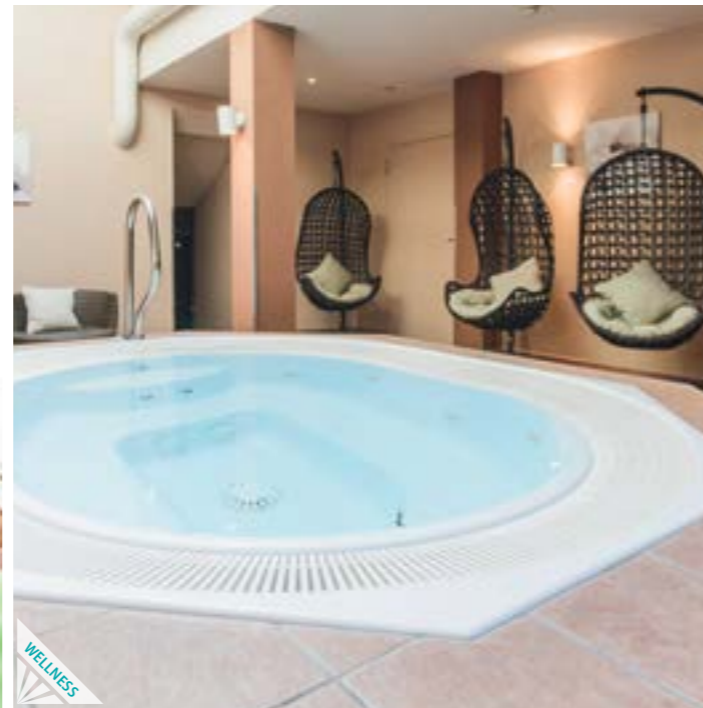




WELL
NESS
FÜR DIE
SEELE

WOHLFÜHLEN

im HOTEL VIER JAHRESZEITEN



WELLNESS

SOTHYS - SCHÖNHEIT IST ALLES

Genießen Sie anspruchsvolle Pflege für Körper, Geist und Seele!

Weltweit wird die hochwertige Kosmetik mit Pflanzenwirkstoffen von Sothys exklusiv nur in Kosmetikinsti- tuten und Schönheitsfarmen angeboten. Und das bereits seit über 60 Jahren. Ziel ist höchste Wirksamkeit bei optimaler Hautverträglichkeit. Eingesetzt werden natürliche Rohstoffe und bio- technologisch gewonnene Substanzen. Die Pflege mit sinnlichen Rezepturen sorgt für Schönheit von Kopf bis Fuß. Angeboten wird eine umfassenden Aus- wahl an Produkten und Behandlungen für Gesicht und Körper, Sonnenpflege und dekorative Kosmetik.

LIGNE ST.BARTH

Das Labor von Ligne ST BARTH befindet sich auf einer der wohl schönsten Inseln der Karibik: Saint-Barthélemy. Ein breites, fundiertes Wissen überlieferter Traditionen der karibischen Ureinwohner wird hier mit neuesten wissen- schaftlichen Erkenntnissen und modernster Technologie vereint. Das Ergebnis sind Produkte, deren außergewöhnliche Qualität und Reinheit international Anerkennung gefunden haben. Aufgrund der konzentrierten natürlichen Substanzen und ihrer edelsten Verarbeitung sind die Produkte für viele Anwen- dungsgebiete und Hautprobleme geeignet.

CRYSTAL.BERG.KRAFT

Crystal. Berg. Kraft. Das ist die Rückbesinnung auf überlieferte Volksmedizin, belegt durch neue universitäre Untersuchungen und die einzigartige Zusam- menarbeit von moderner Wissenschaft und naturverbundenen Bergbauern. Dadurch sind Produkte entstanden, die in ihrer naturbelassenen Zusam- mensetzung, ihrem Duft und ihrer Wirkungsweise einzigartig sind. Glaubwürdige Naturprodukte aus unserem ureigenen Lebensraum als Alternative zu Aloe Vera, Ayurveda und Lomi-Lomi. Arnika statt Aloe Vera ist der Trend unserer Zeit. Wie reines Olivenöl statt Kakaobutter!

