



SPA

Wohlfühlen in exklusivem Ambiente



„Erst wenn der Körper entspannt ist, kann die Seele folgen“

Die Augen schließen, den Geist von allen Gedanken freisetzen, sich total frei fühlen und eintauchen in eine Welt der Ruhe und der Kraft.

In der Ganis SPA nicht nur abschalten können und Entspannung erfahren, sondern auf seinen Geist, seinen Körper und seine Seele hören, um die Harmonie mit sich selbst wiederzufinden und eine Einheit mit dem Körper zu bilden.

Lassen Sie Hektik und Alltagsstress hinter sich, entdecken Sie die Ganischgerhof Wellnessoase und finden Sie ganz nach unserem Motto „As you like it“ innere Ruhe und Zufriedenheit. Unser SPA Team öffnet Ihnen die Tür zu einer Welt der totalen Entspannung und

verwöhnt Sie täglich ganz nach Ihren Wünschen mit bewährten Beauty-, SPA- und Wellnessbehandlungen und natürlichen Produkten aus aller Welt.

Tanken Sie Energie, indem Sie die Kraft des Wassers und der Natur nutzen und sich beim Anblick der ruhespendenden Umgebung entspannen, denn erst, wenn der Körper entspannt ist, kann die Seele folgen.

Die Ganischgerhof SPA individuell und einzigartig - wie Sie selbst!





Kleine Empfehlungen für Ihre Wellnessreise

VORBEREITUNG AUF DIE BEHANDLUNG

Wir empfehlen Ihnen sich 30 Minuten vor Ihrer Behandlung im Bademantel, ohne Armbänder, Halsketten oder sonstigen Schmuck in unsere Relax Oase zu begeben. Beginnen Sie sich in unserem Ruheturm zu entspannen und freuen Sie sich auf unvergessliche Momente.

Zu Ihrer eigenen Entspannung und aus Respekt den anderen Gästen gegenüber bitten wir Sie, sich leise zu unterhalten und Ihr Mobiltelefon in unserem SPA Bereich auf lautlos zu stellen.

INFORMATIONEN FÜR DIE SPA OASE

Für Reservierungen, Informationen über Massagen und Beautybehandlungen wenden Sie sich bitte direkt an die Rezeption des Ganischgerhofs. Bitte informieren Sie uns über Allergien, Herz-Kreislauf- oder Blutdruckprobleme, Trauma oder andere Beschwerden, damit wir uns auf Ihre Behandlung vorbereiten können.

Die Kinder dürfen erst ab 14 Jahren in unsere SPA Oase. Kinder unter 14 Jahren, müssen von den Eltern begleitet werden. Die Öffnungszeiten unseres Wellnessbereiches sind folgende: **Saunas und SPA**

& Garden Bar von Montag bis Sonntag 14–21 Uhr (Dienstag und Samstag bis 23 Uhr); **Schwimmbad** von Montag bis Sonntag 7–21 Uhr (Dienstag und Samstag bis 23 Uhr)

