



BEAUTY

schön Young and beautiful Belli e giovan

*Hotel*  
GENZIANA

★★★★<sup>s</sup>  
*dal 1928*

## Orchidea Alpina

L'Orchidea Alpina nella nostra beauty farm

Questa pianta che cresce qui in Val Gardena oltre i 1.000 m di altezza, dona alla vostra pelle elasticità e freschezza. La fioritura nei soli mesi di luglio ed agosto ne garantisce la sua rarità... il profumo ricorda la vaniglia.

Bagno all'Orchidea Alpina con peeling € 40,00 - 25 min.

Bagno all'Orchidea Alpina con successivo massaggio alpino € 74,00 - 50 min.

Body cream all'Orchidea Alpina nella scatola di legno 150 ml € 95,00

## Trilogia SPA Genziana

La nostra nuova SPA privata adatta anche per la coppia

### Percorso Orchidea Alpina

Peeling, bagno all'Orchidea Alpina, massaggio alpino, relax con oli alpini.

€ 120,00 - 90 min.

2 persone € 190,00 - 90 min.

### Percorso Tirolese

Peeling al sale di montagna con bagno alle erbe, massaggio alpino, relax con oli alpini.

€ 120,00 - 90 min.

2 persone € 190,00 - 90 min.

### Percorso Beauty alle Rose Rosse

Peeling alla rosa, bagno al latte alla rosa e successivo massaggio relaxing.

€ 120,00 - 90 min.

2 persone € 190,00 - 90 min.

## Vasca per la coppia

Vasca per la coppia € 50,00 - 20 min.

Un bagno nella nostra nuova vasca per 2 persone con un'essenza scelta per voi da Marlene. Questo per rilassarvi „sotto le stelle“.

## Bagni e impacchi

Bagno di fieno tirolese € 38,00 - 20 min.

Un bagno fatto con fieno raccolto nella nostra Val Gardena.

Un bagno che fa tradizione. Garantisce un effetto rigenerante.

Bagno di Cleopatra € 34,00 - 20 min.

Un bagno idratante e rilassante. Verrete avvolti in un velo imbottito nella schiuma di latte e poi nel miele. Consigliamo di combinarlo con un peeling per il corpo per rendere l'effetto seta totale.

Impacco di fango snellente € 48,00 - 20 min.

Un impacco che ha effetto benefico sulla vostra muscolatura e sulle articolazioni, un trattamento caldo-umido che scioglie le tensioni e snellisce il vostro corpo.

Impacco di fango rassodante € 42,00 - 20 min.

Ai polifenoli del vino, rassoda e depura la vostra pelle profumandola dolcemente.

Impacco al miele di rose € 40,00 - 20 min.

Un peeling naturale, che dona alla vostra pelle un tocco fine.

Impacco di paraffina € 25,00 - 15 min.

Donate alle vostre mani morbidezza... Consigliamo l'impacco dopo una manicure.

Peeling corpo € 30,00 - 20 min.

Consigliato prima di bagni e impacchi estetici oppure prima di un'esposizione al sole. Elimina le cellule in eccesso dello strato corneo. La pelle diventa liscia, fresca e ricettiva ai trattamenti che seguono.

## Massaggi

Massaggio completo classico € 64,00 - 50 min.

Massaggio parziale classico € 38,00 - 25 min.

Per rilassare i vostri muscoli e migliorare stato d'animo ed equilibrio fisico-mentale.

Massaggio drenante € 66,00 - 50 min.

Massaggio parziale drenante € 40,00 - 25 min.

Questa specifica tecnica di massaggio garantisce una pelle detossinata. In particolare verranno effettuati movimenti ritmici in direzione delle vie linfatiche.

Massaggio specifico € 42,00 - 25 min.

Un massaggio personale a seconda delle vostre specifiche esigenze.



# Rinfrescante e stimolante

**Massaggio del viso** € 35,00 - 25 min.  
Un massaggio delicato e regolare con effetto drenante, una situazione estremamente piacevole.

**Massaggio plantare** € 40,00 - 25 min.  
Il massaggio specifico ai piedi per la vostra riflessologia.

**Massaggio anti-stress** € 65,00 - 50 min.  
Rilassatevi... siete in vacanza. Con l'olio neutro ed il massaggio che parte dalle estremità.

## ■ Massaggi Lakshmi - Bellezza naturale

**Massaggio Vital Stone** € 74,00 - 50 min.  
Antica tecnica di massaggio con pietre laviche. Tramite il massaggio vengono sciolte contratture muscolari e viene riattivata l'energia dei meridiani.

**Massaggio Tridosha** € 66,00 - 50 min.  
Massaggio anti-cellulite che dona alla tua pelle tonicità, levigatezza e una silhouette ridefinita.

**Massaggio Garshan** € 72,00 - 50 min.  
Massaggio ad azione stimolante per il metabolismo e per il sistema linfatico. Viene eseguito con guanti in seta grezza.

**Massaggio Ayurveda** € 68,00 - 50 min.  
Con i sassi di cristallo e gli oli profumati che rilassano corpo e mente per trovare un profondo e totale benessere.

