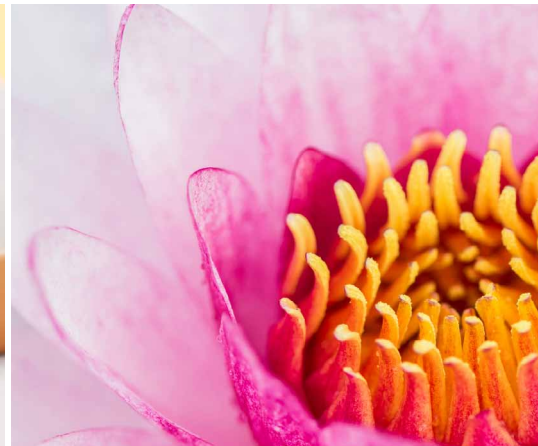
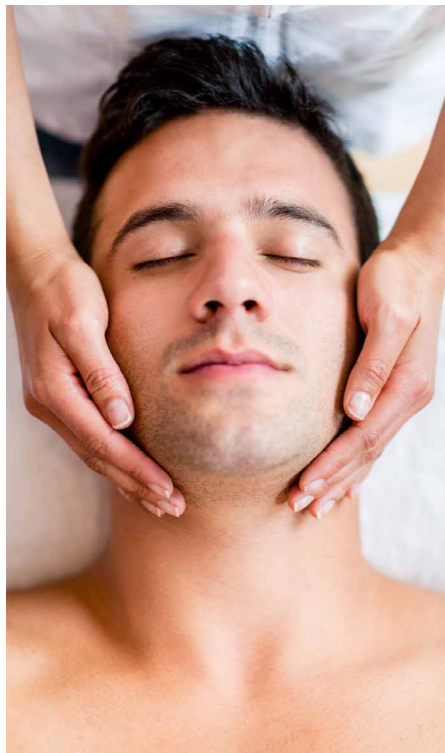


Wandern | Wohlfühlen | Entspannen



Massagen & Behandlungen

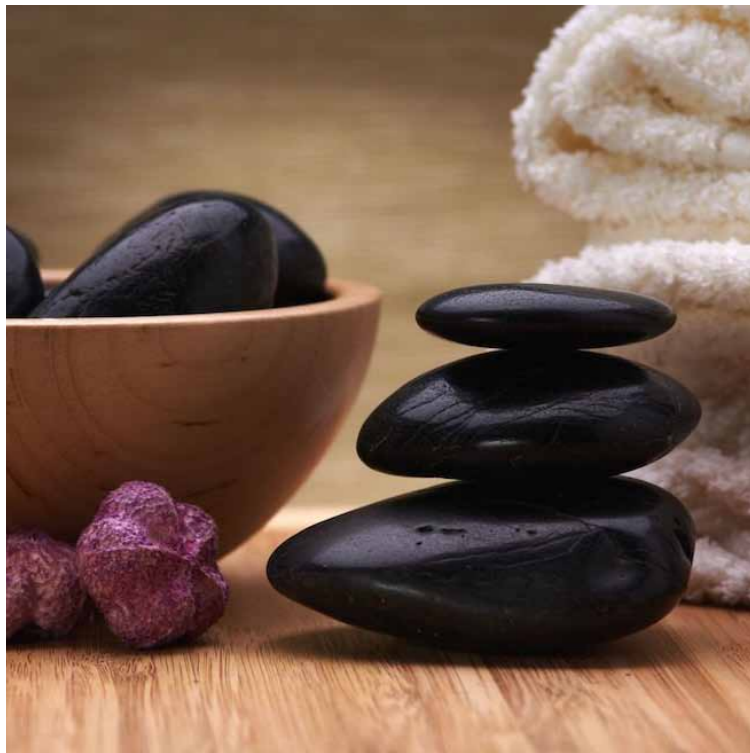


Fühlen  
Riechen  
Hören



## Urlaub für alle Sinne. Massagen und Behandlungen.

Schon eine kurze und sanfte Berührung löst Verspannungen auf, es stellt sich ein Gefühl der Zufriedenheit und Leichtigkeit ein. Düfte und Klänge verwöhnen Geist und Körper, und lassen ein Abtauchen in den Moment der Ruhe und Gelassenheit zu.