SCHÖNHEITS- UND WOHLFÜHLBÄDER

Bäderbehandlungen
Farblichttherapie-Wanne

ST BARTH DREAM

Exotische Schönheitsbäder

Entspannende und intensiv pflegende Schönheitsbäder auf Basis unseres extra milden Duschgels in Verbindung mit Kokosnuss-Vanille, Avocado- Tiaré, Kokosnuss-Lilie oder einer selbst kreierten Lieblingsmixtur aus exotischen Ölen und Lotionen. Genießen Sie ein karibisches Dufterlebnis, bei dem die Haut nachhaltig mit wertvollen Mineralien und Vitaminen versorgt wird. Dieses pflegende Schönheitsbad verleiht Ihrer Haut einen lang anhaltenden, samtigen Schimmer.

PFLEGENDE SCHÖNHEITSBÄDER VON LIGNE ST BARTH

Exotische, pflegende Schönheitsbäder von den Karibischen Inseln. Genießen Sie mit der exotischen Pflegeserie von ST BARTH das natürliche Schönheitsgeheimnis der Tropen.

1 Wohlfühlbad, 20 min. € 42,-
+ ein Geschenk

- ◆ Kokosnussöl
- ◆ Avocadoöl
- ◆ Lilie Lotion
- ◆ Tiaré Lotion
- ◆ Vanille Lotion

CRYSTAL KRÄUTERBAD

Zusammengestellt aus reinen Ölen, Kräutern und Wurzeln – ein Regenera- tionsbad. Es löst Blockaden und Verspannungen der Gelenke und Muskeln, lindert Schmerzen, baut Entzündungen ab, bringt den Energiefluss wieder in Bewegung und wirkt ausgleichend. Sehr bewährtes Bad, wenn Sie sich gestresst und energielos fühlen.

20 min. € 33,-

ERKÄLTUNGSBAD

Ein Bad mit verschiedenen Ölen (Lavendel, Eukalyptus, Teebaum, Minze, Rosmarin, ...) Empfohlen bei Erkältungskrankheiten und zur Erfrischung.

20 min. € 33,-

TIROLER STEINÖLBAD – GESUNDHEITSBAD

Dieses Bad dient der Unterstützung des überbeanspruchten und regene- rierungsbedürftigen Bewegungsapparates. Durch das Badeöl werden die Kapillaren stärker durchblutet, das hormonelle, neurovegetative Geschehen beeinflusst und das Ausscheiden von Schlacken gefördert. Durch den hohen Anteil an Schwefel erzielt es im rheumatischen oder anderweitig ange- schlagene Bewegungsapparat eine außergewöhnlich positive Wirkung.

20 min. € 33,-



ST BARTH ELASTICITY

Körperpackung mit Tonerde und Ananas- oder Gurkenmousse
Intensive Körperpflege zur Verbesserung des Hautbildes durch wertvolle Mineralien und Vitamine als natürlicher Bestandteil von Tonerde und frischer Ananas- oder Gurken-Mousse. Efeu, Menthol und Kampfer aktivieren und entschlacken das Gewebe, kalt gepresstes Avocadoöl liefert wichtige Nährstoffe. Das Ergebnis ist ein sichtbar verfeinertes und gestrafftes Hautrelief.
25 min. _____ € 39,-

ST BARTH SOFTNESS

Körper-Peelingmassage mit Kokosnussöl & Papaya
abgerundet durch ein Pflegeprodukt Ihrer Wahl. Entspannende Peelingmassage für zarte, samtige und ebenmäßige Haut. Die Fruchtzyme frischer Papaya, Naturjoghurt und ein spezieller, mineralisierter Seesandkomplex entfernen abgestorbene Hautschüppchen. Reines Kokosnussöl pflegt die Haut nachhaltig und verwöhnt sie mit wertvollen Nährstoffen. Ideal als Vorbereitung für besonders lang anhaltende und gleichmäßige Bräune.
25 min. _____ € 43,-

ST BARTH SOFTNESS + ELASTICITY

Peeling + Körperpackung, 50 min. _____ € 75,-

ST BARTH SENSATION

Edle Körperpackung mit wohltuender Entspannungsmassage
Diese wohltuende Körperpackung spendet intensive Feuchtigkeit und ist ein Genuss für alle Sinne. Sie wählen Ihren Lieblingsduft aus Bourbon Vanille, zarten Tiaré Blüten oder exotischer Lilie aus. Eine cremig-seidige Packung wird sanft auf Ihrem Körper verteilt und ausgestrichen. Nachdem die pflegende Körperpackung Ihre Haut intensiv mit Nährstoffen und Lipiden aus hochwertigsten Pflanzenölen versorgt hat, entspannen Sie bei einer herrlich duftenden Massage. Sie erhalten ein sichtbar verfeinertes und samtig-seidiges Hautbild am ganzen Körper.
50 min. _____ € 72,-

