



ALPIN RESORT
SACHER
SEEFELD-TIROL



PHILOSOPHIE

Erholung ist das Geschenk eines besonderen Augenblicks: Kostbare Ich-Zeit, in der neue Energie erwacht, Ruhe einkehrt und sich innere Balance einstellt.

Auf 4.700 m² Spabereich entfaltet sich ein luxuriöses Ambiente, in dem großzügiger Raum zum Loslassen und Wohlfühlen einlädt.

Der 20.000 m² große Garten bietet zahlreiche Rückzugsorte mit Panoramablick, die Natur, Licht und Ruhe harmonisch verbinden und Momente tiefer Entspannung ermöglichen. Innen und außen entsteht so eine Welt, in der jeder Atemzug neue Energie schenkt.

Sanfte Bewegung, verwöhnende Anwendungen und wohltuende Massagen machen die Erholung spürbar. Unsere erfahrenen Therapeuten begleiten Sie dabei und schaffen Augenblicke voller Ruhe und Balance, die Körper, Geist und Seele harmonisch beleben.

PHILOSOPHY

Relaxation is the gift of a rare and exquisite moment – precious me-time in which new energy awakens, serenity descends, and inner balance arises with graceful ease.

Across 4,700 m² of spa space, a luxurious ambiance unfolds, offering ample room to unwind and indulge in well-being.

The 20,000 m² garden provides numerous secluded retreats with panoramic views, where nature, light, and tranquility harmoniously combine to create moments of deep relaxation. Indoors and outdoors, a world emerges in which every breath revitalizes and refreshes.

Gentle movement, indulgent treatments, and soothing massages make the experience of relaxation tangible. Our experienced therapists accompany you on this journey, creating moments of calm and balance that nurture and harmonize body, mind, and spirit.



RENDEZ-VOUZ
MIT MEINEM
SCHÖNSTEN
ICH



RENDEZVOUZ
WITH MY
BEST SELF

INHALT

WASSERWELT	06 - 07
SAUNAWELT	08 - 09
ENTSPANNUNGSWELT & PRIVATE SPA	10 - 11
BEWEGUNGSWELT	12 - 13
SACHER ACADEMY FOR BETTER AGING	14 - 15

BEHANDLUNGSWELT	16 - 17
Augustinus Bader	18 - 27
Ligne St Barth	28 - 33
Balance Alpine 1000+	34 - 41
Signature Treatments	42 - 43
Time to Chocolate	44 - 45
Extras fürs Gesicht	46 - 47
Massagen	48 - 51
Gelenkmobilisierende Therapien	52 - 53
Reflexzonen-Therapien	54 - 55
Energetische Therapien	56 - 57
Straffung & Entschlackung	58 - 61
Mesotherapie	62 - 63
Hand- & Fußpflege, Depilation	64 - 65
Zeit zu zweit	32 - 33 48 - 49
Reine Männersache	24 - 25 40 - 41

SPA-ETIKETTE	66 - 69
---------------------	---------

BEHANDLUNGEN FÜR KINDER
ARRANGIEREN WIR GERNE AUF ANFRAGE

TABLE OF CONTENTS

WATER WORLD
SAUNAWELT
RELAXATION WORLD & PRIVATE SPA
MOVEMENT WORLD
SACHER ACADEMY FOR BETTER AGING

TREATMENT WORLD
Augustinus Bader
Ligne St Barth
Balance Alpine 1000+
Signature Treatments
Time to Chocolate
Extras for your Face
Massages
Joint-Mobilizing Therapies
Reflexology Therapies
Energy Therapies
Firming & Detox
Mesotherapy
Hand & Foot Care, Depilation
Time for Two

Pure Men's Business

SPA-ETIQUETTE

TREATMENTS FOR CHILDREN
CAN BE ARRANGED UPON REQUEST



WASSERWELT

Eintauchen, loslassen, schweben.
Die Wasserwelt schenkt Momente
völliger Schwerelosigkeit für
Körper und Geist.

DAS ALPIN AKTIV SPA Textilbereich:

Beheiztes 20 m Infinity Sportbecken

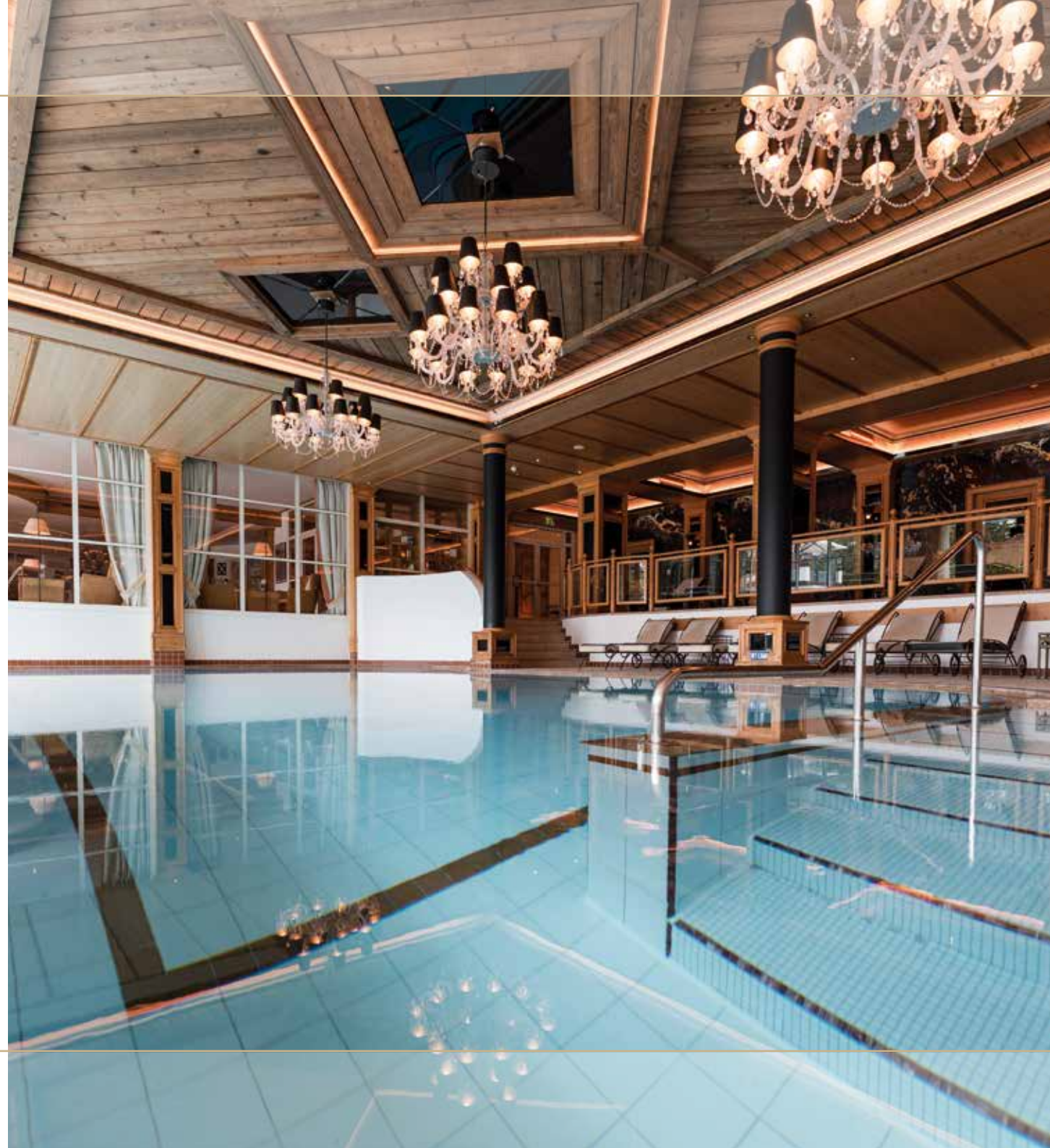
Beheizter Sole-Whirlpool
im idyllischen Naturgarten

Ganzjährig beheizter
Innen- und Außen-Panoramapool

Naturbadeseen mit Alpinstrand

SPA CHALET Textilfreier Bereich:

Im großzügigen und beheizten
Außen-Whirlpool mit Terrasse und
umliegendem Biotop können Sie
die Schönheit der Seefelder Berglandschaft
in vollen Zügen genießen.



WATER WORLD

Immerse yourself, let go, float.
The Water World offers moments
of complete weightlessness,
refreshing both body and mind.

THE ALPIN AKTIV SPA textile area:

Heated 20 m infinity sports pool

Heated saltwater whirlpool
in the idyllic natural garden

Year-round heated
indoor and outdoor panorama pool

Natural swimming lake with alpine beach

SPA CHALET: textile-free area:

In the spacious and heated
outdoor whirlpool with terrace and
surrounding biotope, you can enjoy
the beauty of the Seefeld mountain
landscape to the fullest.



SAUNAWELT

Sanfte Wärme hüllt Sie ein,
spendet neue Energie und
stärkt Ihr Immunsystem.
Regeneration und Entspannung
verschmelzen zu einem
harmonischen Erlebnis.

ALPIN AKTIV SPA

Textilbereich:

Biosauna
Stubensauna
Infrarotkabine
Laconium
Kneippanlage

SPA CHALET

Textilfreier Bereich:

Dampfbad
Exklusiver Duschtempel
Panoramasauna auf 42 m²
Sauna-Erlebnisaufgüsse der besonderen Art.

Unsere Saunameister begleiten Sie
an ausgewählten Tagen
durch ein Ritual mit entspannenden
Dampfbadzeremonien und
speziellen Aufgüssen.



SAUNA WORLD

Gentle warmth envelops you,
replenishes energy, and
strengthens the immune system.
Regeneration and relaxation
merge into a harmonious
experience.

ALPINE ACTIVE SPA

textile area:

Bio sauna
Parlour sauna
Infrared cabin
Laconium
Kneipp facility

SPA CHALET

textile-free area:

Steam bath
Exclusive shower temple
Panorama sauna, 42 m²
Special sauna infusions.

Our sauna masters guide you
on selected days
through a ritual featuring relaxing
steam bath ceremonies
and special infusions.



ENTSPANNUNGS- WELT

Großzügige Ruheräume im eleganten Alpin-Stil eröffnen stille Oasen der Erholung. Jeder Moment lädt dazu ein, Ruhe und Gelassenheit zu genießen.

Komfortable Daybeds laden zum Dahinträumen ein.

Entspannende Wärmeliegen und Wasserbetten bieten Erholung vom stressigen Alltag.

Von unserer SPA-Terrasse aus eröffnet sich Ihnen ein traumhaftes Panorama auf die majestätische Bergwelt.

ADD ON:

**PRIVATE
SPA
SUITE**

FÜR EINMALIGE
MOMENTE
ZU ZWEIT



RELAXATION WORLD

Spacious relaxation rooms in elegant Alpine style provide serene oases of calm. Every moment invites you to enjoy tranquility and inner peace.

Comfortable daybeds invite you to simply dream away.

Soothing heated loungers and waterbeds provide relief from the stresses of everyday life.

From our SPA terrace, enjoy a stunning view of the majestic mountain landscape.

ADD ON:

**PRIVATE
SPA
SUITE**

FOR UNIQUE
MOMENTS
FOR TWO



BEWEGUNGS-WELT

Kraft tanken, sich bewegen,
den Körper spüren.

Die Bewegungswelt verbindet
Aktivität mit einem angenehmen,
vitalisierenden Gefühl.

Das Alpin Resort Sacher bietet Ihnen ein
täglich wechselndes Aktivprogramm.

Entspannen Sie bei Yoga oder
bleiben Sie fit mit Aqua Gym.

Bei unseren geführten Wanderungen und
E-Bike Touren können Sie die faszinierende
Seefeldler Bergwelt erkunden.
Die Höhenluft hat einen nachweislich
positiven Effekt auf Ihre Gesundheit.

