



SPA  
WELLNESS  
RECREATION

★★★★★  
DER  
STEIRER  
Bad Waltersdorf  
HOF

# VITAL & SPA-REZEPTION

+43 (0)3333 3211 82

vitalbereich@dersteirerhof.at

## ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Samstag 08:00 bis 17:30 Uhr

Sonntag 08:00 bis 14:00 Uhr

Der Vital & Spa-Bereich befindet sich auf der 3. Etage – hier finden Sie lichtdurchflutete Behandlungsräume, die Vital & Spa-Rezeption sowie die medizinische Abteilung.

# SPA "Sanus per aquam"

## Gesund durch Wasser

### Die Steirerhof Recreation

Wenn Prävention, Regeneration, Wohlfühlen und Entspannung im Leben berücksichtigt werden, kann Gesundheit verbessert und Wohlbefinden gesteigert werden – sind diese vier Aspekte doch Schlüssel zu einem glücklicheren und erfüllteren Leben.

In ruhiger, entspannter Atmosphäre überprüfen wir ganzheitlich Ihren Gesundheitszustand und zeigen Wege, wie Sie sich auch im Alltag zu Hause gesund halten, wirksam vorbeugen, Ihr Wohlbefinden merklich steigern oder wie Sie sich von einer Erkrankung oder einem operativen Eingriff rasch erholen können. Bei uns im Steirerhof können Sie Ihr persönliches, ganzheitliches Präventions-, Regenerations- oder Rehabilitationsprogramm starten.

30 Therapeuten mit großem Fachwissen führen Sie ein in die Wohlfühlwelt des Steirerhofs – Ihrem Vitalhotel in Österreich. Kommen Sie einfach im Bademantel zu Ihrer Behandlung, genießen Sie noch eine Tasse Tee, Ihr Therapeut holt Sie persönlich ab. Lassen Sie sich fallen ... Sie spüren, wie gut es tut, sich im Wellnessurlaub verwöhnen zu lassen.

Unsere 30 Behandlungsräume sind alle großzügig ausgestattet, individuell eingerichtet, mit gut durchdachten Detaillösungen und medizinischem Hintergrund. Jeder Raum verfügt über ausreichend Tageslicht und gibt einen wohltuenden Blick ins Grüne frei. So wird das "Sich-Entspannen" ganz leicht.

Die Steirerhof Recreation	2
Informationen	4
Physikalische & sportwissenschaftliche Einzelleistungen	5   6
Physikalische & sportwissenschaftliche Pakete	8
Winback®-Individualbehandlungen zur Schmerzlinderung	10
Die Steirerhof Spezialmassage	11
Klassische Massagen	14
Spezialbehandlungen	16
Verschönern Sie Ihren Aufenthalt	17
Unsere Produktlinien	19
Gesichtsbehandlungen   Beauty	20
Spezial-Schönheitsbehandlungen	22
Glätten   Straffen   Liften für das Gesicht	23   24
Männerspezial	25   26
Glätten   Straffen   Liften für den Körper	27   28
Private Spa Suite	30
Zeit zu zweit	31   32
Unsere Pakete Schönheit und ganzheitliches Wohlbefinden	34
Das Steirerhof Fango	35   36
Wickel & Packungen	37   38
Bädertherapien	40
Die Steirerhof-Wasserwelt	41   42



# INFORMATIONEN

## TERMINRESERVIERUNGEN

Direkt an unserer Vital & Spa-Rezeption bzw. vom Hotelzimmer aus unter der Durchwahl 82. **Wir empfehlen, erste Reservierungen per Telefon oder E-Mail frühzeitig von zu Hause aus vorzunehmen. So können wir individueller auf Ihre Wunschtermine eingehen.**

**Sie erreichen uns unter der Nummer:  
+43 (0)3333 3211-82.**

**Montag bis Samstag 08:00 bis 17:30 Uhr  
Sonntag 08:00 bis 14:00 Uhr**

Falls Sie für Ihre Anwendung eine weibliche Therapeutin oder einen männlichen Therapeuten bevorzugen, teilen Sie uns dies bitte im Voraus mit. Je **nach Verfügbarkeit versuchen** wir, Ihrem Wunsch nachzukommen.

## SIE KÖNNEN EINEN GEBUCHTEN TERMIN NICHT EINHALTEN

Informieren Sie uns bitte spätestens 24h vorher. Sollten Sie kurzfristiger absagen, so stellen wir für die ungenützte Arbeitszeit des Therapeuten 50% des gebuchten Preises in Rechnung. Bei Nichterscheinen werden 100% des Behandlungspreises verrechnet. Falls Sie sich verspätet zur Behandlung einfinden, verkürzt sich Ihre Anwendung entsprechend. Wegen der Folgetermine ist es meist nicht möglich, die versäumte Zeit anzuhängen.

## BESONDERE RUHEOASE

Unsere Gäste suchen vor allem Ruhe und Erholung. Wir bitten Sie, dies zu respektieren und Mobiltelefone im gesamten Wellness- und Spabereich auf lautlos zu schalten.

## BEKLEIDUNGSHINWEIS

Wenn Sie eine Behandlung gebucht haben, kommen Sie bitte im Bademantel und in Badekleidung. Ausnahmen stellen die Cranio Sakrale Therapie, die Klangschalenmassage, Shiatsu, sportwissenschaftliche Einheiten oder Physiotherapie dar – hier empfehlen wir leichte Trainingskleidung.

## MEDIZINISCHE INFORMATIONEN

Bitte informieren Sie uns vorab, ob Ihr Gesundheitszustand besondere Beachtung erfordert – ob Sie Diabetiker, Krebspatient oder Allergiker sind, blutverdünnende Medikamente oder Cortison einnehmen, Thrombose oder Bandscheibenvorfall hatten, schwanger sind oder einen Herzschrittmacher tragen.

Bei Fragen steht Ihnen unser hauseigener Arzt gerne zur Verfügung.

## ENTSPANNUNG ZUM VERSCHENKEN

Sie möchten Ihren Liebsten etwas Erholung schenken? Perfekt – wir erstellen Ihnen gerne den passenden Gutschein dafür.

Bitte wenden Sie sich an unsere Hotelrezeption. Telefonisch erreichbar unter +43 3333 3211 708.

# Physikalische & Sportwissenschaftliche Einzelleistungen

## PHYSIOTHERAPIE

Beschwerden und Funktions-, Bewegungs- bzw. Aktivitätseinschränkungen des Körpers, die bei der physiotherapeutischen Untersuchung festgestellt werden, können bei dieser speziellen Einheit verbessert werden. Die Physiotherapie ist besonders erfolgreich bei orthopädischen Beschwerden, bei gynäkologischen Bedürfnissen (Beckenbodengymnastik), Erkrankungen der Lunge (individuell abgestimmte Atemgymnastik) und wird begleitend zu operativen Eingriffen (Onkologie, Sporttherapie) eingesetzt.

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 55,-

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 89,-

## MUSKELFUNKTIONSTEST

Der Muskelfunktionstest ist eine Untersuchungsmethode, die über die Kraft einzelner Muskeln oder Muskelgruppen, welche eine funktionelle Einheit bilden, Auskunft gibt. Er bildet die Grundlage für die analytisch vorgehende Physiotherapie und ist zugleich Hilfsmittel zur Bestimmung der Leistungsfähigkeit eines getesteten Körperteils.

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 55,-

## INDIVIDUELLE TRAININGSEINHEIT

Jeder Körper ist anders – und das ist gut so. Ganz nach Ihren persönlichen Zielen und Fähigkeiten gestalten wir Ihre individuelle Einheit.