ST BARTH HARMONY

Verwöhnende Körpermassage
Genießen Sie eine entspannende, sanfte Körpermassage mit speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten Intensivpflegeprodukten. Wählen Sie reines, leicht erwärmtes Kokosnussöl zur intensiven Versorgung besonders trockener Haut, kaltgepresstes Avocadoöl zur Funktionsunterstützung bei besonders feiner Haut oder Efeu-Gel und Mentholöl zur Stärkung von Gewebe und Hautmantel. Als besonderes Finish werden Sie mit einem Hauch von Karibik verwöhnt. Sie wählen Ihre Lieblings-Bodylotion mit kaltgepresstem Avocadoöl und dem Duft reiner Bourbon Vanille, karibischer Tiaré Blüte oder besonders feiner Lilie.
50 min. _____ € 69,-

ST BARTH SLIMNESS

Wohltuende und entstauende Beinmassage
Für eine schnelle Entlastung und Entspannung bei schweren Beinen, zum Beispiel nach langem Sitzen, Stehen, nach langen Flügen oder einfach nur für schöne schlanke Beine. Unser Efeu-Gel wirkt entstauend und entwässernd, kräftigt die Venen und regt das Lymphsystem an. Menthol und Kampfer fördern die Mikrozirkulation, erfrischen und beleben. Als besonderes Finish werden Ihre Beine mit einem Hauch Karibik verwöhnt. Sie wählen Ihre Lieblings-Bodylotion mit kaltgepresstem Avocadoöl und dem Duft reiner Bourbon Vanille, karibischer Tiaré Blüte oder besonders feiner Lilie.
25 min. _____ € 39,-

ST BARTH LOVELINESS

Entspannende und wohltuende Gesichtsmassage
mit karibischen Ölen, Nachruhen und Abschlusspflege.
25 min _____ € 42,-

www.hotel-vier-jahreszeiten.at



WELLNESS



KÖRPERPACKUNGEN & ENTSCHLACKUNGSPAKETE

SOTHYS CELLULITE-WICKEL

Das für viele Frauen größte Problem – auch schon in jungen Jahren – ist die Cellulite. Mit dieser Sothys Cellulite-Wickelkur bieten wir eine wirksame Lösung, mit deren Hilfe die Haut sichtbar straffer und fester wird. Der stark hydratisierende Effekt fördert die Stoffwechsellätigkeit und Entschlackung der Haut.

Behandlung: 1. Peeling 2. Sothys Creme wird aufgetragen
3. Oberschenkel, Po und Bauch werden eingewickelt
4. Abduschen 5. Phyto Cellulite Co Aktiv Creme wird aufgetragen
mit Lymphdrainage, 80 min. _____ € 94,-
ohne Lymphdrainage, 50 min. _____ € 64,-

ENTSCHLACKUNGSPACKUNG

Um die entschlackende Wirkung zu unterstützen, wird vor der Behandlung ein Ganzkörperpeeling durchgeführt und laufend Entschlackungstee angeboten. Mit Mineralien und Wirkstoffen des Toten Meeres sowie Heilerde wird der Körper entschlackt und entgiftet, das Gewebe nachhaltig gestrafft. Der Fettstoffwechsel kommt in Schwung und der Körper verliert schnell überflüssiges Gewicht. Die Methode zielt nicht auf einen kurzfristigen Gewichtsverlust ab, sondern auf eine bestmögliche Entgiftung und Reinigung des Gewebes.