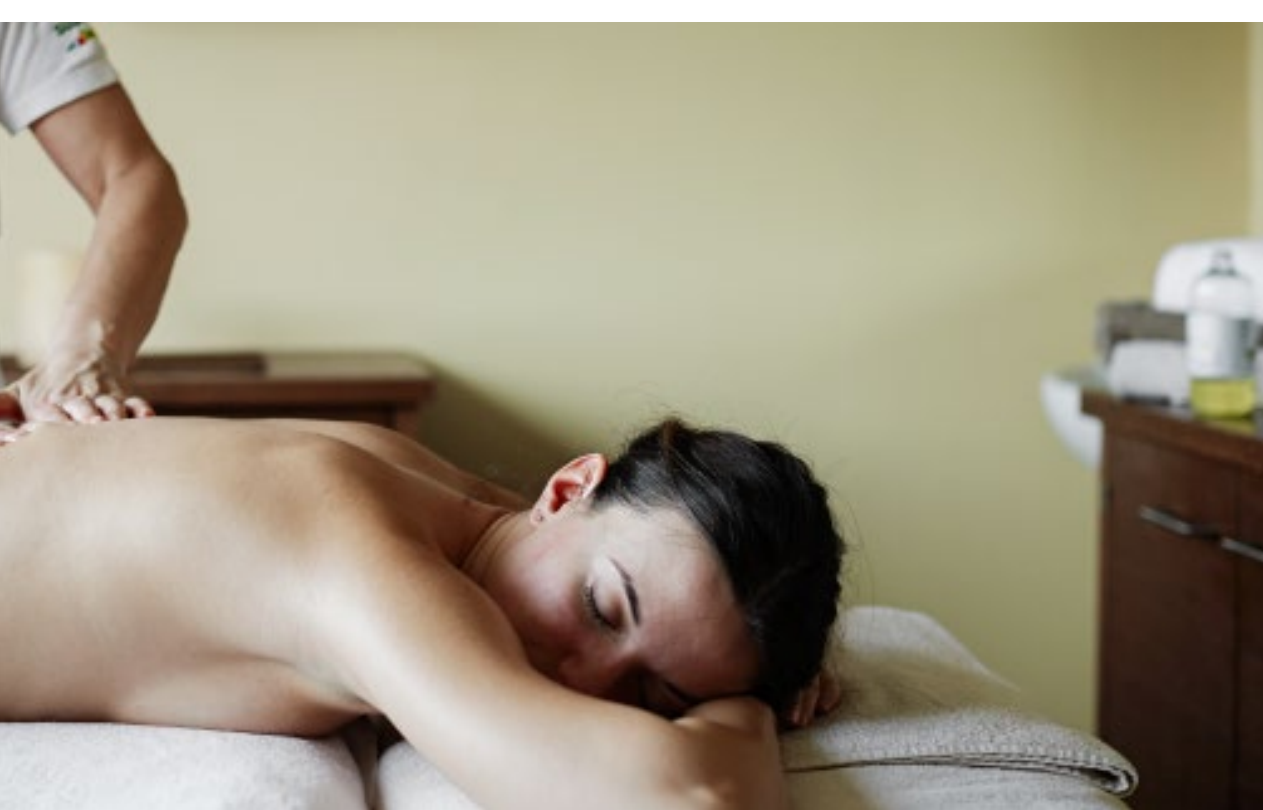
STORNOS VON BEHANDLUNGSTERMINEN

Wir haben uns für Ihren gebuchten Termin gewissenhaft vorbereitet. Falls Sie vereinbarte Behandlungstermine nicht wahrnehmen können, bitten wir Sie diese mit mindestens 12 Stunden im Voraus zu stornieren.

Wir bitten um Verständnis, dass die Behandlung ansonsten mit 80% in Rechnung gestellt wird.

MASSAGEN UND BEAUTYBEHANDLUNGEN





KLASSISCHE MASSAGE

Die namhaften Techniken der klassischen Massage geben Kraft und Vitalität zurück. „Die Kunst der Berührung“.

55' | 69 € · 25' | 42 €

AROMAÖLMASSAGE

Eine Massage mit hochwertigen Aromaessenzen zur Entspannung, Vitalisierung oder Harmonisierung für Körper, Geist und Seele. Wählen Sie aus verschiedenen Essenzen Ihren persönlichen Duft aus, um Ihr Wohlbefinden zu steigern.

55' | 69 € · 25' | 42 €

TIEFE MASSAGE

Die Tiefe Massage hilft Muskelverspannungen zu lösen, Schmerzen zu lindern und die Muskulatur zu entspannen.

55' | 69 € · 25' | 42 €

REFLEXZONENMASSAGE AM FUSS

Die Fußsohlenregion ist der Knotenpunkt der energetischen Ströme im menschlichen Körper. Durch die Stimulation der Reflexpunkte während der Behandlung, wird der Energiefluss angeregt und ausgeglichen.