Sie dient der Auflösung schmerzhafter Muskelverspannungen. Die individuelle Trainingseinheit (z. B. Schwimmen, Dehnen, Kraftaufbau ...) findet mit einem Sportwissenschaftler oder Physiotherapeuten statt.

Trainingseinheit ca. 30 min, € 55,-

Trainingseinheit ca. 50 min, € 89,-

## SCHMERZREGULATIONS- THERAPIE MIT SKENAR

Diese Form der Elektrotherapie reguliert das vegetative Nervensystem. Der Skenar arbeitet mit einer Impulstechnik, die sich ständig durch Messung der im Körper erzeugten Impulsantworten ändert. Das heißt, jeder Impuls ist anders als der vorhergegangene, was den Körper daran hindert, sich an diese Impulse anzupassen. Besonders bei Schmerzen eingesetzt, kommt es häufig bereits nach 20 bis 30 Minuten zu einer deutlichen Linderung. Auch bei Beschwerden des Bewegungs- und Stützapparates, Frakturen, Störungen des Nervensystems, Atemwegs- und Lungenproblemen und bei Folgen langer Stresseinwirkung werden gute Ergebnisse erzielt.

Behandlungsdauer ca. 25 min, € 49,-

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 84,-

## ULTRASCHALLBEHANDLUNG

Sie wirkt entzündungshemmend und schmerzlindernd, kann bei akutem Ischias eingesetzt werden und hilft bei Hartspann (muskuläre Verspannung), Arthrosen, Ödemen, Neuralgien, Epicondylitis und Hämatomen. Narben werden geschmeidiger und weicher, die Lymphtätigkeit wird angeregt.

Behandlungsdauer ca. 15 min, € 29,-

## KÖRPERFETTMESSUNG

Mit der bioelektrischen Impedanzanalyse wird der persönliche Fett-, Muskel- und Wasseranteil im Körper gemessen. Im Beratungsgespräch wird das Ergebnis interpretiert und ein Therapieprogramm empfohlen.

Behandlungsdauer ca. 20 min, € 38,-

## KINESIOLOGISCHES TAPE

Mit Kinesio-Tape® können Sie Verletzungen kurieren, Muskeln lockern, Entzündungen hemmen und Rückenschmerzen lindern.

Behandlungsdauer ca. 15 min, € 29,-

## BACK-CHECK®-KRAFTMESSUNG ALLER HALTUNGSRELEVANTEN MUSKELGRUPPEN

Herkömmliches Krafttraining der oberflächlichen Rückenmuskulatur behebt die Ursache von Rückenschmerzen nicht. Im Gegenteil, wer nur die sichtbaren Muskeln trainiert, kann unter Umständen durch ein solches Training die Probleme noch vergrößern. Mit dem Back-Check® steht uns ein Gerät zur Verfügung, mit dem wir die muskulären Kraftdefizite und Dysbalancen identifizieren und vor allem auch objektiv messen können. Dadurch ist es möglich, Trainingspläne um vieles effizienter zu gestalten und den Trainingserfolg zu sichern. Ziel ist es, die Wirbelsäule Wirbel für Wirbel zu stabilisieren.

Behandlungsdauer ca. 45 min, € 89,-

## WIRBELSÄULENVERMESSUNG MITTELS MEDIMOUSE®

Die MediMouse® ermöglicht eine strahlenfreie, nicht-invasive, apparative Vermessung der Wirbelsäule, die als Grundlage für eine spezifische Rückenbehandlung dient. Die MediMouse® ist ein Messgerät zur computerunterstützten Darstellung und Untersuchung der Form und Beweglichkeit der Wirbelsäule. Diese wird im 3D-Format dargestellt und etwaige Haltungsfehler, Schwächen und Probleme werden sichtbar gemacht. (Inklusive Muskelfunktionstest)

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 55,-

## ELEKTROTHERAPIE

Verschiedene Stromtherapien wie Galvanisation, Iontophorese, Faradisation (Schwellstrom), Exponentialstrom oder diodynamischer Strom unterstützen die Therapie von sämtlichen Erkrankungen des Bewegungsapparates. Elektrotherapie trägt auch zum Aufbau einer geschwächten Muskulatur bei.

Behandlungsdauer ca. 15 min, € 29,-

# Physikalische & Sportwissenschaftliche Pakete





## FITNESS FÜR DIE WIRBELSÄULE

Mit Hilfe der Funktionsanalyse wird die Beweglichkeit der Wirbelsäule sichtbar gemacht und so etwaige Fehlhaltungen und Fehlfunktionen aufgedeckt. Unsere Therapeuten erstellen darauf aufbauend ein maßgeschneidertes Gymnastikprogramm.

- 1 MediMouse® (Wirbelsäulenvermessung) und Muskelfunktionstest
- 1 Back-Check® (Kraftmessung der haltungsrelevanten Muskelgruppen)
- 1 Trainingseinheit

Behandlungsdauer ca. 90 min, € 162,-

## IHR PERSÖNLICHES FITNESSPROFIL

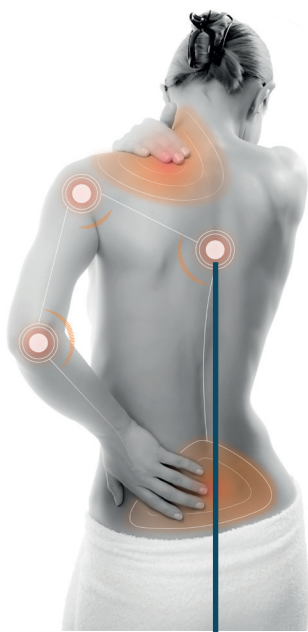
- 1 Ergometrie ohne Ausbelastung
- 1 Muskelfunktionstest
- 1 Back-Check® (Kraftmessung der haltungsrelevanten Muskelgruppen)
- Koordinationstest
- Körperfettmessung
- 1 MediMouse® (Wirbelsäulenvermessung)

Sie erhalten eine umfassende Auswertung aller erfassten Daten (gemäß des Eurofitnessprofils) mit Trainingsplanerstellung und Trainingsempfehlung. (buchbar ab 2 Übernachtungen von So. bis Do.)

Behandlungsdauer ca. 90 min, € 262,-

# Winback®-Individualbehandlungen zur Schmerzlinderung





## WUNDHEILUNG

97 % EFFIZIENZ

## DURCHBLUTUNG

6x SCHNELLER

## REHABILITATION

2x SCHNELLER

## SCHMERZBLOCKER

81 % SOFORTIGE &  
ANHALTENDE WIRKUNG

## WUNDHEILUNG

Fördert den Zellstoffwechsel – Regulation

## GEFÄSSBILDUNG

Der natürliche Widerstand des Gewebes wandelt die Winback-Energie in Wärme um. Diese Wärme beschleunigt die Gefäßbildung in den schlechter durchbluteten Bereichen (Fibrose, Krämpfe) und fördert dadurch die Bewegungsfreiheit.

## SCHMERZTHERAPIE

Die rasche und langanhaltende Schmerzbeseitigung ist für eine wirksame Rehabilitation entscheidend.

## RHEUMATOLOGIE

Arthrotische Syndrome, Tiefendrainage von Ödemen, Wiedererlangung der Bewegungsfreiheit, Zervikalgie, Epicondylitis, akute und chronische Rückenbeschwerden, Muskelverklebungen, Gelenksversteifungen.