# Behandlungen

## Einmal wohlfühlen bitte!

Bei unserem vielseitigen Angebot an Massagen und therapeutischen Behandlungen ist für jeden das Richtige dabei: einfach stöbern, auswählen und genießen!



## Die Klassiker

- Massagen mit Aromaöl
- Lymphstimulierende Massagen
- Tiefengewebsmassagen

## Kopf bis Fuß

- Kopf- und Gesichtsmassage
- Points & Position Massage
- Beinmassage
- Fußzonenbehandlung

## Spezielle Behandlungen

- Kräuterstempelmassage
- Honigmassage
- Schröpfen
- Klangschalentherapie
- Basalt- & Marmorsteine

## Wohlfühlpakete

- Raus aus dem Alltag
- "Gsund" bleiben
- Regeneration vom Sport



## Spüren Sie die Südtiroler Kräuterkraft

### Johanniskrautöl (*Hypericum perforatum*)

Das ideale Öl für schmerzlindernde Massagen, vor allem bei gezielten Behandlungen der Wirbelsäule. Es lindert schmerzende Narben und Neurodermitis und wird bei Ischias-Beschwerden, Rheuma, Gicht und Neuralgien angewendet. Zudem pflegt es empfindliche Haut.

### Ringelblume (*Calendula officinalis*)

Dank seiner entzündungshemmenden Wirkung eignet sich das Öl der Ringelblume besonders bei der Behandlung von Muskelzerrungen, den Folgen eingeklemmter Nerven oder Muskelverspannungen.

### Arnika (*arnica montana*)

Das „Sportleröl“, ideal bei Quetschungen, Prellungen, Verstauchungen, bei Gelenk- und Knochenschmerzen, sowie Muskelschmerzen nach größeren Anstrengungen.



## Die Klassiker Entspannung vom Alltag

Allbewährt, aber immer effektiv und zielsicher in ihrer Wirkung sind unsere klassischen Massagen! Die Wirkung der Massagen erstreckt sich von der behandelten Stelle des Körpers über den gesamten Organismus und sorgt für grenzenloses Wohlbefinden.

## Massagen mit Aromaöl

Ganz nach Wunsch und Bedürfnis wird ihr Körper mit sanftem und kräftigem Druck durch Knetungen und Streichungen intensiv massiert. Dabei lösen sich spürbar Blockaden und Spannungen in der Muskulatur. Ein Gefühl der Leichtigkeit und wohligen Wärme breitet sich aus.

● Ganzkörperbehandlung	ca. 65 Min.	€ 45.-
● Rücken & Beine	ca. 50 Min.	€ 40.-
● Rücken	ca. 40 Min.	€ 35.-

## Lymphstimulierende Massagen

Diese sanfte Streichmassage dient zur Anregung und Unterstützung der Lymphzirkulation und sorgt dafür, dass gestaute Lympheflüssigkeit auf natürliche Weise wieder abfließen kann. Über die Lymphkanäle wird das Gewebe von Stoffwechselabbauprodukten befreit. Vorhandene Schwellungen mildern sich, Stoffwechsel und Entschlackung werden angeregt, das Immunsystem gestärkt.

● Ganzkörperbehandlung	ca. 50 Min.	€ 45.-
● Beine	ca. 40 Min.	€ 35.-
● Kopf & Arme	ca. 30 Min.	€ 30.-

## Tiefengewebsmassagen

Durch einen konstanten Druck auf die verspannte Muskulatur - ähnlich einer tiefen- und zeiflupenartigen Massage - wird die Elastizität des Gewebes zurückgewonnen. Der vorhandene Druck wird gelockert, die Bewegungsabläufe geschehen nun wieder freier und leichter, Verklebungen verschwinden.

● Ganzkörperbehandlung	ca. 50 Min.	€ 45.-
● Rücken & Beine	ca. 40 Min.	€ 40.-
● Rücken	ca. 30 Min.	€ 35.-



Tue deinem Körper etwas Gutes,  
damit dein Geist Lust hat,  
darin zu wohnen.

Teresa von Avila



## Kopf bis Fuß

### Zurücklehnen und genießen

Wenn immer wieder ganz spezielle Beschwerden Ihren Alltag beeinträchtigen, so finden Sie hier sehr spezifische und gezielte Anwendungen, die Ihren Körper wieder in stimmige Harmonie bringen.