40' | 70 €

LYMPHSTIMULIERENDE MASSAGE

Durch das sanfte Weiterpumpen der aufgestauten Lymphflüssigkeit wird der Abtransport der Schlackenstoffe gefördert. Sie wirkt immunstärkend, entspannend für müde Beine und entschlackend.

50' | 75 €

SÜDTIROLER ENTSPANNUNGSMASSAGE MIT SCHWARZBEERE

Die einzigartige Entspannungsmassage von Kopf bis Fuß mit sanften, rhythmischen Bewegungen entführt Sie in die Welt der Sinne. Die Schwarzbeere in Synergie mit hochwertigen, naturbelassenen Ölen nährt, pflegt und glättet die Haut. Die wohltuende Wärme der heißen Rolle nach Kneipp, angereichert mit einem Kräutersud lockert und entspannt die Muskulatur.

55' | 75 €

KRÄUTERSTEMPELMASSAGE – ART OF CARE

Sanfte Massagebewegungen entlocken den warmen Kräuterstempeln aus Melisse, Schafgarbe, Ringelblume, Brennesel, Lavendel und Rosmarin ihre ent-

schlackende und hautpflegende Wirkung. In zauberhafte Duftwelten entführt, fühlen Sie sich entspannt und ausgeglichen.

55' | 80 €

SPORTMASSAGE – ART OF CARE

Diese Massage empfiehlt sich nach einer Wanderung in den Bergen und anderen sportlichen Aktivitäten. Durch die gemeinsame Anwendung von Massage, Dehn- und Schröpftechnik, wird die Muskulatur gelockert und Verspannungen gelöst. Die wärmende Sportlersalbe und das alpine Kräuteröl unterstützen optimal die Regeneration der Muskulatur.

55' | 75 €

INTENSIVE RÜCKENMASSAGE – ART OF CARE

Eine intensive Behandlung für den beanspruchten Rücken. Durch die heiße Rolle angereichert mit Kräutern, wird der Rücken optimal für die Massage vorbereitet. Die Kombination von altbewährten Massage-techniken und das spezielle Kräuteröl helfen der Muskulatur zu regenerieren, lösen Blockaden, entspannen den Rücken und nähren die Bandscheiben. Die spezielle Rückensalbe vervollständigt die Behandlung.

55' | 80 €

AYURVEDA ALPIN

Ist eine Synergie von einheimischen Produkten und der antiken, indischen Lebensphilosophie. Ayurveda ist das älteste, überlieferte Gesundheitssystem. Die ayurvedischen Behandlungen sollen helfen eine Einheit zwischen Körper, Geist und Seele herzustellen, um Einklang und Harmonie auf allen Ebenen zu erlangen.

AYURVEDA ALPIN GANZKÖRPERMASSAGE

Ihr ganzer Körper wird mit fließenden Bewegungen in angenehm warmes Öl gehüllt und die Massage wird auf Sie persönlich abgestimmt. Ihre Gedanken beruhigen sich und werden leise, Sie erfahren Geborgenheit und Tiefenentspannung. Die gesamte Muskulatur wird gekräftigt und entspannt.

50' | 85 € · 80' | 130 €

AYURVEDA ALPIN KOPF UND HALSWIRBEL

Dank der fließenden Bewegungen in angenehm warmen Öl, eignet sich diese Massage bei Muskelkontrakturen, schmerzhaften Symptomen der Halswirbelsäule, Erschöpfungszuständen, mentalen und posturalen Stressverspannungen, Kopfschmerzen.

25' | 60 €

SANFTE HONIGÖLMASSAGE FÜR DIE KINDER

Sanft und liebevoll werden die Kinder mit Honigöl massiert, sie lernen zu entspannen, können sich besser konzentrieren und sind länger aufmerksam.