## LYMPHDRAINAGE

## TRAUMATOLOGIE

Bei akuten Notfallbehandlungen von muskuloskeletalen Verletzungen (Verstauchungen, Muskelrisse, Frakturen, prä- und postoperativ bei Gelenkplastiken, Prothesen und Osteosynthesen). Schnellere Rückkehr in die Bewegung durch Verringerung von Traumata.

## SPORTKINESIOLOGIE

Auflösung falscher Bewegungsmuster

## Winback® Behandlung

Behandlungsdauer ca. 25 min, € 59,-

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 112,-

**Kontraindikationen:** Schwangerschaft, Herzschrittmacher, akute Entzündungen und Krebserkrankungen

# Die Steirerhof Spezialmassage

Unser geballtes Wissen und Können für Sie auf den Punkt gebracht: Unser Signature-Treatment kombiniert Techniken aus der TCM mit der Lymphdrainage und der Aromatherapie und ist somit eine ganzheitliche Anwendung. Die aktiven Wirkstoffe der Bioaromen werden individuell auf Ihre jeweiligen Bedürfnisse abgestimmt.

Sie kurbeln den Lymphfluss und den Abbau von Übersäuerung im Gewebe an. Die Elektrostimulation der Akupressurpunkte löst energetische Blockaden und hat eine entspannende und ausgleichende Wirkung.

#### **Ablauf:**

- Reflexzonendrainage des gesamten Rückens
- Lymphflussanregende Behandlung mittels Schröpfgläsern
- Elektrostimulation der Meridianpunkte

**Behandlungsdauer ca. 50 min, € 89,-**

- Reflexzonendrainage des gesamten Rückens
- Lymphflussanregende Behandlung mittels Schröpfgläsern
- Elektrostimulation der Meridianpunkte
- Aktivierung des Muskelmeridians mittels Elektrostimulation der Akupressurpunkte

**Behandlungsdauer ca. 80 min, € 117,-**



# Klassische Massagen



## INDIVIDUELL ABGESTIMMTE MASSAGE

Behandlungsdauer ca. 25 min, € 49,-

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 79,-

## FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Behandlungsdauer ca. 25 min, € 49,-

## TEILMASSAGE MIT FOKUS AUF KOPF-NACKEN-ENTSPANNUNG

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 79,-

## KOMBINATIONSMASSAGE

Eine Fußreflexzonenmassage kombiniert mit einer klassischen Teilmassage.

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 79,-

## LYMPHDRAINAGE

Die manuelle Lymphdrainage ist eine sanfte Massage, die den Abtransport von Schlackenstoffen, Stoffwechselprodukten, Giften und überschüssiger Gewebsflüssigkeit anregt.

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 79,-

## TIEFENENTSPANNUNGSMASSAGE

Die Verbindung aus Massage, Energiearbeit und der wohltuenden Wirkung des **warmen Johanniskrautöles** löst Verspannungen der Muskulatur und der Wirbelsäule. Stauungen werden gelöst und das vegetative Nervensystem ausgeglichen.

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 79,-

## AROMATHERAPIEMASSAGE

Der herrliche Duft der ätherischen Öle beeinflusst Körper, Geist und Seele positiv. Sie beruhigen das Nervensystem, stärken die Abwehrkräfte und fördern das Wohlbefinden. Die Massage unterstützt den Lymph- und Energiefluss.

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 79,-

## LA STONE®

Diese besonders entspannende Behandlung bedient sich wohltuender Wärme, ergänzt durch kurze Kälteimpulse. Die auf die Chakren aufgelegten Steine entspannen bis in die Tiefe. Die Durchblutung wird angeregt, die Selbstheilungskräfte werden aktiviert, Blockaden lösen sich, Verspannungen verfliegen. Wohltuend für Körper & Geist.

Behandlungsdauer ca. 75 min, € 120,-

# Spezialbehandlungen





## WOHLFÜHLRITUAL

Ein Traum von innerer Ruhe und körperlicher Balance: Meersalz, Rohrzucker und ätherische Öle umschmeicheln den Körper und sorgen für eine rundum erneuerte Haut. Die anschließende energiespendende Massage leitet sich aus der indischen ayurvedischen Tradition ab und bringt die innere Energie wieder in die Balance. Im Rhythmus der energetischen Massage gewinnen Körper & Geist an Vitalität zurück.

Behandlungsdauer ca. 70 min, € 121,-

## SHIATSU-MASSAGE\*

Mit fließenden Bewegungen wird sanfter Druck auf Meridiane und Akupunkturpunkte ausgeübt. Energiestauungen und Blockaden werden im Energiefluss gelöst, körpereigene Selbstheilungskräfte aktiviert. Das Ungleichgewicht im Körper wird besser wahrgenommen, Harmonie und Wohlbefinden sind das Ergebnis.

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 120,-

## KLANGSCHALENBEHANDLUNG\*

Die Behandlung bietet eine Auszeit voller Wohlgefühl. Klang ist eine universelle Sprache, die auf allen Ebenen berührt und sanft Anspannung, Stress sowie körperliche und innere Blockaden lösen kann. Die tiefgehende Vibration einer Klangschale wirkt besonders effektiv. Sie bringt Körper und Energiesystem wieder in Balance und erweckt unsere ursprüngliche Kraft.

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 79,-

## SENSITIVE AROMAÖLMASSAGE

Diese ganzheitliche Massage für Körper, Geist und Seele kombiniert einfühlbare Berührungen mit warmen **CHAKRA-STEINEN** und ausgewählten Aromaölen. Sie hilft dabei, zu sich selbst zu finden und die eigene Mitte zu erreichen.

Die Auswahl der Öle wird vor der Massage besprochen – Sie erhalten die individuelle Mischung nach der Behandlung als Geschenk für zu Hause.

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 105,-

## KRANIO SAKRALE ENTSPANNUNG\*

Hier wird mit besonders sanften, kleinen Bewegungen gearbeitet. Um die Wahrnehmungsgrenze der Sinnesorgane zu erreichen, wird wohldosierter Druck ausgeübt. Die Behandlung hat eine besonders entspannende Wirkung und hilft sehr gut bei Beschwerden im Bewegungs- und Stützapparat, aber auch nach traumatischen Erlebnissen wie z. B. Unfällen. Mit der kranialen Entspannung bekommt der Körper die Möglichkeit, seine in sich wohnenden Selbstheilungskräfte und körpereigenen Energien wieder zu aktivieren.

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 120,-

\* Zu dieser Behandlung bitte in leichter Trainingskleidung kommen.





# Unsere Produktlinien

## MASSADA

Hergestellt nach der ECOA®-Methode – ist eine ganzheitliche, biozertifizierte Naturkosmetiklinie mit einer breiten Palette aus natürlichen und mineralischen Produkten, welche den hohen Ansprüchen und Bedürfnissen professioneller Kosmetik gerecht wird.

ENERGIE, FARBE und AROMA sind die drei Achsen der ECOA®-Methode. Alle Rezepte sind in ihrer Zusammensetzung ausgewogen und die synergistische Mischung aus Pflanzenextrakten, Vitaminen, Salzen und Schlämmen aus dem Toten Meer, ätherischen Ölen und Blütenwässern machen sie zur Kosmetik für alle Sinne.

## PIROCHE®

Zur Milderung der Mimik- und Trockenheitsfältchen sowie zur Vorbeugung des frühzeitigen Hautalterungsprozesses: Die italienische Produktlinie Piroche® enthält Pflanzenextrakte von höchster Qualität – und garantiert natürliche, ätherische Öle und Formeln nach den neuesten Erkenntnissen der Wissenschaft, die die Revitalisierung und Gesunderhaltung der Haut fördern. Die wirkungsvolle Kombination von aktiven, natürlichen Substanzen und die Stimulation der Akupressurpunkte fördern die ganzheitliche Entspannung der Haut. Sie stärken, wirken entstauend und lassen Sie vital und jugendlich erstrahlen. EIN LIFTING-EFFEKT IST GEGEBEN.