PERSONAL TRAINING

Unsere Trainer stellen für Sie ein
personalisiertes Programm zusammen,
damit Sie Ihr Trainingsziel schneller
erreichen können.

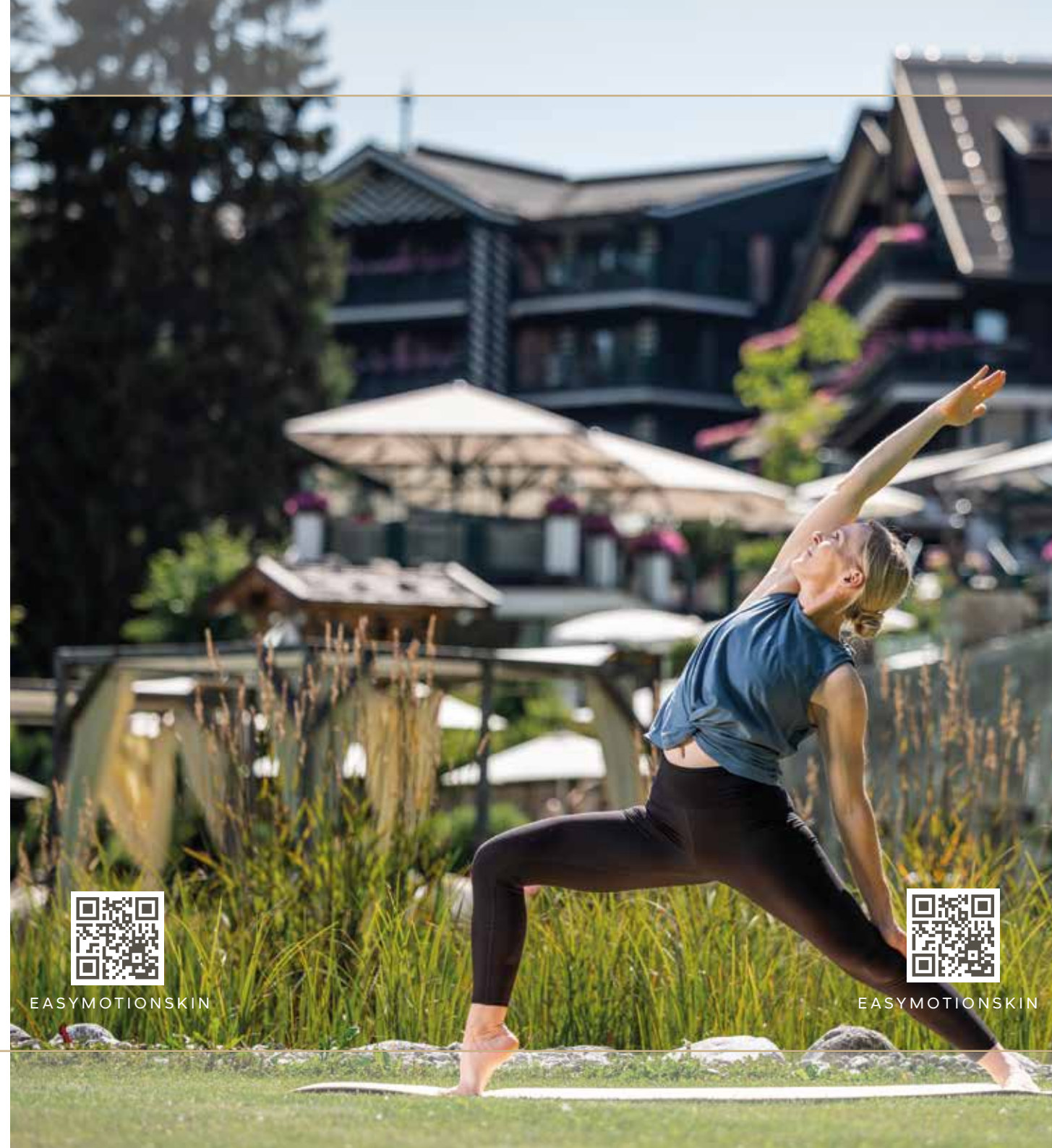
TIPP

VERSTÄRKEN SIE IHREN TRAININGSEFFEKT MIT EASYMOTIONSKIN

Elektroden in einem speziellen Anzug übertragen
gezielte Impulse, die Ihre Muskulatur zusätzlich
stimulieren. Informationen erhalten Sie an der
Spa-Rezeption oder DW 188.



EASYMOTIONSKIN



EASYMOTIONSKIN

MOVEMENT WORLD

Recharge, move, and feel your
body. The Movement World
combines physical activity
with a pleasant, invigorating
sensation.

The Alpin Resort Sacher offers
a daily changing activity program.

Relax with yoga or
stay fit with Aqua Gym.

On our guided hikes and e-bike tours,
you can explore the fascinating
Seefeld mountain world.
The high-altitude air has a proven
positive effect on your health.

PERSONAL TRAINING

Our trainers design a
personalized program for
you so you can reach
your training goals faster.

TIP

ENHANCE YOUR TRAINING WITH EASYMOTIONSKIN

Electrodes in a specially designed suit transmit
targeted impulses that further stimulate your muscles.
For more information, please contact
the spa reception or call DDI 188.



SACHER ACADEMY FOR BETTER AGING

Als Ergänzung zu unseren Spa-Treatments eröffnet sich in unserem Haus die Möglichkeit, nachhaltig für die eigene Gesundheit zu sorgen und präventiv aktiv zu werden.

Unsere Sacher Academy For Better Aging, unter ärztlicher Leitung von Dr. Katharina Sepp und unterstützt von einem Team hochqualifizierter Konsiliarärzte und Therapeuten, bietet ein personalisiertes Healthy Longevity Programm.

Modernste Diagnostik und aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse fördern gezielt Gesundheitsprävention, Zellverjüngung, Energieoptimierung und nachhaltige Stressreduktion bereits bei zwei bis drei Stunden täglicher Anwendung.

Von gezielter Regeneration bis zu erlesenen kulinarischen Genüssen ergänzen individuell abgestimmte Ernährungspläne das Programm harmonisch und fördern auf nachhaltige Weise Vitalität, Wohlbefinden und Lebensqualität.

Detaillierte Informationen zu unserem Longevity-Angebot finden Sie in der Sacher Academy For Better Aging Broschüre oder direkt an der Spa-Rezeption.



IMAGEVIDEO



EXPERTENVIDEO



SACHER ACADEMY FOR BETTER AGING

As a complement to our spa treatments, our house also offers the opportunity to take sustainable steps for your health and to engage in preventive care.

Our Sacher Academy For Better Aging, under the medical direction of Dr. Katharina Sepp and supported by a team of highly qualified consulting physicians and therapists, provides a personalized Healthy Longevity Program.

State-of-the-art diagnostics and the latest scientific insights specifically promote health prevention, cellular rejuvenation, energy optimization, and sustainable stress reduction, already achievable with just two to three hours of daily application.

From targeted regeneration to exquisite culinary delights, individually tailored nutrition plans harmoniously complement the program and sustainably support vitality, well-being, and quality of life.

Detailed information about our longevity offerings can be found in the Sacher Academy For Better Aging brochure or directly at the spa reception.



IMAGE VIDEO



EXPERTS VIDEO



BEHANDLUNGS- WELT

Erfahrene Therapeuten und ein
vielfältiges Behandlungsangebot
pflegen Körper und Haut und
schenken Frische sowie neue
Energie für alle Sinne:

Gesichtsbehandlungen
Körperbehandlungen
Signature Treatments
Time to Chocolate
Massagen
Therapien
Hand- & Fußpflege

Die wohltuenden Effekte
unserer Behandlungen:



KÜHLT & ENTSPANNT



DETOX & ENERGETISIERT



REINIGT & BERUHIGT



ERDET & ZENTRIERT



SPORTS & ALPINE LIFE BALANCE



TREATMENT WORLD

Experienced therapists and a
diverse range of treatments
nurture the body and skin,
providing freshness and renewed
energy for all the senses:

Facial treatments
Body treatments
Signature Treatments
Time to Chocolate
Massages
Therapies
Hand & Foot Care

The soothing effects
of our treatments:



COOLS & RELAXES



DETOX & ENERGIZES



CLEANS & SOOTHES



GROUNDS & CENTERS



SPORTS & ALPINE LIFE BALANCE



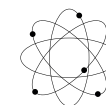
AB Augustinus Bader

THE METHOD AUGUSTINUS BADER

The Method Augustinus Bader ist eine individuelle und professionelle Hautbehandlung, die speziell entwickelt wurde, um die Wirksamkeit der exklusiven TFC8®-Technologie zu verstärken und optimale Ergebnisse für jedes einzelne Hautbedürfnis zu erzielen.

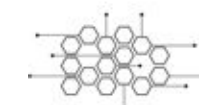
Augustinus Bader ist die intelligente Hautpflege. Preisgekrönte Produkte, klinisch erwiesene Ergebnisse und innovative Kreationen, die auf über dreißig Jahren Forschung

basieren. Im Mittelpunkt der Augustinus Bader Hautpflege steht dabei die einzigartige und patentierte TFC8® Technologie. Der *Trigger Factor Complex* besteht aus natürlichen Aminosäuren, hochwertigen Vitaminen und synthetischen Molekülen, die ein optimales Umfeld kreieren, so dass die natürliche Fähigkeit der Haut, sich selbst zu erneuern unterstützt wird. In unserem Spa sorgen besonders ausgebildete Therapeuten für ein einzigartiges und innovatives Behandlungserlebnis der Extraklasse.



REVOLUTIONÄRE WISSENSCHAFT

TFC8® getragen von über drei Jahrzehnten innovativer Forschung auf dem Gebiet der Hautheilung und Gewebereparatur von Professor Bader, einem Pionier in der Stammzellbiologie und regenerativen Medizin.



BIOLOGISCHE WEISHEIT

Bestehend aus natürlichen Aminosäuren, hochwertigen Vitaminen und synthetisierten Molekülen, die im Körper vorkommen, nährt und schützt **TFC8®** die Haut und fördert auf individuelle Weise die natürliche Fähigkeit der Haut, sich selbst zu erneuern.



BAHNBRECHENDE ERGEBNISSE

Sowohl in klinischen als auch in Verbraucherstudien haben unsere **TFC8®**-basierten Produkte gezeigt, dass sie spezifische Probleme wie das Auftreten von feinen Linien und Falten, Rötungen, Hyperpigmentierung, Cellulite und Dehnungsstreifen reduzieren und die durch externe Stressfaktoren verursachten Schäden sichtbar begrenzen.



AB

Augustinus Bader

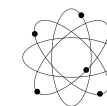
THE METHOD AUGUSTINUS BADER

The Method Augustinus Bader is an individualized, professional skincare treatment specially designed to enhance the effectiveness of the exclusive TFC8® technology and achieve optimal results for every unique skin need.

Augustinus Bader represents intelligent skincare. Award-winning products, clinically proven results, and innovative formulations based on over thirty years of research. At the

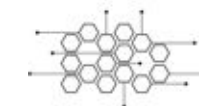
heart of Augustinus Bader skincare is the unique, patented TFC8® technology.

The Trigger Factor Complex consists of natural amino acids, premium vitamins, and synthetic molecules, creating an optimal environment that supports the skin's natural ability to renew itself. In our spa, highly trained therapists provide a unique and innovative treatment experience, delivering the ultimate in luxury and visible results.



REVOLUTIONARY SCIENCE

TFC8® is backed by over three decades of innovative research in skin healing and tissue repair by Professor Bader, a pioneer in stem cell biology and regenerative medicine.



BIOLOGICAL WISDOM

Composed of natural amino acids, premium vitamins, and synthesized molecules found in the body, TFC8® nourishes and protects the skin while uniquely supporting its natural ability to renew itself.