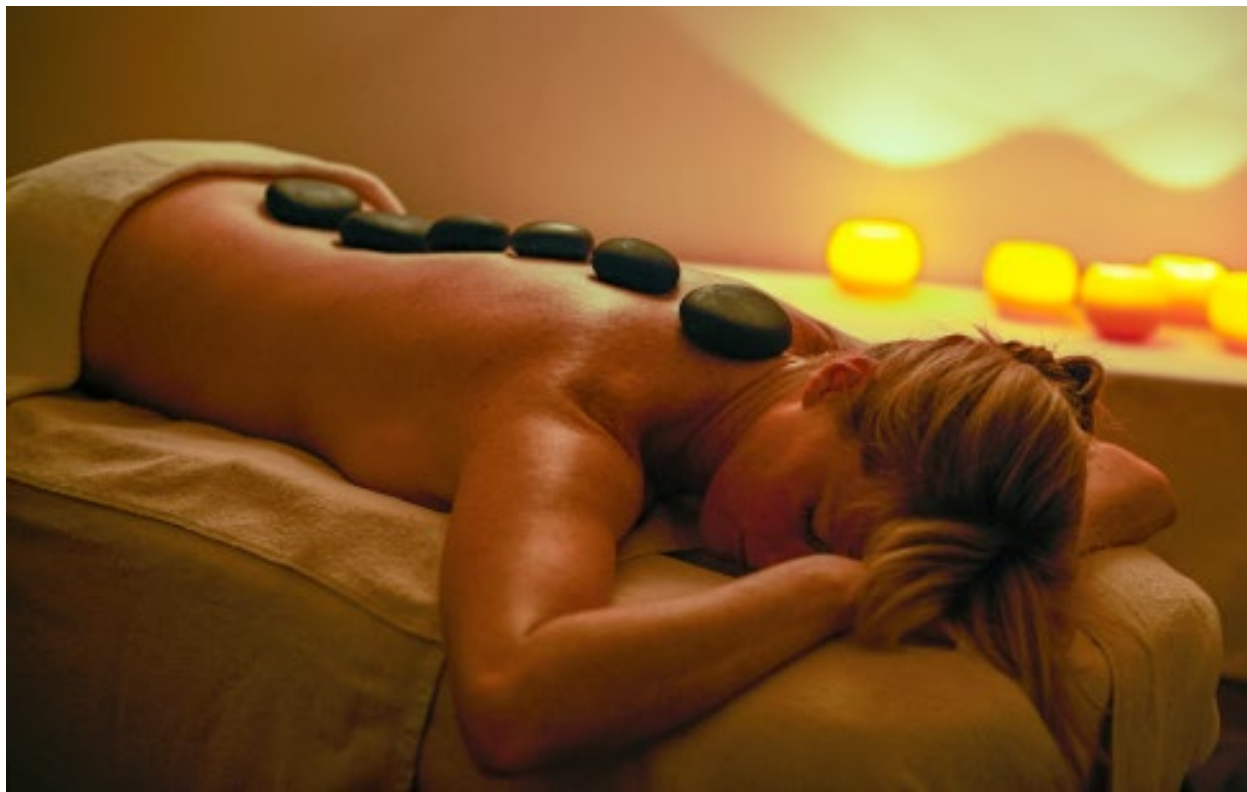
25' | 42 €



HOT STONE MASSAGE

Die basaltischen Steine haben die Fähigkeit die Chakra ins Gleichgewicht zu bringen oder auf negative Energien zu wirken. Diese Art der Ganzkörpermassage ist sehr intensiv, da sowohl der manuelle Druck der Steine als auch die Wärme und die Energie sofort wirksam werden. Die von den Steinen transportierte Hitze dringt tief in die Haut ein, regt den Lymphfluss an, löst Verspannungen und stimuliert die Selbstheilungskräfte.

55' | 80 €



PACKUNGEN





Die angenehme Wärme während der Packung öffnet die Hautporen und die naturbelassenen Wirkstoffe werden um ein Vielfaches höher aufgenommen.

Die qualifizierten und bestens ausgebildeten SPA Mitarbeiter beraten Sie gerne, um für Sie die optimale Packung zu finden.

