



Beauty & Wellness





Unser Wellnessangebot im Überblick!

Seetal's Wohlfühlpakete <i>Seetal's well-being packages</i>	6 7
Körperbehandlungen <i>Body treatments</i>	9
Die Philosophie <i>The philosophy</i>	10 11
Gesichtsbehandlungen <i>Facial treatments</i>	12 13
Einzelanwendung für Gesicht & Körper	14
<i>Individual treatment for face & body</i>	
Wellness für Hände & Füße <i>Wellness for hands & feet</i>	15
„Maskulin“ <i>the "masculine"</i>	16
Wellness für Kinder <i>Wellness for children</i>	17
Alpinne- Kraft der Alpen <i>Alpinne - power of the alps</i>	18 19
Tiroler Steinöl <i>Tyrolean Stone Oil</i>	20 21
Teufelssauna & Raum der Stille <i>Devil's sauna & room of silence</i>	23
Magnetfeld-Therapie <i>Magnetic field therapy</i>	24
Wunschzettel Behandlungen <i>Wish list treatments</i>	25
Agenda <i>Agenda</i>	26



Seetals Massage Rituale *Seetals massage rituals*

... mit 100% naturreinen Aromaölen
... with 100% natural aromatic oils

Sanfte Berührungen und gezielte Massagetechniken durch kundige Hände lösen Anspannungen in Ihrem Körper. Massagen eignen sich besonders zum Lösen von Verspannungen und zur Stärkung des Immunsystems. Zudem fördern sie den Stoffwechsel und sorgen für eine bessere Durchblutung der Muskulatur. Danach erfahren Sie pure Entspannung und Wohlbefinden für Körper und Seele.

Gentle touches and selective massage techniques by expert hands release tension in your body. Massages are particularly suitable for relieving strain and boosting the immune system. Furthermore, they transport toxins out of the body, stimulate the metabolism and ensure better blood circulation in the muscles. Afterwards, you will experience pure relaxation and well-being for body and soul.

Aromaölmassage | Aroma oil massage

Sanfte Ganzkörpermassage mit warmen und individuellen Bioaromen 50 Min. € 85,00
Gentle full body massage with warm and individual organic fragrances

Bergkräutermassage | Massage with mountain herbs

Die ätherischen Öle der naturbelassenen Tiroler Bergkräuter sorgen vor allem für tiefe Entspannung.
Die SEETAL Bergkräuter-Massage wirkt entspannend und wird mit warmen Massageöl 25 Min. € 63,00
und einem Bergkräuter-Stempel angewendet. 50 Min. € 90,00
The essential oils of natural Tyrolean mountain herbs are particularly beneficial for deep relaxation. The SEETAL mountain herb massage has a relaxing effect and carried out with warm massage oil and a special pouch filled with mountain herbs.

Hot Stone Körper Massage | Hot stone body massage

Eine ganzheitliche energetische Behandlung mit heißen Lavasteinen. Durch die wechselnde Anwendung der Steine regen wir die Durchblutung und den Lymphfluss an. Verspannungen werden gelöst und das Energiesystem aufgeladen.
A holistic energetic treatment with hot lava stones. By alternately applying the stones, 25 Min. € 63,00
we stimulate circulation and lymphatic flow. Tension is eased and the energy system revitalised. 50 Min. € 90,00

Rücken Intensiv | Intensive back treatment

Rücken-Nacken-Massage mit Schröpftechnik um punktuelle Verspannungen zu lösen 25 Min. € 63,00
Back and neck massage with cupping technique to relieve localised tension

Massage Duett | Massage duet

Fußreflexzonen Massage in Kombination mit Rücken-Nacken-Massage 50 Min. € 85,00
Foot reflexology massage in combination with back and neck massage

Rücken-Schulter-Nacken Massage

Back - shoulder - neck massage

Kombination aus Rücken-Schulter-Nacken-Massage 50 Min. € 85,00
Combination of back shoulder and neck massage

Spezialmassagen | Special massages

Fußreflexzonenmassage 25 Min. € 53,00
Foot reflexology massage 50 Min. € 75,00

Lymphdrainage 25 Min. € 53,00
Lymphatic drainage 50 Min. € 75,00

Gesichtsmassage *Facial massage* 25 Min. ab € 43,00

„Seetals“ Sensitiv Massage *“Seetals“ sensitive massage*

Eine individuelle Massage, bei der wir gezielt auf Ihre Bedürfnisse eingehen
und verschiedene Massagetechniken kombinieren. 50 Min. € 85,00
An individual massage during which we specifically address your requirements and combine different massage techniques.

Bestseller | Special massages

Ganzkörpermassage *Full body massage* 50 Min. € 75,00

Teilkörpermassage *Partial body massage* 25 Min. € 53,00

Kopf-Nacken-Massage *Head and neck massage.* 25 Min. € 53,00

Seetal's Wohlfühlpakete

Seetal's well-being packages

DIE SEITEN
RAUMELN LASSEN ...