**Shirodara** € 110,00 - 50 min.  
Preceduto da un massaggio ayurvedico per prepararVi a ricevere il delicato filo d'olio tiepido che cola sulla zona del terzo occhio. Libera la mente per colmarla di pensieri positivi.

**Pinda - Sweda** € 105,00 - 50 min.  
Con i pinda, dei sacchetti caldi con cuore d'erbe, spezie e farine di cereali, viene eseguito un massaggio, tamponadoli sul corpo oleato. Benefico per le proprietà depurative e rigeneranti, allevia i disturbi reumatici e apporta vigore e calore.

**Massaggio Crio Gamathi** € 75,00 - 50 min.  
Trattamento dimagrante a freddo per donare freschezza e sollievo soprattutto alle gambe affaticate per mantenerle in perfetta salute. Per la riduzione degli inestetismi da pesantezza.

**Massaggio Udara** € 72,00 - 50 min.  
Per combattere le rotondità localizzate su pancia e fianchi ed ottenere tonicità. Rimodella e fa ritrovare un ventre sodo e sgonfio. Per un buon risultato consigliamo 3 sedute.

**Massaggio Art-Reum** € 70,00 - 50 min.  
Aiuta ad eliminare le rigidità vertebrali, dolori al tatto e tensione a schiena e collo. Dona relax ed elasticità. A base di arnica che è conosciuta per la sua attività antireumatica e calmante.

**Bagno Pada** € 62,00 - 50 min.  
Mantiene i piedi sani e belli. Questo percorso sfrutta i benefici dell'aromaterapia e la digitopressione secondo i punti di Marma. I piedi, stimolati attraverso opportune pressioni, veicolano un generale benessere psicofisico. Consigliato dopo una pedicure.

**Shiatsu** € 92,00 - 50 min.  
Lo Shiatsu trae la sua origine dal tradizionale massaggio orientale, agisce sul sistema energetico del corpo utilizzando la rete dei meridiani, collegati con il funzionamento degli organi. La tecnica usa la pressione e l'allungamento per eliminare i blocchi muscolari ed energetici, affinché l'energia vitale (Qi) possa scorrere liberamente donando energia e vitalità.

**Ratna Abhyanga** € 110,00 - 90 min.  
Un massaggio con cristalli e pietre semipreziose, oli profumati per i "Chakra" con pietre e cristalli riscaldati fino a 40° C. Hanno un effetto benefico sui punti energetici del corpo umano, stimolano la circolazione, rilassano profondamente la muscolatura ed attivano le energie.

**Pitta Abhyanga** € 110,00 - 90 min.  
Il massaggio Pitta, rientra nei massaggi ayurvedici detti "freschi" cioè antistress. La sua azione è rinfrescante e calmante per tutto il corpo ma soprattutto per la mente e per la zona addominale. L'olio e i prodotti usati nel massaggio Pitta hanno straordinarie proprietà calmanti e drenanti, dovute a piante come la menta, il finocchio, l'anice e il sandalo.

**Massaggio Ayurveda Marma** € 110,00 - 90 min.  
Un massaggio di origine indiana, che mira a ripristinare equilibrio e armonia laddove esiste uno scompenso. I punti Marma sono centri di energia del corpo e punti vitali per il nostro equilibrio e il nostro benessere. La loro stimolazione attraverso il massaggio e l'uso di oli essenziali sarà mirata al raggiungimento, miglioramento o mantenimento dell'armonia energetica della nostra mente e del nostro corpo.



# Rinfrescante e stimolante

## ■ Estetica

Pedicure estetica .....	€ 45,00 - 40 min.
Manicure estetica .....	€ 30,00 - 30 min.
Solarium corpo .....	€ 14,00 - 12 min.
Solarium viso .....	€ 10,00 - 14 min.
Tattamento del viso uomo .....	€ 65,00 - 50 min.
Tattamento del viso donna .....	€ 68,00 - 50 min.
Tattamento del viso lifting .....	€ 80,00 - 50 min.
Depilazione totale .....	€ 44,00 - 50 min.
Metà gamba .....	€ 28,00 - 30 min.
Gamba completa .....	€ 34,00 - 40 min.
Zona bikini .....	€ 12,00 - 20 min.
Ascelle .....	€ 12,00 - 15 min.
Braccia .....	€ 20,00 - 15 min.
Labbro superiore .....	€ 10,00 - 10 min.

## ■ Trattamenti

**Tattamento rassodante seno** € 105,00 - 3 x 25 min.  
Un trattamento suddiviso in tre sedute per rassodare e rimodellare il vostro seno con una maschera specifica.

---

**Tattamento rassodante corpo** € 190,00 - 3 x 50 min.  
Un trattamento suddiviso in tre sedute per rassodare e rimodellare il vostro corpo.

---

**Tattamento snellente alle alghe** € 78,00 - 50 min.  
€ 200,00 - 3 x 50 min.  
Un trattamento che consiste in un impacco alle alghe seguito da un massaggio snellente e rassodante.

---

**Tattamento snellente al pompelmo** € 68,00 - 50 min.  
€ 185,00 - 3 x 50 min.  
Un trattamento suddiviso in un impacco rimodellante al pompelmo seguito da un massaggio snellente.

