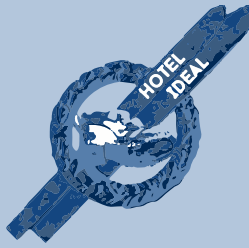


Wellness & Beauty

*schenke dir selbst jeden Tag die schönsten Momente
und bade Körper, Geist und Seele
in innerer Harmonie*





Information

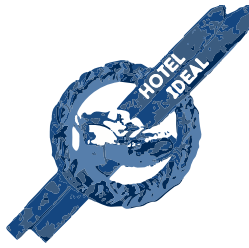
Wir bitten Sie die gewünschte Massage direkt an der Rezeption terminlich zu vereinbaren. Wir weisen freundlich darauf hin, dass nicht eingehaltene Termine oder Massagen, die am selben Tag der Ausführung storniert werden, zu 100% verrechnet werden.

Wir wünschen angenehme Stunden...

Ihre Fam. Riml mit Team

Please We beg you to make an appointment right at reception desk. We like to draw your attention to your mind that we charge missed appointments or cancellations within 24 hours before treatment.





Kombinationspakete

Sich entspannen, zur Ruhe kommen, den Alltag hinter sich lassen. Wer möchte das nicht? Aber jetzt haben Sie Urlaub. Zeit für sich selbst. Zeit für Massage- und Beauty-Behandlungen. Spüren Sie die wohltuende Entspannung Ihres Kör-

pers. So sieht der perfekte Tag aus, um Ihren Skitag vollkommen zu gestalten. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir Spezialbehandlungen mit unserem Partner-Hotel RIML in Hochgurgl durchführen.

Massagen-Kombi 1

Durch das Skifahren verspannen sich gerne die Beinmuskeln. Für Entspannungs-Tiger eignet sich unsere Massagen-Kombi deshalb, um gestresste Beinmuskeln für die Skiwoche fit zu halten...

3 Sportmassagen (25 Min.), 1 Aromaölmassage (50 Min.)

pro Person € 161,-

Massage combination 1

Skiing exhausts your leg musculature. For our realixing enthusiats we designed the massage combination in order to remain your leg mussels fit for your skiing week...

3 Sport massages (25 Min.), 1 Alpine aromatic herbs massage (50 Min.)

per person € 161,-

Massagen-Kombi 2

Das ideale Wellnesspaket „de Lux“ inkludiert 3 Massagen während Ihres Aufenthalts...

1 Gesicht-Verwöhn-Massage (25 Min.), 1 Rückenmassage (25 Min.), 1 Ganzkörpermassage (50 Min.)

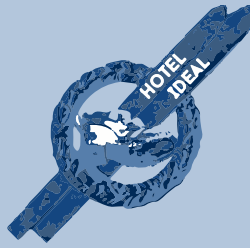
pro Person € 123,-

Massage combination 2

The perfect wellness package includes 3 massages designed for your stay at Sporthotel Ideal...

1 Facial-Relaxing-Massage (25 Min.), 1 Back Massage (25 Min.), 1 Full Body Massage (50 Min.)

per person € 123,-



Klassische Massage

Durch Knetungen, Klopfungen oder Streichungen werden die einzelnen Bänder, Sehnen und Muskeln gelockert, was die Haut und gesamte Muskulatur anregt. Sachlackstoffe im Gewebe werden über den Stoffwechsel

und Lymphfluss abtransportiert und Verspannungen & Muskelverhärtungen lösen sich.

25 Minuten € 36,-
50 Minuten € 65,-

Parts of ligaments, sinews and muscles are relaxed by kneding, tapotement and stroking. Contemporary your skin and musculature are stimulated by different techniques. The classic

massage contributes to a health metabolic rate and tensions are released.

25 Minutes € 36,-
50 Minutes € 65,-

Fußreflexzonenmassage

Rund 72.000 Nervenstränge verbinden die inneren Organe mit unseren Füßen, d.h., dass wir jedes Organ und jeden Körperteil mit dem dazugehörigen Nervenpunkt an unseren Füßen wiederfinden. Durch punktuelle Grifftechniken werden Schwachstellen und hintergründige Erkrankungen festgestellt. Wir aktivieren mit der Fußreflexzonenmassage die Selbstheilungskräfte des Körpers und bewirken so eine Besserung.

Foot Reflexology Massage

The foot reflexology massage is specialized to treat certain pressure points in your feet, which are connected to the rest of your body.

25 Minutes € 36,-

25 Minuten € 36,-



Die Lymphdrainage

Sie fördert den Entgiftungsprozess des Gewebes. Durch die Drainage wird das Gewebe entlastet. Die Lymphflüssigkeit wird über die Lymphknoten und die Blase ausgeschieden.

25 Minuten € 36,-

Sportmassage

Die Massage wird individuell an den gestressten Muskelpartien und Gelenken eingesetzt - mit großen Erfolgen. Sie kombiniert verschiedene Massagetechniken mit Dehnungen und Streckungen.