## THALGO COSMETIC

Durch die Mikropulverisierung der Algen werden die im Zellkern so zahlreich enthaltenen Mineralstoffe, Spurenelemente, Vitamine und Pigmente in vollem Umfang verfügbar gemacht und ein höchst aktiver, kosmetischer Wirkstoff gebildet, der osmotisch wirkt und als Grundlage von Thalgo Cosmetic dient. Dem Körper werden Mineralien und Spurenelemente zugeführt, welche als Enzymaktivator zum Schutz vor freien Radikalen dienen.



# Gesichtsbehandlungen | Beauty

## INDIVIDUELLE GESICHTSBEHANDLUNG KLASSIK

- Reinigung
- Peeling
- Tiefenreinigung
- Massage
- Maske
- Brauen fassonieren
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 97,-

## INDIVIDUELLE GESICHTSBEHANDLUNG INTENSIV

- Reinigung
- Peeling
- Tiefenreinigung
- Ampulle oder Serum
- Ultraschall
- Massage
- Spezialmaske
- Brauen fassonieren
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 144,-

## EXTRAS FÜR DAS GESICHT

- Wimpern-Service ca. 25 min, € 39,-  
(Wimpern | Brauen färben |  
fassonieren)
- Wimpern oder Brauen färben € 15,-  
(nur im Zuge einer Behandlung)
- Ampulle individuell € 20,-
- Gesichtsmassage ca. 25 min, € 45,-

## VON HAND BIS FUSS

Wir bieten ausschließlich  
medizinische Fußpflegen an.

- Maniküre & Pediküre (ohne Lack)  
Behandlungsdauer ca. 80 min, € 97,-
- Maniküre mit Lack  
Behandlungsdauer ca. 50 min, € 65,-
- Paraffinhandpackung  
Behandlungsdauer ca. 25 min, € 32,-
- Pediküre mit Lack  
Behandlungsdauer ca. 50 min, € 71,-

## HARZEN

- Beine bis zum Knie  
Behandlungsdauer ca. 20 min, € 40,-
- Beine ganz  
Behandlungsdauer ca. 50 min, € 65,-
- Bikinizone | Achsel | Oberlippe und Kinn  
Behandlungsdauer ca. 10 min, € 23,-
- Oberlippe  
Behandlungsdauer ca. 10 min, € 13,-

Jede Behandlung wird Ihren speziellen Haut-  
bedürfnissen angepasst. Ihre Kosmetikerin  
entscheidet vor Ort, welche Produkte verwendet  
werden.

# Spezial-Schönheitsbehandlungen



## STRAFFENDE AUGENBEHANDLUNG

### mit Piroche®

Eine besonders regenerierende Zonenbehandlung, die Tränensäcke und Fältchen mildert.

- Reinigung
- bioenergetische Lymphdrainage
- Druckpunktmassage
- Straffungsmaske
- Augengel

Behandlungsdauer ca. 45 min, € 68,-

## GESICHTS-SHIATSU mit Piroche®

Aufgrund der speziellen Massagetechnik und dank der gezielten Stimulation von Akupressurpunkten besitzt diese Gesichtsbehandlung eine äußerst entspannende und lymphflussanregende Wirkung. Die angespannten Mimikfältchen werden gemildert. Eine anschließende, modellierende Maske verfeinert das Hautbild. Für ein strahlendes Ergebnis.

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 84,-

## VITAMIN-POWER-BEHANDLUNG

### mit Piroche®

Das „natural beauty“-Programm zur Milderung der Mimik- und Trockenheitsfältchen und zur Zellregenerierung von Gesicht, Hals und Dekolleté: Mittels Einschleusen des belebenden Multivitamin-komplexes und der Aktivwirkstoffe wird die Haut gekräftigt, genährt und gestrafft.

- Reinigung
- Peeling
- Tiefenreinigung
- Vitamin- oder Retinolampulle mit Ultraschall
- Massage
- Maske
- Brauen fassonieren
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 143,-

## LUXURY SECRETS mit Thalgo

Eine Kostbarkeit in der Anti-Aging-Behandlung: Besonderes Highlight ist die Anti-Aging-Maske aus Bio-Zellulose, angereichert mit Phytohormonen aus Algen. Sie schmiegt sich wohltuend und beruhigend an die Haut und versorgt diese mit kostbaren Aktivstoffen. Das Resultat ist sofort sichtbar und wird im Laufe einer Kur noch intensiviert. Es verspricht straffere Gesichtszüge und fühlbar geschmeidigere Haut.

- Reinigung
- Peeling
- Tiefenreinigung
- Anti-Aging-Serum und -Maske
- Anti-Aging-Augencreme
- Massage mit der Spezial-Anti-Aging-Creme
- Brauen fassonieren

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 150,-

## ENERGETISCHE

### GESICHTSBEHANDLUNG mit Piroche®

Die Gesichtshaut wird mittels bioenergetischer Lymphdrainage, mit Vakuumgläschen, von Schlackenstoffen befreit. Mit gezielt ausgewählten Bioaroma-Synergien und vielen weiteren aktiven, natürlichen Komplexen wird der Haut neue Energie zugeführt. Eine Akupressur strafft zusätzlich Haut und Gewebe.

- Rücken-Deblockade
- Reinigung
- Peeling
- Aroma- und Algentherapie mit ätherischen Ölen
- bioenergetische Drainage
- Maske
- Akupressur
- Brauen fassonieren
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ohne Rückendeblockade ca. 50 min, € 103,-

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 125,-

# Glätten | Straffen | Liften für das Gesicht

## **ERHALTEN**

Sie Ihre natürliche Schönheit

## **VERLANGSAMEN**

Sie den Alterungsprozess

## **UNTERSTÜTZEN**

Sie Ihr Gewebe

## **WINBACK®-GESICHTSBEHANDLUNG**

in Kombination mit Massada

Die von Massada entwickelten Linien bieten eine Kombination aus natürlichen Wirkstoffen mit hochkonzentrierter Hyaluronsäure, welche die inter-fibrillären Räume mit Kollagen füllt und einen molekularen Schwammeffekt ausübt. Zusätzlich wird mit der Winbackenergie® das Gewebe mit Sauerstoff versorgt. Auf diese Weise wird zelluläre Energie erzeugt, die es den Zellen ermöglicht, optimal zu funktionieren. Es wird auch die Bildung von Kollagen und Elastin angeregt. Die Haut ist erholter, gestraffter, hat mehr Feuchtigkeit, ist seidig weich und strahlend schön. Es findet eine Zellerneuerung bzw. Regenerierung statt.

### **Basic**

- Reinigung
- Peeling
- Winback®
- Brauen fassonieren
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 124,-

### **Intensiv**

- Reinigung
- Peeling
- leichte Tiefenreinigung
- Serum oder Ampulle
- Maske
- Winback®
- Brauen fassonieren
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 157,-



## HydroMASS-Gesichtsbehandlung

HydroMASS wurde entwickelt, um müder und gestresster Haut ein frisches, jugendlicheres Aussehen zurück zu geben. Eine Technologie, die einen einzigartigen Glow erzeugt und die Kraft der Tiefenreinigung von Wasserstoffwasser mit den natürlichen Wirkstoffen von Massada kombiniert. Die Haut wird von Unreinheiten und Mitessern befreit, zugleich wird das gesündere Hautbild durchfeuchtet und vitalisiert.