## Kopf- & Gesichtsmassage

Eine herrlich wohltuende Energiequelle: durch eine entspannende Massage (ohne Öl) wird die Durchblutung des gesamten Kopfes und der Kopfhaut intensiv gefördert, sowie die Gesichtsmuskulatur gelockert.

ca. 30 Min.

€ 25.-

## Points & Positions Massage

Es handelt sich hierbei um eine Tiefenentspannungstechnik. Chronische Verhärtungen in Muskeln und Bindegewebe werden durch Druck auf gezielte Punkte gelöst und bisher festgehaltene lebendige Energien dadurch befreit. Sie hat einen regulierenden Einfluss auf das vegetative Nervensystem und kann so stressbedingte Beschwerden positiv beeinflussen.

ca. 50 Min.

€ 35.-

## Beinmassage

Die ideale Behandlung nach einer anstrengenden Wanderung! Beanspruchte und strapazierte Muskulatur wird durch gezielte Griffe wieder gelockert und aufgefrischt. Durch die gezielte Verwendung von Johanniskrautöl werden Muskeln gelockert und Schmerzen gelindert.

ca. 25 Min.

€ 20.-

## Fußzonenbehandlung

Schon vor 5000 Jahren entdeckten die Chinesen, dass sich auf den Fußsohlen zahlreiche Nervenpunkte befinden, die ein Abbild des gesamten Körpers darstellen. Über die Behandlung dieser Punkte werden sämtliche Vorgänge im Körper aktiviert, sowie Störungen wirksam gelindert.

ca. 45 Min.

€ 35.-

# Spezielle Behandlungen

## Abwechslung für den Körper

Gönnen Sie sich ein ganz spezielles Massageerlebnis: lassen Sie sich von Klängen, Düften und wohliger Wärme verwöhnen! Eine ideale Abwechslung zu den klassischen Behandlungen, die nicht nur dabei helfen den Körper in Einklang zu bringen.



## UNSERE EMPFEHLUNG!

### Klangschalentherapie

Bei einer Klangschalenmassage breiten sich die wohltuenden Schwingungen wie leichte Wellen auf den ganzen Körper aus und bewirken eine innerliche Massage aller Zellen. Es kommt zur Lösung von Verspannungen und Blockaden, eine Tiefenentspannung wird erreicht. Klangschalen helfen Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

ca. 50 Min. € 45.-

### Kräuterstempelmassage

Begleitet vom Duft der handgebundenen Kräuterstempel, verwöhnt von kostbaren, warmen Ölen, erleben Sie eine wohlige Entspannung und Aktivierung der Durchblutung und des Stoffwechsels. Dieses herrliche Ritual steigert das körperliche Wohlbefinden und schenkt Vitalität und Kraft.

ca. 50 Min. € 55.-

### Honigmassage

Ideal zur Lockerung und Tiefenreinigung des Bindegewebes und der Gelenke. Die Honigmassage regt über die Reflexzonen des Rückens die Organfähigkeit an, besonders der Haut- und Gewebestoffwechsel wird aktiviert.

ca. 50 Min. € 40.-

### Schröpfen

Das Schröpfen ist eine sehr alte Therapieform. Es regt den Zellstoffwechsel an, fördert die Durchblutung, baut angesammelte Schlacken ab, hilft bei störendem Kopfdruck und lindert Verspannungen im Nackenbereich. Die Haut kann wieder atmen und wird frisch durchblutet!

ca. 40 Min. € 35.-

### Basalt- und Marmorsteine

Durch die Wärme der Steine fällt der Körper fast sofort in wohlige Entspannung; durch den wechselnden Reiz von warm und kühl wird er, ähnlich wie bei der Kneipptherapie, sanft stimuliert. Alle Energiezentren werden angeregt, was zur Tiefenentspannung führt. Die Wirkung der LaStone-Massage ist daher intensiver und nachhaltiger als eine klassische Massage.