GROUND BREAKING RESULTS

Both in clinical and consumer studies, our TFC8®-based products have been shown to address specific concerns such as the appearance of fine lines and wrinkles, redness, hyperpigmentation, cellulite, and stretch marks, while visibly minimizing damage caused by external stressors.

AUGUSTINUS BADER
GESICHTSBEHANDLUNG

CLASSIC

Die Augustinus Bader-Methode verwandelt Ihre Gesichtspflege in ein individuelles Erlebnis. Die patentierte TFC8®-Technologie stimuliert die Haut sofort sichtbar und sorgt für langanhaltende Effekte. Nach einem sorgfältigen doppelten

Reinigungsritual folgt eine sanfte Hautvorbereitung und eine stimulierende Faszienmassage. Abgerundet wird die Behandlung durch eine intensive Cream-Maske, die Feuchtigkeit spendet und strafft – für einen strahlenden, vitalisierten Teint.

50 Min.

SUPERIOR

Dieses hochsensorische Behandlungserlebnis nutzt die TFC8®-Technologie, um die Zellkommunikation zu fördern, die Durchblutung zu aktivieren und den Hauttonus zu verfeinern. Die Haut wird sichtbar gestrafft und erfrischt. Zum Ritual

gehören sanftes Ausreinigen, eine präzise Augenbrauenkorrektur, eine stimulierende Massage von Gesicht, Hals, Dekolleté und Kopfhaut sowie eine vegane Algen-Vliesmaske für intensive Feuchtigkeit und strahlende Frische.

70 Min.

DELUXE

Erleben Sie die Methode Augustinus Bader in ihrer luxuriösesten Form: TFC8®-Technologie kombiniert mit konzentriertem Sauerstoff aktiviert tiefgehend den Zellstoffwechsel. Die Behandlung umfasst dreifache Reinigung, Ausreinigung der Haut,

vegane Algen-Vliesmaske, Augenbrauenkorrektur und eine stimulierende Massage von Gesicht, Hals, Dekolleté und Kopfhaut während des Maskenrituals. Ergebnis: ein strahlender, revitalisierter und jugendlich wirkender Teint.

90 Min.

AUGUSTINUS BADER
FACIAL TREATMENT

CLASSIC

The Augustinus Bader Method transforms your facial care into a personalized experience. The patented TFC8® technology immediately stimulates the skin and provides long-lasting results. After a careful double cleansing ritual, a gentle skin

preparation and stimulating fascia massage follow. The treatment concludes with an intensive cream mask that hydrates and firms – for a radiant, revitalized complexion.

50 min.

SUPERIOR

This highly sensory treatment experience uses TFC8® technology to promote cell communication, activate circulation, and refine skin tone. The skin appears visibly firmer and refreshed. The ritual includes gentle extractions, precise eye-

brow shaping, a stimulating massage of the face, neck, décolleté, and scalp, as well as a vegan algae sheet mask for intensive hydration and luminous freshness.

70 min.

DELUXE

Experience the Augustinus Bader Method in its most luxurious form: TFC8® technology combined with concentrated oxygen deeply activates cellular metabolism. The treatment includes triple cleansing, thorough extractions, vegan algae

sheet mask, eyebrow shaping, and a stimulating massage of the face, neck, décolleté, and scalp during the mask ritual. The result: a radiant, revitalized, and youthful-looking complexion.

90 min.

REINE MÄNNERSACHE PURIFYING FOR MEN



Diese tiefenwirksame Gesichtsbehandlung aktiviert den Hautstoffwechsel und sorgt für ein spürbar frisches und vitales Hautgefühl. Ein sanftes Peeling entfernt überschüssige Hautschüppchen, während die anschließend aufgetragene Maske mit TFC8®-Technologie intensive Feuchtig-

keit spendet und die Haut nachhaltig revitalisiert. Abgerundet wird das Verwöhnprogramm durch eine sorgfältige Abschlusspflege und eine entspannende Handmassage, die Körper und Geist harmonisiert.

50 Min. / 110 Min. inklusive Pediküre

REJUVENATING MICRONEEDLING GESICHTSBEHANDLUNG

Diese Behandlung basiert auf der innovativen TFC8®-Technologie und folgt der Methode von Augustinus Bader zur Hautverjüngung. Die Haut wird durch dreifache Reinigung und eine aktivierende Gesichtsmassage optimal vorbereitet. Das anschließende Microneedling aktiviert die Zellkommunikation und unterstützt in Kombination

mit dem Serum die Regenerationsfähigkeit der Haut. Feine Linien, Falten, Porenunregelmäßigkeiten und eine ungleichmäßige Hautstruktur werden sichtbar gemildert. Abschließend sorgt eine Skin Infusion mit der weiterentwickelten TFC8®-Technologie für eine gestärkte Hautbarriere.

90 Min.

Für die optimale Pflege zu Hause empfehlen wir „The Skin Infusion“ von Augustinus Bader.

TIPP

MICRODERMABRASION

Bei der Microdermabrasion wird die oberste Hautschicht sanft mit unserem Dermabrasionsgerät abgetragen. Hautunregelmäßigkeiten wie Narben,

feine Linien oder Pigmentstörungen werden sichtbar reduziert, und die Haut wirkt glatt, frisch und strahlend.

15 Min.

PURE MEN'S BUSINESS PURIFYING FOR MEN



This deeply effective facial treatment activates the skin's metabolism, leaving a noticeably fresh and revitalized feeling. A gentle exfoliation removes excess dead skin cells, while the mask applied afterward with TFC8® technology pro-

vides intensive hydration and sustainably revitalizes the skin. The indulgent program concludes with careful finishing care and a relaxing hand massage, harmonizing body and mind.

50 min. / 110 min. including pedicure

REJUVENATING MICRONEEDLING FACIAL TREATMENT

This treatment is based on the innovative TFC8® technology and follows the Augustinus Bader method for skin rejuvenation. The skin is optimally prepared through triple cleansing and an activating facial massage. The subsequent microneedling session stimulates cell communication and, in

combination with the serum, supports the skin's regenerative capacity. Fine lines, wrinkles, uneven pores, and irregular skin texture are visibly reduced. The treatment concludes with a skin infusion using the advanced TFC8® technology, strengthening the skin barrier.

90 min.

For optimal at-home care, we recommend "The Skin Infusion" by Augustinus Bader.

TIP

MICRODERMABRASION

During microdermabrasion, the outermost layer of skin is gently removed using our dermabrasion device. Skin irregularities such as scars, fine lines,

or pigmentation issues are visibly reduced, leaving the skin smooth, fresh, and radiant.

15 min.

GANZKÖRPER- BEHANDLUNG

Das Erlebnis der Ganzkörperbehandlung beginnt mit einem sanften Peeling aus Augustinus Bader Öl und Kräuter-Steinsalz, gefolgt von einer Faszienmassage, die den Gewebestoffwechsel aktiviert sowie Zellkommunikation und -reparatur stimuliert. Zum Abschluss wird der gesamte Körper großzügig mit der luxuriösen „The Body Cream“ von Augustinus Bader eingecremt – klinisch erwiesen, um das Erscheinungsbild von Cellulite zu reduzieren und bereits nach einer Sitzung sichtbar weichere, glattere und straffere Haut zu schenken.

90 Min.



FULL BODY TREATMENT

The full-body treatment experience begins with a gentle exfoliation using Augustinus Bader oil and herbal rock salt, followed by a fascia massage that activates tissue metabolism and stimulates cell communication and repair. To complete the treatment, the entire body is generously massaged with the luxurious “The Body Cream” by Augustinus Bader – clinically proven to reduce the appearance of cellulite and deliver visibly softer, smoother, and firmer skin after just one session.

90 min.

L I G N E ST BARTH

The Spirit Of Nature

Die Marke Ligne St Barth verkörpert die entspannte Atmosphäre der Insel und die Seele von St. Barth. Ihre Kraft schöpft sie direkt aus der Natur: Die Formeln verbinden Zutaten natürlichen Ursprungs mit den sanften, exotischen Düften der Karibik. Alle Produkte werden auf St. Barth entwickelt und hergestellt – für einen unverwechselbaren einzigartigen Inselcharakter.

Ligne St Barth fängt die klare, entspannte Atmosphäre der Karibik und die besondere Leichtigkeit des Insellebens ein. Ihre Kraft schöpft sie direkt aus der Natur – jede Pflegekreation vereint natürliche Inhaltsstoffe mit zarten, exotischen Düften und wird sorgfältig auf St. Barth entwickelt. Die Wellness-Rituale schenken Momente purer Entspannung: das sanfte Peeling auf der Haut, das wärmende Öl während einer Massage, der erfrischende Spritzer eines Body Splashes – jede Berührung verwöhnt Körper und Seele und jede Behandlung ist ein Versprechen: höchster Komfort, tiefes Wohlbefinden und unverwechselbare Individualität.

The brand Ligne St Barth embodies the clear, relaxed atmosphere of the island and the very soul of St. Barth. Its strength is drawn directly from nature: the formulas combine ingredients of natural origin with the gentle, exotic fragrances of the Caribbean. All products are carefully developed and crafted on St. Barth, giving them their distinctive, unique island character.

Ligne St Barth captures the clear, relaxed essence of the Caribbean and the special lightness of island life. Its power comes directly from nature – each skincare creation blends natural ingredients with delicate, exotic scents and is meticulously developed on the island. The wellness rituals offer moments of pure relaxation: the gentle exfoliation on the skin, the warming oil during a massage, the refreshing spritz of a body splash – every touch pampers the body and soul. Every treatment promises the highest level of comfort, profound well-being, and unmistakable individuality.



GESICHTS- BEHANDLUNGEN

ST BARTH PURENESS

Genießen Sie die frischen Düfte natürlicher Elixiere, die an einen farbenprächtigen karibischen Obstkorb erinnern. Entspannen Sie so richtig durch den besonders ruhigen, verwöhnenden Ablauf der Behandlung. Die hochwertigen pflanzlichen Pflegeprodukte mit natürlichen Vitaminen und Mineralien wirken intensiv klärend und regen die Eigenaktivität der Haut an. Sie erhalten ein klares, ebenmäßiges und frisches Hautbild.

50 Min.

ST BARTH FRESHNESS

Erleben Sie eine intensiv entspannende und erholsame Behandlung von Gesicht, Hals, Dekolleté und Händen. Die Wirkung hochwertiger pflanzlicher Pflegeprodukte mit natürlichen Vitaminen und Mineralien wird durch frisch zubereitete Früchte intensiv unterstützt. Eine pflegende Handmassage mit dem Duft von Bourbon-Vanille, feiner Lilie oder karibischer Tiaré-Blüte rundet das Wohlfühlerlebnis zusätzlich ab.

80 Min.

ST BARTH FACIAL TREATMENTS

ST BARTH PURENESS

Enjoy the fresh scents of natural elixirs reminiscent of a colorful Caribbean fruit basket.

Relax completely with the calm, indulgent flow of the treatment. The high-quality plant-based products with natural vitamins and minerals work intensively to clarify and stimulate the skin's own activity, leaving a clear, even, and fresh complexion.

50 min.

ST BARTH FRESHNESS

Experience an intensely relaxing and restorative treatment for the face, neck, décolleté, and hands. The effect of high-quality plant-based products with natural vitamins and minerals is enhanced by freshly prepared fruits. A nurturing hand massage scented with Bourbon vanilla, delicate lily, or Caribbean Tiaré blossom completes this indulgent experience.

80 min.



ST BARTH KÖRPERBEHANDLUNGEN

ST BARTH SOFTNESS

Entspannendes Körperpeeling für eine zarte, samtige und ebenmäßige Haut. Die Fruchtenzyme der frischen Papaya und ein spezieller Seesandkomplex entfernen abgestorbene Hautschüppchen. Reines Kokosöl pflegt die Haut und verwöhnt sie mit wertvollen Nährstoffen. Dieses Körperpeeling dient ideal als Vorbereitung für die Behandlung St Barth Harmony-Massage oder St Barth Sensation. Wir empfehlen das Peeling als Einstiegsbehandlung vor jeder Körperpackung.