Unsere Wohlfühlpakete bieten einen Preisvorteil gegenüber den entsprechenden Einzelbehandlungen.

Antistress-Behandlung | Anti-stress treatment

Ölschieferpackung für den Rücken in Kombination mit Gesichtsmassage und sanfter Rückenpflege 50 Min. € 95,00

Oil shale wrap for your back, combined with a facial massage and soothing back care

Momente des Glücks | Blissfull moments 50 Min. € 95,00

- Hot Stone *Hot Stone*
- Johanniskraut Kopf-Nacken-Massage *St. John's wort head and neck massage*

Massage Trilogie | Massage trilogy je 25 Min. € 138,00

- zwei Rücken-Nackenmassagen *Two back and neck massages*
- eine Fußreflexzonenmassage *One foot reflexology massage*

Wellness für Hände & Füße | Wellness for your hands & feet 90 Min. € 120,00

- Maniküre mit Paraffinhandbad *Manicure with paraffin hand bath*
- Pediküre mit Lack *Pedicure with polish*

Mamamia fürs perfekte Mutterglück | Making mum happy 80 Min. € 150,00

- Körper Peeling *Body scrub*
- Körper Packung *Body Wrap*
- Rücken-Nackenmassage *Back and neck massage*

Entspannende Männersache | The relaxed man 80 Min. € 120,00

- Entschleunigungsbehandlung (Rücken) *The slow-down treatment (back)*
- Entspannende und regenerierende Gesichtsbildung *Relaxing and revitalising facial treatment*



ALLGEMEINES
WOHLBEFINDEN...

Ohrenkerzenbehandlung | Ear candle treatment

Die Ohrkerze wurde von den Indianern Nordamerikas und den asiatischen Naturvölkern seit über 900 Jahren angewandt, um Kopf-, Stirnhöhlen- und Ohrenbereich zu reinigen und das allgemeine Wohlbefinden zu stärken. Auf sanfte Weise führen Wärme und pflanzliche Wirkstoffe durch das Abrennen der Kerze zu einer angenehmen Druckregulierung im Innenohrbereich. Ohrenkerzen werden bei diversen Erkältungen (auch bei Kindern), Entzündungen der Nasennebenhöhlen, Schnupfen, Hörschwäche, Unruhe, Schlafstörungen, Tinnitus, Migräne ... angewandt.

The ear candle has been used by northern native americans and asian tribes for over 900 years to cleanse the head, sinuses and ear area and to enhance general well-being. As the candle burns, heat and herbal ingredients gently regulate pressure inside the ear. Ear candles are used for various colds (also for children), inflammation of the sinuses, rhinitis, hearing loss, restlessness, sleep disorders, tinnitus, migraine ...

.....	25 Min.	€ 48,00
.....	Verkauf Min. purchase	€ 20,00

„Regeneration“

das Körper Konzept ... für einen gesunden und vitalen Körper!

„Regeneration“ the body concept ... for a healthy and vibrant body!

Die wirkungsvolle Kombination von aktiven natürlichen Substanzen und der Methode Piroche Cosmetiques fördert den gesamten Stoffwechsel. Die ganzheitliche Entschlackung, Entspannung und Regeneration der Haut ist das Resultat dieser einzigartigen Behandlung. Das Gewebe wird mittels bioenergetischer Lymphdrainage von Schlackenstoffen befreit. Mit gezielt ausgewählten Bioaroma Synergien und weiteren aktiven und natürlichen Komplexen wird der Haut neue Energie zugeführt.

The effective combination of active natural substances and „the Piroche Cosmetiques method“ stimulates the entire metabolism. This unique treatment results in a holistic detoxification, relaxation and regeneration of the skin. The tissue is cleansed of toxins by means of bioenergetic lymphatic drainage. Thanks to specifically selected bio-aroma synergies and other active and natural complexes, the skin is infused with new energy.

Der einzige der dich das ganze Leben begleitet,
ist dein Körper:
*Gib ihm
das Beste!*



Körperbehandlungen | Body treatments

Entschleunigungs-massage | Relaxing massage 25 Min. € 53,00

Entspannende Rückenbehandlung mit Schröpftechnik – löst Blockaden.

Die perfekte „Wellnessvorspeise“ für jede nachfolgende Behandlung.

Relaxing back treatment using the cupping technique - relieves blockages. The perfect „wellness appetiser“ for any subsequent treatment.

Energetische Detox-Behandlung | Energetic detox treatment 50 Min. € 90,00

Spezifische Ganzkörperbehandlung mit Schröpftechnik und abgestimmter Aromatherapie.

Wirkt entschlackend, straffend und regenerierend, für ein sofortiges Resultat!

Focused full body treatment featuring the cupping technique and specially selected aromatherapy.