50 min. _____ € 67,-

VIER JAHRESZEITEN – CREMEPACKUNG

(Ganzkörperbürstung, Cremepackung)
Ideal bei trockener Haut. Eine spezielle Lotion wird auf den ganzen Körper verteilt. Anschließend werden Sie in Vliestücher gewickelt. So eingehüllt erleben Sie im erwärmten Wasserbett bei ca. 37° C die totale Entspannung. Durch die Wärme werden die Hautporen geöffnet und die Körperpackung kann optimal einziehen.
50 min. _____ € 67,-

ALGEN-PEELING

Ein Ganzkörperpeeling mit Algen hat eine Reinigungs- und Entschlackungswirkung, die Haut wird im Anschluss weicher und zarter.
25 min. _____ € 36,-

NACHTKERZENÖL-CREMEPACKUNG

Eine der erfolgreichsten Ganzkörperpackungen mit Nachtkerzenöl, Mandelöl, Weizenkeimöl und Cremes. Hierbei wird die vielfältige Wirkung der Öle berücksichtigt. Diese Packung bewirkt ein herrlich angenehmes, samtiges Hautgefühl. Hautregenerierend!
25 min. _____ € 42,-

KOSMETIK

Unsere kosmetischen Behandlungen werden auf Ihre ganz persönlichen Hautbedürfnisse abgestimmt. Die hochwertigen, individuellen Produkte wirken gründlich, tief und nachhaltig. Egal, welches Alter oder welcher Hauttyp, ob Dame oder Herr, unsere Kosmetikerin stellt Ihre persönliche Gesichtsbildung zusammen, um ein optimales Ergebnis zu erzielen.

GESICHTSBEHANDLUNGEN

DIE VIER-SUPERIOR-BASIS-BEHANDLUNG

Bei dieser „Klassischen Gesichtsbildung“ dürfen Sie sich auf ein Tiefenreinigungsprogramm freuen. Die Behandlung umfasst Hautdiagnose, gründliches Abreinigen der Haut, Peeling, Tiefenreinigung, Augenbrauen fassonieren, Wirkstoffampulle, wohltuende Maske sowie Abschlusspflege. 55 Verwöhnminuten € 65,-

SANFTE BERGWELT-BEHANDLUNG

Schenken Sie Ihrer Haut Pflege und Wohlbefinden. Diese Behandlung umfasst Hautdiagnose, gründliches Abreinigen der Haut, Peeling, Augenbrauen fassonieren, Wirkstoffampulle, entspannende Gesichtsmassage, wohltuende Maske sowie Abschlusspflege. 55 Verwöhnminuten € 68,-

BERGQUELL HYDRA 3HA „FEUCHTIGKEIT“

Feuchtigkeitsspendende Intensivbehandlung - ein wahres Erlebnis für Ihre Haut mit 3fach Hyaluronsäure. Diese Behandlung wurde besonders auf die Bedürfnisse feuchtigkeitssarmer Haut abgestimmt und beinhaltet ein 6-Phasen-Pflegeprotokoll, exklusive Massage-Techniken sowie feuchtigkeitsspendende Wirkstoffe der neuesten Generation. 80 Verwöhnminuten € 99,-

ERHOLUNG FÜR HÄNDE & FÜSSE MANIKÜRE – PEDIKÜRE – NAGELPFLEGE – DESIGN

Maniküre ohne Lack, 40 min.	€ 39,-
Maniküre mit Lack als Geschenk, 50 min.	€ 49,-
Maniküre mit Paraffinbad, 50 min.	€ 52,-
Maniküre mit Gel-/Peel-Off-Lack, 50 min.	€ 49,-
Medizinische Fußpflege ohne Lack, 40 min.	€ 49,-
Medizinische Fußpflege mit Lack als Geschenk, 50 min.	€ 59,-
Medizinische Fußpflege mit Gel-/Peel-Off-Lack, 50 min.	€ 59,-

SPEZIAL: Bei unserer Maniküre und Pediküre mit Lack erhalten Sie als Geschenk das Fläschchen Nagellack in der Farbe Ihrer Wahl aus unserer Farbpalette.



ALPEN-ANTI-AGE-COLLAGEN-BEHANDLUNG

Spezifische Aktivstoffe wirken je nach diagnostiziertem Hautalterungs-zustand direkt auf die drei Hauptakteure der Hautalterung - Collagen, Elastin und Hyaluronsäure - ein und helfen so die Zeichen des natürlichen Verlaufes sichtbar und schnell zu reduzieren. 80 Verwöhnminuten € 105,-

KLARE AUGENBLICKE

Die Intensivpflege mit wertvollem Seerosen-Extrakt ist selbst für die besonders empfindliche Haut geeignet. Mit der 3fach-Wirkung gegen Tränensäcke, Augenringe und Augenfältchen ist diese Behandlung die perfekte Augen-Allround-Pflege. 25 Verwöhnminuten € 42,-