50 Min.

ST BARTH SENSATION

Diese wohltuende Körperpackung spendet intensive Feuchtigkeit und ist ein Genuss für alle Sinne. Sie erhalten ein sichtbar gut genährtes und aufgebautes Hautbild am ganzen Körper.

50 Min.

ST BARTH ELASTICITY

Intensive Körperpackung zur Verbesserung des Hautbildes durch wertvolle Mineralien und Vitamine. Efeu, Menthol und Kampfer aktivieren und entschlacken das Gewebe. Das Ergebnis ist ein sichtbar verfeinertes und gestrafftes Hautrelief.

50 Min.

ST BARTH HARMONY-MASSAGE

Entspannende, verwöhnende Massage mit leicht erwärmtem Kokosnussöl zur intensiven Pflege besonders trockener Haut, kaltgepresstem Avocadoöl zur Unterstützung empfindlicher Hautfunktionen oder Efeu-Gel und Mentholöl zur Stärkung von Gewebe und Hautmantel. Lassen Sie sich mit einem Hauch der Karibik verwöhnen und wählen Sie Ihre Lieblings-Bodylotion mit kaltgepresstem Avocadoöl und dem Duft von reiner Bourbon-Vanille, karibischer Tiaré-Blüte oder besonders feiner Lilie.

50 Min.

ST BARTH – ZEIT ZU ZWEIT

Tauchen Sie gemeinsam ein in eine Welt betörender Düfte und lassen Sie sich von den erlesenen Produkten der Ligne St Barth verwöhnen. Die Ganzkörpermassage zu zweit löst sanft Verspannungen, mobilisiert das Bindegewebe und schenkt Ihnen beiden ein Gefühl von Harmonie, Leichtigkeit und tiefer Entspannung – ein unvergesslicher Moment für Körper und Seele.

80 Min.

ST BARTH BODY TREATMENTS

ST BARTH SOFTNESS

A relaxing body scrub for soft, velvety, and even skin. Fruit enzymes from fresh papaya and a special sea sand complex remove dead skin cells. Pure coconut oil nourishes the skin and enriches it with valuable nutrients.

This body scrub is ideal as a preparation for the St Barth Harmony Massage or St Barth Sensation. We recommend the scrub as an introductory treatment before any body wrap.

50 min.

ST BARTH SENSATION

This soothing body wrap provides intense hydration and is a delight for all the senses. It leaves the skin visibly nourished and revitalized all over the body.

50 min.

ST BARTH ELASTICITY

An intensive body wrap to improve the skin's texture with valuable minerals and vitamins. Ivy, menthol, and camphor stimulate and detoxify the tissue. The result is visibly refined and firmer skin.

50 min.

ST BARTH HARMONY MASSAGE

A relaxing, indulgent massage using lightly warmed coconut oil for intensive care of particularly dry skin, cold-pressed avocado oil to support sensitive skin functions, or ivy gel and menthol oil to strengthen tissue and the skin barrier. Let yourself be pampered with a touch of the Caribbean and choose your favorite body lotion infused with cold-pressed avocado oil and the scent of pure Bourbon vanilla, Caribbean Tiaré blossom, or delicate lily.

50 min.

ST BARTH – TIME FOR TWO

Immerse yourselves together in a world of captivating scents and be pampered with the exquisite products of Ligne St Barth. The full-body massage for two gently releases tension, mobilizes connective tissue, and leaves you both feeling harmonious, light, and deeply relaxed – an unforgettable moment for body and soul.

80 min.



BALANCE ALPINE 1000+ EXKLUSIVE PRODUKTLINIE DER BEST ALPINE WELLNESSHOTELS

Mit Balance Alpine 1000+ bieten Ihnen die Best Alpine Wellness Hotels exklusive Produkte, in denen die ursprüngliche Kraft der Alpen wirkt. Die naturnahen, basischen Produkte verzichten auf künstliche Farbstoffe, Konservierungsstoffe, Mineralöle, Paraffine und Parabene.

Bereits seit dem Altertum werden Essenzen als eine Möglichkeit verwendet, die wertvollen Inhaltsstoffe verschiedenster Heilpflanzen zu konservieren und nutzbar zu machen.

Die alkoholischen Pflanzenauszüge sind reich an natürlichen ätherischen Ölen, Antioxidantien, entzündungshemmenden, antibakteriellen und antiviralen Stoffen.

Die Therapeuten der Best Wellness Gruppe beraten Sie gerne bei der Auswahl der Kräuteressenzen.

TRADITION & MODERNE

Die Heilkräuter der Balance Alpine 1000+ Produkte werden in alpinen Höhenlagen angebaut und geerntet. Mittels speziellen Verfahren nach Paracelsus erfolgt die Verarbeitung der Pflanzen zu den Kräuteressenzen, diese wirken ganzheitlich auf Körper, Geist und Seele.



BALANCE ALPINE 1000+ EXCLUSIVE PRODUCT LINE OF THE BEST ALPINE WELLNESS HOTELS

Balance Alpine 1000+ brings you exclusive products from the Best Alpine Wellness Hotels, infused with the pure, revitalizing power of the Alps. These natural, alkaline formulations are free from artificial colors, preservatives, mineral oils, paraffins, and parabens.

Since ancient times, herbal essences have been used to capture and preserve the precious active ingredients of medicinal plants. Our alcoholic plant extracts are rich in essential oils, antioxidants, and compounds that support anti-inflammatory, antibacterial, and antiviral effects.

The therapists of the Best Wellness Group are on hand to guide you in selecting the perfect herbal essences for your needs.

TRADITION & MODERNITY

The healing herbs in Balance Alpine 1000+ are grown and harvested at high alpine altitudes. Following specialized methods inspired by Paracelsus, they are transformed into herbal essences that nurture body, mind, and soul in harmony.

NATUR & WIRKUNG



LÖWENZAHN

Löwenzahn wirkt kühlend, etwa bei Überanstrengung der Muskulatur, und unterstützt die Regenerierung. Er beruhigt und wirkt ausleitend. Da Löwenzahn antibakterielle und damit entzündungshemmende Eigenschaften aufweist, kann er bei Mischhaut, normaler und öligiger Haut mit Hautunreinheiten gut eingesetzt werden.



WILDER THYMIAN

Thymian wärmt, stärkt das Atmungssystem, unterstützt die Entspannung und beruhigt innerlich. Wilder Thymian wirkt durchblutungsfördernd. Er eignet sich gut für normale Haut und Mischhaut.



SCHAFGARBE

Schafgarbe ist bindegewebskräftigend, entlastend und stärkt die Venen, sie wirkt außerdem ausgleichend und regulierend. Schafgarbe hilft, wenn die Haut aus der Balance gerät. Sie eignet sich somit gut bei nervöser, gereizter öligiger und unreiner Haut sowie bei Couperose.



ENGELWURZ

Engelwurz unterstützt die Regeneration, wirkt allgemein stärkend, kräftigend und harmonisierend. Sie steigert Energie und Vitalität. Engelwurz eignet sich besonders gut für die trockene und reife Haut, sie wird auch gerne bei Dehnungsstreifen und Cellulite eingesetzt.

BALANCE ALPINE

NATURE & EFFECT

DANDELION



Dandelion provides a cooling, soothing effect, ideal for overworked muscles and supporting the skin's natural regeneration. It calms and gently detoxifies. Thanks to its antibacterial and anti-inflammatory properties, it is perfect for combination, normal, and oily skin prone to blemishes.

WILD THYME



Wild thyme warms the body, strengthens the respiratory system, promotes relaxation, and soothes from within. It stimulates circulation and is especially suitable for normal and combination skin.

YARROW



Yarrow strengthens connective tissue, relieves tension, and supports healthy veins. It balances and regulates the skin. Ideal for sensitive, irritated, oily, or blemished skin, as well as for couperose-prone complexes.

ANGELICA



Angelica promotes regeneration, strengthens and harmonizes the body, boosting energy and vitality. It is especially beneficial for dry and mature skin, and is often used to care for stretch marks and cellulite.



BALANCE ALPINE 1000+
BEHANDLUNGEN

Die Produkte aus der Serie Balance Alpine 1000+ sind Natur-Elixiere höchster Potenz. Sie sind ein rein pflanzlicher Energiequell, der für Strahlkraft, Straffung und sichtbare Ausgeglichenheit der Haut sorgt:

- wenn die Haut sich irritiert, nervös und/oder trocken zeigt
- wenn Unreinheiten, Hautglanz oder Rötungen auftreten
- wenn sensible Haut Ausgleich und Stabilisierung benötigt
- wenn sensible Haut besonders sorgsamer Pflege bedarf
- wenn Vitalität und das Feuchtigkeitsbindevermögen der Haut aufgebaut werden sollen

FASZIENMASSAGE
„BEWEGUNGSFASZINATION“



Mit einer Kombination aus Faszientherapie und weiteren spezifischen Techniken wie Lymphdrainage, Bindegewebsmassage und Schröpfen werden Verspannungen und Verklebungen von Muskulatur und Gewebestrukturen gelöst.

Das Ergebnis: nachhaltige Mobilitäts- & Bewegungsfreiheit, Entlastung des Bewegungsapparates, Lösung von Blockaden sowie beschleunigte Muskelerholung.

80 Min.

BALANCE ALPINE 1000+
GENUSSGIPFEL



Diese Massage ist Teil einer ganzheitlichen Behandlungsweise. Je nach individuellem Bedürfnis erfolgt die Behandlung mit einem speziellen, hochpotenten, basischen Massageöl mit wärmender oder kühlender Wirkung und Zugabe von alpinen Kräuteresenzen. Es entsteht eine tiefgreifende Balance von Muskulatur, Gewebe und Seele.

Teilkörpermassage 25 Min.

Ganzkörpermassage 50 Min.

Intensive Ganzkörpermassage 80 Min.

BALANCE ALPINE

BALANCE ALPINE 1000+
TREATMENTS

The products from the Balance Alpine 1000+ series are natural elixirs of the highest potency. They are a purely plant-based source of energy, promoting radiance, firmness, and visibly balanced skin:

- for skin that appears irritated, sensitive, or dry
- when blemishes, shine, or redness occur
- when sensitive skin needs balance and stabilization
- when delicate skin requires extra care
- to boost vitality and enhance the skin's moisture retention

THE FASCIA MASSAGE
“FASCINATION OF MOVEMENT”



Using a combination of fascia therapy and additional specialized techniques such as lymphatic drainage, connective tissue massage, and cupping, tension and adhesions in muscles and tissue structures are released.

The result: lasting mobility and freedom of movement, relief for the musculoskeletal system, release of blockages, and accelerated muscle recovery.

80 min.

BALANCE ALPINE 1000+
SUMMIT INDULGENCE



This massage is part of a holistic treatment approach. Depending on individual needs, the therapy is performed with a special, high-potency, alkaline massage oil with warming or cooling effects, enhanced with alpine herbal essences. It creates a profound balance of muscles, tissues, and soul.

Partial body massage 25 min.

Full body massage 50 min.

Intensive full body massage 80 min.

BALANCE ALPINE 1000+ VITALKRAFT

Die Gesichtsbehandlung startet mit der individuellen Typbestimmung nach der Balance Alpine 1000+ Methode. Auf das Harmonisierungsritual folgen Reinigung und Peeling, Hals-Dekolleté-Gesichtsmassage, Feuchtigkeitsmaske sowie Augen- und Abschlusspflege.

50 Min.

Tiefenreinigung, intensive Massage von Dekolleté, Schultern, Gesicht und Kopfbereich, Augenbrauenkorrektur und mit Hilfe der Iontophorese werden die Wirkstoffe in die Haut eingeschleust.

