

# DIE KRAFT DER *Sinne*

Dein Körper. Geschafft, gepeinigt, malträtiert. Müde, von der Anstrengung des Alltäglichen. Unser Hüttenknecht lässt Dich vergessen, Kraft tanken, Energie schöpfen. Ein regenerierendes Zirbenholzbad in der Schwebeliege, Alpenkräuter, die Dich in der Sauna umweben, Massagen, die Dich träumen lassen. Im Alpinvital von Anno Dazumal schöpfst du Kraft. Gib Deiner Vitalität einen Schub.



ALPINVITAL

BADE  
HÜTTE

## DAS PROGRAMM UNSERES VITALKNECHT'S ENTHÄLT:

- Klassische Massagen
- Tiefenentspannung
- Spezialmassagen
- Schwebend-Bäder
- Saunawelt täglich von 15–19.30 Uhr
- Tiroler Stadlsauna 90 °C
- Außen-Relaxpool „S' Badl“
- Aromadampfbad 42 °C
- Refugium mit Gletscherblick
- Frischluftgarten
- Tee-Bar mit frischem Quellwasser
- Alpinvital Saunaknecht für heiße, wohltuende Aufgüsse und Saunazeremonien
- Vitalknecht, Ihr Entspannungs-Profi für Massagen und Anwendungen

## *Klassische Massagen*

### Rückenmassage

20 Minuten € 35,00  
40 Minuten € 64,00

### Rückenmassage nach Vitalknecht's Art

20 Minuten € 38,00

### Fußreflexzonenmassage nach Marquard

20 Minuten € 35,00

### Fuß- und Beinmassage

20 Minuten € 35,00

### Sportmassage

20 Minuten € 35,00

### Ganzkörpermassage

40 Minuten € 64,00

### Aromaölmassage

40 Minuten € 64,00

## *Spezielle Massagen*

### Akupressur-Meridianmassage (APM) nach Penzel

Regulationstherapie auf Grundlage der Traditionellen Chinesischen Medizin. Harmonisierung der Körperenergie durch Streichungen entlang der Meridianbahnen und Drückungen an den Akupressur-Punkten.

40 Minuten € 64,00

### Energetischer Körpertest

Thermischer Test zur Feststellung der Energieverhältnisse verschiedener Meridiane.

10 Minuten € 20,00

### Wirbelsäulentherapie 1. Behandlung

Die Körperenergien der beiden Körperhälften werden ausgeglichen, um das Gleichgewicht zwischen Yin und Yang wiederherzustellen. Danach werden Fehlstellungen im Becken, Kreuzbein-Darmbeinbereich und an den Wirbelkörpern sanft korrigiert.

40 Minuten € 68,00

### Wirbelsäulentherapie Folgebehandlung

20 Minuten € 38,00

### Kryotherapie

Kältebehandlung bei Zerrungen & Verstauchungen.

10 Minuten € 20,00

## Auf Anfrage und Verfügbarkeit

Manuelle Lymphgdrainage	40 min.	€ 64,00	
Ayurveda Antistress Massage	40 min.	€ 64,00	55 min. € 77,00
Tibetanische Heilmassage	40 min.	€ 64,00	55 min. € 77,00
Schwedische Massage	40 min.	€ 64,00	
Reflexologie (Fuß und Hand)	40 min.	€ 64,00	
Rücken-Intensivmassage	40 min.	€ 64,00	

## *Tiefenentspannung*

### „Wünsch Dir Was“ - Massage

Mit dieser Massage und den verschiedenen Grifftechniken wirken wir (psychischen) Wunden der Vergangenheit oder einfach nur muskulären Verspannungen entgegen. Der behandelnde Masseur geht genau auf Deine Bedürfnisse ein, arbeitet dort wo es Hilfe bringt und löst die Blockaden und Verspannungen mit tiefenwirkenden Massagetechniken und erlesenen Ölen.

55 Minuten € 77,00

### Johanniskraut-Entspannungsmassage

Die nervenstärkende Wirkung des Johannisöls verleiht Dir bei dieser wunderbaren Massage innere Ruhe und hilft daher besonders gegen Stress und Schlaflosigkeit. Johanniskraut ist ein altes Hausmittel gegen Sonnenbrand!

55 Minuten € 77,00

## *Schwebend-Bäder*

### Fieber-Badl

Eine „Rosskur“ nannten es die Alten, wenn man sich am Abend nach einem Heißgetränk in sein Bett legte und die Verkühlung „herausschwitze“, um das Fieber zu senken. Diese physikalische Therapie können wir erfolgreich bei Verkühlungen, leichtem Fieber oder einfach nur zum Laktatabbau in den Muskeln erfolgreich einsetzen. Ein solches Liegend-Schwitzbad ist krampflösend, fiebersenkend, entzündungshemmend und regt den Stoffwechsel an.  
40 Minuten inkl. Heißgetränk € 54,00

### Tuxer Bergheu-Badl

Entspanne Dich in einer Ganzkörperpackung aus Tuxer Bergheu. Die durchblutungsfördernde und entzündungshemmende Wirkung der im Bergheu enthaltenen Stoffe wie Cumarin und Carotin werden über die Haut aufgenommen und wirken positiv auf das Bindegewebe und das vegetative Nervensystem. Dazu reichen wir zwischendurch heißen Brennnesseltee, um die Körperentgiftung zu verstärken.

40 Minuten Ritual € 54,00