---

**Tattamento rilassante alla pesca con pietre calde** € 70,00 - 50 min.  
€ 190,00 - 3 x 50 min.  
Un trattamento composto da un massaggio rilassante con le pietre seguito da una termocopertura.

---

\* È possibile stornare i trattamenti 24 ore prima, altrimenti verrà addebitato il trattamento prenotato.



# Un mondo di coccole Kuschelparadies



## ■ OrchideAlpina

Die Alpina Orchidee in unserer Beauty Farm

Diese Blume wächst bei uns in Gröden ab 1.000 m Höhe und verleiht Ihrer Haut Elastizität und Frische. Sie blüht nur im Juli und August und diese Besonderheit garantiert ihre Einzigartigkeit... der Duft erinnert an Vanille.

**Alpina Orchidee Bad mit Peeling** € 40,00 - 25 Min.

**Alpina Orchidee Bad mit Alpin-Massage** € 74,00 - 50 Min.

**Body cream Alpina Orchidee**  
in der originellen Holzschachtel 150 ml € 95,00

## ■ Trilogie Enzian SPA

Unsere neue private SPA eignet sich auch für Paare

**Alpina Orchidee Trilogie**  
Peeling, Alpina Orchidee Bad, Alpin-Massage, Relax mit Alpin-Duft.  
€ 120,00 - 90 Min.  
2 Personen € 190,00 - 90 Min.

**Tiroler Trilogie**  
Peeling mit Bergsalz und Kräuterbad, Alpin-Massage, Relax mit Alpin-Duft.  
€ 120,00 - 90 Min.  
2 Personen € 190,00 - 90 Min.

**Beauty Trilogie mit roten Rosen**  
Rosenpeeling, Rosen-Milch-Bad und Relaxing Massage.  
€ 120,00 - 90 Min.  
2 Personen € 190,00 - 90 Min.

## ■ Wanne für Zwei

**Wanne für Zwei** € 50,00 - 20 Min.  
Nehmen Sie ein Bad in unserer neuen Wanne und entspannen Sie sich unter den Sternen... Marlene wird für Sie die geeignete Essenz aussuchen.

## ■ Packungen

**Tiroler Heubad** € 38,00 - 20 Min.  
Ein traditionelles Bad mit originalem Grödner Heu. Es garantiert eine regenerierende Wirkung.

**Cleopatrabad** € 34,00 - 20 Min.  
Ein hydratisierendes und beruhigendes Bad. Sie werden in einem Milch- und Honigschleier umhüllt. Wir empfehlen das Bad mit einem Körperpeeling zu kombinieren, um die Wirkung der samtartigen Haut zu verstärken.

**Schlankheits-Schlamm-packung** € 48,00 - 20 Min.  
Eine Packung, die eine wohltuende Wirkung auf die Muskulatur und Gelenke hat, eine feuchtwarme Behandlung, die Ihren Körper entspannt und strafft.

**Straffende Schlamm-packung** € 42,00 - 20 Min.  
Strafft und reinigt Ihre Haut und verleiht ihr einen feinen, angenehmen Duft.

**Rosen-Honigpackung** € 40,00 - 20 Min.  
Für eine seidig-junge Haut.

**Paraffin-Handpackung** € 25,00 - 15 Min.  
Für geschmeidig-weiche Hände. Nach einer Maniküre empfehlenswert!

**Körperpeeling** € 30,00 - 20 Min.  
Wir empfehlen es vor ästhetischen Bädern und Packungen oder vor einem Sonnenbad. Überflüssige Zellen werden eliminiert. Die Haut wird glatt, frisch und ist ideal für weitere Behandlungen.

## ■ Massagen

**Klassische Ganzkörpermassage** € 64,00 - 50 Min.  
**Klassische Teilmassage** € 38,00 - 25 Min.  
Um Ihre Muskeln zu entspannen und Ihr physisches und psychisches Wohlbefinden zu verbessern.

**Drainage Massage** € 66,00 - 50 Min.  
**Drainage Teilmassage** € 40,00 - 25 Min.  
Diese spezifische Massagetechnik garantiert die Entschlackung Ihrer Haut. Es werden insbesondere rhythmische Bewegungen in lymphatischer Richtung ausgeführt.



Erfrischend und belebend

**Spezifische Massage** € 42,00 - 25 Min.  
Eine persönliche Massage ganz nach Ihren spezifischen Bedürfnissen und Wünschen gerichtet.

**Gesichtsmassage** € 35,00 - 25 Min.  
Eine delikate Massage mit dränierendem Effekt, ein äußerst angenehmes Wohlbefinden.

**Ästhetische Fußmassage** € 40,00 - 25 Min.  
Die spezifische Fußmassage.

**Antistress Massage** € 65,00 - 50 Min.  
Entspannen Sie sich... Sie sind im Urlaub... Mit dem neutralen Öl und der Massage, die vom Äußersten beginnt.

## ■ Lakshmi Massagen - Natürliche Schönheit

**Vital Stone Massage** € 74,00 - 50 Min.  
Antike Heilmethode mit Lavasteinen und Kristallen - Energie und Licht aus dem Herzen der Natur. Die Muskelverspannungen werden gelöst und die Energie der Meridiane aktiviert.