80 Min.

BALANCE ALPINE 1000+ VITALKRAFT FOR MEN

Erleben Sie ein maßgeschneidertes Pflegerlebnis, das mit der individuellen Hauttypbestimmung nach der Balance Alpine 1000+ Methode beginnt. Darauf folgen Tiefenreinigung, sanftes Peeling und eine wohltuende Massage von Hals, Dekolleté und Gesicht. Mit Hilfe der Iontophorese werden hochwirksame Wirkstoffe gezielt in die Haut eingeschleust. Abgerundet wird die Behandlung durch eine Augenbrauenkorrektur sowie eine entspannende Handmassage mit Abschlusspflege, die Körper und Geist harmonisiert. Für ein spürbar frisches, vitales und gepflegtes Hautbild.

80 Min.



BALANCE ALPINE 1000+ VITALITY

The facial treatment begins with an individual skin type assessment according to the Balance Alpine 1000+ method. Following the harmonizing ritual, the therapy continues with cleansing and exfoliation, neck-decolleté-face massage, a moisturizing mask, as well as eye and finishing care.

50 min.

Deep cleansing, intensive massage of the décolleté, shoulders, face, and scalp, eyebrow shaping, and the targeted infusion of active ingredients into the skin using iontophoresis.

80 min.

BALANCE ALPINE 1000+ VITALITY FOR MEN

Experience a tailored skincare journey that begins with an individual skin type assessment according to the Balance Alpine 1000+ method. This is followed by deep cleansing, gentle exfoliation, and a soothing massage of the neck, décolleté, and face. Using iontophoresis, highly effective active ingredients are precisely delivered into the skin. The treatment is completed with eyebrow shaping and a relaxing hand massage with finishing care, harmonizing body and mind. The result: visibly fresh, revitalized, and nurtured skin.

80 min.

SACHER SIGNATURE TREATMENTS

KRÄUTERGARTEN ENTGIFTEN & ENTSCHLACKEN MIT TIROLER KRÄUTERN



Lassen Sie sich vom Duft frischer Alpenkräuter verwöhnen und aktivieren Sie die natürlichen Kräfte Ihres Körpers. Ein individuell zusammengestelltes Ganzkörperpeeling bereitet die Haut vor, heiße Kräuterstempel regen Entgiftung und Entschlackung an, und eine Reflexzonenmassage von Leber, Gallenblase, Nieren und Darm unterstützt den inneren Reinigungsprozess. Abgerundet wird die Behandlung durch eine zellregenerierende Gesichtsmaske, die Haut und Sinne gleichermaßen belebt.

90 Min.

WALDSTILLE ERHOLEN & LOSLASSEN DURCH DEN DUFT DES WALDES



Tauchen Sie ein in die beruhigende Kraft des Waldes: Die im Wald freigesetzten Terpene stärken das Immunsystem und helfen, Stress abzubauen. Ein tiefenreinigendes, feuchtigkeitsspendendes Peeling aus Steinsalz, Bergbienenhonig und Zirbe bereitet Körper und Geist auf die anschließende Ganzkörpermassage mit Baumölen vor. Die Behandlung endet mit einer sanften Kopfmassage, die Spannungen löst, Druckgefühle mindert und das Loslassen „alter“ Gedanken unterstützt – für ein vollkommen erholtes Gefühl.

90 Min.

KRAFTQUELLE STÄRKEN & VITALISIEREN MIT DER KRAFT DER STEINE



Aus dem Ölschiefer des Karwendelgebirges wird das berühmte Tiroler Steinöl® gewonnen. Das fossile Öl wird seit Jahrzehnten erfolgreich zur Muskelentspannung und Regeneration eingesetzt. Ein entspannendes Bad entlastet die Gelenke, entsäuert die Muskulatur und bereitet den Körper optimal auf die anschließende Ganzkörpermassage vor. Diese stärkt die Muskulatur, löst hartnäckige Verspannungen und schenkt tiefgehende Entspannung. Eine Gesichtsmassage mit kühlen Marmorsteinen rundet das Verwöhnprogramm ab und schenkt neue Energie und Frische.

90 Min.

SPA INSPIRIT ENTSPANNEN & ENERGETISIEREN MIT STEINEN UND KLANGSCHALEN



Diese Massage vereint klassische und energetische Techniken mit der wohltuenden Wirkung warmer Steine und Klangschalen. Sie wirkt tiefenentspannend auf das vegetative Nervensystem, löst Spannungen und schenkt ein Gefühl innerer Ruhe. Besonders empfehlenswert zur Vorbeugung von Stress und Burnout – ein Moment purer Erholung für Körper und Geist.

110 Min.

SACHER SIGNATURE TREATMENTS

HERBAL GARDEN DETOX & CLEANSE WITH TYROLEAN HERBS



Indulge in the scent of fresh Alpine herbs and activate your body's natural energy. A customized full-body scrub prepares the skin, hot herbal compresses stimulate detoxification and cleansing, and a reflexology massage of the liver, gallbladder, kidneys, and intestines supports the internal purification process. The treatment is completed with a cell-regenerating facial mask that invigorates both skin and senses.

90 min.

FOREST SILENCE RELAX & LET GO THROUGH THE SCENT OF THE WOODS



Immerse yourself in the calming power of the forest: Terpenes released from the forest strengthen the immune system and help reduce stress. A deep-cleansing, moisturizing scrub of rock salt, mountain honey, and Swiss pine prepares body and mind for the subsequent full-body massage with tree oils. The treatment concludes with a gentle head massage that releases tension, eases pressure sensations, and helps let go of “old” thoughts – for a completely refreshed feeling.

90 min.

SOURCE OF STRENGTH REJUVENATE & VITALIZE WITH THE POWER OF STONES



The famous Tiroler Steinöl® is extracted from the oil shale of the Karwendel Mountains. This fossil oil has been successfully used for decades to relax muscles and support regeneration. A soothing bath relieves the joints, detoxifies the muscles, and prepares the body perfectly for the subsequent full-body massage. This massage strengthens the muscles, releases stubborn tension, and provides profound relaxation. A facial massage with cool marble stones completes the pampering experience, leaving you refreshed and re-energized.

90 min.

SPA INSPIRIT RELAX & ENERGIZE WITH STONES AND SOUND BOWLS



This massage combines classical and energetic techniques with the soothing effects of warm stones and sound bowls. It deeply relaxes the autonomic nervous system, releases tension, and brings a feeling of inner calm. Highly recommended for stress prevention and burnout relief – a moment of pure relaxation for body and mind.

110 min.

TIME TO
CHOCOLATE

Schokolade ist nicht nur ein Genuss für die Sinne, sondern pflegt die Haut intensiv, wirkt antioxidativ und unterstützt die Zellregeneration. Gleichzeitig steigern der Duft und die Textur das Wohlbefinden und sorgen für ein positives, stimmungsaufhellendes Erlebnis.

Mit unserer „Time to Chocolate“-Pflegelinie haben wir ein exklusives Verwöhnerlebnis kreiert, das die wertvollsten Inhaltsstoffe der Kakaobohne kombiniert und vier einzigartige, luxuriöse Körperbehandlungen schafft – ein Genuss für Körper und Seele.

A SYMPHONY
OF CHOCOLATE



Pflegende Schokoladenhülle für den Körper: Kakaobohnen-Peeling, umhüllende Schokoladenmaske und entspannende Ganzkörpermassage mit süßer Abschlusspflege. Abgerundet wird das Verwöhnerlebnis durch einen Piccolo Sacher Cuvée und ein Stück Original Sacher-Torte.

90 Min.

A TASTE
OF CHOCOLATE



Cremige Schokoladenpflege für strahlende Haut: Straffendes Peeling und schokoladige Körpermassage. Ein Piccolo Sacher Cuvée ergänzt diese genussvolle Behandlung.

60 Min.

A DREAM
OF CHOCOLATE



Vitalisierendes Dessert-Duo: Straffende Peeling-Massage kombiniert mit einer reichhaltigen Körperpackung, begleitet von einem Piccolo Sacher Cuvée.

60 Min.

A SENSATION
OF CHOCOLATE



Feuchtigkeitsspendende Kakaobutter-Körpermaske und Massage mit süßer Abschlusspflege. Ein Piccolo Sacher Cuvée unterstreicht das luxuriöse Verwöhnerlebnis.

60 Min.

TIME TO
CHOCOLATE

Chocolate is not only a treat for the senses but also deeply nourishes the skin, provides antioxidant benefits, and supports cellular regeneration. At the same time, its scent and texture enhance well-being, creating a positive, uplifting experience.

With our “Time to Chocolate” line, we have created an exclusive indulgence that combines the most precious ingredients of the cocoa bean and offers four unique, luxurious body treatments - a delight for body and soul.

A SYMPHONY
OF CHOCOLATE



A nourishing chocolate cocoon for the body: cocoa bean scrub, enveloping chocolate mask, and a relaxing full-body massage with a sweet finishing touch. The indulgence is complemented by a Piccolo Sacher Cuvée and a slice of Original Sacher-Torte.

90 min.

A TASTE
OF CHOCOLATE



Creamy chocolate care for radiant skin: firming scrub and chocolate body massage. A Piccolo Sacher Cuvée completes this indulgent treatment.

60 min.

A DREAM
OF CHOCOLATE



A revitalizing dessert duo: firming scrub-massage combined with a rich body wrap, accompanied by a Piccolo Sacher Cuvée.

60 min.

A SENSATION
OF CHOCOLATE



Moisturizing cocoa butter body mask and massage with a sweet finishing touch. A Piccolo Sacher Cuvée enhances this luxurious pampering experience.

60 min.

EXTRAS FÜRS GESICHT

GESICHTSMASSAGE

Eine entspannende Massage, die mit sanften, kreisenden Bewegungen die Gesichtsmuskulatur lockert. Pflegende Produkte sorgen für einen frischen Teint und ein rundum wohltuendes Gefühl.

25 Min.

GESICHTSLYMPHDRAINAGE

Diese sanfte Massage regt die lymphatische Zirkulation gezielt an. Schwellungen und Spannungen werden reduziert, das Hautbild verbessert, und Ihre Haut erhält ein strahlendes, frisches Aussehen.

35 Min.

SICHTBARE AUSSTRAHLUNG UND GLATTE KONTUREN

Augenbrauen faconieren
Wimpern und Augenbrauen färben
Depilation Oberlippe und/oder Kinn
Depilation Gesicht

MICRODERMABRASION

Bei der Microdermabrasion wird die oberste Hautschicht sanft mit unserem Dermabrasionsgerät abgetragen. Hautunregelmäßigkeiten wie Narben, feine Linien oder Pigmentstörungen werden sichtbar reduziert, und die Haut wirkt glatt, frisch und strahlend.

15 Min.

Als Add-On zu jeder
Gesichtsbehandlung buchbar

TIPP

VISIA® HAUTANALYSE

Die VISIA® Hautanalyse ist eine präzise Methode, die tiefere Hautschichten sichtbar macht. Mit einer hochauflösenden Kamera unter Weißlicht, polarisiertem und UV-Licht werden Falten, Poren, Hautstruktur, Feuchtigkeit, Rötungen, Pigmentflecken und UV-Schäden analysiert. So können Hautprobleme erkannt und gezielte Behandlungspläne entwickelt werden.

20 Min.



VIDEO VISIA®

EXTRAS FOR YOUR FACE

FACIAL MASSAGE

A relaxing massage that gently loosens the facial muscles with soft, circular movements. Nourishing products leave the skin looking fresh and provide an all-around soothing sensation.

25 min.

FACIAL LYMPHDRAINAGE

This gentle massage specifically stimulates lymphatic circulation. Swelling and tension are reduced, the complexion is improved, and your skin appears radiant and refreshed.

35 min.