- Abreinigung
- Hydrocupping – porentiefes Reinigen und Peeling, Einschleusen von hydrogenisiertem Wasser H<sub>2</sub> gegen zelluläre Oxidation
- 3D-Massage
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 124,-

## ZONER

Mit Hilfe des Infrarotlichts wird die Sauerstoffversorgung und Mikrozirkulation der Gewebezelle erhöht. Die Fotobiostimulation wirkt effektiv gegen Hauterschaffung und die Reparaturprozesse werden beschleunigt.

## RADIOLIFT

Durch dieses intensive, schmerzfreie Lifting wird die Neubildung von Kollagenfasern angeregt, die Faltentiefe reduziert und das Gewebe gestrafft. Der Soforteffekt ist garantiert.

## MESOPORATION

Dieses einzigartige und komplett schmerzfreie Verfahren bewirkt einen direkten Wirkstofftransfer in die Zellen mit einer 100-mal höheren Absorption als mit bisherigen Geräten.

## Zoner Anti-Aging-Trilogy

Einschleusen auf einer tieferen Ebene. Diese „Drei-in-Eins-Behandlung“ entwässert und festigt das Gewebe, befüllt und nährt die Haut, die Faltentiefe wird verringert.

Das Ergebnis? Adieu kleine Fältchen!

- Reinigung
- Peeling
- Infrarot
- Radiolift und Mesoporese mit Ampulle
- Maske
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 160,-

## Zoner Zwei-in-Eins-Behandlung

Als Folgebehandlung nach einer Zoner Anti-Aging-Trilogy bestens geeignet.

- Reinigung
- Peeling
- Infrarot plus Mesoporese
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 114,-

# Männerspezial

## HERRENBEHANDLUNG

Gepflegte Haut ist nicht nur für Frauen wichtig – auch Männer dürfen auf ihr äußeres Erscheinungsbild achten. Unsere maßgeschneiderten Behandlungen sorgen dafür, dass Sie sich in Ihrer Haut wohlfühlen. Die auf die Bedürfnisse der Männerhaut abgestimmten Produkte sind von unserer Naturlinie Massada oder Meeresalgenlinie Thalgo.

### Basic:

- Reinigung
- Peeling
- Tiefenreinigung
- Massage
- Maske
- Brauen fassonieren
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 97,-

### Intensiv:

- Reinigung
- Peeling
- Tiefenreinigung
- Ampulle oder Serum
- Ultraschall
- Massage
- Spezialmaske
- Brauen fassonieren
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 144,-

## HydroMASS-Gesichtsbehandlung

HydroMASS wurde entwickelt, um müder und gestresster Haut ein frisches, jugendliches Aussehen zurück zu geben. Eine Technologie, die einen einzigartigen Glow erzeugt und die Kraft der Tiefenreinigung von Wasserstoffwasser mit den hochtechnologischen und natürlichen Wirkstoffen von Massada kombiniert. Die Haut wird von Unreinheiten und Mitessern befreit. Sie ist gesünder, gut durchfeuchtet und vitalisiert – für einen strahlenden Teint.

- Abreinigung
- Hydrocupping: porentiefe Reinigung und Peeling, Einschleusen von hydrogenisiertem Wasser H<sub>2</sub> gegen zelluläre Oxidation
- 3D-Massage
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 124,-

## GESICHTS-SHIATSU mit Piroche

Aufgrund der speziellen Massagetechnik und gezielt stimulierten Akupressurpunkten, besitzt diese Gesichtsbehandlung eine äußerst entspannende und lymphflussanregende Wirkung. Die angespannten Mimikfältchen werden gemildert. Eine anschließende modellierende Maske verfeinert das Hautbild, ein strahlendes, jugendliches Aussehen ist das Ergebnis.

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 84,-



## WINBACK®-Gesichtsbehandlung in Kombination mit Massada

Die von Massada entwickelten Linien bieten eine Kombination aus natürlichen Wirkstoffen mit hochkonzentrierter Hyaluronsäure, welche die interfibrillären Räume mit Kollagen füllt und einen molekularen Schwammeeffekt ausübt. Zusätzlich wird mit der Winbackenergie® das Gewebe mit Sauerstoff versorgt. Auf diese Weise wird zelluläre Energie erzeugt, die es den Zellen ermöglicht, optimal zu funktionieren. Es wird auch die Bildung von Kollagen und Elastin kumulativ und effektiv angeregt. Die Haut ist erholter, gestraffter, hat mehr Feuchtigkeit, ist seidig weich und strahlend schön. Es findet eine Zellerneuerung bzw. Regenerierung statt.

### Basic

- Reinigung
- Peeling
- Winback®
- Brauen fassonieren
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 124,-

### Intensiv

- Reinigung
- Peeling
- leichte Tiefenreinigung
- Serum oder Ampulle
- Maske Winback®
- Brauen fassonieren
- Abschlusspflege

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 157,-

# Glätten | Straffen | Liften für den Körper

## WINBACK®-Massage- und Körperpflege

Die Winback®-Energie ist ein innovativer und einzigartiger Hochfrequenzstrom, welcher die „natürliche Regeneration“ des biologischen Gewebes beschleunigt. Seine geringe Stärke liefert eine vollkommen nicht-invasive Energie, die für den menschlichen Körper zu 100% natürlich und schmerzfrei ist. Die Ergebnisse sind von der ersten Sitzung an sichtbar und werden in 3 bis 5 Sitzungen stabilisiert.

Die Kombination von Winback® und Massage zielt darauf ab, Exzesse zu regulieren. Exzesse sind in der Regel mit chronischen Prozessen im Körper verbunden, die nicht nur die Organaktivität verringern, sondern auch den Heilungsprozess bzw. die Eigenregulierung des Körpers stören. Diese Körperbehandlung wurde entwickelt, um das Gleichgewicht und die Harmonie des gesamten Körpers wieder herzustellen. Eine Winback®-Körperbehandlung verbessert den Stoffwechsel und hat eine schmerzlindernde Wirkung. Zugleich wird bei einer Aktivierung der Lymphknoten ein schnellerer Pumpeffekt verursacht, was wiederum die Entwässerung beschleunigt.



## MINCEUR INTENSIV – Massada mit Winback®

Die Minceur Intensiv Linie von Massada verbindet sich mit der kraftvollen, unbedenklichen und wohltuenden Energie von Winback®, um mit der Zeit effektivere und lang anhaltende Ergebnisse ohne jegliche Nebenwirkungen zu erzielen. Die Winback®-Energie versorgt das Gewebe mit Sauerstoff und erzeugt dadurch zelluläre Energie. In Kombination mit den Wirkstoffen von Massada (Myrica cerifera, Koffein, Wacholder, Ruscus, Zimt) führt dies zur Erholung der Zellenergie und optimaler Zellfunktion. Es wurde nachgewiesen, dass Fett im Fettgewebe reduziert wird. Es hat eine dreifache Wirkung auf den Adipositenstoffwechsel:

- verminderte Adipogenese
- erhöhte Lipolyse
- verminderte Lipogenese

Die Minceur-Intensiv-Behandlung ist ideal geeignet, um die Gewebezellen zu reinigen und zu glätten. Das Ergebnis ist ein schöneres und ebenmäßigeres Hautbild.