Wählen Sie aus folgenden Packungen aus:

SPORTLERPACKUNG

Diese alpine Packung auf der Basis von Arnika, Lärche und Fichte empfiehlt sich nach allen sportlichen Aktivitäten, sie entspannt strapazierte Muskeln schenkt neue Frische und Vitalität.

ANTI STRESS – PACKUNG

Eine ideale Packung, um dem Alltagsstress zu entfliehen. Die entspannenden ätherischen Öle der Orange und des Lavendel bringen Körper, Geist und Seele in Einklang.

FEUCHTIGKEITSSPENDENDE PACKUNG

Die Packung mit dem Nachtkerzenöl, dem Johannisbeersamenöl und dem Apfel eignet sich hervorragend bei trockener und spröder Haut. Die Haut wird mit Feuchtigkeit und mit Nährstoffen versorgt.

WARME HEUPACKUNG FÜR DEN RÜCKEN

Das Bergheu enthält viele medizinische Kräuter wie z.B. Arnika, Johanniskraut, Ringelblume, Melisse und Kamille. Erleben Sie totale Entspannung mit der warmen Heupackung, welche auf Ihren Rücken gelegt wird.

PACKUNG **25' | 43 €**

PACKUNG MIT TEILMASSAGE **50' | 80 €**



WASSERBÄDER





Steigen Sie ein in das warme Wasser und lassen Sie sich verwöhnen. Lassen Sie Stress und Arbeit hinter sich, denn ein warmes Bad beseitigt sofort all unsere Spannungen. Lassen Sie sich von den Eigenschaften von Kräutern, Blumen und ätherischen Ölen in einer intimen und privaten Umgebung einhüllen.

TRADITIONELLES SÜDTIROLER HEUBAD

Ein Heubad hat stark durchblutungsfördernde Eigenschaften, entspannt das Gewebe und die Muskulatur. Gelenks- und Muskelbeschwerden werden auf natürliche Art und Weise gelindert.

ROMANTIKBAD

Das verlockende Rosenbad öffnet das Herz, harmonisiert die Gefühle und entführt in ungeahnte Sinneswelten.

ERKÄLTUNGSBAD

Durch den Thymian und den Eukalyptus wirkt dieses Bad positiv auf die Atmungsorgane und ist vorbeugend bei Erkältungen.

ALPINES STÄRKUNGSBAD

Ein Spaziergang durch Südtirols Wälder. Durch die Latschenkiefer in Kombination mit der Fichte erzielt dieses Bad eine stärkende Wirkung auf das Immunsystem und lässt in vollen Zügen durchatmen.

ENTSPANNUNGSBAD

Die mediterranen Pflanzen Orange und Lavendel schenken Ruhe, Entspannung und helfen, Stress zu reduzieren. Körper, Geist und Seele werden in Harmonie gebracht.

