



# SPA BOOK

I TRATTAMENTI  
NELLA  
PREMIUM SPA

HOTEL \*\*\*\*\*  
*Chalet Mirabell*  
THE SPIRIT OF MERAN

# Mirabell Premium SPA

## Il nostro consiglio per la SPA

Consigliamo di richiedere i vostri trattamenti già al momento della prenotazione della camera in modo da fissare gli appuntamenti nelle date desiderate. Il nostro Team della Spa prenoterà per voi il trattamento richiesto e lo preparerà con cura e attenzione. Qualora siate impossibilitati ad usufruire del trattamento, vi chiediamo gentilmente di avvisarci 24 ore prima. In caso contrario saremo costretti ad addebitare l'intero costo del trattamento. Saremo lieti di accogliervi qui nella nostra esclusiva SPA.

## Vi aspettiamo.

[spa@residence-mirabell.com](mailto:spa@residence-mirabell.com)

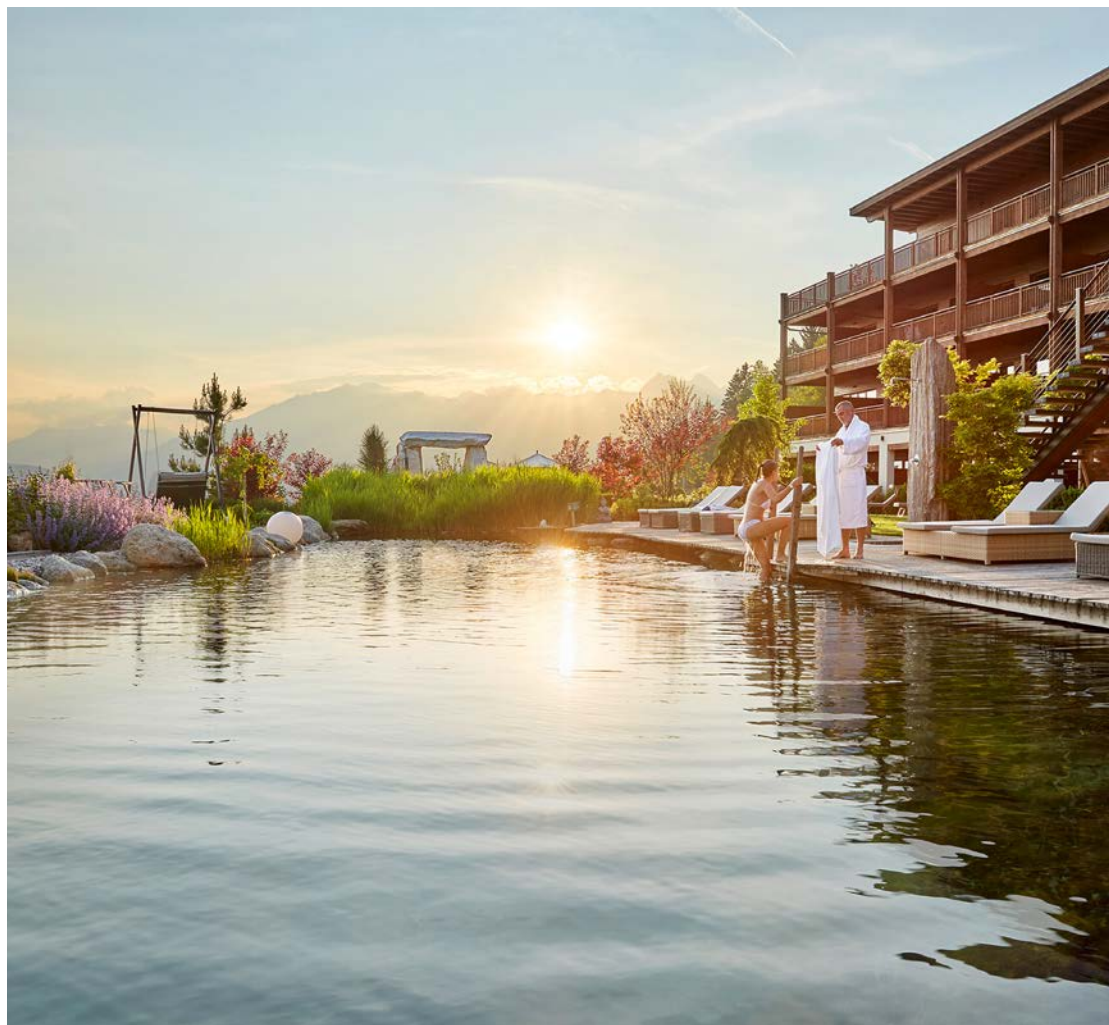
[info@residence-mirabell.com](mailto:info@residence-mirabell.com)

