25 Minuten ..... € 33,00

## **Kindermassage**

Mit einem beruhigenden Öl und sanften Bewegungen wird die junge Haut verwöhnt. Wirkt ausgleichend, beruhigend und hilft gut zu schlafen. Bis 15 Jahre

25 Minuten ..... € 28,00



## **Honigmassage**

Durch eine besondere Klopftechnik wird Bienenhonig tief ins Bindegewebe eingearbeitet. Die wertvollen Vitamine, Mineralien und das Gelee Royale helfen Verklebungen zu lösen und Schlackenstoffe im Gewebe freizusetzen. Organsysteme, Nerven-, Blut- und Lymphwege werden in ihrer Vitalität angeregt. Die Honigmassage wirkt stoffwechsellanregend, durchblutungsfördernd und hautreinigend.

Nur ohne Rückenbehaarung empfohlen!

40 Minuten .....€ 45,00

## **Lymphdrainage**

Bei dieser sanften Form der Massage wird ohne Öl behandelt. Mit leichten Dehn und Pumpbewegungen wird der Lymphfluss aktiviert und wirkt so entwässernd, entgiftend, entschlackend, beruhigend und stärkt das Abwehrsystem.

25 Minuten .....€ 32,00 (Arme oder Beine oder Gesicht)

50 Minuten .....€ 53,00 (Arme & Beine)

70 Minuten .....€ 73,00 (Ganzkörper & Gesicht)

## **La Stone Massage**

Mit den Urkräften der Steine loslassen! In einer speziellen Zeremonie werden warme Basaltsteine und kühle Marmorsteine auf die Energiezentren - Chakras - des Körpers gelegt. Mit warmen Ölen und den warmen Steinen wird der ganze Körper massiert. Durch die Wärme erreicht man ein sehr hohes Maß an Entspannung, man kann wunderbar loslassen. Durch die Wärme-Kältereize wird der Stoffwechsel angeregt, die Muskulatur gelockert, der Abtransport der Schlackenstoffe gefördert sowie das Immunsystem gestärkt. Entspannung für Körper, Geist und Seele!

80 Minuten ..... € 85,00

## **Gesichtslymphdrainage**

Sorgt für ein schönes Hautbild und wirkt gegen Tränensäcke, unreine Haut, Nasennebenhöhlenentzündung, Migräne, Schnupfen oder einfach zur Entspannung!

25 Minuten ..... € 32,00

## **Gesichtsmassage**

Mit einem sanft aphrotisierenden Rosenöl wird Ihre Gesichtshaut und das Dekolleté verwöhnt.

25 Minuten ..... € 32,00

## **Hydro Marin Salzölpeeling**

Entschlackendes Ganzkörperpeeling mit feinstem Meersalz und hochwertigen Ölen

25 Minuten ..... € 35,00

## **Hydro Marin Salzölpeeling & Gesichtsmassage mit Seidenschäum**

40 Minuten ..... € 50,00

## **Massage mit Kinesio Tape**

Kinesio Tapes sind bunte elastische Bänder die auf die betroffene Stelle geklebt werden um die Durchblutung und den Lymphfluss zu fördern und somit Verspannungen zu lösen. Bei orthopädischen und neurologischen Beschwerden, Rückenschmerzen, Kniegelenksproblemen, Kopfschmerzen. Das Tape kann nach jeder Massage angebracht werden! Zuzüglich € 8,00

## **RINGANA—Frischekosmetik aus Österreich**

Ringana steht für frische Natürlichkeit und geballte Wirkung von innen und außen. Die Ingredienzien sind rein natürlich ohne jegliche Konservierungsstoffe oder chemische Zusätze.

### **Gesichtsbehandlung so fresh**

Abreinigen der Haut unter Dampf, Peelingmaske, Ausreinigen der Hautporen, Massage, Cremekonzentrat

40 Minuten ..... € 40,00

### **Gesichtsbehandlung so fresh mit Powermaske**

Abreinigen der Haut, Peeling mit Gesichtsdampfbad, Ausreinigen der Hautporen, färben der Wimpern und Brauenkorrektur, Entspannungsmassage, anschl. Powermaske mit Ringana Frischepacks, Augenserum, Hydroserum, Cremekonzentrat

90 Minuten ..... € 93,00

### **Gesichtsbehandlung so fresh mit Entspannungsmassage**

Abreinigen der Haut, Peeling unter Dampf, Ausreinigen der Hautporen, Brauenkorrektur, Entspannungsmassage, Maske, Cremekonzentrat

55 Minuten ..... € 55,00

### **Gesichtsbehandlung für Teenies**

Spezielle Reinigung, Peeling unter Dampf, Entfernen von Hautunreinheiten, Gesichtsmassage und Maske für junge Haut, Tagespflege mit Cremekonzentrat