Has a purifying, toning and regenerating effect, providing immediate result

Körperpeeling | Body scrub 25 Min. € 53,00

für eine Haut wie Samt & Seide, der ideale Aperitif für jede Massage

For a skin as smooth as silk, the ideal aperitif for every massage

Körperpackungen | Body wraps 30 Min. € 63,00

Verwöhnen Sie Ihre Haut und Ihre Sinne mit dieser Mineralpackung auf Basis von reiner Tonerde.

Genießen Sie die Ruhe und den verführerischen Duft bei dieser Ganzkörperpackung -

entweder nach dem Körperpeeling oder als Einzelbehandlung.

Pamper both your skin and your senses with this mineral-rich wrap made from pure clay.

Enjoy a feeling of serenity and the seductive fragrance of this full body wrap - either after the body scrub or as an individual treatment.

Kombination: Körperpeeling + Körperpackung

Combination: Body scrub + body wrap 50 Min. € 95,00

Kombination: Körperpeeling + Ganzkörpermassage

Combination: Body scrub + full body massage 80 Min. € 125,00

Die Philosophie

The philosophy

Die Methode und die Produktlinie Piroche Cosmétiques werden ausschließlich in autorisierten Instituten angewendet. Den Geheimnissen der Natur so nahe wie möglich zu kommen, ist seit über 25 Jahren das Leitmotiv der Linie Piroche Cosmétiques. Denn nur mit Respekt und Achtung vor der Natur ist es möglich, mit Kosmetik Gesundheitspflege zu betreiben! Dazu gehören Pflanzenextrakte von höchster Qualität, garantiert natürliche ätherische Öle, Tonerde und Algen.

The Piroche Cosmétiques method and associated range of products are used exclusively in authorised institutes. For over 25 years, the guiding principle of the Piroche Cosmétiques range has been the quest to discover nature's secrets in the most sustainable way possible. Because only by respecting and cherishing nature, is it possible to provide cosmetics that support healthy skincare! This includes the use of plant extracts of the highest quality, guaranteed natural essential oils, clay and algae.

Lymphdrainage | TCM-Philosophie
Das natürliche
Behandlungs-
konzept
Aromatherapie



Die Behandlungen nach Methode Piroche Cosmétiques sind auf 3 wichtigen Säulen aufgebaut:

Treatments according to the piroche cosmétiques method are based on 3 important elements:

- 1) dem Gesetz der Lymphdrainage The principle of lymphatic drainage
- 2) dem Gesetz der TCM-Philosophie (Traditionellen Chinesischen Medizinphilosophie) The principle of TCM philosophy
- 3) dem Gesetz der Aromatherapie The principle of aromatherapy

***Das natürliche Behandlungskonzept
... für sichtbare Resultate auf höchstem Niveau!***

The natural treatment concept ... for visible results of the highest standards!

- ***„Pflege“ das Basic Konzept*** für natürliche Schönheit!
The basic "care" concept for natural beauty!
- ***„Rosalpina“ mit der Kraft der Alpenrosen*** für eine Stärkung des Hautwiderstandes
"Rosalpina" with the power of Alpine roses for a powerful boost to the skin's resilience
- ***„Die Seetaler Massagerituale“*** Entspannung für Körper & Seele
"Seetal Massage Ritual" pure relaxation for body & soul
- ***„Regeneration“ das Körper Konzept*** für einen gesunden und vitalen Körper!
The "regeneration" body concept for a healthy and vibrant body!
- ***„Maskulin“ das Männer Konzept*** für den gepflegten Mann!
The "masculine" concept for the well-groomed man!
- ***„Basic“ die klassischen Einzelanwendung*** für ein rundum gepflegtes Auftreten!
The classic "basic" individual treatment for an overall well-groomed appearance!

**Selbstverständlich kreieren wir Ihnen gerne ein „maßgeschneidertes Wohlfühlkostüm“
speziell auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt!**

**Of course we will be more than happy to create a “customised treatment”
that it is individually tailored to your personal skin requirements.**

Gesichtsbehandlungen nach „Methode Piroche Cosmetiques“

Facial treatments in accordance with the “Piroche Cosmetiques“ method

Die einzigartige Methode Piroche Cosmétiques bietet Ihnen eine absolut individuell auf Ihr persönliches Hautbild abgestimmte Behandlung! Nach der Hautreinigung und dem Peeling folgt auf der Basis der TCM und deren 5 Elemente Lehre: Aromatherapie, spezielle Algenprodukte, bioenergetische Lymphdrainage, dabei werden Haut und Gewebe intensiv entgiftet, durchblutet und entstaubt. Nun ist die Haut optimal vorbereitet und aufnahmefähig für die Gesichtsmassage. Hochwertige ätherische Öle beleben den Tonus und straffen das Gewebe. Es werden müde Energiebahnen aktiviert und dadurch ein nachhaltiger Wellaging Effekt erzielt.