WASSERBÄDER

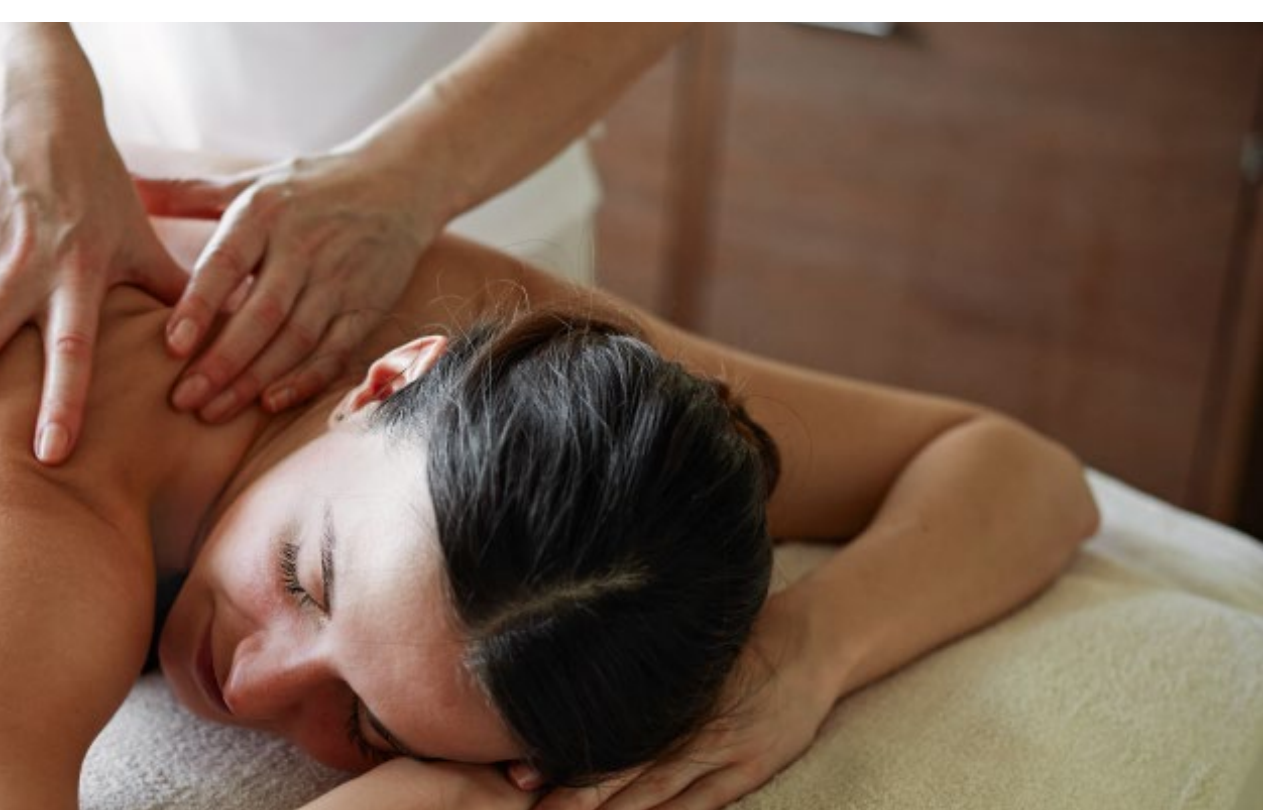
25' | 42 €

WASSERBÄDER UND TEILMASSAGE 50' | 80 €



PEELING'S





Das Körperpeeling ist eine sehr leichte Massage, welche der Haut Feuchtigkeit und Geschmeidigkeit schenkt. Das Peeling erhöht die Sauerstoffzufuhr in der Haut, entfernt Giftstoffe und trockene Haut, und bereitet diese auf weitere Behandlungen und Massagen vor.

REINIGENDES PEELING MIT BERGSALZ

Das Bergsalz befreit die Haut von Schüppchen und liefert zur selben Zeit Mineralstoffe und Spurenelemente. Ein wirkungsvoller Klassiker.

TRADITIONELLES ALPINES HEU-PEELING

Gemahltes Bergwiesenheu reinigt porentief, entspannt und schenkt einen leuchtenden, hellen Teint.

FEUCHTIGKEITSSPENDENDES PEELING

Diese Körperlotion, angereichert mit Aloe Vera, Johannisbeeren und Apfel, spendet der Haut Feuchtigkeit. Spezielle Granulate ermöglichen ein schonendes und sanftes Peeling.

| | |
|----------------|------------|
| PEELING | 25' 45 € |
|----------------|------------|

| | |
|--------------------------------|------------|
| PEELING MIT TEILMASSAGE | 50' 83 € |
|--------------------------------|------------|



