

BEAUTY | MASSAGE | SEEWELLNESS



# Wellness Etikette



## Seewellness Oase – Massage & Beauty Center | Öffnungszeiten: 09.00 - 19.00 Uhr

Wohlbefinden für Körper, Geist und Seele. Raum & Zeit vergessen. Genießen Sie Ihren Urlaub und schenken Sie sich Zeit! Wellnessbehandlungen verschönern Ihren Urlaub und lassen Sie den Alltagsstress vergessen.

### Termine für Ihre Seewellness-Behandlungen

Um bestmöglich auf Ihre Terminwünsche eingehen zu können, empfehlen wir bereits vor Ihrer Anreise zu reservieren. Wir sind telefonisch (+43 42 46 /24 95) oder unter [hotel@brennseehof.com](mailto:hotel@brennseehof.com) für Sie erreichbar. Gerne können Sie auch vor Ort direkt an der Rezeption Ihre Behandlung buchen.

### Medizinische Information

Bitte informieren Sie uns vorab, ob Ihr Gesundheitszustand besondere Beachtung fordert. Ob Sie **Diabetiker** oder **Allergiker** sind, **blutverdünnende Medikamente** oder **Cortison** einnehmen, **Thrombose** oder einen **Bandscheibenvorfall** hatten, **stillen** oder **schwanger** sind.

### Sonnenbaden & Körperhygiene

Höflich bitten wir Sie, vor den Behandlungen auf die Körperhygiene zu achten. Bitte duschen Sie nach dem Sonnenbaden und nehmen Sie auch den Schmuck ab. Haftung ist im SPA-Bereich ausgeschlossen.

### Rund um Ihre persönliche Behandlung

Wir bitten Sie, 10 Minuten vor Behandlungstermin im Wartebereich Platz zu nehmen. Bei Verspätung verkürzt sich die Behandlungszeit aufgrund der Folgetermine. Kann ein vereinbarter Termin nicht wahrgenommen werden, geben Sie bitte bis 24 Stunden vor der Anwendung Bescheid. Bei kurzfristigen Absagen müssen wir Ihnen 70% des Preises Ihrer gebuchten Behandlung verrechnen. Reservierte jedoch nicht in Anspruch genommene Leistungen werden mit 100% des Behandlungspreises in Rechnung gestellt.

# Entspannen | Regenerieren | Ankommen



## **Klassische Massage**

Ganzkörper Massage  
Dauer: 50 min. € 58,-  
Teilkörper Massage  
Dauer: 25 min. € 32,-

## **Aromaöl Massage**

Ganzkörper Massage  
Dauer: 50 min. € 68,-  
Teilkörper Massage  
Dauer: 25 min. € 37,-

## **Massage mit ätherischen Ölen Ihrer Wahl.**

## **Massage-Mix**

Dauer: 50 min. € 58,-  
Kombinieren Sie 2 klassische Massagen jeweils 25 Minuten (z.B. Rücken- & Fußreflexmassage).

## **Gesichts-Kopf-Massage**

Dauer: 25 min. € 32,-  
Abschalten und Entspannen.



## **Fußreflexzonenmassage**

Dauer: 25 min. € 32,-  
Füße sind das Spiegelbild des Körpers, Selbstheilungskräfte werden angeregt. Organe, psychische und energetische Ebenen werden aktiviert.

## **Manuelle Lymphdrainage**

Dauer: 25 min. € 32,-  
Dauer: 50 min. € 58,-  
Fördernd bei Lymphödemen, Schwellungen und Wasseransammlungen.

## **Sportler-Massage**

Dauer: 50 min. € 64,-  
Referierende Ganzkörpermassage mit Sportmassageöl.

## **Bindegewebs-/ Segmentmassage**

Dauer: 25 min. € 37,-  
Es wird ohne Öl über einen Nervenreflexbogen über die Haut nach innen zu den Blutgefäßen, Organen, Nerven und Knochen gearbeitet.