The unique Piroche Cosmétiques method offers you treatments that are individually tailored to your personal skin type! After skin cleansing and peeling, the following steps are carried out in accordance with TCM and its 5 elementary teachings: aromatherapy, use of special algae products, bioenergetic lymphatic drainage, during which the skin and tissue are intensively detoxified, supplied with blood and purged of congestion. The skin is now optimally prepared and ready for the facial massage. High-quality essential oils revitalise tone and firm the tissue. Sluggish energy channels are activated and a lasting wellness effect is achieved.



„Pflege“ das Basic Konzept ... für natürliche Schönheit!

The basic "care" concept ... for natural beauty



„Pflege“ Basic Konzept

The basic "care" concept 50 Min. € 75,00

- Reinigung • Peeling
- Bioenergetische Lymphdrainage/Massage mit ätherischen Ölen
- Face Clay Tonerde Maske • Abschlusspflege
- *Cleansing • scrub • bioenergetic lymphatic drainage/massage with essential oils*
- *facial clay mask • finishing treatment*

„Rosalpina“ Konzept

„Rosalpina“ concept 80 Min. € 120,00

- Reinigung • Peeling
- Bioenergetische Lymphdrainage/Massage mit entschlackender Algencreme • Manuelle Massage mit ätherischen Ölen
- Cataplasma remineralisierende Maske • Abschlusspflege
- *Cleansing • scrub • bioenergetic lymphatic drainage/massage with detoxifying algae cream*
- *manual massage with essential oils • cataplasma remineralising mask • finishing treatment*

Genießen Sie während Ihrer „Maskenzeit“ :

• eine wohltuende Hand- oder Fußmassage € 15,00

Enjoy a soothing hand or foot massage during your „mask time“

• oder Augenbrauen/Wimpern

façonieren / färben ab € 18,00

or eyebrow / eyelash treatment shape / tint

• oder Ampulle *or ampoule* € 15,00

*... und Ihre angenehme
Aufgabe: die „Basic Pflege“
für Zuhause*

*... and your pleasant task:
“Basic Care” for home*

Reinigungsmilch & Lotion *Cleansing milk & lotion*

Tagespflege *Day care*

Nachtpflege *Night care*

Augenpflege *Eye care*

Peeling & Maske *Peeling & mask*

„Basics“ Einzelanwendung

für Gesicht & Körper ... für ein rundum gepflegtes Auftreten!

“Basics” individual treatment for face & body ... for an overall well-groomed appearance!

Magischer Blickfang | Magical eyecatcher

Gesichtsmassage mit Ampulle „Antiaging“ 25 Min..... € 58,00

Facial massage with „anti-aging“ ampoule

Gesichtsmassage ohne Ampulle..... 25 Min..... € 43,00

Facial massage without ampoule

Ampulle in der Behandlung..... € 15,00

Ampoule during treatment

Augenbrauen faconieren..... ca. 15 Min..... € 18,00 - 25,00

Eyebrow shaping

Augenbrauen färben ca. 15 Min..... € 20,00

Eyebrow tint

Wimpern färben ca. 20 Min. € 25,00

Eyelash tint

Depilation – eine glatte Sache

Depilation - a smooth affair

ca. 15 - 25 Min. (Bitte vorher kein Saunieren) ca. 15 - 25 min. (Please do not use the sauna beforehand)

Kinn *Chin* € 18,00

Oberlippe *Upper lip* € 18,00

Augenbrauen *Eyebrows* € 18,00

Bikinizone *Bikini line* € 32,00

Achseln *Armpits* € 30,00

Beine bis Knie oder Unterarme *Legs to the knee or forearms* € 45,00

Beine ganz *Full leg* € 52,00

Rücken oder Brust für Männer *Back or chest for men* € 52,00



Wellness für Hände & Füße

Wellness for hands & feet

WELLNESS FÜR HÄNDE
& FÜSSE

Wellness für die Hände

Wellness for your hands

Maniküre *Manicure* ca. 50 Min. € 60,00

Maniküre mit Lack *Manicure with polish* . . . ca. 50 Min. € 65,00

„Hand Genuss“ *“Hand Indulgence“*

Packung, Paraffinbad, Massage. 30 Min. € 48,00

Wrap, paraffin bath, massage

Handmassage 10 Min. € 15,00

Hand massage

Wellness für die Füße

Wellness for your feet

Pediküre *Pedicure*. ca. 50 Min. € 60,00

Pediküre mit Lack *Pedicure with polish* ca. 50 Min. € 65,00

Fußmassage *Foot massage*. 10 Min. € 15,00

Vitale Füße *Healthy Feet*

Fußbad, Fußpeeling,

Packung & Fußmassage 45 Min. € 50,00

Foot bath, foot scrub, wrap & foot massage

*... und Ihre angenehme Aufgabe:
das „Hand- & Fußpflege-
Konzept“ für Zuhause*

*... and your pleasant task:
the „hand & foot care concept“ for home*

- **Handcreme mit Jojobaöl** *Hand cream with jojoba oil*
- **Fußcreme mit ätherischem Öl
aus Latschenkiefer** *Foot cream with essential oil made from mountain pine*

„Maskulin“
the “masculine“

REINE MÄNNERSACHEN!



das Männer Konzept
... für den gepflegten Mann!
concept ... for the well-groomed man!