**Tridosha Massage** € 66,00 - 50 Min.  
Die spezifische Massage gegen Orangenhaut. Ihr Hauttyp wird analysiert und ihr wird eine neue straffere und glattere Silhouette verliehen.

**Garshan Massage** € 72,00 - 50 Min.  
Sanft anregende, den Stoffwechsel und Lymphfluss aktivierende Massage mit naturbelassenen Rohseide-Handschuhen.

**Ayurveda Massage** € 68,00 - 50 Min.  
Kristallsteine und duftende Öle entspannen Körper und Seele und regenerieren den gesamten Organismus; ein ausgleichendes Wohlbefinden.

**Shirodara** € 110,00 - 50 Min.  
Eine kurze ayurvedische Massage wird Sie auf einen Stirngussritual vorbereiten. Dies stärkt das Nervensystem und gleicht das Hormonsystem aus. Stress wird einfach weggespült.

**Pinda - Sweda** € 105,00 - 50 Min.  
„Pinda Othadam“ ist eine entgiftende und beruhigende Behandlung, bei der mit Kräutern, Gewürzen und Getreidemehl gefüllte Säckchen rhythmisch auf Ihren Körper geklopft werden.

**Crio Gamathi Massage** € 75,00 - 50 Min.  
Durch diese erfrischende Schlankheitsbehandlung können Sie besonders in den Beinen Hitzegefühl, Schwere, Brennen und das Druckgefühl deutlich mindern. Crio Gamathi bewirkt

sofortige Erleichterung, verbunden mit einer lang anhaltenden Verbesserung. Mit wirkungsvollen Ölen, Fango und Cremes und speziellen Massagetechniken behandeln Sie erfolgreich die Problemzonen am Bein.

**Udara Massage** € 72,00 - 50 Min.  
Bei Spannungszuständen, nervöser Unruhe, Druckgefühl in der Bauchregion, Verdauungsproblemen und kalten Gewebazonen können Sie mit der Udara-Behandlung viel bewegen. Udara entspannt, kräftigt, strafft und entschlackt die Bauchregion, Blockaden lösen sich. Für ein sichtbares Resultat empfehlen wir 3 Anwendungen.

**Art-Reum Massage** € 70,00 - 50 Min.  
Linderung und Entspannung im Rücken- und Halsbereich schenken Sie mit dieser Massage mit warmem Öl. Verleiht Relax und Elastizität. Mit Arnika, die beruhigend und antirheumatisch wirkt.

**Pada Bad** € 62,00 - 50 Min.  
Sorgt für gesunde und schöne Füße. Mit der Fußmassage können Sie die Durchblutung fördern und Verspannungen lösen. Eine spezielle Massage der Fußsohle wirkt ganzheitlich harmonisierend und belebend. Nach einer Pediküre empfehlenswert.

**Shiatsu** € 92,00 - 50 Min.  
Diese fernöstliche Massagetechnik beruht auf der Kenntnis der Meridianbahnen im Körper. Durch sanften Fingerdruck (Shi steht für Finger, Atsu für Druck) werden Blockaden in den Meridianen gelöst – das Qi, unsere Lebensenergie, beginnt neu zu fließen, Stress wird abgebaut.

**Ratna Abhyanga** € 110,00 - 90 Min.  
Eine Massage mit bis zu 40° C erwärmten Bergkristallen und Steinen. Zusammen mit wohlriechenden Ölen für die „Chakras“ treffen sie Energiepunkte des menschlichen Körpers, lösen Verspannungen, regen die Durchblutung an, lockern die Muskulatur und aktivieren die Energie.

**Pitta Abhyanga** € 110,00 - 90 Min.  
Eine entspannende Ayurvedabehandlung mit Öl. Diese wirkt beruhigend auf den ganzen Körper und Geist und vor allem auf die Bauchregion. Die verwendeten Pitta Öle haben außergewöhnliche beruhigende Eigenschaften, regeln die Verdauung und entwässern den Körper durch die Wirkung von Minze, Fenchel, Anis und Sandelholz.

**Ayurveda Massage Marma** € 110,00 - 90 Min.  
Die Marmas oder auch Vitalpunkte (114 im ganzen Körper) sind jene Punkte an der Körperoberfläche, an denen Muskel-, Fett- und Knochengewebe, Venen, Arterien, Bänder und Gelenke aufeinander treffen. An diesen vitalen Punkten konzentrieren sich die Lebenskräfte. Schon früh wurde entdeckt, dass durch Massage der Vitalpunkte innere Organe und Systeme gestärkt werden.



Erfrischend und belebend

## ■ Ästhetik

Ästhetische Pediküre .....	€ 45,00 - 40 Min.
Ästhetische Maniküre.....	€ 30,00 - 30 Min.
Körpersolarium .....	€ 14,00 - 12 Min.
Gesichtssolarium.....	€ 10,00 - 14 Min.
Gesichtsbehandlung Mann .....	€ 65,00 - 50 Min.
Gesichtsbehandlung Frau .....	€ 68,00 - 50 Min.
Gesichtsbehandlung Lifting.....	€ 80,00 - 50 Min.
Komplettes Peeling .....	€ 44,00 - 50 Min.
Halbes Bein Peeling .....	€ 28,00 - 30 Min.
Komplettes Bein Peeling .....	€ 34,00 - 40 Min.
Bikinizone .....	€ 12,00 - 20 Min.
Achsel Peeling.....	€ 12,00 - 15 Min.
Arme .....	€ 20,00 - 15 Min.
Oberlippe.....	€ 10,00 - 10 Min.