tel +39 (0473) 378821

Numero di telefono interno: 850

Orario d'apertura del reparto SPA

tutti i giorni dalle ore 9.00-19.30



4 gigli  
20 punti su 20

Trattamenti viso QMS .....	4
Trattamenti viso TEAM D <sup>R</sup> JOSEPH .....	6
SPA Basics .....	8
Trattamenti alcalini .....	8
Trattamenti per il corpo .....	9
Rituali per coppie .....	10
Massaggi .....	12
Massaggi speciali .....	14
Lettino galleggiante .....	16
Bagni .....	17
Pacchetti .....	18
Per mamme in dolce attesa .....	19
Fit & Fun .....	20
Specials per teenager .....	21
Parrucchiere .....	21
Buoni SPA .....	21
Day SPA .....	22
SPA World .....	23

## Trattamenti viso

per lui e per lei  
secondo il metodo QMS

La nostra pelle rivela chi siamo e ciò che ci circonda come gli agenti esterni, le malattie e una cura carente. Oltre a lasciare tracce visibili, questi fattori modificano la struttura epidermica contribuendo tra l'altro alla formazione di rughe e macchie. Con il passare del tempo, la nostra pelle perde la sua vitalità e con lei anche la capacità di trattenere l'idratazione.

Questo è uno dei motivi principali dell'invecchiamento della pelle ed è proprio questo processo che QMS Medicosmetics riesce a bloccare. I suoi prodotti stimolano la rigenerazione delle cellule mentre il collagene naturale ad alta concentrazione penetra negli strati più profondi della pelle.

### CLASSIC COLLAGEN

Un trattamento anti-aging modificato con il sistema al collagene QMS di Medicosmetics, unico nel suo genere, adatto alle pretese più esigenti. La pelle viene inizialmente preparata al modelage alle alghe con Deep Cleansing e Exfoliant Fluid, per poi essere significativamente reidratata con l'applicazione di collagene idrolizzato naturale, che favorisce il ricambio cellulare. Questo trattamento è stato specificatamente sviluppato per ringiovanire, rigenerare l'incarnato ed è l'ideale anche per le pelli sensibili.

90 min \_\_\_\_\_ € 154

### INTENSE COLLAGEN REJUVENATION

con massaggio alle zone del collo, décolleté, mani e braccia

120 min \_\_\_\_\_ € 195

### SENSITIVE SKIN RE-BALANCE

Sviluppato appositamente per migliorare i problemi cutanei, questo trattamento serve a rimuovere le impurità, a calmare le infiammazioni e ha effetti rigeneranti sulle funzioni fondamentali dell'epidermide, il tutto grazie a MED Set, creato specificatamente per le pelli sensibili.

60 min \_\_\_\_\_ € 96

### OXYGEN BOOST

Trattamento con effetto immediato grazie alla combinazione di siero ialuronico e ossigeno.

25 min \_\_\_\_\_ € 49

QMS  
MEDICOSMETICS

### SKIN CELL RENEWAL

Trattamento anti-aging viso per favorire le funzioni delle cellule staminali cutanee. La stimolazione della citogenesi ha effetti duraturi e il ricambio cellulare si intensifica. La pelle risulta liscia e vigorosa. Con l'utilizzo supplementare di Ion Skin Equalizer, applicato preferibilmente a fine trattamento per favorire l'idratazione, si può parlare di un duo rivoluzionario nella cura anti-aging, che contribuisce a ricostituire la matrice extracellulare e a riequilibrare la pigmentazione cutanea.