ALPINE HERREN-PFLEGE

Diese Anti-Stress- und Relaxbehandlung ist die optimale Entspannung für den Mann von heute. Tiefenreinigung mit Peeling-Maske, Augenbrauenkorrektur, Pflegeampulle, entspannende Gesichtsnacken-Brust-Massage, Spezial-Maske und Abschlusspflege. 55 Verwöhnminuten € 69,-

EXTRAS FÜR GESICHT & KÖRPER

Fassonieren, Wimpern & Augenbrauen färben, 20 min.	€ 29,-
Tages- bzw. Abend-Make-up, 25 min.	€ 25,-
Harzen: Beine bis zum Knie	€ 32,-
Beine ganz	€ 55,-
Bikinizone	€ 20,-
Achseln	€ 20,-
Oberlippe und Kinn	€ 20,-
Oberlippe	€ 10,-



WELLNESS

CHRYSTAL NATUR - KOSTBARKEITEN AUS DEM PITZTAL

- ◆ 1 Entspannungsmassage mit Johanniskrautmilch, 25 min.
 - ◆ 1 Sportmassage mit Murmeltieröl, 25 min.
 - ◆ 1 Chrystal Heilkräuterbad, 20 min.
- € 99,-

SPORT SCHNUPPERPAKET

- ◆ 1 Sportmassage, 25 min.
 - ◆ 1 Steinölbild, 20 min.
 - ◆ 1 Kombimassage (Fußreflex- und Teilmassage), 50 min.
- € 112,-

FÜR SCHÖNHEIT UND PFLEGE

- ◆ 1 Gesichtsbildung, 55 min.
 - ◆ 1 wohltuende Augenbehandlung, 25 min.
 - ◆ 1 Maniküre mit Paraffinbad, 50 min.
- € 142,-

VERSTECK DICH TAGE

- ◆ 1 Gesichtsbildung, 55 min.
 - ◆ 1 Teilmassage, 25 min.
 - ◆ St Barth Softness und Elasticity, 50 min.
- € 154,-

Alle Paketpreise pro Person. Nehmen Sie sich Zeit für sich und genießen Sie die Anwendungen auf mehrere Urlaubstage verteilt. Wir beraten Sie gerne!

UNSERE WOHLFÜHLPAKETE FÜR SIE UND IHN

ANTISTRESS UND ENTSCHEUNIGUNG

- ◆ 1 Gesichtsbildung, 55 min.
 - ◆ 1 Energiemassage mit Aromaöl, 25 min.
 - ◆ 1 Klangschalen-Massage, 50 min.
- € 158,-

VIER JAHRESZEITEN FÜR SIE

- ◆ 1 Gesichtsbildung, 80 min.
 - ◆ 1 Nachtkerzenöl-Packung, 25 min.
 - ◆ 1 Energiemassage mit Aromaöl, 25 min.
- € 159,-

VIER JAHRESZEITEN FÜR IHN

- ◆ Anti-Stress Vollmassage mit Aromaölen, 50 min
 - ◆ 1 Fußreflexzonenmassage, 25 min.
 - ◆ 1 Hot Stone Massage, 55 min.
- € 155,-

GEPFLEGT SEIN IST MÄNNLICH

- ◆ 1 Vitalpackung, 25 min.
 - ◆ 1 Kombimassage (Fußreflex- und Teilmassage), 50 min.
 - ◆ 1 Alpine Herren Gesichtsbildung, 55 min.
 - ◆ 1 Teilmassage, 25 min.
- € 169,-

MASSAGEN

KLASSISCHE TEIL- ODER VOLLMASSAGE

Durch eine richtig dosierte Massage werden Hautfunktionen und Stoffwechsel angeregt, Blut- und Lymphsysteme gefördert, die Elastizität der Sehnen und Bänder nimmt zu und es wird mehr Gelenkflüssigkeit gebildet.

- Teilmassage, 25 min. _____ € 34,-
- Vollmassage, 50 min. _____ € 56,-
- 3er-Block Teilmassage, 3x 25 min. _____ € 90,-
- 3er-Block Vollmassage, 3x 50 min. _____ € 150,-

FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Mit dieser Massagetechnik wird eine lokale und intensive Durchblutung erzielt. Man erreicht eine Verbesserung der Organ- und Gewebefunktion, eine Aktivierung der Lebens- und Regenerationskräfte und das Lösen von Spannungs- und Verkrampfungszuständen. Auch Kopfschmerzen, Verdauungsprobleme, Schlafstörungen und Stressbeschwerden können mit Hilfe dieser Massage gelindert werden.