## ■ Behandlungen

**Brustbehandlung** € 105,00 - 3 x 25 Min.  
Eine Behandlung um Ihre Brust zu straffen.

---

**Körperbehandlung** € 190,00 - 3 x 50 Min.  
Eine Behandlung um Ihren Körper zu straffen.

---

**Straffende Algenbehandlung** € 78,00 - 50 Min.  
€ 200,00 - 3 x 50 Min.  
Eine Behandlung besteht aus einer Algenbehandlung, gefolgt von einer straffenden Schlankheitsmassage.

---

**Grapefruit Körperbehandlung** € 68,00 - 50 Min.  
€ 185,00 - 3 x 50 Min.  
Eine Behandlung besteht aus einer Grapefruitpackung, gefolgt von einer straffenden Schlankheitsmassage.

---

**Pfirsich Behandlung** € 70,00 - 50 Min.  
€ 190,00 - 3 x 50 Min.  
Eine Behandlung besteht aus einer Pfirsichduft-Massage mit warmen Steinen gefolgt, von einer Thermalbehandlung.

---

\* Wenn es einmal nicht klappt, weil Ihnen etwas dazwischen gekommen ist und Sie deshalb Ihren gebuchten Termin nicht wahrnehmen können, informieren Sie uns bitte mindestens 24 Stunden vorher, andernfalls müssen wir Ihnen die Anwendung berechnen.





## OrchideAlpina

The Alpine orchid in our beauty farm

This plant grows here in Val Gardena at 1.000 m above sea level and gives your skin elasticity and freshness. It blossoms in July and August only, and this characteristic guarantees its exclusiveness... the aroma reminds of vanilla.

Alpine Orchid bath with peeling € 40,00 - 25 min.

Alpine Orchid bath with alpine massage € 74,00 - 50 min.

Alpine Orchid body cream in the original wood box 150 ml € 95,00

## Genziana SPA Trilogy

Our new private SPA is particularly suitable for couples

### Alpine Orchid Trilogy

Peeling, Alpine Orchid bath, alpine massage, relax with alpine oils.

€ 120,00 - 90 min.

2 persons € 190,00 - 90 min.

### Tyrolean Trilogy

Peeling with mountain salt and herbal bath, alpine massage, relax with alpine oils.

€ 120,00 - 90 min.

2 persons € 190,00 - 90 min.

### Beauty Trilogy with red roses

Rose peeling, rose-milk-bath and relaxing massage.

€ 120,00 - 90 min.

2 persons € 190,00 - 90 min.

## Bathtub for the couple

Bathtub for the couple € 50,00 - 20 min.

A bath in our new bathtub for 2 people under the stars with different essences chosen by Marlene.

## Baths and packs

Tyrolean hay bath € 38,00 - 20 min.

A traditional bath with original hay of Val Gardena. It guarantees a regenerating effect.

Cleopatra bath € 34,00 - 20 min.

A milk-honey formula for a moisturising and remineralising bath.

Reducing mud bath € 48,00 - 20 min.

A hot-moist and reducing treatment that acts on the skin and on the muscles, eliminating all tension.

Mud bath € 42,00 - 20 min.

It cleans the skin and has a revitalizing effect.

Rose-honey pack € 40,00 - 20 min.

For a silky-smooth and young skin.

Paraffin pack € 25,00 - 15 min.

For soft velvety hands... We recommend it after a manicure.

Body peeling € 30,00 - 20 min.

The skin becomes smooth and velvety soft; ideal for future treatments.

## Massages

Full body massage € 64,00 - 50 min.

Partial body massage € 38,00 - 25 min.

To relax your muscles and for your physical and psychological well-being.

Lymphatic massage € 66,00 - 50 min.

Partial lymphatic massage € 40,00 - 25 min.

This specific massage with particularly rhythmic movements guarantees the purification of your skin.

Specific massage € 42,00 - 25 min.

A personal massage according to your specific desires.

Facial massage € 35,00 - 25 min.

A delicate face massage with drainage effect.

Foot massage € 40,00 - 25 min.

A specific foot massage.

Anti-stress massage € 65,00 - 50 min.

A relax massage with neutral oils.



A world of pampering

## ■ Lakshmi massages - natural beauty

### Hot stone massage € 74,00 - 50 min.

Ancient medicine with lava stones, crystals and light energy. Muscle tensions will be relaxed and your meridians energy activated.

### Tridosha massage € 66,00 - 50 min.

Anti cellulite massage for a smooth and tightly silhouette and skin.

### Garshan massage € 72,00 - 50 min.

Stimulates the metabolism and activates the lymph flow. Massage with natural silk gloves.

### Ayurveda massage € 68,00 - 50 min.

Crystal stones and oils relax your body and soul and regenerate the whole organism.

### Shirodara € 110,00 - 50 min.

It involves the warm and consistent flow of aromatic oils on the forehead, specifically on the 'third eye'. This is the chakra point just above and between the eyebrows. The oils are allowed to flow over the scalp and through the hair, creating a blissful sensation.