VISIBLE RADIANCE & SMOOTH CONTOURS

Eye brow shaping
Eyelash and eyebrow tinting
Upper lip and/or chin hair removal
Facial hair removal

MICRODERMABRASION

During microdermabrasion, the outermost layer of skin is gently removed using our dermabrasion device. Skin irregularities such as scars, fine lines, or pigmentation issues are visibly reduced, leaving the skin smooth, fresh, and radiant.

15 min.

Available as an Add-On
to any facial treatment

TIPP

VISIA® SKIN ANALYSIS

The VISIA® Skin Analysis is a precise method that reveals deeper layers of the skin. Using a high-resolution camera with white, polarized, and UV light, it examines wrinkles, pores, skin texture, moisture, redness, pigmentation, and UV damage. This allows for identifying skin concerns and creating targeted treatment plans.

20 min.



VIDEO VISIA®

MASSAGEN

TEILMASSAGE UND GANZKÖRPERMASSAGE

Mit gezielten Grifftechniken gehen wir individuell auf Ihre Bedürfnisse ein. Verspannungen lösen sich, das Bindegewebe wird mobilisiert, und Sie genießen ein Gefühl von leichter Entspannung und Wohlbefinden.

25 Min. / 50 Min.

ZEIT ZU ZWEIT GANZKÖRPERMASSAGE

Tauchen Sie gemeinsam ein in ein verwöhnendes Erlebnis: Eine Ganzkörpermassage zu zweit, individuell auf Ihre Wünsche angepasst, löst sanft Verspannungen und schenkt tiefe Entspannung. Ergänzt wird die Behandlung durch eine feuchtigkeitsspendende Gesichtsmaske, die den Teint belebt, Frische verleiht und die Haut sichtbar strahlen lässt – ein Moment purer Harmonie für Körper und Seele.

60 Min.

LYMPHDRAINAGE

Die Lymphdrainage wirkt entstauend und unterstützt die Behandlung von Ödemen oder geschwollenen Beinen, Armen oder Händen.

50 Min.

SPORTMASSAGE CROSS-COUNTRY

Nach sportlicher Aktivität wie Wanderungen oder Langlauftouren entspannt ein warmes Kräuterkissen im Schulter-Nacken-Bereich, während Oberschenkel, Waden und Füße mit durchblutungsförderndem Kampferöl verwöhnt werden. Spezielle Massagetechniken lösen gezielt Muskelverspannungen und fördern die Regeneration.

50 Min.

FASZIENMASSAGE „BEWEGUNGSFASZINATION“

Eine Kombination aus Faszientherapie, Lymphdrainage, Bindegewebsmassage und Schröpfen löst Verspannungen und Verklebungen von Muskulatur und Gewebe. Das Ergebnis: nachhaltige Mobilität, Entlastung des Bewegungsapparates, Lösung von Blockaden und beschleunigte Muskel-erholung.

80 Min.

MASSAGES

PARTIAL & FULL-BODY MASSAGE

With targeted techniques, we address your individual needs. Tension is released, connective tissue is mobilized, and you enjoy a feeling of light relaxation and well-being.

25 min. / 50 min.

TIME FOR TWO FULL-BODY MASSAGE

Immerse yourselves together in a pampering experience: a full-body massage for two, tailored to your preferences, gently releases tension and promotes deep relaxation. The treatment is complemented by a hydrating facial mask that refreshes the complexion, enhances radiance, and leaves the skin visibly glowing – a moment of pure harmony for body and soul.

60 min.

LYMPHATIC DRAINAGE

Lymphatic drainage relieves congestion and supports the treatment of edema or swollen legs, arms, or hands.

50 min.

SPORT MASSAGE CROSS-COUNTRY

After physical activity such as hiking or cross-country skiing, a warm herbal pillow relaxes the shoulder and neck area, while thighs, calves, and feet are treated with circulation-boosting camphor oil. Special massage techniques specifically release muscle tension and support regeneration.

50 min.

FASCIA MASSAGE “FASCINATION OF MOVEMENT”

A combination of fascia therapy, lymphatic drainage, connective tissue massage, and cupping releases tension and adhesions in muscles and tissue. The result: lasting mobility, relief for the musculoskeletal system, release of blockages, and accelerated muscle recovery.

80 min.

MASSAGEN

LA STONE THERAPIE

Eine harmonische, ausgleichende und beruhigende Massage mit heißen Basaltsteinen und kalten Marmorsteinen. Die Heiß-Kalt-Behandlung lockert die Muskulatur, fördert die Durchblutung und baut Stress ab.

Ganzkörperbehandlung 80 Min.

La Stone Fußreflex 50 Min.

LOMI LOMI NUI

Diese hawaiianische Tempelmassage vermittelt mit fließenden Bewegungen, sanften Dehnungen und spürbarer Mobilisierung ein einzigartiges Wohlbefinden. Warmöl und hawaiianische Klänge machen die Behandlung zu einem eindrucksvollen Erlebnis. Dieses Tempelritual ermöglicht ein tiefes Loslassen und schenkt dem Körper wertvolle Energie.

90 Min.

TIPP

FANGOPACKUNG FÜR DEN RÜCKEN

Eine klassische Behandlung zur Linderung von Verspannungen im Schulter- und Lendenbereich. Wir empfehlen diese Anwendung besonders vor jeder Massage, um die Muskulatur optimal auf die nachfolgende Behandlung vorzubereiten.

25 Min.



MASSAGES

LA STONE THERAPY

A harmonious, balancing, and calming massage with hot basalt stones and cold marble stones. The hot-cold treatment relaxes muscles, stimulates circulation, and reduces stress.

Full-body treatment 80 min.

La Stone foot reflex 50 min.

LOMI LOMI NUI

This Hawaiian temple massage conveys a unique sense of well-being through flowing movements, gentle stretches, and noticeable mobilization. Warm oil and Hawaiian sounds make the treatment a memorable experience. This temple ritual allows deep release and revitalizes the body with valuable energy.

90 min.

TIP

FANGO BACK PACK

A classic treatment to relieve tension in the shoulder and lower back area. We especially recommend this application before any massage to optimally prepare the muscles for the following treatment.

25 Min.

GELENKMOBILISIERENDE THERAPIEN

DORN-BREUSS THERAPIE

Die DORN-BREUSS Therapie vereint sanfte Wirbel- und Gelenkkorrektur mit wohltuender Rückenmassage. Entlang der Wirbelsäule wird mit einer sanften Dehntechnik und Johanniskrautöl gearbeitet, um die Muskulatur zu lockern und den Energiefluss zu fördern.

50 Min.

OSTEOPATHISCHE BEHANDLUNG

Die osteopathische Behandlung ist eine manuelle Therapie, bei der Verspannungen, Blockaden und Funktionsstörungen im Körper ertastet und gezielt gelöst werden. Ziel ist es, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren, Schmerzen zu lindern und das Gleichgewicht von Muskeln, Gelenken, Organen und Nervensystem zu fördern.

50 Min.

CHIROPRAKTIK

Die Chiropraktik mobilisiert Wirbelsäule und Gelenke durch gezielte, schnelle Impulse (Justierungen). Ziel ist die Korrektur von Fehlstellungen, Schmerzlinderung, Verbesserung der Beweglichkeit und Entlastung des Nervensystems.

20 Min.

MANIPULATIONSMASSAGE NACH TERRIER

Diese tiefgreifende Technik kombiniert Massagegriffe mit passiven Gelenkbewegungen. Durch gleichzeitiges Dehnen, Mobilisieren und Bearbeiten der Muskulatur werden Beweglichkeit verbessert, Schmerzen reduziert und muskuläre sowie fasziale Spannungen gelöst.

50 Min.

JOINT-MOBILIZING THERAPIES

DORN-BREUSS THERAPY

The DORN-BREUSS therapy combines gentle spinal and joint realignment with a soothing backmassage. A gentle stretching technique along the spine using St. John's Wort oil follows, relaxing the muscles and promoting energy flow.

50 min.

OSTEOPATHIC TREATMENT

Osteopathic treatment is a manual therapy in which the practitioner palpates and specifically releases tensions, blockages, and functional disturbances in the body. The aim is to activate the body's self-healing abilities, reduce pain, and restore balance between muscles, joints, organs, and the nervous system.

50 min.

CHIROPRACTIC

Chiropractic care mobilizes the spine and joints through precise, rapid impulses (adjustments). The goal is to correct misalignments, relieve pain, improve mobility, and reduce strain on the nervous system.

20 min.

MANIPULATION MASSAGE ACCORDING TO TERRIER

This deep manual technique combines massage strokes with passive joint movements. By simultaneously stretching, mobilizing, and treating the musculature, it improves mobility, alleviates pain, and releases muscular as well as fascial tensions.

50 min.

REFLEXZONEN- THERAPIEN

FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Jede Zone von Fußsohle und Fußrist entspricht bestimmten Organen und Körperbereichen. Belastete Zonen werden gezielt mit spezifischen Griffen behandelt, um Balance, Wohlbefinden und innere Harmonie zu unterstützen.

50 Min.

SEGMENTMASSAGE



Die Segmentmassage behandelt gezielt Körperareale entlang der Wirbelsäule. Durch spezielle Grifftechniken werden Haut, Bindegewebe und Muskulatur stimuliert, um Spannungen zu lösen und die Funktion innerer Organe sowie des vegetativen Nervensystems zu unterstützen.

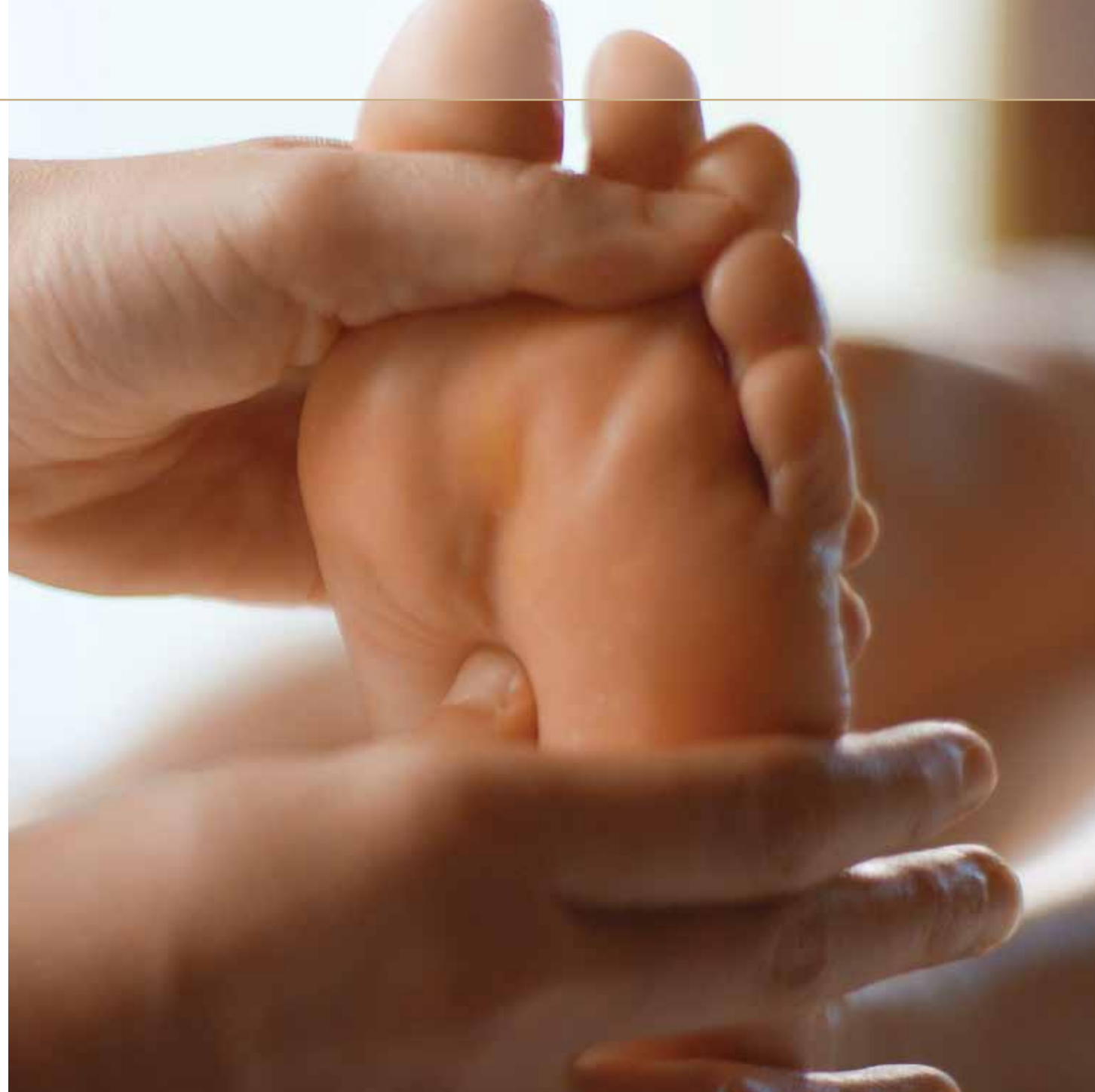
50 Min.