Gesichtspflege | Facial care

Vitalisierende – straffende Gesichtsbildung
Revitalising - toning facial treatment 50 Min. € 75,00

Körperbehandlungen | Body treatments

Körperpeeling *Body scrub* 25 Min. € 53,00
Entschleunigungsbehandlung *Relaxation treatment* 25 Min. € 53,00
Energetische Detox-Behandlung *Energising detox treatment* 50 Min. € 90,00

Körperpackungen | Body wraps

Genießen Sie die Ruhe und den verführerischen Duft bei dieser Ganzkörperpackung - entweder nach dem Körperpeeling oder als Einzelbehandlung
Enjoy a feeling of serenity and the seductive fragrance of this full body wrap - either after the body scrub or as an individual treatment. 25 Min. € 63,00

Vitale Füße | Healthy feet

Fußbad, Fußpeeling, Packung und Fußmassage
Foot bath, foot scrub, wrap and foot massage 45 Min. € 50,00

Maniküre | Manicure ca. 50 Min. € 60,00

Pediküre | Pedicure ca. 50 Min. € 60,00

Depilation | depilation

Rücken oder Brust *Back or chest* ca. 30 Min. € 55,00



FÜR UNSERE KLEINEN GÄSTE

Wellness für Kinder | *Wellness for children*

Kindermassage | *Children's massage*

Rücken-Nackengebiet *back-neck area* ca. 15 Min. € 25,00

Dirndl Paket bis 12 Jahre | *“Dirndl” girl's package up to the age of 12 years*

- Maniküre mit Lack *Manicure with nail polish*
- Gesichtsreinigung mit Schokomaske und Pflegetipps *Facial cleansing with chocolate mask and skincare tips* ca. 30 Min. € 48,00

Lederhosen Paket bis 12 Jahre | *“Lederhosen” boy's package up to the age of 12 years*

- Nacken-Schultermassage *Neck and shoulder massage*
- Gesichtsreinigung mit Pflegetipps *Facial cleansing with skincare tips*..... ca. 25 Min. € 48,00

Schoko-Rückenmassage | *Chocolate back massage*

mit süßer Überraschung *with a sweet surprise*..... ca. 20 Min. € 45,00

Alpinne- Kraft der Alpen

Alpinne - power of the alps

In ätherischen Ölen ist die Lebenskraft der Pflanzen in konzentrierter Form enthalten. Naturreine ätherische Öle werden aus Blüten, Blättern, Früchten, Samen und Wurzeln der frischen Kräuter durch Destillation gewonnen. Ihre heilsame Wirkung kannten schon antike Kulturen, wie z.B. die alten Griechen. Sie setzten ätherische Öle gezielt zur Verbesserung ihres Wohlbefindens ein. Mit wohltuenden, entspannenden Griffen und einem individuell auf Sie abgestimmten natürlichen Massageöl wird der ganze Körper harmonisiert und ausgeglichen, es tritt eine tiefe Entspannung ein.

Essential oils contain the vital force of plants in concentrated form. Naturally pure essential oils are extracted from blossoms, leaves, fruits, seeds and roots of fresh herbs by means of distillation. Their curative effects were already known to antique cultures, such as the ancient Greeks, who used essential oils specifically to improve their well-being. Soothing, relaxing touches and a natural massage oil tailored to your individual needs harmonise and balance the entire body, resulting in deep relaxation.

100% naturrein – alpinne

Bei „alpinne“ erwartet Sie 100% Naturpflege. In jeder Creme, jeder Lotion, jeder Seife, jedem Shampoo oder Massagemilch und in allen anderen Naturprodukten für Ihr Wohlbefinden findet sich der reiche Erfahrungsschatz der alpinen Volksmedizin kombiniert mit dem wissenschaftlichen Fortschritt führender Forschungseinrichtungen des Alpenraums. So vereint sich Tradition mit medizinischem Know-how. „Alpinne“ überzeugt durch seine herausragende Wirkung aufgrund von kraftvollen Extrakten von Arnika, Propolis, Johanniskraut, Murmelöl, Zirbe, hochwertigsten Ölen und vielen anderen wertvollen Rohstoffen.

Murmeltieröl: „Öl des Lebens“ nennt man das Murmeltieröl in den Bergen. Das wohldosierte Murmelöl kann lindernd bei chronischen Leiden am Bewegungsapparat, Rheuma und entzündlichen Muskel- und Gelenksbeschwerden wirken.

Johanneskraut: Wirkt beruhigend, krampflösend, hilft bei Traurigkeit und depressiven Verstimmungen. Außerdem wirkt es vorbeugend gegen Schwangerschaftsstreifen.