ca. 55 Min. € 55.-



# Wohlfühlpakete

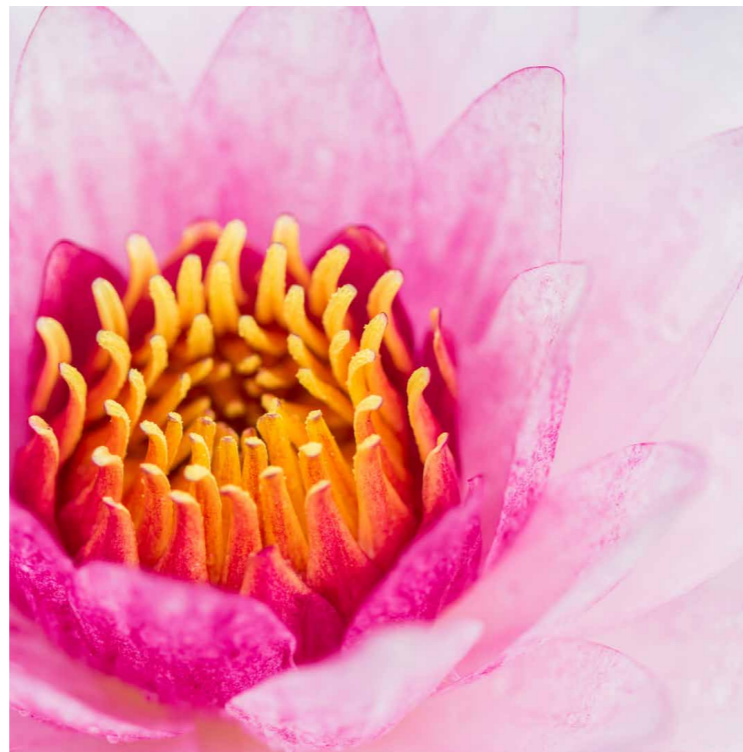
## Für Körper und Geist

Unsere Wohlfühlpakete sind die ideale Kombination aus mehreren unterschiedlichen Behandlungen, die in mehreren Sitzungen durchgeführt werden. Das somit entstehende Rundum-Wohlfühl-Erlebnis erfüllt Ihren Körper und Geist auch weit über den Urlaub hinaus noch mit Ruhe und Entspannung.



Wachsen ...  
heißt nicht, möglichst schnell  
möglichst groß werden.  
Wachsen heißt: ganz behutsam  
und allmählich die uns eigene  
und angemessene Größe entwickeln,  
bis wir den Himmel in uns berühren.

Jochen Mariss



## Raus aus dem Alltag

Eine faszinierende Kombination aus Energiearbeit, Wärme, Klang und Dufterlebnis entführen Sie aus dem Alltag, und helfen dem Körper natürliche Regenerationsprozesse in Gang zu setzen. Als positive Auswirkung dieser Behandlungen entfalten Ihre Selbstheilungskräfte so ihre volle Wirkung.

**Klangschalenthherapie**

ca. 50 Min.

**Massage mit Basalt- und Marmorsteinen**

ca. 55 Min.

**Kräuterstempelmassage**

ca. 50 Min.

€ 140.-

## “Gsund” bleiben

Wie ein Jungbrunnen für den Körper! Gezielt stimulieren die Anwendungen in diesem Paket die Reinigung und Entschlackung Ihres Vitalsystems. Ihre Gesundheit und das Immunsystem können wieder aufatmen und werden es Ihnen danken. Schöpfen Sie neue Kraft!

**Lymphstimulierende Massage (Ganzkörper)**

ca. 50 Min.

**Fußzonenbehandlung**

ca. 45 Min.

**Honigmassage**

ca. 50 Min.

€ 110.-

## Regeneration vom Sport

Hiermit steht mehreren tollen und erlebnisreichen Wander- und Fahrradtouren nichts mehr im Wege. Dieses Behandlungspaket schenkt Vitalität und Schwung, und macht müde Muskulatur wieder fit. Genau das Richtige für Fitness- und Sportorientierte.

**Massage mit Aromaöl (Ganzkörper)**

ca. 65 Min.

**Tiefengewebsmassage (Rücken)**

ca. 30 Min.

**Beinmassage**

ca. 25 Min.

€ 90.-



## Die Seele baumeln lassen. Entspannen am Weigelehof.

Um den Wohlfühlmoment noch für ein Weilchen nachklingen zu lassen, haben Sie die Möglichkeit sich mit einem Buch aus unserer hauseigenen Bibliothek in eine ruhige Ecke am Schwimmbad zurückzuziehen oder sich mit einer Tasse Tee an unseren Teich zu setzen. Lassen Sie Ihren Gedanken so noch für einen Moment freien Lauf und tanken Sie neue Energie und Kraft für den Alltag.



[www.weigelehof.it](http://www.weigelehof.it)