BINDEGEWEBSSMASSAGE



Die Segmentmassage behandelt gezielt Körperareale entlang der Wirbelsäule. Durch spezielle Grifftechniken werden Haut, Bindegewebe und Muskulatur stimuliert, um Spannungen zu lösen und die Funktion innerer Organe sowie des vegetativen Nervensystems zu unterstützen.

50 Min.



REFLEXOLOGY THERAPIES

FOOT REFLEXOLOGY

Each zone of the sole and top of the foot corresponds to specific organs and body areas. Stressed zones are treated with targeted techniques to support balance, well-being, and inner harmony.

50 min.

SEGMENT MASSAGE



The segment massage targets specific areas of the body along the spine. Through specialized techniques, the skin, connective tissue, and muscles are stimulated to release tension and support the proper functioning of internal organs as well as the autonomic nervous system.

50 min.

CONNECTIVE TISSUE MASSAGE



In connective tissue massage, deep tissue layers are stimulated through precise pulling and pressure techniques. The treatment regulates tension patterns, promotes circulation, and reflexively releases blockages in the organs and nervous system.

50 min.

ENERGETISCHE THERAPIEN

SHIATSU

Shiatsu („Fingerdruck“) stammt aus den traditionellen chinesischen und japanischen Gesundheitslehren. Diese einfühlsame, achtsame Behandlung aktiviert durch Druck auf die Akupunkturpunkte den Energiefluss des Körpers, die Selbstheilungskräfte und löst Blockaden im Energiefluss. Diese Behandlung wird in bequemer Kleidung auf einer Bodenmatte durchgeführt.

50 Min.

KLANGSCHALENTHERAPIE

Die obertonreichen Klänge der Klangschalen erzeugen schnell ein Gefühl von Ruhe, Wohlbefinden und tiefer Entspannung. Stress und Hektik fallen ab, Kreativität und Selbstbewusstsein werden gestärkt. Blockaden in Körper und Seele können sanft gelöst und die Selbstheilungskräfte aktiviert werden.

50 Min.

AKUPUNKT-MERIDIAN-MASSAGE (AMM)

Die Akupunkt-Meridian-Massage nach Penzel ist eine energetische Methode, bei der mit einem Massagestäbchen entlang der Meridiane gestrichen wird. Ziel ist die Harmonisierung des Energieflusses, das Lösen von Blockaden und die Wiederherstellung des Gleichgewichts von Körper, Geist und Organen – ganz ohne Nadeln.

25 Min.

KRANIO-SACRAL-THERAPIE

Die Cranio-Sacral-Therapie ist eine sanfte manuelle Methode, die den Rhythmus von Schädel (Cranium), Wirbelsäule und Kreuzbein (Sacrum) unterstützt. Durch leichte Berührungen werden Spannungen im Bindegewebe und Nervensystem gelöst, die Entspannung gefördert und die Selbstregulation des Körpers aktiviert.

25 Min.

ENERGY THERAPIES

SHIATSU

Shiatsu (“finger pressure”) originates from traditional Chinese and Japanese health practices. This empathetic, mindful treatment stimulates the body’s energy flow through pressure on acupuncture points, enhances self-healing, and releases energy blockages. The treatment is performed on a floor mat while wearing comfortable clothing.

50 min.

SOUND BOWL THERAPY

The overtone-rich sounds of the singing bowls quickly create a sense of calm, well-being, and deep relaxation. Stress and tension fade, creativity and self-confidence are strengthened, and blockages in body and mind can be gently released while activating the body’s self-healing powers.

50 min.

ACUPUNCTURE MERIDIAN MASSAGE (AMM)

The Acupuncture Meridian Massage according to Penzel is an energetic method in which a massage stick is applied along the meridians. Its aim is to harmonize the flow of energy, release blockages, and restore balance between body, mind, and organs – entirely without needles.

25 min.

KRANIO-SACRAL THERAPY

Cranio-Sacral Therapy is a gentle manual technique that supports the rhythm of the skull (cranium), spine, and sacrum. Light touch releases tensions in connective tissue and the nervous system, promotes deep relaxation, and activates the body’s self-regulation.

25 min.

STRAFFUNG & ENTSCHLACKUNG

PANACEO bietet hochwertige, natürliche Pflege- und Wohlfühlprodukte mit dem vulkanischen Mineral Zeolith. Dieses Naturmineral bindet unerwünschte Stoffe und unterstützt das Wohlbefinden von innen und außen. Die Produkte respektieren die natürliche Balance des Körpers und fördern ein ganzheitliches Gefühl von Reinheit und Vitalität.

ZEOLITH KÖRPERPACKUNG

Die PANACEO CARE Zeolith Basenpackung unterstützt die Haut in ihrer natürlichen Reinigungs- und Regenerationsfunktion. Zeolith bindet überschüssige Säuren und fördert die Hautbalance sowie einen harmonischen Säure-Basen-Haushalt. Ideal zur Entspannung nach stressigen Tagen oder körperlicher Anstrengung – die Haut fühlt sich geklärt, gepflegt und revitalisiert an.

60 Min.

ZEOLITH BASENBAD

Dieses exklusive Detox-Ritual nutzt die Haut als aktiven Entgiftungskanal. Zeolith bindet überschüssige Säuren und unerwünschte Stoffe, unterstützt die Selbstregulation des Körpers und fördert das innere Gleichgewicht. Eine elegante, tiefenwirksame Reinigung für Haut, Geist und Säure-Basen-Haushalt.

35 Min.



FIRMING & DETOX

PANACEO offers high-quality, natural care and wellness products with the volcanic mineral zeolite. This natural mineral binds unwanted substances and supports well-being from the inside out. The products respect the body's natural balance and promote a holistic sense of purity and vitality.

ZEOLITE BODY WRAP

The PANACEO CARE Zeolite Alkaline Wrap supports the skin's natural cleansing and regeneration functions. Zeolite binds excess acids, promotes skin balance, and supports a harmonious acid-base equilibrium. Ideal for relaxation after stressful days or physical exertion – the skin feels clarified, nourished, and revitalized.

60 min.

ZEOLITE ALKALINE BATH

This exclusive detox ritual uses the skin as an active channel for elimination. Zeolite binds excess acids and unwanted substances, supports the body's self-regulation, and promotes inner balance. An elegant, deep-acting cleanse for skin, mind, and acid-base equilibrium.

35 min.

STRAFFUNG & ENTSCHLACKUNG

ÄGYPTOS VITALWICKEL

Diese exklusive Wellnessbehandlung verwöhnt den ganzen Körper mit einer besonderen Wickeltechnik. Die Baumwollbandagen werden in einer warmen Lösung aus feinsten Heilerde, Totes-Meer-Salz und Mineralien getränkt. Die Methode stammt aus der Hochkultur des alten Ägyptens auf der Sinai-Halbinsel. Die Bandagen werden flexibel am Körper und an Problemzonen gestrafft, wodurch der Lymphfluss angeregt, Schlackenstoffe abtransportiert und das Gewebe gefestigt wird – für ein sichtbares Wohlfühl und eine harmonische Körperform.

90 Min.

TIPP

Das Ägyptos-Bad sowie das Ägyptos-Duschpeeling bereiten die Haut optimal auf den Ägyptos-Wickel vor. Sie aktivieren regenerative Hautprozesse, fördern die Wirkstoffaufnahme und maximieren so den Effekt der Behandlung.

Zusatzbehandlung: Ägyptos-Bad

Mineralisches Salz aus dem Toten Meer stärkt die Hautbarriere, fördert die Durchblutung und wirkt entzündungshemmend.

30 Min.

Zusatzbehandlung: Ägyptos-Duschpeeling

Feine Peelingpartikel regen die Mikrozirkulation an, verfeinern das Hautbild und sorgen für einen frischen Teint.

20 Min.



FIRMING & DETOX

ÄGYPTOS BODY WRAP

In the Egyptian treatment, the body is wrapped with cotton bandages soaked in a solution of healing clay, Dead Sea salt, and minerals. Healing clay has anti-inflammatory effects, Dead Sea salt promotes cell regeneration and strengthens the tissue, while minerals revitalize the skin. The wrapping technique stimulates lymphatic flow, removes toxins, and tightens the tissue, leading to long-term skin improvement.

90 Min.

TIP

The Ägyptos Bath and Ägyptos Shower Peeling prepare the skin perfectly for the Ägyptos Body Wrap. They activate regenerative skin processes, enhance the absorption of active ingredients, and maximize the effectiveness of the treatment.

Add-on Treatment: Ägyptos Bath

Mineral-rich Dead Sea salt strengthens the skin barrier, stimulates circulation, and has an anti-inflammatory effect.

30 min.

Add-on Treatment: Ägyptos Shower Peeling

Fine exfoliating particles stimulate microcirculation, refine the skin's texture, and promote a fresh, radiant complexion.

20 min.

MESOTHERAPIE DURCH ELEKTROPORATION

Die nadelfreie Mesotherapie ermöglicht das gezielte und nicht-invasive Einbringen ausgewählter Wirkstoffe in die Haut. Sie kann die Zellregeneration, die Durchblutung und die natürliche Kollagenbildung unterstützen und zu einem sichtbar glatteren und vitaleren Hautbild beitragen. Durch Elektroporation gelangen bioidentische Wirkstoffe nach dem Konzept von Prof. DDr. Johannes Huber in tiefere Hautschichten. Dies kann die Hautelastizität fördern, Fältchen mildern, das Bindegewebe stärken und zu einem frischen, straffen Erscheinungsbild beitragen. Auch bei irritierter oder zu Entzündungen neigender Haut kann diese Methode wohltuend wirken. Die nadelfreie Mesotherapie verbindet dermatologische und ästhetische Ansätze und bietet eine sanfte Möglichkeit der natürlichen Hautrevitalisierung.

Gesicht 50 Min. | Po & Oberschenkel 45 Min.

TIPP

Für ein optimales Ergebnis lassen Sie Ihren Hormonstatus direkt in unserem Haus von unserer Fachärztin bestimmen oder vereinbaren Sie ein persönliches Beratungsgespräch mit unserem Konsiliararzt und Hormonexperten Prof. DDr. Huber. Weitere Informationen an unserer Spa-Rezeption und in unserer Broschüre Sacher Academy For Better Aging.



VIDEO



NEEDLE-FREE MESOTHERAPY

Needle-free mesotherapy enables the targeted, non-invasive delivery of selected active ingredients into the skin. It can support cell regeneration, circulation, and natural collagen production, contributing to visibly smoother and more vital skin. Through electroporation, bioidentical active ingredients penetrate deeper skin layers following the concept of Prof. DDr. Johannes Huber. This can enhance skin elasticity, reduce fine lines, strengthen connective tissue, and result in a fresh, firm appearance. Even irritated or inflammation-prone skin can benefit from this method. Needle-free mesotherapy combines dermatological and aesthetic approaches, offering a gentle way to naturally revitalize the skin.