Bis 18 Jahre

40 Minuten ..... € 38,00

### **Gesichtsbehandlung für „Ihn“**

Eine effektive und kraftvolle Gesichtsbildung für den selbstbewussten Mann. Zur Stärkung der beanspruchten Männerhaut. Am besten frisch rasiert! Abreinigen, Peeling mit Gesichtsdampfbad, Entfernen von Hautunreinheiten, Brauenkorrektur, Verwöhnmassage für Gesicht, Hals und Dekolleté, Spezialmaske und Abschlusspflege mit Männerfluid

55 Minuten ..... € 55,00

## **Fuß- oder Handmassage**

Während einer Gesichtsbehandlung bei Maske ..... € 6,00

**Wimpern färben**..... € 11,00

Während einer Gesichtsbehandlung ..... € 7,00

**Brauen färben** ..... € 10,00

Während einer Gesichtsbehandlung ..... € 7,00

**Brauenkorrektur** ..... € 8,00

Während einer Gesichtsbehandlung ..... € 5,00

## **Maniküre & Pediküre**

**Maniküre mit Handbad** ..... € 32,00

**Pediküre mit Fußbad** ..... € 37,00

**Lackieren mit Essie Lack** ..... € 6,00

## **Fuß- oder Handmassage**

Zur Pediküre oder Maniküre ..... € 13,00



# Bäder in unserer Tauernwanne

Termine sind auf Anfrage von 10:00 bis 19:00 Uhr möglich.

ca. 25 Minuten ..... 1 Person ..... € 25,00  
ca. 25 Minuten ..... 2 Personen ..... € 35,00

## **Glücksmomente mit Natursalz**

*(Salzburger Bergkern) + Ringana Frische Brise Bad*

Salzburger Natursalz wirkt besonders entschlackend und entgiftend. Speziell angeregt wird der Stoffwechsel der Haut. Die Entsäuerung unseres Körpers bewirkt einen ausgeglichenen und natürlichen pH-Wert der Haut. Unterstützt vom hochwertigen Öl aus der Ringana Frischekosmetiklinie, ist das ein wahrer Genuss. Die reinen Zutaten erzeugen hier echte Wirkung. Zitronenöl, Pfefferminzöl, Eukalyptusöl bilden die Abwehrstoffe gegen Erkältungen, der Birkenzucker strafft und glättet die Haut und die Melisse sorgt für pure Entspannung. Diese absolut frische Komposition ist ein edler Garant für den bewussten Einklang mit der Natur.

## **Blumenwiesenbad**

*eine Komposition aus Heu und den heimischen Bergkräuter*

Pinzgauer Heu ist eine naturgegebene Mischung aus wertvollen Gräsern unserer heimischen Heilpflanzen. Verfeinert mit einer Komposition aus: Birkenblättern, Bohnenkraut, Ringelblume, Melisse, Brennnessel, Kamille und Quendel (Wilder Thymian) schafft man eine exzellente Mischung für ein hochwertiges Blumenwiesenbad. Dieser Reichtum aus der Natur mit außergewöhnlichen Stoffen wirkt mild auf unserem Körper und regt zur Reinigung und Entgiftung an. Ein ideales Bad bei rheumatischen Beschwerden und Gelenksproblemen. Genau das Richtige für einen gesunden Geist in einem gesunden Körper.

## **Tipp: Caps MOVE**

*von Ringana*

Gemeinsam mit Weihrauch, Avocado- und Sojaextrakt bildet dieser Mix an hochwertigen Ingredienzien ein wahres Wellnessprogramm für Gelenke und Knorpel. Wenn es da und dort zwickt und zwackt in den Gelenken, bedarf es einer Extraportion Vitalität. In den Caps MOVE steckt ein wahres Kraftpaket an hocheffizienten Essenzen aus der Natur, die ihrem Körper wieder auf die Sprünge helfen. Das enthaltene Calcium trägt zu Erhaltung normaler Knochen und einer normalen Muskelfunktion bei. Caps MOVE in Kombination mit regelmäßiger Bewegung steigern die Leistungsfähigkeit.

## **Timeless Entspannungsbad**

*in Symbiose mit dem Ringana Frische Peeling*

Altbewährte ätherische Öle sorgen für Entspannung der Haut und der Sinne. Das mild pflegende Mandelöl und das kostbare Macadamia Nussöl umhüllen Ihre Haut wie ein feines Netz, das sie schützt und vor dem Austrocknen bewahrt. Die Seele baumeln lassen und gleichzeitig Ihren Körper intensiv reinigen. Die Symbiose von Ringana Peeling bewirkt eine besonders feine Hautoberfläche. Melissenextrakt und die potenten Inhaltstoffe des Matcha Grüntee befreien die Poren sanft von verhornten Zellen und verleihen der Haut ein glattes, seidenzartiges Erscheinungsbild. Nach Hildegard von Bingen bringt die Melisse angenehme Träume und gesunden Schlaf mit sich.