90 min \_\_\_\_\_ € 162

### EYE REVIVER

Un trattamento rilassante coi fiocchi per occhi stanchi e gonfi. Grazie all'intensa idratazione si favorisce la circolazione nel contorno occhi, che appare fresco e levigato.

25 min \_\_\_\_\_ € 39

### ACTIVATOR TREATMENT

Un trattamento rivitalizzante, dai risultati immediati e benefici. Grazie a una tecnologia innovativa e al rilascio di principi attivi la pelle è rigenerata, fresca, soda e luminosa.

75 min \_\_\_\_\_ € 112



## Trattamenti viso

per lei e per lui  
secondo il metodo **TEAM D<sup>R</sup> JOSEPH**

We think green –  
La natura è tutto per noi

In base alle esigenze della vostra pelle e agli studi scientifici, il metodo di trattamento manuale **TEAM D<sup>R</sup> JOSEPH** agisce in profondità nel tessuto. Per una pelle piacevole, sana e di incomparabile bellezza, il tutto a base naturale. Provate un trattamento di bellezza personalizzato secondo il metodo di **TEAM D<sup>R</sup> JOSEPH**: pureness. recreation. protection.



### TRATTAMENTO VISO DETERGENTE INTENSIVO

Classico trattamento di pulizia profonda scelto sulla base del vostro tipo di pelle. Per una pelle pura, morbida, radiosa e vitale.

- Diagnostica della pelle e modellatura delle sopracciglia
- Massima pulizia, a scelta con piccole ventose e pulizia professionale profonda
- Impacco detergente viso
- Maschera esfoliante e crema giorno per finire.

60 min \_\_\_\_\_ € 96

HIGHTECH NATURAL COSMETICS  
**TEAM D<sup>R</sup> JOSEPH**  
SÜDTIROL

### AZIONE PROFONDA TRATTAMENTO VISO – IL CLASSICO

Principi attivi naturali selezionati appositamente per la vostra pelle, a effetto immediato con azione rilassante.

- Diagnostica della pelle e modellatura delle sopracciglia
- Massaggio linfo-stimolante & compresse di vapore
- Peeling e pulizia profonda, a scelta con piccole ventose
- Siero speciale con massaggio viso
- Maschera intensiva e per finire crema giorno adatta al proprio tipo di pelle.

80 min \_\_\_\_\_ € 133

### ANTI AGING – TRATTAMENTO INTENSIVO

Trattamento intensivo con massaggio lifting biodinamico in base alle esigenze della pelle. La nostra promessa: trarre il meglio dalla vostra pelle. Per un aspetto più giovane da subito.

- Diagnostica della pelle e modellatura delle sopracciglia
- Massaggio linfo-stimolante & compresse di vapore alle erbe
- Peeling e pulizia profonda, a scelta con piccole ventose
- Siero speciale con massaggio viso
- Massaggio bioenergetico con tamponi di fiori e maschera intensiva anti-age
- Crema giorno personalizzata per chiudere la routine di bellezza.

110 min \_\_\_\_\_ € 154



## Spa Basics

### PER IL VISO

Colorare le ciglia _____	€ 26
Colorare le sopracciglia _____	€ 21
Regolare le sopracciglia _____	€ 27

### CORPO

#### DEPILAZIONE CON CERA A CALDO

Gambe intere _____	€ 47
Gambe fino al ginocchio _____	€ 42
Viso _____	€ 12
Zona bikini _____	€ 26
Ascelle _____	€ 22
Schiena oppure petto – uomini _____	€ 42

### SOLARIUM

Solarium _____	€ 9
----------------	-----

### TRATTAMENTO MANI E PIEDI

Manicure _____	€ 59
Manicure con smalto _____	€ 69
Manicure con smalto french _____	€ 79
Manicure con lacca permanente _____	€ 79
Pedicure con peeling _____	€ 69
Pedicure con peeling e smalto _____	€ 79
Pedicure con smalto french _____	€ 84
Pedicure con lacca permanente _____	€ 82

### SPECIALS

Manicure con impacco senza smalto _____	€ 69
Manicure Deluxe con impacco e smalto _____	€ 89
Pedicure Deluxe con impacco e smalto _____	€ 92