## *Für werdende Mütter:*

Individuelle Massage zur Steigerung Ihres Wohlbefindens.  
25 min. € 32,-  
50 min. € 58,-

# Loslassen



## **Art-Reum**

Dauer: 50 min. € 62,-

Spezielle Rückenbehandlung mit Kräuterölmassage, warmer Fangopackung und Massagebalsam.

## **Pantai Luar - Kräuterstempel-Massage**

Dauer: 50 min. € 82,-

Warmes Alpenkräuteröl wird auf dem ganzen Körper aufgetragen und mit Kräutern gefüllten Stempeln massiert. Die Selbstheilungskräfte werden über die Haut angeregt.

## **Honigmassage**

Dauer: 25 min. € 32,-

Dauer: 50 min. € 58,-

Durch den hautähnlichen PH-Wert des Honigs wirkt dieser heilend auf die Haut (z.B. Akne etc.). Es werden Reflexzonen und die Selbstheilungskraft des Körpers aktiviert.

## **Hot Stones Massage**

Dauer: 25 min. € 36,- nur Rücken

Dauer: 80 min. € 85,- Ganzkörper

Spüre Sie die Kraft heißer Steine auf dem Körper, für eine ganzheitliche Tiefenentspannung.

## **Faszienmassage**

Dauer: 25 min. € 36,-

Dauer: 50 min. € 62,-

Verklebungen der Faszien (Bindegewebe) sind oft die Hauptursache für Rückenschmerzen. Das kollagene Bindegewebe, das die Muskulatur umschließt, wird durch Druckstimulation wieder geschmeidig gemacht, Verhärtungen im Bindegewebe werden gelöst.



# Ausgleichen & Unterstützen



## Reiki

Dauer: 50 min. € 75,-

Durch die Heilkraft der Hände lässt sich auf verschiedenen Ebenen Gleichgewicht und Harmonie übertragen. Die Therapeutin legt gezielt die Hände auf, bringt Energiezentren in Balance und baut Stress ab. Sie können in leichter Bekleidung zur Behandlung erscheinen, da es sich um eine effiziente Energiebehandlung ohne Massagegriffe und Massageöl handelt.

## Shiatsu

Dauer: 50 min. € 65,-

Die wörtliche Übersetzung bedeutet Fingerdruck. Shiatsu ist eine japanische Form der Körperarbeit, die Elemente der traditionellen asiatischen Akupressur mit modernen westlichen Massage-techniken verbindet. Techniken wie Drücken, Dehnen, Halten und Verlagerung des Körpergewichtes auf bestimmte Körperbereiche umfassen die Behandlung. Shiatsu verbessert den Energiefluss, die Beweglichkeit & Körperhaltung sowie die Entspannung und die innere Ruhe. Shiatsu findet in bequemer Kleidung auf einer Bodenmatte statt.

## Klangschalen – Klang der Stille

Dauer: 50 min. € 65,-

Ihr Körper und Geist wird in Einklang gebracht und Sie spüren wohltuende, sanfte Vibrationen im ganzen Körper. Löst Verspannungen und Blockaden und lässt die Energie wieder fließen.

## Cranio Sacrale Osteopathie

Dauer: 50 min. € 78,-

Die funktionelle Einheit zwischen Schädel und Kreuzbein wird als Cranio-Sacrales-System bezeichnet. Mobilitätseinschränkungen in diesen Bereichen können zu Störungen und Symptomen im ganzen Körper führen. Durch feinste Techniken ist es möglich, diese Einschränkungen wie z. B. Migräne, Bandscheiben-, Schulterprobleme ... zu behandeln.

**Die Behandlung findet in bequemer Kleidung statt.**



# Gedankenreise in den Wald



## Gedanklich abtauchen, loslassen, durchatmen.

### Im Einklang sein & sich selbst finden.

Genießen Sie die individuellen Baum- und Kräuterduftöle. Wählen Sie aus folgenden Essenzen:

### Speick - die besondere Pflanze aus den Kärntner Nockbergen

Die harmonisierenden Heilkräfte des Speick-Extrakts entfalten sich in seinem kostbaren Öl. Der Speick ist ein Baldriangewächs, das weltweit nur in den Nockbergen auf mehr als 1800 Metern Seehöhe wächst.