- 25 min. _____ € 35,-

KOMBIMASSAGE

bestehend aus:

- ◆ Fußreflexzonenmassage
- ◆ Klassischer Teilmassage
- 50 min. _____ € 57,-



LYMPHDRAINAGE

Weich, langgezogen und fließend sind die Bewegungen dieser Behandlung. Drainage bedeutet Entwässerung und damit besserer Schlackenabtransport aus dem Körper.

Es findet vorwiegend in den Lymphknoten eine Filter- und Reinigungsfunktion statt und die körpereigenen Abwehrkräfte werden gestärkt.

- Ganzkörper, 50 min. _____ € 61,-

AROMAMASSAGE

Durch die Wirkung einer sanften Massage mit ätherischen Ölen wird die Harmonie von Körper, Geist und Seele unterstützt. Das vegetative Nervensystem wird beruhigt und die Abwehrkräfte werden gestärkt.

- 25 min. _____ € 36,-
- 50 min. _____ € 64,-

HOT-CHOCOLATE-MASSAGE

Entspannende, duftende Massage mit Schokoladenöl.

- 25 min. _____ € 38,-

HOT-STONE-MASSAGE

Die Hot-Stone-Massage ist eine faszinierende Verbindung aus Massage, Energiebehandlung und der wohltuenden Wirkung von heißen Steinen. Warme Steine in Öl getaucht gleiten über Ihren Körper und lösen auch hartnäckige Verspannungen und Schmerzpunkte. Sie liegen auf heißen Basaltsteinen aus Hawaii. Auf dem eingeöhlten Körper werden an den Energiezentren (Stirn, Bauch, Rücken, Hände und Füße) auf ca. 60 Grad erwärmte Steine verteilt; bei Wärmeempfindlichkeit werden die Steine mit Hilfe von Leinentüchern auf den Körper gelegt. Massiert wird mit warmem Öl und heißen bzw. kalten Steinen.

- Ganzkörpermassage, 55 min. _____ € 79,-
- Rücken-Nackentherapie, 25 min. _____ € 37,-

REIKI

fördert die Bereitschaft des Körpers zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Reiki wirkt ganzheitlich auf allen Ebenen des menschlichen Daseins. Die Reiki-Methode gibt uns ein direktes Mittel, um die Lebensenergie, die wir bei täglicher Aktivität verbrauchen, wieder herzustellen.

- 50 min. _____ € 69,-

ENERGIEMASSAGE MIT AROMAÖL

Leichte, entspannende Rückenmassage.

- 25 min. _____ € 37,-

CHI-BALANCE KOPF- & NACKENMASSAGE

Harmonisierend und ausgleichend. Sie wirkt harmonisierend auf den Chi-Fluss im Kopf- und Nackenbereich und löst so Verspannungen. Die Methode Chi-Balance ist besonders zu empfehlen bei Verspannungen im Nacken und Kopfbereich.

- 25 min. _____ € 42,-

Inklusive Relaxen mit Hirsekissen.

KLANGSCHALENBEHANDLUNG

In der Klangentspannung lösen sich die im Alltagsstress angesammelten Sorgen, Unsicherheiten und Blockaden. In der östlichen Vorstellung ist der Mensch aus Klang entstanden, ist also Klang. Ist der Mensch mit sich und seiner Umwelt im Einklang, dann ist er auch in der Lage, sein Leben frei und kreativ zu gestalten. (Peter Hess hat die Methoden der Klangmassage basierend auf vielfältigen Klangerfahrungen in Nepal und Tibet entwickelt.)

- 50 min. _____ € 71,-

SPORTMASSAGE

MIT STEINÖL UND TONIC

Die Sportmassage ist eine Ergänzung zur klassischen Massage, nur etwas intensiver. Hier werden die Griffe der klassischen Massage auf die Bedürfnisse und die speziellen Probleme von Sportlern abgestimmt und wohltuend angewandt.

- 25 min. _____ € 37,-

SPORTMASSAGE

MIT ARNIKALOTION ODER MURMELÖL

Enthält die effektiven Wirkstoffe von kräftigen Arnikablüten und das Kittharz alpiner Bienenvölker.