## Trattamenti per il corpo

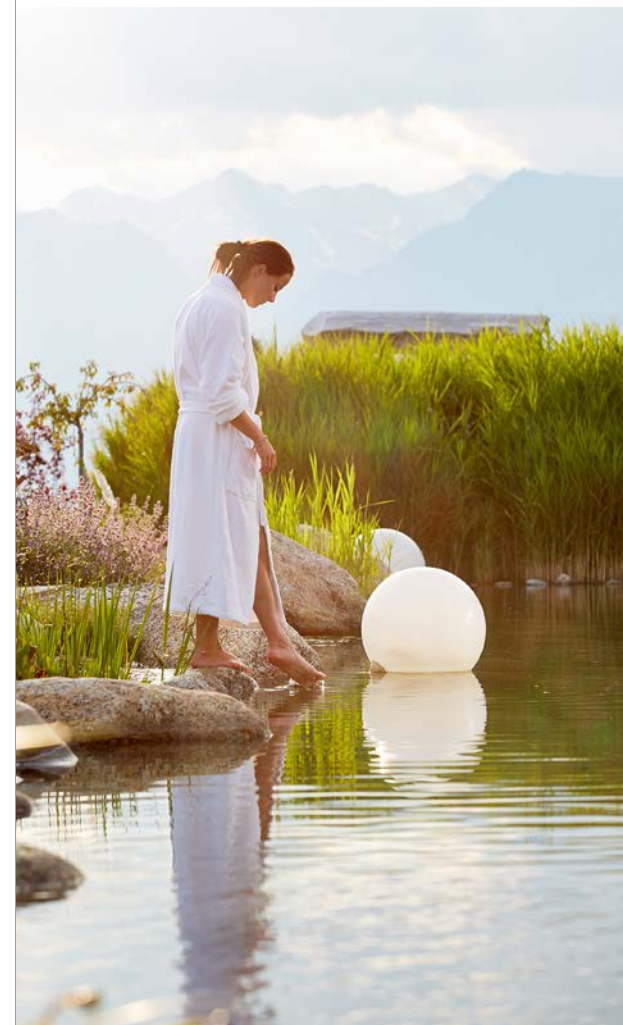
### PEELING INTEGRALE

Mirabell, puro lusso con il miele _____	€ 39
Peeling corpo integrale con noccioli di albicocche ed estratti di erbe _____	€ 39
Miscela di oli e sale marino _____	€ 39

### ANTI-CELLULITE CONTOURING TREATMENT

Trattamento corpo speciale. Aiuta nel combattere la cellulite, favorisce la circolazione e idrata la pelle. La combinazione di cosmetici dai principi attivi e di speciali tecniche di applicazione aiuta nella difesa agli agenti ambientali inquinanti, leviga la texture cutanea e rassoda i contorni.

70 min _____	€ 118
Trattamento braccia e petto 100 min _____	€ 142



## Trattamenti alcalini

Per un equilibrio acido-base ottimale.

Spesso lo stile di vita odierno è causa di acidosi. Un buon equilibrio tra acido e base è indispensabile per sentirsi bene e avere una pelle curata. I prodotti alcalinizzanti neutralizzano gli acidi stimolando l'eliminazione delle tossine a livello cutaneo.

### PEELING BASICO CON BAGNO

Questo delicato peeling per tutto il corpo a base di sali alcalinizzanti seguito da un bagno basico neutralizza e ristabilisce l'equilibrio del PH purificando la pelle e donandole un aspetto armonioso.

50 min _____	€ 82
--------------	------

### BAGNO BASICO

Alcalinizza, stimola l'eliminazione delle tossine e libera le energie bloccate. Ideale anche dopo l'attività fisica.

25 min _____	€ 45
--------------	------

### IMPACCO ALLE GAMBE BASICO

La pelle delle gambe e dei piedi è ideale per eliminare le tossine e gli acidi.

25 min _____	€ 44
--------------	------





## Rituali per coppie

per il corpo – VITALIS Dr. Joseph

Trattamenti corpo con erbe e piante altoatesine con effetto high-tech. Massimo relax per il corpo, la mente e lo spirito e una sensazione di benessere assoluto.