### Zirbe

Dem Zirbenöl wird eine positive Wirkung auf Schlaf und Atmung, sowie körperliches und geistiges Wohlbefinden nachgesagt. Zudem ist es stimmungaufhellend und entspannend.

### Latschenkiefer

Dieses ätherische Öl fördert die Durchblutung und wirkt daher bei Muskel- und Gelenksbeschwerden angenehm wärmend und lindernd. Auch bei Muskelverspannungen ist es sehr unterstützend.

### Wacholderbeere

Besonders gute Wirkung bei Muskelschmerzen, Muskelkater, Hexenschuss, Hautentzündungen. Zudem hilft es bei niedrigem Blutdruck, bei Gicht und Rheuma.

Wald - Ganzkörpermassage (50 min.) € 65,-

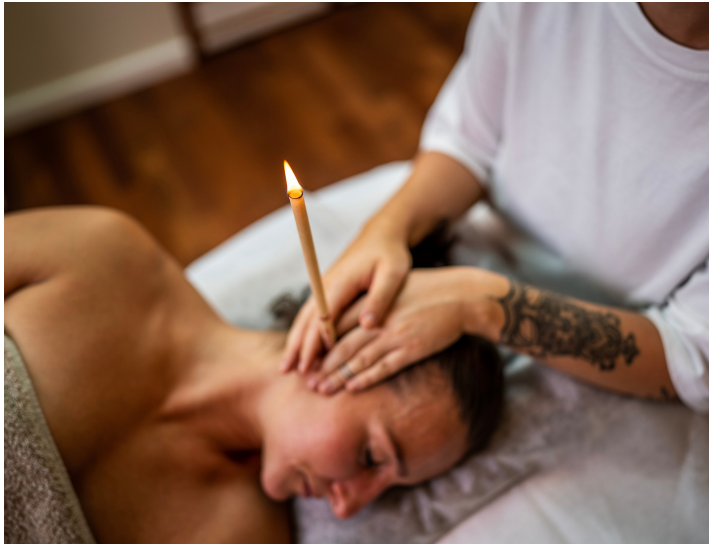
Wald - Teilkörpermassage (25 min.) € 37,-

Wald - Peeling € 29,-

Wald - Packung € 35,-



# Tiefenwirksam



## **Schlüsselzonenmassage nach Dr. Marnitz**

Dauer: 50 min. € 75,-

Tiefenmassage baut auf die klassische Massage auf, verfeinert und erweitert sie um wesentliche Techniken, die eine kleinflächig gezielte Einwirkung auf Muskulatur, Sehnen, Gelenke und Bänder ermöglichen.

Speziell bei tiefsitzenden Störungen, orthopädischen Problemen oder langanhaltenden Beschwerden kann sie Erfolge verzeichnen. Es werden entweder die obere oder die untere Körperhälfte behandelt!

## **Breuss Massage**

Dauer: 50 min. € 65,-

Die Breuss - Massage ist eine sanfte, energetische Wirbel- und Gelenksregulationmassage mit Aktivierung des Energieflusses entlang der Wirbelsäule. Die Behandlung bewirkt die Lockerung körperlicher Verspannungen durch sanfte Massage entlang der Wirbelsäule. Das Johanniskrautöl führt zur Nerven- und Bandscheibenregeneration.

## **Dorn-Breuss Massage**

Dauer: 80 min. € 92,-

Eine wirkungsvolle Wirbel- und Gelenksregulation nach der Methode Dorn Breuss. Diese Massage hilft der Linderung von Wirbelsäulen und Gelenksproblemen, um eine schmerzfremde Beweglichkeit wieder möglich zu machen und aufrecht zu erhalten.

## **Kinesio Taping**

Dauer: 15-25 min. € 25,-

Die Kinesio Taping Methode ist eine gezielte Tape-Technik, um den natürlichen Heilungsprozess des menschlichen Körpers zu stimulieren und zu unterstützen. Ziel ist unter anderem die Schmerzbehandlung und Verbesserung des Bewegungsgefühls, sowie die Verbesserung der Körperhaltung.