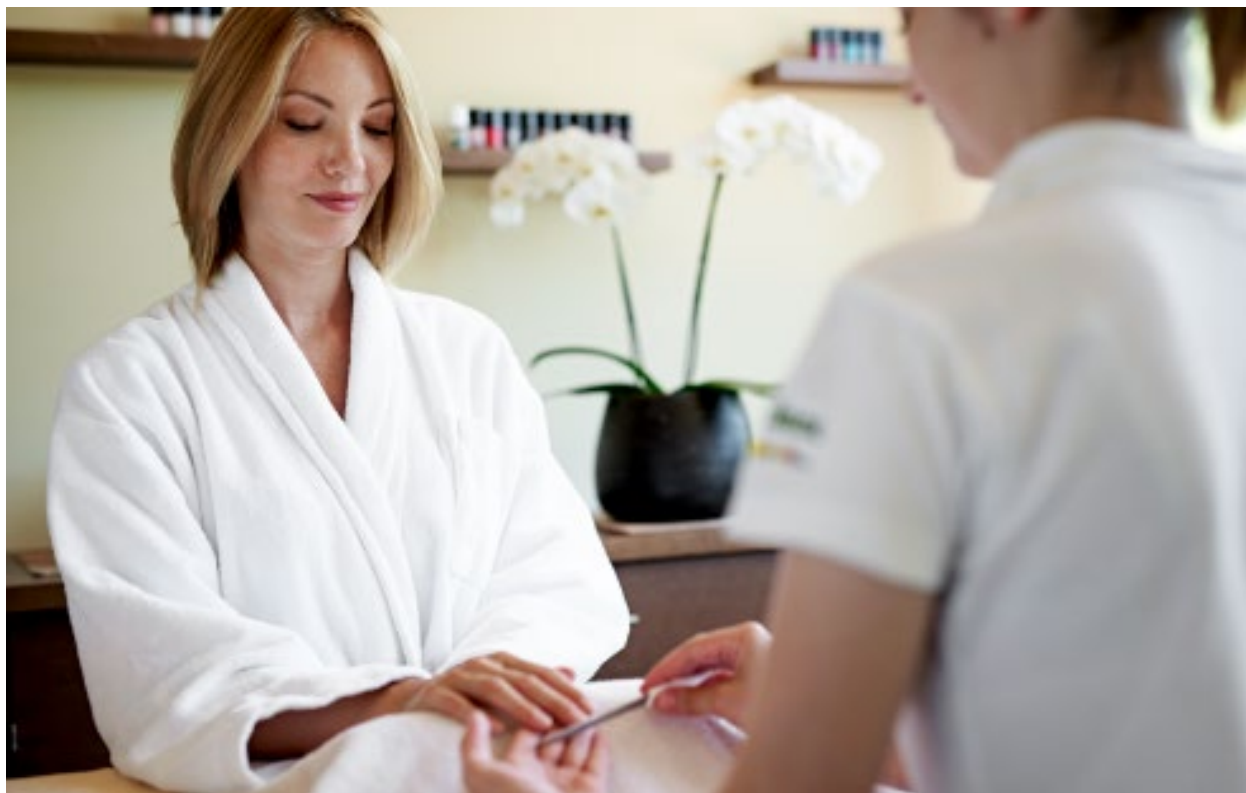
KOSMETIK- BEHANDLUNGEN

BEAUTY

| | |
|------------------------|------------|
| Maniküre mit Nagellack | 30' 40 € |
| Pediküre mit Nagellack | 55' 60 € |
| Nagellack auftragen | 10' 10 € |

DEPILATION

| | |
|---|------------|
| Bein bis Knie | 20' 29 € |
| Ganzes Bein | 40' 48 € |
| Bikinizone | 20' 22 € |
| Achselhöhle | 20' 20 € |
| Oberlippe | 10' 15 € |
| Ganzkörper Depilation (Beine, Bikinizone, Achseln) | 60' 84 € |



GESICHTS- BEHANDLUNGEN





Naturkosmetik „Greenlife“

Echte natürliche Inhaltsstoffe, in Synergie mit natürlichen Verarbeitungsmethoden, lassen unsere exquisit gefertigten, Schönheitsprodukte entstehen. So verbindet die Kosmetiklinie „Greenlife“ die besten Ziele der Natur mit Ihrer eigenen, unverfälschten Schönheit, wie nur die Natur sie hervorbringen kann. Wertvolle Pflanzenöle, Karitè-Butter und Heilerde schenken unseren Produkten besondere Geschmeidigkeit und hohe Verträglichkeit. Ein weiteres hochwertiges

Element der Linie sind die natürlichen Vitamine, die schützend und regenerierend wirken. Natürliche Solarfilter und Schutzstoffe gegen Witterungseinflüsse aus der Reiskleie vervollständigen unsere Produkte.