## **Magic Milchsahne**

*Honigölbad im Abschluss mit Ringana Frische BIO Bad-Kiste Wellness „First Class“ für den ganzen Körper*

Das Milch-Honigölbad vermittelt besonderes Wohlbefinden. Milch wirkt sehr pflegend und reinigend. Der Honig, ein Produkt vom Sonnentier Biene, sorgt für Tiefenporencleaning und versorgt die Haut zudem mit viel Feuchtigkeit. Mit dem Nektar, welchen die Bienen in Honig umwandeln, bringen sie uns sogar die Sonne ins Haus (unseren Körper). Ergänzt mit Ringana Körperpflegekennlernset (Körpermilch, Fußbalsam und Handbalsam) – reinen Zutaten direkt aus der Natur—bietet diese Kombination den ganzen Körper Wellness First Class besonderer Art, die Magic Momente bilden.

**Körpermilch**- Aloe Vera, Sheabutter, Jojobasamenöl, Avocadoöl, Macadamianussöl, Bisabolol

**Fußbalsam**- Sesamöl, Jojobasamenöl, Traubenkernöl, Avocadoöl, Macadamianussöl, Kampfer, Menthol, Rosskastanienextrakt, Eukalyptusöl, Teebaumöl

**Handbalsam**-Jojobasamenöl, Macadamianussöl, Vitamin E, Calendula Extrakt

## **Exquisiter Balancing Bad mit Chi**

*Ausgleich des Säuren-Basen-Haushalts und erfrischend belebend*

Hier kommt der Säure-Basen-Haushalt in Schwung und wiegt den Körper in wohlige Balance. Baden im wertvollsten natürlichen Vitaminen, Spurenelementen und Mineralstoffen. Eine exquisite Nährstoffbombe für Innen und Außen. Ringana Chi (Ananas-Ingwer-Shot), der natürliche Energiebooster, belebt den Körper und regt auf wohltuende Art und Weise die Sinne an. Dieser Ananas-Ingwer-Shot wirkt erfrischend und inspirierend, wie eine Mütze voll Schlaf.

# Infos zu Massagen & Anwendungen

Massagezeiten sind am Montag, Mittwoch und Samstag  
von 13:00 bis 18:30 Uhr.

Auf Anfrage auch außerhalb dieser Zeiten möglich!



Sollte Ihnen etwas dazwischen kommen, sagen Sie den Termin rechtzeitig (3 Stunden vorher) an der Hotelrezeption ab, ansonsten wird eine Stornogebühr von 50% verrechnet. Danke.



Bitte begleichen Sie die Massagen direkt bei  
unserer Masseurin Brigitte.

## Infos zum Wellnessbereich

Die Saunabenützung ist auch außerhalb der normalen Saunazeiten  
(15:30-19:00 Uhr) möglich. Bitte melden Sie sich bei der Rezeption.



Das Schwimmbad kann ganztägig benützt werden. Falls die Rollo Ab-  
deckung geschlossen sein sollte wenden Sie sich bitte an unsere  
Mitarbeiter.



Saunatücher erhalten Sie im SPA Bereich.  
Badeschlapfen erhalten Sie um € 2,00 an der Rezeption.



Als unser Gast erhalten Sie 10% Ermäßigung im Tauern SPA in  
Kaprun. Gerne können Sie unsere Wellnesstasche mit Bademantel und  
Saunatuch leihen.

# **Gewerbliche Masseurin & Med. Fußpflege**

## **Brigitte Pukeroa (geb. Scharler)**



### **Kurse und Lehrgänge die ich besuchte:**

- 2002 Heilmasseur und Heilbademeister
- 2002 Fußreflexzonenmassage
- 2002 Akupunktmassage
- 2002 Manuelle Lymphdrainage
- 2003 Ohrakupunktmassage
- 2003 Bindegewebsmassage
- 2003 Reflexzonen Aufbau
- 2003 Wirbelsäulenbehandlung
- 2003 Segmentmassage
- 2003 Aromatherapie
- 2003 Lehrgang über weiterführende Fachausbildung für Masseur
- 2003 Meisterprüfung Massage
- 2004 Touch for Health 1 - 4
- 2004 Touch for Health Praktikum
- 2004 Basis der Gesundheit haben - TfH
- 2004 La Stone Therapie
- 2005 Reiki 1. Grad
- 2006 Dorn Breuss Fleig Massage
- 2006 Reiki 2. Grad
- 2007 Dorn Breuss Technik
- 2007 Tun und Lassen - TfH
- 2008 Neigung und Allergie - TfH
- 2009 Kosmetik Lehrgang
- 2015 Nacken/Halswirbelsäule/Sportmassage
- 2017 Medizinische Fußpflege Ausbildung