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 124,-

## LIPO MATRIX

- spezielles Peeling zur optimalen Aufnahme der darauffolgenden Produkte
- Wickeltechnik
- Einschleusen der lipolytischen Lösung
- Einwirkphase
- Abschlusspflege

Bei Vorhandensein von lokalisierten Zonen mit hartnäckiger Cellulite empfehlen wir zusätzlich eine intensiv modellierende Ampulle, welche mittels Mesoporese eingeschleust wird.

Die kontinuierliche Verwendung beschleunigt den Fettstoffwechsel, optimiert die Mobilisierung und Ausleitung von Toxinen und verbessert die Gewebestruktur.

Behandlungsdauer ca. 50 min ohne Ampulle, € 78,-

Behandlungsdauer ca. 50 min mit Ampulle, € 123,-

# Private Spa Suite





## PRIVATE SPA SUITE

Ganz unter sich sein, miteinander plaudern, Erlebnisse austauschen und die Vorzüge privater Wellnessräume genießen. Die gesunde Wärme der Infrarotkabine erleben, zwischen verschiedenen Badeölen gütieren und sich in der gemütlichen Kaminecke an Kerzenschein, frischem Obst, Champagner und kleinen Naschereien erfreuen.

Pro Stunde € 94,-

# Zeit zu zweit

Genießen Sie entspannende Behandlungen in einem wundervollen Ambiente. Unsere Spa-Suite lädt zum Verweilen, Wohlfühlen und Relaxen ein.

## SPA RITUAL MERVEILLE ARCTIQUE

Die Weltmeere stehen für grenzenlose Freiheit und bergen unendliche Schätze. Sie besitzen die Kraft zu beruhigen, zu vitalisieren und Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Lassen Sie sich ein – auf ein vitalisierendes Spa-Ritual, entstanden aus der Symbiose von Warm & Kalt. Genießen Sie dabei die wohltuende Wirkung traditioneller nordischer Rituale, bei denen sich erholsame Wärme und belebende Kühle abwechseln, um den Körper zu lockern und Verspannungen zu lösen.

- arktisches Salzpeeling: Ein Trio aus Peeling-Salzen wird mit belebenden Bewegungen einmassiert, um die Haut rundum zu erneuern.
- arktisches Kristallbad: Betört vom entspannenden, duftenden Badewasser entschweben die Gedanken zu den heißen Quellen Islands.
- Genießen Sie die wohltuende Wärme des Dampfbads.
- genussvolles Relaxen am Kamin mit Obst, Schokofrüchten und Sekt
- arktische Massage: Exklusive Massage, bei der sich erholsame Wärme mit belebender Kühle abwechselt. Verspannungen werden gelöst, Stress abgebaut und der Körper wieder in Balance gebracht.

Behandlungsdauer

für 1 Person ca. 150 min, € 168,-

für 2 Personen ca. 150 min, € 168,- pro Person

## SPA-VITAL-PACKAGE

Durch das Tote-Meer-Salzpeeling des gesamten Körpers wird die Durchblutung der Haut gefördert und für die anschließende Algenpackung vorbereitet. Diese kurbelt zusätzlich den Stoffwechsel an, entschlackt und entsäuert. Die Einwirkzeit findet im privaten Dampfbad statt, die Giftstoffe werden dadurch besser gelöst. Den Abschluss bildet eine Wohlfühlmassage mit ätherischen Ölen – kulinarisch begleitet von frischem Obst und Sekt.

- Totes-Meer-Salzpeeling
  - Algenpackung mit Einwirkung im privaten Dampfbad
  - Wohlfühlmassage ca. 25 min
- Behandlungsdauer  
für 1 Person ca. 90 min, € 115,-  
für 2 Personen ca. 90 min, € 115,- pro Person

## INSELTRÄUME

Tiefenentspannung, Wohlbefinden und Pflege in einer außergewöhnlichen, ganzheitlichen Behandlung: eine exotische Reise hin zu mehr Ausgeglichenheit, Vitalität und Wohlbefinden. Einzigartige Texturen, exklusive Inhaltsstoffe und anregende Duftkompositionen lassen Sie mit allen Sinnen genießen. Inspiriert von den traditionellen Schönheitsgeheimnissen der Inselbewohner verwöhnt Sie dieses Ritual mit:

- einem herrlich duftenden Peeling
  - einem wohltuenden Lagunenwasserbad
  - einer tiefenentspannenden Massage mit warmem, schimmerndem Körperöl
  - Obstteller, Schokofrüchte, Cocktail
- Sie fühlen sich erholt, entspannt und voll positiver Energie. Ihre Haut erhält neue Leuchtkraft und fühlt sich geschmeidig und zart an.

Behandlungsdauer

für 1 Person ca. 150 min, € 168,-

für 2 Personen ca. 150 min, € 168,- pro Person





## **GENUSS ZU ZWEIT – PARTNERBEHANDLUNG**

Eine pflegende Behandlung mit einem Hauch von Meer, welche den Körper und die Sinne berührt: Lassen Sie sich verwöhnen und genießen Sie die Atmosphäre einer Behandlung zu zweit. Aufwärmen in der Infrarotkabine mit anschließendem, gemeinsamen Bad mit Algen- und Wasserlilienextrakt. Danach jeweils eine entspannende und feuchtigkeitsspendende Maske sowie eine Wohlfühlmassage mit ätherischen Ölen.

Kulinarisch begleitet von Schokofrüchten und einem erfrischenden Cocktail.

Behandlungsdauer ca. 120 min, € 195,-

## **MASSAGE ZU ZWEIT**

Sich behandeln lassen und dabei gemeinsam eine schöne Zeit genießen: Zwischen der klassischen Ganzkörpermassage, einer Aromatherapiemassage, Teilmassage mit Kopf-Nackenentspannung oder der Kombinationsmassage auswählen.

Anschließend herrliche Entspannung bei Kerzenschein und sanfter Musik. Einen erfrischenden Früchtecocktail genießen und zudem noch Zeit zum Plaudern finden.

Behandlungsdauer ca. 50 min

Gemeinsame Nachruhezeit ca. 20 min,

€ 89,- pro Person

# UNSERE PAKETE

## Schönheit und ganzheitliches Wohlbefinden



## BODY-FIRMING-PAKET

Greift das Fett in der Tiefe an, bremst die Entstehung neuer Fettzellen und modelliert die Figur.

- 2 Minceur Intensiv mit Winback® ca. 50 min
- 1 Totes-Meer-Salzpeeling ca. 20 min
- 1 Minceur-Intensiv-Packung ca. 30 min

Paketpreis € 283,-

## DETOX-PAKET

Zum Entschlacken, Entgiften und Formen der Körperkonturen.

- 1 Steirerhof-Spezialmassage ca. 50 min
- 1 Detoxbad ca. 45 min
- 1 Meerschlammpackung aus dem Toten Meer ca. 30 min

Paketpreis € 161,-

## SCHNUPPER-SCHÖNHEITSTAG FÜR SIE UND IHN

- 1 komplette Gesichts-, Hals- und Dekolletébehandlung, Tiefenreinigung, Peeling, Ampulle, Maske, Massage
- 1 Pediküre
- 1 Handmassage mit Armpackung ein Behandlungstag ca. 3 Stunden

Paketpreis € 197,-

## STEIRERHOF-VERWÖHNZEIT

- 1 HydroMass-Behandlung
- 1 Zoner Anti-Aging-Trilogy
- 1 Shiatsu

Buchbar bei einer Aufenthaltsdauer von 3 Übernachtungen

Paketpreis € 344,-

## REGENERATIONSTAG

- 1 Seifenschaumbehandlung mit anschließender Wohlfühlmassage
- 1 Kopf-Nacken-Entspannung

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 101,-

## BODY-CURE-ROYAL-PAKET

- 1 Ganzkörperpeeling
- 1 Aromatherapiemassage

Behandlungsdauer ca. 80 min, € 101,-

# Das Steirerhof Fango

## Jahrtausende alt und kein bisschen müde

Der Naturfango aus dem Vulkangestein Phonolith stammt vom Kaiserstuhl in der Nähe von Breisgau. Das pulverfeine Gesteinsmehl wird mit Bad Waltersdorfer Thermalwasser direkt im Haus und für jede Behandlung frisch vorbereitet.