### Pinda - Sweda € 105,00 - 50 min.

This therapy consists of scrubbing warm bundles (prepared with herbs, milk, rice and other grains) over your entire body using specific strokes. It improves blood circulation and muscle tone, strengthens digestion and restores vigor to all your bodily tissues.

### Crio Gamathi massage € 75,00 - 50 min.

A special treatment that tunes up the venous system and the lymphatic system thanks to the essential oils of the mint, cypress and rosemary. It is indicated for heavy and swollen legs and cases of insufficient circulation of the venous system.

### Udara massage € 72,00 - 50 min.

For a straighten and flat belly. A combination of soft movements to relieve from abdominal tensions which cause the malfunctioning of the intestinal system. For a visible result we recommend 3 applications.

### Art-Reum massage € 70,00 - 50 min.

An intensive treatment at the back for alleviating all the problems caused by accidental events on muscles, tendons and joints. It can restore your well being by activating the metabolism of the whole organism.

### Pada bath € 62,00 - 50 min.

A stimulating and soothing massage of the feet and ankles. Prevents dryness, cracking and numbness, relieves fatigue, sciatica and cramps; contraction of ligaments and muscles around the feet and legs. Aids in the recovery from sprained ankle ligaments and fractures. We recommend it after a pedicure.

### Shiatsu € 92,00 - 50 min.

Shiatsu, also known as acupressure, is a finger pressure massage technique and unifies spiritual, philosophical, and medical aspects of the body. The therapist applies pressure with his thumbs, finger, and palms to specific areas of the client's body that have been determined during an assessment period prior to the massage session. Massage techniques like tapping, squeezing, rubbing and applied pressure are applied along the meridians to unblock energy blockages and reintroduce the optimal flow of Qi.

### Rtina Abhyanga € 110,00 - 90 min.

Ayurvedic massage with warm crystals, stones and herbal oil. The crystals and stones resonate with the human energy field and unleash the energy contained, balancing imbalances due to fatigue, tension and stress. The crystals and semiprecious stones help the body regain the proper functioning, the mind to be more calm, alert and aware. You find such optimism, strength and confidence.

### Pitta Abhyanga € 110,00 - 90 min.

Pitta ayurvedic massage helps to calm down the Pitta dosha and to remove stress. It increases the longevity and provides nourishment for the whole body and belly region. It relieves fatigue and provides strength to your body. The soothing massage oil is a cooling blend of 9 herbs, including brahmi, guduchi and manjistha in a base of organic sesame and sunflower oils. It removes excess heat and purifies the blood, while relaxing the tension associated with pitta.

### Ayurveda Marma massage € 110,00 - 90 min.

A special ayurvedic massage using herb infused ayurvedic oils, performed by the therapist using his hand and feet, applying appropriate pressure to specific vital points/parts of the body. Marmas or life centers can be considered as vital points in the body where the subtle energy of Prana is converted, regulated and stored for use by the gross body and mind. In total there are 114 Marmas throughout the body. Marma abhyanga not only relieves back pain, stiffness and sports injuries but also stimulates various bodily organs and systems.



Refreshing and stimulating

## ■ Aesthetic

Pedicure .....	€ 45,00 - 40 min.
Manicure.....	€ 30,00 - 30 min.
Sun bed session.....	€ 14,00 - 12 min.
Facial solarium .....	€ 10,00 - 14 min.
Facial treatment for man .....	€ 65,00 - 50 min.
Facial treatment for woman.....	€ 68,00 - 50 min.
Facial treatment lifting .....	€ 80,00 - 50 min.
Complete peeling .....	€ 44,00 - 50 min.
Half leg peeling.....	€ 28,00 - 30 min.
Leg peeling.....	€ 34,00 - 40 min.
Bikini-zone.....	€ 12,00 - 20 min.
Armpit peeling .....	€ 12,00 - 15 min.
Arms .....	€ 20,00 - 15 min.
Upper lip.....	€ 10,00 - 10 min.

## ■ Treatments

**Breast treatment** € 105,00 - 3 x 25 min.  
The breast and neckline are particularly vulnerable zones struck by variations of weight, sun exposure and aging. This toning treatment allows the skin to rediscover its correct tone and elasticity.

---

**Body treatment** € 190,00 - 3 x 50 min.  
A special treatment for your whole body that leaves your skin feeling velvety smooth and soft. To cleanse, exfoliate, and hydrate the skin on your body as it is the skin of your face.

---

**Tightening algal treatment** € 78,00 - 50 min.  
€ 200,00 - 3 x 50 min.  
Algae treatment followed by a tightening slim massage.

---

**Grapefruit treatment** € 68,00 - 50 min.  
€ 185,00 - 3 x 50 min.  
Grapefruit pack followed by a tightening slim massage.

---

**Peach treatment** € 70,00 - 50 Min.  
€ 190,00 - 3 x 50 min.  
Peach aroma massage with warm stones followed by a thermal treatment.

---

\* Any booked appointment which is not kept or cancelled giving at least 24 hours notice, will be charged at the full amount.