## **Ohrkerzenthherapie € 28,-**

Alte indianische Heilmethode. Wirkt bei Kopfschmerzen, Nebenhöhlen- und Stirnhöhlenproblemen und Verkühlung. Ebenso bei Kindern anwendbar.

**Auch zum Mitnehmen: 1 Paar Ohrenkerzen € 18,-**

# Ayurveda



**AYURVEDA** kommt aus Indien und bedeutet „**das Wissen vom Leben**“.

Die Aufgabe von Ayurveda ist es, ein eventuell bestehendes Ungleichgewicht der Lebensenergien wieder ins Lot zu bringen. Es beruht auf den **5 großen Elementen Äther, Luft, Feuer, Wasser und Erde**.

Bildet man aus diesen **5 Elementen** Paare, so enthält man die 3 Grundenergien Vata, Pitta und Kapha, was im Ayurveda Dosha's genannt wird. Der Mensch wird dabei als eine untrennbare Einheit von Körper, Geist und Seele gesehen.

## **Mukabyanga**

Dauer: 25 min. € 39,-

Sanfte Stimulierung der Energiepunkte & eine Entspannung der Gesichtsmuskulatur. Durch die einfühlbare Streichung wird das Gesicht besser durchblutet. Das Hautbild wird rosiger, straffer und jünger.



## **Garshan**

Dauer: 50 min. € 78,-

Eine sanfte Ganzkörpermassage mit Seidenhandschuhen, speziell zur Anregung des Lymphsystems und des Kreislaufes. Sehr gut geeignet als Anti-Cellulite Maßnahme.

## **Abyanga**

Dauer: 120 min. € 100,-

Sanfte Einölung des gesamten Körpers samt Kopf und Gesicht mit erwärmten, rein pflanzlichen Ölen abgestimmt auf den jeweiligen Dosha-Typ. Beruhigende, vitalisierende und reinigende Wirkung. Ideal für Menschen, die unter Stress, Energiemangel und Schlafproblemen leiden.

## **Shirodhara**

Dauer: 50 min. € 68,- (inkl. Nachruhen ca. 20 min.)

Stirnguss mit beruhigendem Effekt auf das vegetative Nervensystem, ausgleichende Wirkung auf beide Gehirnhälften. Zur Behandlung von chronischen Kopfschmerzen, Burn-Out-Symptomen, Erschöpfung, Schlafstörungen, Depressionen, Bluthochdruck, Störungen im Tages- & Nachtrhythmus, Jetlag und Spannungszuständen.



# Wellness für Kinder



## Hot Stone Massage „Fred Feuerstein“

Dauer: 25 min. € 26,-

Wohltuende Massage mit warmen Steinen.

## Fußmassage „Rosaroter Panther“

Dauer: 25 min. € 26,-

Diese Massage wirkt beruhigend und schlaffördernd für Ihre lieben Kleinen.

## „Arielle“ Massage

Dauer: 25 min. € 26,-

Angenehme Massage mit Nachtkerzenöl für empfindliche Kinderhaut, sehr gut geeignet bei Schuppenflechte und Neurodermitis.

## Baby Massage

Dauer: 25 min. € 26,-

Mit wertvollen Ölen lernen Sie unter Anleitung einer Masseurin Ihr Baby sanft zu massieren.



## Sporty“ Entspannungsmassage

Dauer: 25 min. € 26,-

Eine entspannende Rückenmassage mit warmen Öl.

## „Bunter Schmetterling“

Dauer: 25 min. € 26,-

Bunte, poppige Nägel. Ihr werdet begeistert sein! Doch aufgepasst, eins sei dir gewiss, ruhig sitzen ist ein Muss!