Die Naturkosmetiklinie „Green Life“ der Firma „ART OF CARE“ ist eine hochqualitative und dermatologisch getestete Naturkosmetik, mit natürlichen Konservierungsstoffen und ohne Farbstoffe.

GESICHTSBEHANDLUNG „VITALITY“

Aloe Vera, kombiniert mit hochwertigen natürlichen Ölen, spendet der Haut Feuchtigkeit und steigert das Vermögen der Zellen, Wasser zu binden. Der Hydro-lipidfilm der Haut wird geschützt und die Gesichtsbearbeitung ist besonders wohltuend für trockene und spröde Haut.

GESICHTSBEHANDLUNG „SENSITIVE SKIN“

Eine besonders sanfte Bearbeitung für gerötete und gereizte Haut. Mahonie, das Bisabol und die Hauptkomponente des ätherischen Kamillenöls, geben der Haut eine entspannende und beruhigende Wirkung. Natürliche Essenzen geben der Haut das richtige Gleichgewicht.

„ANTI-AGING“ GESICHTSBEHANDLUNG

Dank hochwertiger pflanzlicher Extrakte und Vitamine verlangsamt diese hochwertige Gesichtsbearbeitung den Alterungsprozess Ihrer Haut und regeneriert sie auf natürlich Art und Weise. Sie wird straffer und glatter, erhält neue Geschmeidigkeit und Vitalität.

GESICHTSBEHANDLUNG „PURE“

Dank hochwertiger Wirkstoffkombinationen aus Lakritze, Heilerde und japanischem Schnurbaum wird Ihre Haut tiefengereinigt, die Talgproduktion normalisiert und der Säureschutzmantel gestärkt. Ihr Teint erstrahlt frisch und klar.

GESICHTSBEHANDLUNG

50' | 85 €

SPA PAKETE





Lieblosen Programm – Wellnessstag

PURE RELAX – 136 €

| | |
|----------------------------------|-----|
| Entspannungsbad | 25' |
| Anti Stress – Packung | 25' |
| Aromaölmassage | 50' |
| Frisch gepresster Saft nach Wahl | |

DETOX – MIT SÜDTIROLER HEU – 147 €

| | |
|--|-----|
| Traditionelles Heubad | 25' |
| Traditionelles Alpines Heu-Peeling | 25' |
| Warme Heupackung mit Rückentiefmassage | 50' |
| Frisch gepresster Südtiroler Apfelsaft | |

SAMTIGE HAUT – 140 €

| | |
|---|-----|
| Peeling mit feuchtigkeitsspendender Packung | 50' |
| Südtiroler Entspannungsmassage mit Schwarzbeere | 50' |
| Frisch gepresster Saft nach Wahl | |

SPORT – 141 €

| | |
|-------------------------------------|-----|
| Alpines Stärkungsbad | 25' |
| Sportlerpackung | 25' |
| Sportmassage - Art Of Care | 50' |
| Frisch gepresster Multivitamin-Saft | |

GANIS MAN – 147 €

| | |
|------------------------------|-----|
| Peeling | 25' |
| Intensive Rückenmassage | 25' |
| Gesichtsbehandlung nach Wahl | 50' |

SÜSSE WARTEZEIT – MUTTERGLÜCK – 145 €

| | |
|------------------------------|-----|
| Gesichtsbehandlung nach Wahl | 50' |
| Lymphstimulierende Massage | 50' |
| Überraschungsdessert | |