Refreshing and stimulating

## Альпийская орхидея

Альпийская орхидея в нашем салоне красоты

Это растение растет в Валь Гардена на 1,000 м над уровнем моря и дает Вашей коже упругость и свежесть. Цветет в июле и августе, и эта характеристика гарантирует его эксклюзивность и аромат напоминает ваниль.

Альпийская Орхидея ванна с пилингом € 40,00 - 25 мин.

Альпийская Орхидея ванна с альпийским массажем € 74,00 - 50 мин.

Альпийская Орхидея крем для тела в оригинальной деревянной коробке 150 мл € 95,00

## Genziana СПА Трилогия

Наш новый частный SPA особенно подходит для семейной пары.

Альпийская Орхидея Трилогия

Пилинг, ванна Альпийской Орхидеи, альпийский массаж, расслабление в альпийских маслах.

€ 120,00 - 90 мин.

2 человека € 190,00 - 90 мин.

Тирольская Трилогия

Пилинг с горной солью и травяными ваннами, альпийский массаж, расслабление в альпийских маслах.

€ 120,00 - 90 мин.

2 человека € 190,00 - 90 мин.

Красота Трилогии с красными розами

Пилинг розами, молочочно-розовая-баня расслабляющий массаж.

€ 120,00 - 90 мин.

2 человека € 190,00 - 90 мин.

## Ванна для пар

Ванна для пар € 50,00 - 20 мин.

Купание в нашей новой ванне для 2 человек под звездами с разными экстрактами на выбор Марлен.

## Ванны и пакеты

Тирольская ванна с травами € 38,00 - 20 мин.  
Традиционные ванны с оригинальными травами Валь Гардена. Это гарантирует регенерирующее действие.

Ванна Клеопатры € 34,00 - 20 мин.  
Молочно-медовая формула для увлажнения и ванна для реминерализации.

Восстанавливающие грязевые ванны € 48,00 - 20 мин.  
Горячие увлажнение и восстановительное лечение, которое действует на кожу и мышцы, устраняя все напряжения.

Грязьивая ванна € 42,00 - 20 мин.  
Она очищает кожу и имеет эффект оживления.

Роза-медовый пакет € 40,00 - 20 мин.  
Для шелковистой, гладкой и молодой кожи.

Парафиновый пакет € 25,00 - 15 мин.  
Для мягких бархатистых рук. Мы рекомендуем его после маникюра.

Пилинг тела € 30,00 - 20 мин.  
Кожа становится гладкой, мягкой и бархатистой, что идеально подходит для будущего лечения.

## Массаж

Полный массаж тела € 64,00 - 50 мин.

Неполный массаж тела € 38,00 - 25 мин.

Чтобы расслабить мышцы и для вашего физического и психологического благополучия.

Лимфатический массаж € 66,00 - 50 мин.

Частичный лимфатический массаж € 40,00 - 25 мин.

Этот конкретный массаж с особенно ритмическими движениями гарантирует очистку вашей кожи.

Конкретные массаж € 42,00 - 25 мин.

Персональный массаж в соответствии с вашими особыми пожеланиями.

Массаж лица € 35,00 - 25 мин.

Деликатный массаж лица с дренажным эффектом.

Массаж ног € 40,00 - 25 мин.

Конкретный массаж ног.

Антистрессовый массаж € 65,00 - 50 мин.

Расслабляющий массаж с нейтральными маслами.



здоровый и бодрящий

## ■ Лакшми МАССАЖ - природная красота

**Массаж горячими камнями** € 74,00 - 50 мин.  
Древняя медицина с лавовыми камнями, стразами и световой энергией. Успокоение мышечного напряжения и активизация энергии ваших меридианов.

**Tridosha массаж** € 66,00 - 50 мин.  
Антицеллюлитный массаж для гладкой и плотно силуэтной кожи.

**Гаршан массаж** € 72,00 - 50 мин.  
Стимулирует обмен веществ и активизирует лимфоток. Массаж с натуральными шелковыми перчатками.

**Аюрведа массаж** € 68,00 - 50 мин.  
Хрустальные камни и масла расслабляют душу и тело, восстанавливая весь организм.

**Shirodara** € 110,00 - 50 мин.  
Она включает в себя тепло, постоянный обмен ароматических масел на лоб, в частности, на „третий глаз“. Это чакра чуть выше и между бровями. Масло льется по потоку на кожу головы и через волосы, создавая ощущение блаженства.

**Пинда - Сведя** € 105,00 - 50 мин.  
Эта терапия состоит из теплых очищающих мешочков (состоящих из трав, молока, риса и других зерновых) по всему телу с использованием конкретных ударов. Это улучшает кровообращение и мышечный тонус, усиливает пищеварение и восстанавливает силы.

**Crio Gamathi массаж** € 75,00 - 50 мин.  
Специальное лечение, для предотвращения венозной системы благодаря комплексу эфирных масел мяты, кипариса и розмарина. Он показан для тяжелых опухших ног и в случаях недостаточной циркуляции венозной системы.

**Udara массаж** € 72,00 - 50 мин.  
Для выпрямления и плоскости живота. Сочетание мягких движений, чтобы уменьшить напряженность в животе, которые вызывают неисправности кишечного тракта. Для видимого результата мы рекомендуем 3 приложения.