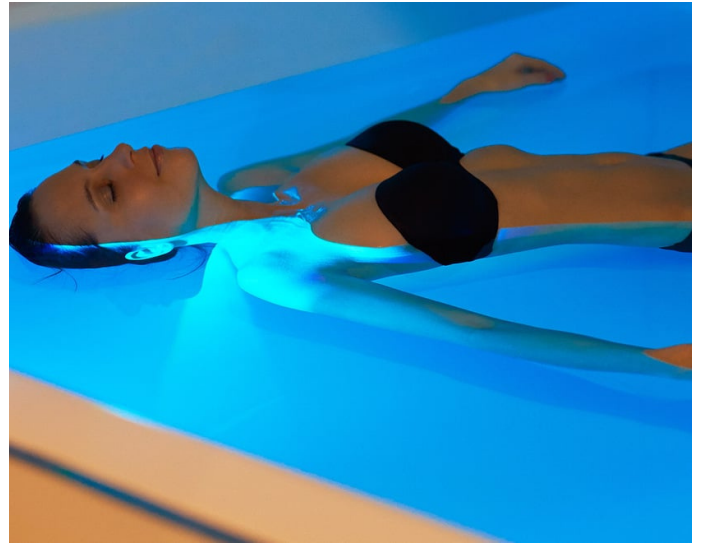
## Teenie-Kosmetik-Behandlung (bis 15 Jahre buchbar)

Dauer: 50 min. € 52,-

Peeling & Vapozon, Maske und Abschlusspflege der pubertierenden Haut.



# Eintauchen & Schweben



## FLOATING - eine besondere Form der Badekultur

Fast jeder Mensch muss heute sehr große Mengen an Reizen verarbeiten, um den täglichen beruflichen und privaten Anforderungen gewachsen zu sein. Diese Reizüberflutung löst Stress aus und man kann sich übermüdet und angespannt fühlen. Eine schnelle, tiefgreifende physische und mentale Entspannung ist daher der Schlüssel, um ein weitaus besseres Lebensgefühl zu entwickeln. Nutzen Sie die Möglichkeit beim "floating" für einige Zeit Ihren Alltag loszulassen, abzuschalten und einfach nur zu entspannen!

Die geschützte Umgebung, die Wärme, das Gefühl, vom Wasser getragen zu werden, lösen Stress und Alltagshektik in kurzer Zeit auf. Lassen Sie sich einfach im Wasser treiben, genießen Sie das Gefühl der Schwerelosigkeit und völliger Entspannung.

Wählen Sie ein wohltuendes Badeerlebnis ganz nach Ihren Bedürfnissen aus:

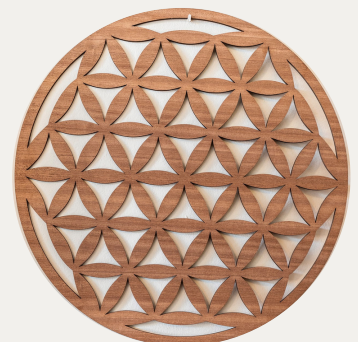
**Durchatmen | Seelenruhe | Waldbaden | Gute Laune | Muskelentspannung**

Individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Ölmischung.

Dauer: 20 min. € 25,-

*"Die Stille ist das Atemholen  
der Welt."*

(Friedel-Marie Kuhlmann)



# Packungen & Peelings

Haut wie Samt und Seide



Peelings entfernen abgestorbene Hautzellen, wirken belebend und erfrischen, straffen und erhöhen die Elastizität der Haut. Durch das Versenken in der „Wasser-Schwebeliege“ entsteht ein Okkusionseffekt, der die Wirkstoffe noch intensiver in die Haut eindringen lässt. Die Liege passt sich der Wirbelsäule an, es scheint, als schwebte Ihr Körper entspannt und schwerelos, weg von Stress und Hektik. Peelings erhöhen die Wirkstoffaufnahme für darauffolgende Pflegeprodukte in Form von Packungen. Diese versorgen die Haut nachhaltig mit Feuchtigkeit und Mineralstoffen.

