

INFORMATIONEN ZUR MASSAGEBUCHUNG

Alle Anwendungen können nur zu den angegebenen Zeiten und nach Terminabsprache gebucht werden.

Massagen täglich von 14–20 Uhr.

Wir bitten um Terminvereinbarung unter **086 63/41 99 17** oder **sauna@vita-alpina.de**.

Die Massagen sind entweder beim Eintritt an der Kasse zu bezahlen oder direkt in der Sauna an der Saunabar (Bar, EC Karte, Kreditkarte).

Verschenken Sie doch mal „Zeit zum Genießen“!

Ein Wellness-Tag im **VITA ALPINA** ist ein ideales Geschenk. Gutscheine erhalten Sie direkt im **VITA ALPINA** oder ganz einfach im Internet unter **www.vita-alpina.de**

Unsere Wellness- und Pflegeprodukte beziehen wir von diesen Herstellern:



Unsere Öffnungszeiten finden Sie unter www.vita-alpina.de
VITA ALPINA · Brander Str. 1 · 83324 Ruhpolding
Tel. 0 86 63/4 19 917 · sauna@vita-alpina.de · www.vita-alpina.de

KUSE.DE Stand 02/2019 · Änderungen vorbehalten



Zeit zum Abschalten

WOHLFÜHLEN IM VITA ALPINA

Ein nach frischen Kräutern duftender Saunagarten, sechs verschiedene Saunen zum Schwitzen und Entspannen, sanfte Musik zum Abschalten – genießen Sie pure Erholung in der **VITA ALPINA** Saunalandschaft.

Das **VITA ALPINA** Wellness-Team mit seinen Massagen und Wellnessprogrammen aus aller Welt hilft Ihnen, den Alltag zu vergessen.

Täglich besondere Aufgüsse in der finnischen Sauna und Peeling-Anwendungen im Dampfbad.

Individuelle Beratung und Übungsangebot von unserem Massage-Team.



PREISE VITA ALPINA INKLUSIVE SAUNALANDSCHAFT

	3 Std.	4 Std.	Tageskarte
Erwachsene	16,50 €	18,00 €	22,50 €
Ermäßigter Eintritt	15,50 €	17,00 €	21,50 €
Jugendl. 7 – 17 Jahre	11,50 €	12,50 €	14,80 €
Kinder 3 – 6 Jahre	5,00 €	6,00 €	8,30 €

- Erlebnisbad- & Saunabesucher können das Freibad kostenlos mitbenutzen
- Ab 19 Uhr wird das Lehrschwimmbecken für die Saunalandschaft zur Verfügung gestellt
- Saunabesuch unter 16 Jahren nur in Begleitung Erwachsener

MASSAGEN

Entspannungsmassage / Antistress-Massage

Sanfte Lockerung der Muskulatur und ausgleichende Massage mit warmem Öl, kombinierbar auf Wunsch mit heißen Steinen, Klangtherapie und Aromaöl. Ganzkörperbalancierung, um die körperliche, geistige, seelische und soziale Gesundheit auszugleichen.

Sportmassage / Vitalmassage

Kräftige Massage, die verspannte Muskeln lockert. Sie ist kombinierbar mit anderen Massagen wie z.B. mit der Klassischen Massage, Akupressur der Reflexpunkte, Methode nach Dorn-Breuß, Faszien Massage, Bambusstäbchen, heißen Steinen oder Silikon-Schröpfen bei größeren Verspannungen.

Lomi Lomi Nui / Hawaiianische Körperarbeit

Massage-Ritual, das auch „liebende Hände“ genannt wird. Sanfte Gelenklockerung durch warmes Kokosöl und Harmonisierung des Energieflusses mit dem Ziel, jegliche Anspannung zu lösen.

Ayurvedische Massage / Energetische Körperarbeit

Die Jahrtausende alten, aus Indien stammenden Überlieferungen offenbaren Weisheiten und Geheimnisse über alle Ebenen des Daseins. Vata, Pitta und Kapha: So nennt die ayurvedische Gesundheitslehre die drei „Doshas“ (Regelkräfte), und räumt ihrem Gleichklang bzw. ihrer Balance einen äußerst großen Stellenwert ein. Reinigungs- und Heilkräfte werden aktiviert.

Entschlackungsmassage / Kosmetische Lymphdrainage

Die Lymphdrainage stärkt die Abwehrkräfte und das Immunsystem, löst Schwangerschaftsstreifen, schwere Beine und Cellulite. Durch die Anwendung saisonaler Aromaöle werden die positiven Effekte unterstützt.

Preise Massagen:

25 Minuten.....28,00 €

50 Minuten.....53,00 €

jede weitere Minute 1,00 €

Massage-Termin ohne Saunabesuch:

Kurzfristiger Eintritt (ca. 1,5 Std.) nur für Massage

50 Minuten.....59,00 €

Aktionen und spezielle Angebote finden Sie in der Broschüre „Aktionen und Termine“ oder unter www.vita-alpina.de