25 Minuten € 36,-

Manual Lymphatic Drainage

Via special large-scale massage techniques the lymphatic system is stimulated. The result is that toxins and retained water are lead out of the body.

25 Minutes € 36,-

Sports massage

Individual parts of the body are treated combined with various massage techniques, stretching and extensions.

25 Minutes € 36,-

Aromaöl-Massage

Die Aromaölmassage verbindet alle Vorzüge einer Massage mit wohliger Wärme und der heilenden Wirkung der Kräuter. Die Kräuterwirkstoffe werden durch die Wärme gelöst und können sich während

This massage combines the advantages of a classic massage with the positive effect of herbal nuances. The fragrances are released by the warmth and contribute to the respiratory tract and the wellness feeling

der Massage entfalten.

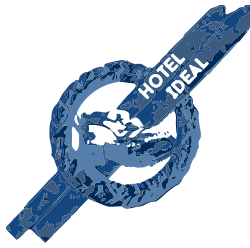
25 Minuten € 39,-

50 Minuten € 68,-

ling and relaxes both body and soul.

25 Minutes € 39,-

50 Minutes € 68,-



Anti-Cellulit-Massage

Eine Studie aus Ankara beweist, dass diese Massagen die unbeliebte Orangenhaut an Bauch, Beine, Po reduzieren. Dabei werden durch spezielle Massagegriffe und Drucktechniken Verklebungen im Gewebe gelöst, die Durchblutung und der Lymphfluss angeregt.

25 Minuten € 36,-

Skifahrer-Beinmassage

Die Beinmassage wird entweder zur Vorbereitung oder zur Entspannung nach jedem Skitag angewandt. Die Anwendung von ätherischen Ölen unterstützt die Muskelregeneration und erhöht gleichzeitig die Sauerstoffzufuhr in den Beinen.

25 Minuten € 36,-

Anti-Cellulit-Massage

A study from Ankara, Turkey proves that anti cellulit treatments reduce the disliked orange skin affecting belly, legs and back-side. The usage of divers massage and pressure techniques releases adherences and strengthens the blood circulation.

25 Minutes € 36,-

Skier leg massage

This massage is effectively conducted in order to prepare or recreate your energy for skiing. The usage of native oils both supports muscle regeneration and oxygen feed in exhausted parts of your legs.

25 Minutes € 36,-

Zum Wohlfühlen

Kopf-Gesicht-Nacken-Massage

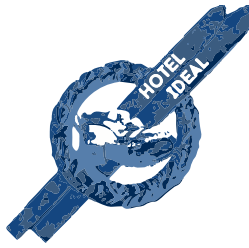
Die Kopf-, Gesichts- und Nackenmassage hat neben der verjüngenden und verschönernden Wirkung einen positiven Einfluss auf Ihr Seelenleben. Sie beseitigt Stress und schenkt ein großes Maß an Entspannung und Ausgeglichenheit.

25 Minuten € 36,-

Head facial And nape massage

Face, neck and chest area will be treated. The complexion becomes fresh, the blood circulation is improved, fine lines are reduced. Swelling can be corrected and dead skin cells are removed.

25 Minutes € 36,-



Spezialanwendungen

Gerne buchen wir Sie in unserem Nachbarhotel RIML für Spezialanwendungen ein. Wir beraten Sie an unserer Rezeption gerne.

Unsere Gäste erhalten einen Bademantel sowie Handtücher, welche

Ihnen für die Anwendung zur Verfügung steht. Bitte haben Sie Verständnis, dass gebuchte Anwendungen im Hotel RIML nur bis 24 Stunden vor dem Termin kostenlos storniert werden können.

Körperpeelings

Die Haut regenerieren mit hochwertigen Peelings, ein sinnliches Vergnügen für Körper und Geist.

30 Minuten € 35,-

Pediküre/Maniküre de luxe

Maniküre, Peeling, sanfte Massage mit Eau Thermale und Spa Creme.

45 Minuten € 50,-

Body Scrubs

Revitalise your skin with top quality scrubs, it's a delightful sensuous experience for the body and soul.

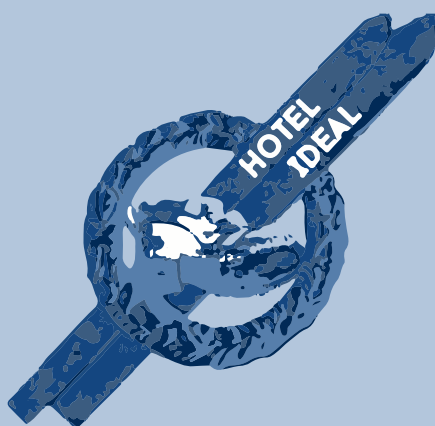
30 Minutes € 35,-

Pedicure/Manicure de luxe

nail shaping, soft massage with eau thermale and spa cream.

45 Minutes € 50,-





Sporthotel Ideal* superior - Fam. Riml**

Hochgurglerstr. 2 - A-6456 Hochgurgl

T: (+43) 5256 6290 - F: (+43) 5256 6302

www.sporthotelideal.at

hotel@sporthotelideal.at