## Peelings

Meersalz - Ganzkörperpeeling

Kaffee - Ganzkörperpeeling

Zirben - Körper Peeling

Dauer: 20 min. € 29,-

## Packungen

**Aloe Vera Packung**

Dauer: 20 min. € 29,-

**Fango Packung**

Dauer: 20 min. € 29,-

**Kühle Beine für flotte Sohlen**

Dauer: 20 min. € 29,-

Packung für müde, schwere und geschwollene Beine. Kühlende, entzündungshemmende und entstauende Wirkung.

## Nachtkerzenölpackung

Dauer: 20 min. € 35,-

Wohltat für schuppige, trockene, gereizte oder unreine Haut - auch zur Behandlung von Neurodermitis oder Schuppenflechten.

## Milch & Honig Packung

Dauer: 20 min. € 35,-

Die natürliche Substanz aus Ziegenmilchbutter und Öl nährt und pflegt die Haut auf optimale Weise. Besonders bei trockener und beanspruchter Haut wirkt diese Packung wahre Wunder. Überzeugen Sie sich selbst.



# Kosmetikbehandlungen



## Vagheggi Phytocosmetic - „Auszüge aus den Pflanzen“

Vagheggi Phytocosmetic wird parabenfrei, mineralölfrei, paraffinfrei und alkoholfrei hergestellt. Die Produkte sind nickelfrei und dermatologisch getestet. Alle Tagescremen besitzen einen UVA- und UVB Filter.

### Linie 75.15

Dauer: 50 min. € 90,-

Dauer: 80 min. € 110,- mit Tiefenreinigung

Die Haut wird durch ein spezielles Gloss-Gel regeneriert. Die Royal Face Maske aktiviert und stärkt die Haut und die Konturen werden geliftet. Das intensive Serum für die Augenpflege hilft Schatten zu bekämpfen und Falten zu glätten.

Eine modellierende Gesichtscrème bildet den Abschluss. Abreinigung, Augenbrauen fassionieren, Massage, Maske und Abschlusspflege.

## Linie Emozioni

Dauer: 50 min. € 75,-

Dauer: 80 min. € 95,- mit Tiefenreinigung

Linie Emozioni ist speziell für empfindliche Haut und bei Hautintoleranz geeignet. Die richtige Antwort für beanspruchte Haut. Eine Kombination von pflanzlichen Wirkstoffen und erlesenen Zusätzen ohne Duft- & Farbstoffe. Abreinigung, Augenbrauen fassionieren, Ampulle, Massage, Maske und Abschlusspflege.

## Tiefenreinigung

Dauer: 25 min. € 38,-

Für alle mit unreiner Haut. Abreinigung von Gesicht und Dekolleté, Peeling, Vapozon, Intensives Entfernen der Hautunreinheiten, Tonisieren und Abschluss mit typgerechter Pflege.



# Kosmetikbehandlungen



## **Innovative Pflege für die Augenpartien**

Dauer: 25 min. € 35,-

Die Gelee Maske wirkt erfrischend, beruhigend und hat einen Anti Age Effekt. Pflanzliche und mineralische Wirkstoffe sowie Meeresmineralien wirken positiv auf die Haut. Die Maske wirkt abschwellend, verbessert den Mikrokreislauf und mildert Augenringe.

€ 24,- Aufpreis in Kombination mit Gesichtsbehandlung (ab 50 min.)

## **Linie Balance**

Dauer: 50 min. € 70,-

Dauer: 80 min. € 90,- mit Gesichtsmassage

Die Linie Balance ist speziell für Haut mit leichten Hautunregelmäßigkeiten (erweiterte Poren, glänzende Haut, Unreinheiten, unregelmäßige Hautoberfläche). Durch die Wirkung des Pflanzenkomplexes auf der Basis von biologischer Ananas, Silberweide, Kürbis, Silbermineralien und Avocado reguliert diese Linie die Hautsektion und lindert Hautreizungen.

Absorbierendes Silberpulver garantiert einen Matt-Effekt für den ganzen Tag.

Tiefenreinigung, Augenbrauen fassonieren, Ampulle, Maske und Abschlusspflege. Maske und Abschlusspflege.