Arnika: Mit Arnika kann man Prellungen, Schwellungen, Verstauchungen, Blutergüsse und Muskelkater behandeln. Arnika besitzt eine hohe Tiefenwirkung, wirkt kühlend und belebend, erhöht die Durchblutung und soll bei der Muskelregeneration helfen.

100% natural - alpinne

You can expect 100% natural care from „alpinne“. In every cream, every lotion, every soap, every shampoo or massage milk and in all other natural products for your well-being, you will find an abundant wealth of experience derived from Alpine folk medicine, combined with the scientific advancements of leading research institutes in the Alpine region. Tradition is thus united with medical expertise. „Alpinne“ impresses with its outstanding effects, thanks to powerful extracts of arnica, propolis, St. John's wort, marmot oil, Swiss stone pine, the highest quality oils and many other valuable raw materials.

Marmot oil: The “oil of life”, is what mountain folk call marmot oil. Well-dosed marmot oil can have a soothing effect on chronic ailments of the musculoskeletal system, rheumatism and inflammatory muscle and joint complaints.

St. John's wort: has a calming and antispasmodic effect, relieves feelings of melancholy and depression. It also has a preventive effect against stretch marks.

Arnica: arnica can be used to treat bruises, swellings, sprains, haematomas and sore muscles. Arnica has a highly penetrative effect, cools and invigorates, increases blood circulation and is said to help with muscle regeneration.

Unsere naturreinen Extrakte und ätherischen Öle der Marke „alpienne“, die wir für Ihre Massage oder Körperbehandlung verwenden, werden individuell auf Ihren Hauttyp abgestimmt.

The natural extracts and essential oils from the „alpienne“ brand, which we use for your massage or body treatment, are individually adapted to your skin type.

Wanderpaket mit Alpienne Relax ***Hiking package with Alpienne Relax***

45 Min.....€ 60,00

- Erfrischendes Kräuterfußbad
in Kombination mit Fußmassage
Refreshing herbal foot bath in combination with foot massage
- Entspannungsmassage
Kopf- Nackenbereich
Relaxing head and neck massage

DIE KRAFT DER
NATUR ..



... und Ihre angenehme Aufgabe:
... and your pleasant task:

- **Murmeltieröl** *Marmot oil*
- **Propolistropfen** *Propolis drops*

„Wasser“ das Bäder Konzept

...für ein entspanntes eintauchen in das Meer der Sinne!

„Water“, the bathing concept ... for a relaxing plunge into the sea of senses!

Tiroler Steinölbad | Tyrolean Stone Oil Bath

Das Bad der Ruhe und Entspannung für die Unterstützung des überbeanspruchten Bewegungsapparates. Ein Spitzenerzeugnis aus der Tiroler Steinöl Produktpalette. Der hohe Anteil an organisch gebundenem Schwefel bewirkt ein außergewöhnliches „Wellness“-Gefühl. Es dient nicht nur zur „Badewannenkur daheim“, das Steinöl-Bad kommt seit langem auch in Krankenhäusern, Reha-Zentren und Kuranstalten zur Anwendung.

Indulge in a bath of rest and relaxation to aid an over-stressed musculoskeletal system. A premium product from the Tyrolean Stone Oil range. The high content of organically borne sulphur creates an extraordinary „feeling of well-being“. It is not only intended for „bathing at home“, the Stone Oil Bath has long been successfully used in hospitals, rehabilitation centres and health spas.

*... und Ihre angenehme Aufgabe:
das „Wasser Konzept“
für Zuhause*

*... and your pleasant task:
“Water“, the bathing concept for home*

- **Vitalbad** *Vitalising bath*
- **Tiroler Steinölbad** *Tyrolean stone oil bath*

Genießen Sie die Badezeit zu Zweit Enjoy some bathing time as a couple

inklusive 2 Gläser Sekt und einer süßen Überraschung

Including 2 glasses of sparkling wine and a sweet surprise 60 Min.

€ 105,00

Bädertemperatur 34 - 38 Grad.

**Unsere natürlichen Bäder eignen sich nicht
bei Blutdruck- und Venenschwäche.**

Fragen Sie bitte unsere fachkundigen Mitarbeiter.

Bathing temperature 34 - 38 degrees.

**Our natural baths are not suitable for people
with weak blood pressure or venous insufficiency.
Please ask our well trained staff.**

RUHE UND ENTSPANNUNG
...



Tiroler Steinöl vom Achensee | Tyrolean Stone Oil from Lake Achensee

Durch seinen hohen Gehalt an natürlich gebundenem Schwefel hat das Tiroler Steinöl eine außerordentlich wohltuende und pflegende Wirkung für Mensch und Tier.

Vitalberg (Museum) in Pertisau

Hier erfahren Sie alles über Herkunft, Bedeutung und Anwendungsvielfalt des Tiroler Steinöl und erleben die Chronik eines kleinen Familienbetriebes im Karwendelgebirge.