Bereits vor 6.000 Jahren wussten die Ägypter um die heilende Wirkung des Nilschlamm für den Körper. Römische Legionäre der Antike nutzten regelmäßig den Vulkanschamm Fango zur Behandlung von Muskelverletzungen. Im Mittelalter soll der legendäre Mediziner Paracelsus gerne regenerierende Moorbäder empfohlen haben. „Im Wandel der Zeit können Heilpraktiken immer wieder in Vergessenheit geraten. Immer auf der Suche nach der nächsten Neuigkeit, kommt man von Altbewährtem ab. Bis man erkennt, dass diese Methoden nicht zufällig den Test der Zeit bestanden haben und einen reichen Erfahrungsschatz in sich bergen.“

## DIE STEIRERHOF-FANGOPACKUNG

Der Haupteffekt: Auch tief liegende Gewebeschichten werden stark, langanhaltend und wirkungsvoll erwärmt. Die hohe Temperatur wirkt durchblutungsfördernd, schmerzlindernd, entspannt die Muskulatur und lockert das Bindegewebe. Man schwitzt verstärkt, die Herzfähigkeit wird angeregt. Diese individuell dosierte Anwendung führt zu reflektorischen Wirkungen auf die inneren Organe und Drüsen. Bei einer Naturfangobehandlung sollte vorher eine ärztliche Untersuchung gemacht werden (beim Kurarzt im Haus möglich); dabei werden Anwendungsart, Temperatur sowie Dauer und Häufigkeit der Behandlung bestimmt.

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 48,-

# Wickel & Packungen

## MOORPACKUNG

Das Heilmoor von Neydharting (Oberösterreich) gilt als besonders hautfreundlich, wertvoll und regenerierend. Es ist reich an wasserlöslichen Bestandteilen, die von der Haut gut resorbiert werden. Diese Behandlung wirkt hormonstimulierend. Durch die im Moor enthaltene Huminsäure werden die Gelenke besonders gut durchblutet. Im erwärmten Wasserbett liegend, erlebt man zudem noch Entspannung pur.

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 45,-

## ENTSCHLACKUNGSPACKUNG

Bei dieser Packung werden bis zu 11 große Bandagen verwendet, die mit Heilerde, Mineralien und Meersalz vom Toten Meer getränkt sind. Nach einer hautbelebenden Vorbehandlung wird der Körper mit einer speziellen Wickeltechnik zum Entschlacken und Entgiften angeregt. Der Fettstoffwechsel kommt in Schwung, überflüssige Depots werden abgebaut. Die Methode zielt nicht nur auf kurzfristigen Gewichtsverlust ab, sondern auch auf eine bestmögliche Entgiftung und Reinigung des Gewebes. Vor der Entschlackungspackung ist ein Ganzkörperpeeling empfehlenswert, um trockene Hautzellen zu entfernen und die Haut aufnahmefähiger zu machen. Um die entschlackende Wirkung zu unterstützen, wird Entschlackungstee angeboten.

Behandlungsdauer ca. 80 min

Entschlackungspackung mit Peeling € 125,-

Entschlackungspackung ohne Peeling € 95,-

## DIE STEIRERHOF-CREMEPACKUNG

### **Besonders ideal bei trockener Haut.**

Eine hautbelebende Vorbehandlung fördert die Durchblutung, danach wird eine lotionähnliche Mischung aus einer Basiscreme mit Stutenmilch und verschiedenen Körperölen wie Jojoba-, Mandel- und Sesamöl aufgetragen und der Körper in Vliestücher gehüllt. Die Wärme des 37 °C warmen Wasserbetts öffnet die Hautporen noch mehr und die Körperpackung mit ihren wertvollen Inhaltsstoffen kann optimal einziehen.

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 48,-

## ALGEN-GEL-KÖRPERPACKUNG

Eine Körperbehandlung, der ein Ganzkörperpeeling vorangeht. Anschließend wird Algen-Gel aus reinem Algenextrakt und ätherischen Ölen auf den Körper aufgetragen. Die Einwirkphase erfolgt im beheizten Wasserbett. Durch die Wärme werden die Hautporen geöffnet und die Packung kann optimal einziehen. Das Gewebe wird entschlackt, mit Mineralien und Spurenelementen versorgt, Fettdepots werden abgebaut. Die Haut ist danach zart, geschmeidig und gut durchfeuchtet.

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 95,-

## VENEN- | EISWICKEL

Diese wohltuende Kälteanwendung unter Zusatz von ätherischen Ölen wirkt besonders gut bei Krampfadern und Flüssigkeitsstau in den Beinen. Bei Aromaölunverträglichkeiten verwenden wir einen Topfenwickel.

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 35,-

## DETOX-KÖRPERPACKUNG

Eine intensive Algenpackung, welche aufgrund der enthaltenen Mineralsalze, den Spurenelementen und dem Jod sehr entschlackend und entwässernd wirkt. Während der 30 Minuten im Wasserbett entgiftet der Körper über die Haut und der Stoffwechsel wird angeregt. (Bei Schilddrüsenerkrankungen wird diese Behandlung nicht empfohlen.)

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 48,-

## HEILKREIDEPACKUNG

### **Auch für sensible Haut geeignet.**

Aus Heilkreiden, Heilerde und verschiedenen ätherischen Ölen zusammengesetzt, wirkt diese Packung besonders bei empfindlicher und sensibler Haut immunstärkend. Durch ihren niedrigen pH-Wert bewirkt Heilkreide eine Neutralisierung bzw. Senkung des pH-Wertes im Körper und beugt Übersäuerung vor, welche besonders bei rheumatischen Erkrankungen entstehen kann. Die Wärme des Wasserbettes beschleunigt zusätzlich die Aufnahme der wirksamen Inhaltsstoffe.

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 48,-

# Bädertherapien





## CHINESISCHES HEILKRÄUTERBAD

Ein Originalabsud aus reinen, chinesischen Kräutern und Wurzeln wird diesem Regenerationsbad beige-  
setzt. Dieser löst Blockaden und Verspannungen der  
Gelenke und Muskeln, lindert Schmerzen, baut Ent-  
zündungen ab und fördert den Energiefluss. Sehr  
bewährt auch bei stressbedingter Erschöpfung.

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 47,-

## SEIFENSCHAUMBEHANDLUNG MIT WOHLFÜHLMASSAGE

Diese intensive Seifenschaumbehandlung reinigt  
den Körper und fördert die Durchblutung. Nach  
der Waschung wird der ganze Körper mit warmem  
Öl massiert. Körper, Geist und Seele können sich  
wunderbar entspannen.

Behandlungsdauer ca. 50 min, € 79,-

## KLANG- UND DUFTSINFONIE

Der menschliche Körper besteht überwiegend aus  
Wasser. Durch die angenehmen Schallwellen der  
Musik, welche in der Badewanne übertragen werden,  
versetzt sich dieses in Bewegung und so ist das Bad  
letztlich eine „Massage der Körperzellen“. Um die  
wohltuende Wirkung zu erhöhen, wird eine indivi-  
duell abgestimmte Duftölmischung beigefügt. Somit  
entsteht eine Sinfonie aus Klang und Duft, durch die  
sich Verspannungen und Blockaden lösen können  
und auch das seelische Loslassen unterstützt wird.