Face 50 min. | Buttocks & thighs 45 min.

TIP

For optimal results, have your hormone status determined directly in-house by our specialist or schedule a personal consultation with our consulting physician and hormone expert, Prof. DDr. Huber. Further information is available at our spa reception and in our brochure Sacher



VIDEO

HAND- & FUSSPFLEGE

MANIKÜRE

Verleihen Sie Ihren Händen Eleganz und Pflege. Unsere Maniküre umfasst eine sanfte Nagelpflege und eine wohltuende Handmassage, die Ihre Hände verwöhnt und belebt.

50 Min. / 60 Min. mit Lack
80 Min. mit Shellac

PEDIKÜRE

Schenken Sie Ihren Füßen neues Wohl-befinden und frische Ausstrahlung. Die abschließende Fußmassage rundet die Behandlung ab und sorgt für ein Gefühl tiefer Entspannung.

50 Min. / 60 Min. mit Lack
80 Min. mit Shellac

DEPILATION

DEPILATION MIT WARMWACHS

Sanfte und gründliche Haarentfernung für ein glattes Hautgefühl:

- Beine komplett
- Beine bis Knie
- Achseln und/oder Bikinizone

HAND & FOOT CARE

MANICURE

Give your hands elegance and care. Our manicure includes gentle nail care and a soothing hand massage that pampers and revitalizes your hands.

50 min. / 60 min. with polish
80 min. with Shellac

PEDICURE

Give your feet renewed well-being and a fresh appearance. The concluding foot massage completes the treatment and provides a deep sense of relaxation.

50 min. / 60 min. with polish
80 min. with Shellac

DEPILATION

WAX DEPILATION

Gentle and thorough hair removal for a smooth skin sensation:

- Full legs
- Legs up to the knees
- Underarms and/or bikini area



SPA ETIKETTE

IHR WUNSCHTERMIN

Um Ihren Aufenthalt optimal zu gestalten, empfehlen wir, Ihren Termin bereits vor Anreise zu reservieren. Gerne berücksichtigen wir, ob Sie von einem männlichen oder weiblichen Therapeuten behandelt werden möchten.

E-Mail: spa.seefeld@sacher.com
Telefon: +43 5212 2272 – DW 188

Beim Check-in erhalten Sie Ihren Wohlfühlplan. Zusätzliche Behandlungen können jederzeit an der Hotel- oder Spa-Rezeption gebucht werden.

STORNOBEDINGUNGEN

Bitte informieren Sie uns mindestens 24 Stunden vorher, falls Sie einen Termin nicht wahrnehmen können. Andernfalls müssen wir 100 % des Behandlungspreises berechnen.

HANDYNUTZUNG & WOHLBEFINDEN

Bitte nehmen Sie keine Handys in die Behandlungsräume mit. Teilen Sie uns bei der Terminbuchung gesundheitliche Beschwerden mit und fühlen Sie vor Behandlungsbeginn den Health Check aus. Ihre Daten werden DSGVO-konform verarbeitet.

DUSCHGEBOT & EINTREFFEN

Duschen Sie bitte vor jeder Behandlung sowie vor Saunabesuchen oder Nutzung der Wasserwelt. Seien Sie ca. 5 Minuten vor Behandlungsbeginn vor Ort, damit Sie Ihre volle Behandlungszeit genießen können.

BEKLEIDUNG IM SPA

Behandlungen: Bademantel, Einmal-Slips für „Sie“ und „Ihn“ werden zur Verfügung gestellt. Während der Behandlung werden Sie mit einem Tuch abgedeckt. Für Shiatsu und Klangschalen-Therapien bitten wir Sie, bequeme Sportkleidung zu tragen.

SAUNABEREICH

Textilbereich (Familienbereich ab 12 Jahren): Biosauna, Stubensauna, Infrarotkabine, Laconium, Solegrotte, Kneippanlage.

Textilfreier Bereich: Spa Chalet mit Panorama-sauna, Dampfbad, Duschtempel, Sauna-Lounge und Außen-Whirlpool – bitte Sitztuch oder Handtuch verwenden.

Ruheraum: Nutzung bekleidet mit Bademantel/Badebekleidung.

SAUNARITUAL

Vorbereitung: Duschen Sie gründlich, um die Haut zu reinigen und den Körper auf die Wärme vorzubereiten. Tupfen Sie sich trocken.

Erster Saunagang – Wärme: Setzen oder legen Sie sich auf ein Saunatuch. Die Wärme entspannt Muskeln und Gelenke und regt die Durchblutung an.

Aufgüsse und Düfte: Optional können ätherische Öle wie Zirbe, Eukalyptus oder Lavendel in die Sauna gegeben werden. Der Duft belebt die Sinne, fördert Entspannung und öffnet die Atemwege.

Abkühlung: Nach 8 - 15 Minuten in der Sauna erfolgt eine sanfte Abkühlung unter der Dusche, im Tauchbecken oder an der frischen Luft. Dies aktiviert Kreislauf sowie Lymphfluss und erfrischt den Körper.

Ruhephase: Legen oder setzen Sie sich für 5 - 10 Minuten in den Ruheraum. Trinken Sie Wasser oder Tee, um die Flüssigkeit auszugleichen.

Weitere Zyklen: Für ein intensiveres Wohlbefinden empfehlen wir, Sauna, Abkühlung und Ruhephase ein- bis zweimal zu wiederholen.

Abschluss: Nach dem Saunaritual nehmen Sie sich einen Moment der Ruhe, um die wohltuende Entspannung und Regeneration in Ihrem Körper bewusst zu spüren. Das Saunieren stärkt das Immunsystem, löst Spannungen, unterstützt die Entgiftung und schenkt ein tiefes Gefühl von Harmonie zwischen Körper, Geist und Seele.

FITNESS- & YOGARAUM

Bitte tragen Sie Sportkleidung und Schuhe. Unser Team informiert Sie gerne über die Geräte.

HANDTÜCHER & BADEMÄNTEL

Badetaschen und Bademäntel mit Zimmernummern finden Sie in Ihrem Zimmer. Bade- und Liegetücher stehen im Spa bereit. Die Handtücher im Zimmer und im Spa sollten nicht ausgetauscht werden. Bitte belassen Sie sie jeweils in dem Bereich, in dem sie ursprünglich bereitgestellt werden.

RUHELIEGEN & RÜCKSICHTNAHME

Während Behandlungen oder Saunabesuchen bitte keine Liegen reservieren. Unser Team entfernt nach einiger Zeit Handtücher oder Gegenstände, um allen Gästen eine faire Nutzung zu ermöglichen.

SPEISEN & GETRÄNKE

Im Spa Bistro und Spa Chalet stehen Tee, aromatisiertes Quellwasser, Nüsse und frisches Obst bereit.

Lunch à la carte: 13:00 - 15:00 Uhr Salon Ferdinand
Kuchenauswahl im Spa Bistro: 15:30 - 17:00 Uhr
Getränke sind nicht im Preis enthalten.

Bitte verwenden Sie Porzellangeschirr ausschließlich im Spa-Bistro. Für den restlichen Spa-Bereich sowie den Außenbereich stehen bruchfeste Becher bereit.

SPA ETIQUETTE

YOUR DESIRED APPOINTMENT

To make the most of your stay, we recommend reserving your appointment before arrival. Please let us know if you prefer a male or female therapist.

E-mail: spa.seefeld@sacher.com
Phone: +43 5212 2272 – DDI 188

At check-in, you will receive your personalized wellness plan. Additional treatments can be booked at any time at the hotel or spa reception.

CANCELLATION POLICY

Please inform us at least 24 hours in advance if you cannot attend your appointment. Otherwise, 100% of the treatment price will be charged.

MOBILE PHONES & WELL-BEING

Please do not bring mobile phones into the treatment rooms. Inform us of any health concerns when booking and complete the Health Check before your treatment. Your data will be processed in accordance with GDPR.

SHOWERS & ARRIVAL

Please shower before each treatment, as well as before using the sauna or water facilities. Arrive approximately 5 minutes before your scheduled time to fully enjoy your treatment.

SPA ATTIRE

Treatments: bathrobe; disposable underwear for “her” and “him” is provided. You will be draped with a towel during treatments. For Shiatsu and sound bowl therapies, please wear comfortable sportswear.

SAUNA AREA

Textile area (family area from age 12):
bio sauna, cozy sauna, infrared cabin, laconium, brine grotto, Kneipp pool.

Textile-free area:
Spa Chalet with panoramic sauna, steam bath, shower temple, sauna lounge, and outdoor whirlpool – please use a seat towel or towel.

Relaxation room:
Use only while clothed use with bathrobe/swimwear.

SAUNA RITUAL

Preparation: Shower thoroughly to cleanse your skin and prepare your body for the heat. Pat dry.

First Sauna Session - Heat: Sit or lie on a sauna towel. The heat relaxes muscles and joints while stimulating circulation.

Infusions & Scents: Optionally, essential oils such as Swiss pine, eucalyptus, or lavender can be added. The scent awakens the senses, promotes relaxation, and opens the airways.

Cooling Down: After 8 - 15 minutes in the sauna, cool down gently with a shower, plunge pool, or fresh air. This stimulates circulation, supports lymph flow, and refreshes the body.

Rest Phase: Sit or lie in the relaxation room for 5 - 10 minutes. Drink water or tea to replenish fluids.

Additional Cycles: For enhanced well-being, we recommend repeating the sauna, cooling, and rest phases one to two times..

Conclusion: After the sauna, take a moment to relax and fully experience the soothing effects and regeneration in your body. Sauna bathing strengthens the immune system, relieves tension, supports detoxification, and creates a deep sense of harmony between body, mind, and soul.

FITNESS & YOGA ROOM

Please wear sports clothing and shoes. Our team will gladly provide guidance on equipment use.

TOWELS & BATHROBES

Bath bags and bathrobes with room numbers are provided in your room. Bath and lounge towels are available in the spa. Towels in the rooms and in the spa should not be exchanged. Please leave them in the area where they are originally provided.

RELAXATION LOUNGES & CONSIDERATION

Please do not reserve loungers during treatments or sauna visits. Our team will remove towels or personal items after a while to ensure fair use for all guests.

FOOD & BEVERAGES

Tea, flavored spring water, nuts, and fresh fruit are available at the Spa Bistro and Spa Chalet.

Lunch à la carte: 1:00 - 3:00 pm, Salon Ferdinand
Pastry selection at the Spa Bistro: 3:30 - 5:00 pm
Beverages are not included in the price.

Porcelain dishes are to be used exclusively in the Spa Bistro. For the rest of the spa area and outdoor spaces, shatterproof cups are provided.



FINE HOTELS + RESORTS®

Grafik / Graphic: Martina Braun, Jenbach, www.art-und-weise.at

Bilder / Photos: Augustinus Bader, Balance Alpine 1000+, Ligne St Barth, Archiv Alpin Resort Sacher, shutterstock, iStock.com

Für den Inhalt verantwortlich / Responsible for content: Alpin Resort Sacher Seefeld - Tirol | Gürtler Mauthner Vermögensverwaltungs GesmbH

Geigenbühelstraße 185 | A-6100 Seefeld | FN 434698m



ALPIN RESORT
SACHER
SEEFELD-TIROL

Alpin Resort Sacher Seefeld - Tirol

Geigenbühelstraße 185
6100 Seefeld in Tirol, Austria

Tel.: +43 (0) 5212 22 72

seefeld@sacher.com | www.sacher.com

[f@alpinresortsacher](#) | [@@sacheralpinresort](#)

[#sachermagic](#)