Wirkt kühlend, abschwellend und regenerierend. Stark beanspruchte Muskulatur, vor allem nach sportlichen Anstrengungen, erholt sich rascher.

- Beine oder Rücken, 25 min. _____ € 37,-
- 50 min. _____ € 67,-

ENTSPANNUNGSMASSAGE

MIT JOHANNISKRAUTMILCH

Akute Veränderungen der Muskulatur und Nerven sowie aller muskulär exponierten Bereiche – insbesondere beim SPORT – können positiv beeinflusst werden.

- Beine oder Rücken, 25 min. _____ € 37,-
- 50 min. _____ € 67,-

WELLNESS



WELLNESS FÜR KINDER

„BARBIE MANIKÜRE“

Feilen, Nagelhaut zurückschneiden,
lackieren mit Kindermotiven.

25 min. _____ € 26,-

„COCO – COCO“ KINDERMASSEGE

Leichte, entspannende Ganzkörpermassage
mit KOKOSNUSSÖL.

20 min. _____ € 26,-

„CHOCO – CHOCO“ – KINDERMASSEGE

Leichte, entspannende Ganzkörpermassage
mit CHOCOLATE-Massageöl.

20 min. _____ € 26,-

PRIVATSTUNDE EXKLUSIV FÜR SIE

**Personal Coaching in Einzelstunden
für Ihre beste Erfahrung.**

YOGA

ist ein bewährter Übungsweg, um Körper, Atem, Geist
und Seele so zu beeinflussen, dass wir den Herausforde-
rungen des Lebens gelassen begegnen.

55 min. _____ € 69,-

PILATES

ist ein äußerst sanftes, gleichzeitig jedoch sehr ef-
fektives Krafttraining, welches uns die Möglichkeit
gibt, den Körper zu formen und zu kräftigen. Es ist
ein Workout für den Körper und die Seele.

55 min. _____ € 69,-



WELLNESS

WOHLFÜHLEN IM HOTEL VIER JAHRESZEITEN

WOHLFÜHLBONUS

Ab einem Anwendungswert von € 150,- erhalten Sie **5 % Wohlfühlbonus**.
Bei den Wohlfühlpaketen oder Kombiangeboten ist Ihr Bonus
bereits als Paketvorteil einkalkuliert.

WOHLFÜHLZEIT RESERVIEREN:

Reservieren Sie Ihre Wellness-Anwendungen am
besten schon vor Ihrer Anreise.

T. +43/54 13/863 61 oder per E-mail: **info@hotel-vier-jahreszeiten.at**
Genießen Sie die Kostbarkeit von Entspannung, Pflege und Zeit!

GENUSS, AKTIVE ERHOLUNG, SPORT UND WELLNESS

Wir informieren Sie gerne über unsere Angebote, Pauschalen
inklusive Übernachtungen und Genusspension,
Last-Minute-Specials, Veranstaltungen.

www.hotel-vier-jahreszeiten.at



IM STAMMHAUS

- ◆ Pitztaler Schwitzstube
- ◆ Kräuterdampfgrotte
- ◆ Bio-Zirben-Kräutersauna
- ◆ Whirlpool
- ◆ Ruheraum mit Wasserbetten
- ◆ Meditationsraum
- ◆ Kälteraum
- ◆ Massage und Bäderräume



RESIDENZ SAUNABEREICH

- ◆ Feng Shui-Dampfbad
- ◆ Sauna 90 Grad
- ◆ Infrarotkabine
- ◆ Ruhebereich nur
für Erwachsene
- ◆ Frischluftraum
- ◆ Kalt duschen

RESIDENZ SCHWIMMBADBEREICH

- ◆ Schwimmbad 90 m²
- ◆ Ruhepavillon mit
offenem Kamin
- ◆ Außen-Whirlpool
- ◆ Feng Shui-Garten
(nur im Sommer)
- ◆ Pitzis Kindersauna
- ◆ Teebar mit Säften, Pitztaler Quellwasser und Äpfeln
- ◆ Wellnessrezeption
- ◆ Behandlungsräume für Massagen, Kosmetik und Fußpflege
- ◆ Panoramaraum mit Vitalprogramm
- ◆ **NEU:** Fitness- und Cardioräume mit den neuesten Ausdauer- & Kraftgeräten von TechnoGym