**Art - Reum массаж** € 70,00 - 50 мин.  
Интенсивное лечение спины для облегчения проблем, вызванных случайными событиями на мышцы, сухожилия и суставы. Он может восстановить благосостояние путем активации обмена веществ всего организма.

**Rada ванна** € 62,00 - 50 мин.  
Стимулирующее и успокаивающее массаж ног и лодыжек. Предотвращает сухость, трещины и онемение, снимает усталость, воспаление седалищного нерва и судороги; сокращение связок и мышц вокруг ступней и ног. Помощь в восстановлении после растяжения связок голеностопного и переломов. Мы рекомендуем его после педикюра.

**Шиаци** € 92,00 - 50 мин.  
Шиаци, также известный как акупунктура, является техникой массажа, где давление пальцами объединяет духовные, философские и медицинские аспекты тела. Терапевт использует методы давления с его пальцев, пальцев и ладоней с конкретными областями тела клиента, которые были определены в ходе оценки периода до сеанса массажа. Массаж таких методов, как стук, сжатие, трение и прикладных давлений вдоль меридианов, чтобы разблокировать энергии завалов и возобновить оптимальный поток Ци.

**Ратна Абхьянга** € 110,00 - 90 мин.  
Аюрведический массаж с теплыми кристаллами, драгоценными камнями и травяными маслами. Кристаллы и камни резонируют с энергетическим полем человека и развязывают энергии, содержащие, балансируют дисбалансы - заусталости, напряжения и стресса. Кристаллы и полудрагоценные камни помогают организму восстановить нормальное функционирование ума, чтобы быть более спокойным. Вы найдете такой оптимизм, силу и уверенность.

**Питта Абхьянга** € 110,00 - 90 мин.  
Питта аюрведический массаж помогает успокоиться Питта доша и снять стресс. Это увеличивает долговечность и обеспечивает питание для всего тела и региона живота. Он снимает усталость и дает силы вашему телу. Успокаивающие масла массажа содержат смесь из 9 трав, в том числе брахми (brahmi), гудучи (guduchi) и маияста (manjista) в базе органического кунжута и подсолнечного масла. Она удаляет избыток тепла и очищает кровь, во время отдыха снимает напряженности, связанные с Питта.

**Аюрведа массаж Марма** € 110,00 - 90 мин.  
Специальный аюрведический массаж с использованием трав с проникновением аюрведических масел, в исполнении терапевта использующего свои руки и ноги, применяя соответствующие давления на конкретные жизненно важные точки / части тела. Мармы или жизненные центры можно рассматривать как жизненно важные точки в теле, где тонкой энергией Праны преобразуется, регулируются и хранятся. В общей сложности есть 114 Мармы по всему телу. Марма Абхьянга не только снимает боль в спине, жесткость и спортивные травмы, но также стимулирует различные телесные органы и системы.



# здоровый и бодрящий

## ■ Эстетическое

Педикюр	€ 45,00 - 40 мин.
Маникюр	€ 30,00 - 30 мин.
Сессия солярия	€ 14,00 - 12 мин.
Солярий лица	€ 10,00 - 14 мин.
Уход за лицом для мужчин	€ 65,00 - 50 мин.
Уход за лицом для женщин	€ 68,00 - 50 мин.
Уход за лицом подтяжка	€ 80,00 - 50 мин.
Полный пилинг	€ 44,00 - 50 мин.
Частичный пилинг ноги	€ 28,00 - 30 мин.
Полный пилинг ноги	€ 34,00 - 40 мин.
Бикини-зоны	€ 12,00 - 20 мин.
Пилинг подмышек	€ 12,00 - 15 мин.
Руки	€ 20,00 - 15 мин.
Верхняя губа	€ 10,00 - 10 мин.

## ■ Лечение

Лечение груди € 105,00 - 3 x 25 мин.  
Грудь и шея являются особенно уязвимыми зонами поражения при изменениях веса, воздействии солнца и старения. Это тонизирующее лечение позволяет коже вновь обрести правильный тонус и эластичность.

Уход за телом € 190,00 - 3 x 50 мин.  
Специальный режим для всего тела, который делает вашу кожу бархатистой, гладкой и мягкой. Для того чтобы очистить, отслаить и увлажнить кожу на теле.

Стягивающее лечение водорослями € 78,00 - 50 мин.  
€ 200,00 - 3 x 50 мин.

Лечение водорослями переходит в стягивающий тонкий массаж.

Грейпфрут лечения € 68,00 - 50 мин.  
€ 185,00 - 3 x 50 мин.

Грейпфрут пакет с последующим стягивающим тонким массажем.

Персик лечения € 70,00 - 50 мин.  
€ 190,00 - 3 x 50 мин.

Персик ароматический массаж теплыми камнями с термической обработкой.

\* Любой заказ который был неотменён без уведомления в течении 24 часов до назначения, взимается в полном объеме.



# Our Wellnessparadise





*Hotel*  
**GENZIANA**  
\*\*\*\*  
*dal 1928*

Fam. Bernardi - Reziastraße 111  
I-39046 St. Ulrich in Gröden (BZ)  
Val Gardena - Südtirol - Dolomiten

Tel. +39 0471 796 246

Fax +39 0471 797 598

[info@hotelgenziana.it](mailto:info@hotelgenziana.it)

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