Due to its high content of naturally occurring sulphur, Tyrolean stone oil has an extraordinarily beneficial and nurturing effect on both humans and animals.

Vitalberg (Museum) in Pertisau

Discover everything about the origin, significance and variety of applications of Tyrolean stone oil and experience the history of a small family business in the Karwendel mountains.

Hauttonic <i>Skin tonic</i>	200 ml
Steinölbad <i>Stone oil bath</i>	250 ml
Vitalbad <i>Vitalising bath</i>	200 ml
Massageöl <i>Massage oil</i>	200 ml
Haarshampoo <i>Hair shampoo</i>	200 ml
Duschgel <i>Shower gel</i>	200 ml
Latschenkiefercreme <i>Mountain pine cream</i>	100 ml
Ringelblumensalbe <i>Marigold ointment</i>	100 ml
Hautbalsam <i>Skin balm</i>	100 ml

*Infos und Preise erhalten Sie an der Rezeption.

**Information and prices are available at reception.*



Teufelssauna & Raum der Stille

Teufelssauna direkt an unserem Naturteich – in ganz besonderes Saunavergnügen!

Spazieren Sie mit Filzpatschen und Bademantel zur urigen Blockhütten-Sauna. Schwitzen Sie bei heißen 85°C, genießen Sie die traumhafte Aussicht und lassen Sie Ihren Gedanken freien Lauf! Um den Saunagang abzurunden, aktivieren Sie Ihren Körper und Kreislauf im frischen Quellwasser.

Die wohlverdiente Ruhe finden Sie anschließend in unserem Herzstück, dem Raum der Stille auf 6 Meter Höhe mit atemberaubendem Ausblick. Romantische Stunden mit knisterndem Feuer ...

Devil's sauna & room of silence

The Devil's Sauna can be found right next to our natural pond – an extraor- dinary sauna ex- perience!

Walk with your felt slippers and bathrobe to the rustic log cabin sauna. Sweat at a hot 85°C, enjoy the fantastic view and allow your mind to wander. You can then round off your sauna session by revitalising your body and circulatory system in the fresh spring water.

Once the exertions of your sauna session are over, you will find well-deserved peace and tranquillity in our centrepiece, the Room of Silence, situated at a height of 6 metres with stunning views. Romantic moments with a roaring fire ...



„Magnetfeld-Therapie“

wirkungsvoll und angenehm!

„Magnetic field therapy“ effective and enjoyable!

FÜR KÖRPER UND SEELE ...

Therapeutische Anwendungen

Stärkung des Immunsystems bei Infekten und stoffwechselbedingten Allergien, Verbesserung der Knochen- und Knorpelstruktur bei Erkrankungen des Bewegungsapparates, Beschleunigung der Wundheilung, Schmerzlinderung, Aktivierung des Hormonhaushaltes und des damit verbundenen körperlichen und seelischen Wohlbefindens, Nacken- und Muskelverspannungen.

Vorbeugende Anwendungen:

Erhöhte Sauerstoffversorgung der Zellen, Verbesserter Zellstoffwechsel, verbesserte Entgiftung, Regeneration und Anti-Stress-Wirkung, Kreislaufstabilisierung und Durchblutungsförderung. Die Magnetfeld-Resonanz-Therapie aktiviert den Zellstoffwechsel. Ihre elektromagnetischen Schwingungsmuster sind auf die gesunden körpereigenen Schwingungsmuster abgestimmt. Dadurch werden geschwächte Zellen reaktiviert, die Sauerstoffaufnahme verbessert, die Blutfließgeschwindigkeit erhöht, die Nährstoffe besser verarbeitet und Schlackenstoffe gründlicher abgebaut.

Therapeutic Treatments:

Boosts the immune system in cases of infection and metabolism-related allergies, improves bone and cartilage structure in cases of musculoskeletal disorders, accelerates wound healing, pain relief, activating hormone balance and associated physical and mental well-being, neck and muscle tension.

Preventative Treatments:

Increased oxygen supply to the cells, improved cell metabolism, improved detoxification, regenerative and anti-stress effect, stabilisation of circulation and the promotion of blood flow. Magnetic field resonance therapy activates cell metabolism. Its electromagnetic oscillation patterns are attuned to the body's own healthy oscillation patterns. This reactivates weakened cells, improves oxygen uptake, increases blood flow rates, processes nutrients better and eliminates toxins more effectively.