## **Linie Delay**

Dauer: 50 min. € 75,-

Dauer: 80 min. € 95,- mit Tiefenreinigung

Anti-Aging-Behandlung, um die Haut mit den ersten Ausdrucksfältchen in gutem Zustand zu erhalten. Enthält funktionelle Substanzen und Vitamine, die den Zustand der Epidermis erhalten und verbessern, dazu Stoffe, die der Haut Feuchtigkeit spenden und sie vor oxidativem Stress schützen. Abreinigung, Augenbrauen fassonieren, Massage, 2 Ampullen, Vliesmaske und Abschlusspflege.

**Produkte der Kosmetiklinie „Vagheggi“ sind in unserem Beauty-Center erhältlich!**



# Kosmetikbehandlungen



## Magischer Blickfang

Augenbrauen fassonieren	€ 15,-
Augenbrauen färben	€ 15,-
Wimpern färben	€ 15,-
Wimpern und Augenbrauen färben und fassonieren	€ 35,-

## Eine glatte Sache - Harzen

Oberlippe/Kinn	€ 12,-
Achseln	€ 15,-
Beine gesamt	€ 50,-
Beine bis zum Knie	€ 30,-
Beine gesamt inkl. Bikini-Zone	€ 55,-
Unterarme	€ 15,-
Rücken	€ 30,-
Bikini Zone	€ 15,-

*"Beauty begins the moment  
you decide to be yourself!"*

(Coco Chanel)

## Wellness für Hände und Füße

Maniküre mit Pflegebalsam	
Dauer: 50 min.	€ 39,-
Pediküre mit Pflegebalsam	
Dauer: 50 min.	€ 42,-
Lackieren von Nägeln	
Dauer: 10 min.	€ 6,-
(Hände oder Füße)	

**Bitte beachten Sie, dass das Lackieren von Nägeln  
nur in Verbindung mit einer Maniküre oder  
Pediküre buchbar ist.**



# Wellnesspakete



Unsere fachkundig arrangierten Wellness-Pakete erleichtern es Ihnen, die optimale Kombination der Anwendungen zu finden. Gönnen Sie sich von Zeit zu Zeit genau die Ruhe und Erholung, die Ihnen der Alltag abverlangt. **Das Resultat:** Vitalität, blendendes Aussehen und absolutes Wohlbefinden.

## **Vom Scheitel bis zur Sohle** € 180,-

- Gesichtsbehandlung (50 min.)
- Maniküre • Pediküre • Meersalz-Ganzkörperpeeling
- Floating Wanne

**Paket wird auf mehrere Urlaubstage aufgeteilt.**

## **Wie neugeboren**

Dauer: 90 min. € 116,-

- Kaffee-Peeling • Nachtkerzenölpackung
- Faszienmassage (50 min.)

## **Jungbrunnen für Ihre Haut**

Dauer: 95 min. € 115,-

- Innovative Pflege für die Augenpartie
- Milch & Honig Packung
- Entspannende Ganzkörpermassage

## **Entspannung für Körper, Geist und Seele**

Dauer: 100 min. € 120,-

- Reiki-Behandlung
- Aromaöl Ganzkörpermassage

## **Kosmetik-Service**

Dauer: 150 min. € 134,-

- Gesichtsbehandlung (50 min.)
- Maniküre • Pediküre

## **Muskelkater S.O.S**

Dauer: 70 min. € 84,-

- Fango Packung
- 1 Brennseehof-Sportlermassage à 50 min.



Gerne können Sie Ihre Behandlung auf verschiedene Urlaubstage aufteilen. Wir freuen uns, Ihnen bei der Termineinteilung behilflich zu sein, damit Sie Ihre Entspannungsmomente zu unterschiedlichen Zeiten genießen können. Bitte beachten Sie, dass die Behandlungszeiten Richtwerte sind und geringfügig abweichen können.



Palle Hotel GmbH | Seestraße 19 | A-9544 Feld am See | Kärnten |  
 Tel. +43 (0)4246 2495 | hotel@brennseehof.com | www.brennseehof.com