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 46,-

## GANZKÖRPERPEELING

Ein feines Peeling aus Maisgrieß und Stutenmilch  
entfernt schonend trockene Hautzellen und reinigt  
gründlich. Diese Behandlung eignet sich für jeden  
Hauttyp, macht die Haut glatt und geschmeidig.  
Ideale Vorbereitung auf Bäder, Wickel, Packungen  
und Massagen.

Behandlungsdauer ca. 30 min, € 46,-

## KAISERIN-SISI-BAD

Den Auftakt bildet ein Natur-Peeling aus Stuten-  
milch und Maisgrieß – so wird der pH-Wert der Haut  
wieder neutralisiert. Es folgt eine feuchtigkeitsspen-  
dende Gesichtsmaske. Das abschließende Vollbad  
verwöhnt mit einer Komposition aus Rosenblüten  
sowie einer Mischung aus Milch und Rosenöl. Ein  
erfrischender Fruchtsaftcocktail rundet dieses  
Badeerlebnis der besonderen Art ab.

Behandlungsdauer ca. 60 min, € 85,-

## DETOX-BAD

Die Haut ist unser größtes Entgiftungsorgan, da  
Schweißdrüsen Giftstoffe beseitigen und so den  
Körper reinigen. Giftstoffe auszuschwitzen, den  
Körper zu reinigen, Gelenks- und Muskelschmer-  
zen zu reduzieren sowie den Geist zu entspannen  
und dadurch besser zu schlafen, sind die Haupt-  
wirkungen dieses Bades. Zudem wird der Feuch-  
tigkeitsgehalt der Haut verbessert und der Stoff-  
wechselprozess im Körper erhöht. Mit einem  
Natursalz-Öl-Peeling, welches reich an Nährstoffen  
ist, wird der Körper optimal auf das Bad vorbereitet.

Behandlungsdauer ca. 45 min, € 63,-

An aerial photograph of a swimming pool deck. The deck is paved with light-colored stone tiles. Along the edge of the pool, there are several lounge chairs with light blue cushions and white towels. A central planter with a green, rounded top is visible. The pool water is a clear, light blue color.

## Das Bad Waltersdorfer Thermalwasser

Diese Natriumhydrogencarbonat-Chlorid-Lösung lagert seit über 10.000 Jahren in 1.200 Metern Tiefe und kommt mit 62 °C aus der Quelle. Es ist eines der hochwertigsten und schonendsten Thermal-Heilwasser Österreichs. Neben der bekannt regenerierenden Wirkung bewährt sich unser Thermal-Heilwasser besonders zur unterstützenden Behandlung bei:

- vegetativen Erschöpfungszuständen, Regenerationsbedarf
- allgemeiner Immunschwäche, Herz-Kreislauf-Störungen
- entzündlichem Rheumatismus (chronische Polyarthritis, Gicht)
- degenerativem Rheumatismus (Ischias, Nervenschmerzen, Arthrose, Bandscheiben und Wirbelschäden, Muskelschmerzen)
- Weichteilrheumatismus, Erkrankungen der Atemorgane
- Nachbehandlungen bei Verletzungen und Operationen am Bewegungsapparat

Bei folgenden Krankheiten ist das Benutzen des Thermalbades nur mit Zustimmung des Haus- oder Kurarztes möglich:

- Herzmuskelschwäche
- schwere Durchblutungsstörungen wie Raucherbein, Krampfadern, akute Venenentzündung und Thrombose
- Bluthochdruck
- akute Gelenkentzündungen
- Asthma bronchiale
- nach Herzinfarkt oder Schlaganfall

## Der Naturpool

Unter dem Motto „Seensucht“ eröffnet sich den Nacktschwimmern ein seengleiches Badevergnügen im chemiefreien Naturpool. Umgeben von sattem Grün bildet der Naturpool die erfrischende Ergänzung zu dem Sole- und Thermalwasser.

Der besondere Genussfaktor: Beheizbar bis 20 °C, lässt es sich im 200 m<sup>2</sup> großen Wasseridyll zu jeder Jahreszeit unter freiem Himmel schwimmen. In Kombination mit Biosauna, Finnischer Sauna sowie überdachten Ruheflächen. Ein unvergleichlicher Wohlfühl-Mehrwert.

## Der Sportpool | Infintypool

Zu den absoluten Highlights der insgesamt 800 m<sup>2</sup> großen Wasserfläche zählt im Freien das 28 x 10 m-Sportbecken, ein wahrer „Endless-Pool“, der zum Sonnenuntergangsschwimmen verführt. Ganzjährig geöffnet und bei jedem Wetter ein Genuss für Schwimmer und Badenixen.

An aerial photograph of a swimming pool deck. The deck is paved with large, light-colored rectangular tiles. Along the top edge of the pool, there are three pairs of white lounge chairs with white cushions. Between the first and second pairs of chairs is a circular green planter. The pool water is a clear, light blue color. On the right side of the pool, there are metal handrails and a set of stairs leading into the water.

## Das Solebecken

Eine besondere und sehr beliebte Attraktion im Steirerhof ist auch das Sole-Außenbecken. Die warme Sole wirkt bekanntlich beruhigend auf Psyche und Körper und stärkt das Immunsystem. Auch wird bei einem Bad in Sole die Durchblutung der Haut gefördert und der osmotische Hautstoffwechsel angeregt. Der erhöhte Auftrieb durch die Solekonzentration entlastet zudem den Bewegungsapparat und die Gelenke und entspannt die Muskulatur. Aus diesem Grund wird die Behandlung von Erkrankungen des Bewegungsapparates besonders unterstützt:

- Arthritis und Gicht
- Arthrose
- Osteoporose
- Knochenbrüche, Verstauchungen, Prellungen, Zerrungen

Positiven Einfluss nimmt die warme Sole auch auf Verdauungsbeschwerden, Stoffwechselstörungen, entzündliche Erkrankungen des Nervensystems, Konzentrationsschwäche und Schlafstörungen.

Bei schweren Allgemeinerkrankungen ist das Benutzen des Solebeckens nur mit Zustimmung des Haus- oder Kurarztes möglich, u. a.:

- ausgeprägte Herzschwäche
- schwere Leber- oder Niereninsuffizienz
- akute Infektionen
- nach einem Herzinfarkt oder Schlaganfall

## Das Perlwasser

Seidenweich, kalkfrei und pH-neutral. Nach einem ausgiebigen Bad im Pool ist die Haut oft sehr trocken und spannt. Das kann Ihnen im Perlwasser-Pool nicht passieren: Denn das besondere pH-neutrale Wasser sorgt für spürbar zarte und weiche Haut und samtig-geschmeidiges Haar.

Vorteile von Perlwasser:

- Aktivierung des Lymphsystems durch den sanften Wasserdruck
- positive Auswirkung auf das vegetative Nervensystem, das lebenswichtige Funktionen wie Blutdruck, Puls, Atmung und Stoffwechsel steuert
- optimale Entlastung des Bewegungsapparates
- spürbar weiche und zarte Haut
- geschmeidiges Haar
- technischer Vorteil: keine Kalkablagerungen im und rund ums Becken!

Hotel & Spa Der Steirerhof  
8271 Bad Waltersdorf  
Tel.: +43 (0) 3333 3211-82  
vitalbereich@dersteirerhof.at

[www.dersteirerhof.at](http://www.dersteirerhof.at)