Behandlung mit Matte oder Kissen Treatment with mat or cushion

16 Min. € 18,00

24 Min. € 22,00

5 Einheiten à 16 Min.

5 sessions à 16 min. € 85,00

Wunschzettel Behandlungen | Wish list treatments

- Wählen Sie Ihre Wellnesszeit im Rahmen Ihrer gebuchten Pauschale ganz nach Lust und Laune (je 25 Minuten, bis 16 Uhr einzulösen) :
Choose your wellness session within your booked package, depending on your personal preferences. (25 minutes each, to be redeemed by 16 hrs):
- Gesichtsmassage**
 Luxuriöse Hautpflege für schöne Konturen
Facial massage - luxurious skincare for beautiful contours
- Hand- & Armmassage**
 Die Hände gehören zu den am meisten belasteten Körperteilen
Hand & arm massage - hands are one of the most stressed parts of the body.
- Vitalfußbad mit aktivierender Fußmassage**
 Wohltuend für müde Beine
Revitalising foot bath with activating foot massage - soothing care for lethargic legs
- Sanfte Rücken-Nacken Massage**
 Entspannt Körper und Geist
Gentle back and neck massage - relaxes body and soul

Agenda

Ihr Aufenthalt in unserem „Wellness Garten“ soll ein Erlebnis der besonderen Art für Sie werden.

FLÜSTERZONE: Hier finden Sie Ruhe und Erholung – bitte keine Mobiltelefone und keine laute Unterhaltung;

BEKLEIDUNG: Zu den Behandlungen kommen Sie bequem im Bademantel und Badelatschen in die untere Etage des Ruheraums. Kommen Sie 5 Minuten vor Ihren gebuchten Termin und entspannen Sie sich noch mit erfrischendem Saft oder prickelndem Grandeur Wasser. Ebenso sollten Sie sich nach einer Behandlung noch 15 Ruheminuten im Birkenruheraum gönnen.

SCHWANGERSCHAFT: Diese Zeit gehört nur Ihnen, selbstverständlich beraten wir Sie gerne und stellen Ihnen spezielle Pakete bzw. Behandlungen zusammen. Bitte informieren Sie Ihren Therapeuten bereits im Vorhinein.

MEDIZINISCHE INFORMATION: Bitte informieren Sie Ihren Therapeuten über medizinische Besonderheiten.

TERMINE: Buchen Sie Ihre Behandlungstermine bereits von zu Hause aus und wir können Ihre Wünsche bezüglich Behandlung und Zeit optimal planen. Ansonsten steht Ihnen unser Rezeptionsteam gerne zur Verfügung - telefonisch erreichbar unter 9 oder 13.

STORNIERUNG: Stornierungen sind grundsätzlich nur bis am Vortag 20.00 Uhr kostenfrei. Ansonsten versuchen wir die Behandlung weiterzuverkaufen. Sollte uns dies nicht gelingen wird die Behandlung zu 100% verrechnet. Sollten Sie sich verspäten, vertrauen wir auf Ihr Verständnis, wenn der Behandlungsablauf verkürzt wird.

KINDER: Kinder unter 16 Jahren steht der Ruheraum im Schwimmbadbereich und die Textilsauna zur Verfügung. Der Saunabereich ist eine Nackt- & Ruhezone und aus diesem Grund haben Kinder keinen Zutritt - wir bitten um Verständnis.

TRINKGELD:
Bequem auf dem Behandlungszettel vermerken!

Agenda

Your stay in our „wellness garden“ is intended to be a special kind of experience.

WHISPER ZONE: *Here you will find peace and relaxation - please refrain from using mobile phones and loud conversation.*

WHAT TO WEAR: *Please come to the lower level of the relaxation room for your treatments; dressed comfortably in your bathrobe and slippers. Please arrive 5 minutes before your booked appointment and relax with a refreshing juice or sparkling Grandeur water. You should also allow yourself 15 minutes of rest after every treatment.*

PREGNANCY: *This is a special time for you and we will, of course, be happy to offer advice and put together a special package to suit your personal requirements. Please inform your therapist in advance if you are pregnant.*

MEDICAL INFORMATION: *Please inform your therapist about any special medical conditions.*

APPOINTMENTS: *Book your treatment appointments in advance from home, so we can best schedule your treatments in accordance with your wishes. Alternately, our reception team will be happy to assist - please contact them by dialling 9 or 13 from your hotel room phone.*

CANCELLATIONS: *Cancellations are generally only free of charge until 8 p.m. the day before. Otherwise we will try to resell the treatment. If we do not succeed in this, the treatment will be charged at 100%. If you arrive late for your appointment, we kindly ask for your understanding that the duration of the treatment will be shortened accordingly.*

CHILDREN: *Children under the age of 16 may use the relaxation room in the swimming pool area and the (non-nude) textile sauna. The sauna area is a nude & quiet zone and, for this reason, children are not admitted - we kindly ask for your understanding.*

Tips: *Conveniently note it on the treatment note!*



*Auf Ihren Besuch freut sich Ihr
Seetal Wellnessteam!*

*The Seetal wellness team
look forward to welcoming you!*



Hotel Seetal GmbH
Innere Embergstraße 6 | A-6272 Kaltenbach
T +43 5283 2713 | hotelinfo@seetal.at | www.seetal.at