### Per le coccole a due – la Private SPA LUIS TRENKER

Godetevi tutti i massaggi e i trattamenti corpo in due nella nostra *Private SPA Luis* con:

- cabina a raggi infrarossi
- *Luis Trenker* per due
- doppia doccia sensoriale per due
- due comodi lettini da massaggio
- idromassaggio privato
- seducente lounge relax per due

### MIRABELL LOVE

- Peeling delicato al miele
  - Massaggio integrale con olio aromatico
  - Cioccolatini afrodisiaci Mirabell Love, accompagnati da una bollicina altoatesina
  - Coccole tranquille a lume di candela
- 145 min – 2 pers. \_\_\_\_\_ € 298

### ALTO ADIGE ALLO STATO PURO

- Cabina a raggi infrarossi specifica per le tensioni dorsali
  - Benefico massaggio integrale con pistilli di erbe locali
  - Coccole in tutta tranquillità
  - Grappa fatta in casa o bicchiere di Prosecco
- 110 min – 2 pers. \_\_\_\_\_ € 220

### AMORE MIO

- Idromassaggio privato per due alle rose
  - 2 bicchieri di Prosecco e cioccolatini afrodisiaci Mirabell
  - Coccole tranquille per due con un sensuale olio aromatico
- 55 min – 2 pers. \_\_\_\_\_ € 118



## I classici del massaggio

In buone mani dalla testa ai piedi. I massaggi sciolgono la muscolatura, eliminano i blocchi e favoriscono il rilassamento profondo. Manovre mirate sono utili per lenire i dolori e per aumentare il benessere generale. La rivitalizzazione del corpo dona equilibrio e armonia interiore.



### MASSAGGIO CLASSICO

I movimenti carezzevoli e vigorosi fanno sì che anche i gruppi muscolari più grandi siano flessuosi e ben irrorati. L'effetto positivo sul sistema nervoso centrale, provoca una immediata sensazione di benessere, rilassando i muscoli tesi e rendendo la respirazione più profonda.

integrale – 50 min \_\_\_\_\_ € 84  
parziale – 25 min \_\_\_\_\_ € 46

### MASSAGGIO AL MIELE

Il massaggio al miele sfrutta le straordinarie proprietà del nettare d'api caldo sulla schiena. Una speciale tecnica di picchiatura consente lo smaltimento di tossine e scorie attraverso la cute. La pelle appare più soffice e levigata, i muscoli sono rilassati e ben irrorati.

50 min \_\_\_\_\_ € 89

### MASSAGGIO AGLI OLI AROMATICI ANTISTRESS

Il massaggio completo si esegue con oli pregiati, caldi e altamente efficaci. Similmente all'aromaterapia, qui si rigenerano corpo, mente e spirito. Benessere garantito a tutto tondo.

50 min \_\_\_\_\_ € 89

### MASSAGGIO PER SPORTIVI SCHIENA, SPALLE, GAMBE

Specifiche manipolazioni ed estensioni mirate allentano le tensioni e svolgono un effetto vitalizzante. Per il massaggio utilizziamo una miscela di oli selezionati, ottenuti da erbe locali.

50 min \_\_\_\_\_ € 96

### MASSAGGIO TESTA E COLLO

Il massaggio del capo scioglie blocchi e tensioni nell'area del capo e della cervicale e favorisce inoltre la salute. Dopo ci si sente più freschi, in forma, calmi e rilassati.

25 min \_\_\_\_\_ € 46

### MASSAGGIO DEI POLPACCI

Dopo la detersione dei piedi con puro sapone naturale alle erbe, potrete godervi un delicato peeling. Poi vi vizieremo con un rilassante massaggio ai piedi e alle gambe. Per finire, completeremo il trattamento con una pregiata crema per piedi alle erbe, dall'effetto rinfrescante.

25 min \_\_\_\_\_ € 48



## Massaggi speciali da ogni parte del mondo

### MASSAGGIO CON CAMPANE TIBETANE

Il massaggio con le campane tibetane è un metodo per indurre una sensazione di rilassamento profondo e armonia. Le delicate vibrazioni sul corpo sciolgono blocchi e contrazioni.

50 min \_\_\_\_\_ € 85  
25 min (solo schiena) \_\_\_\_\_ € 53

### STIMOLAZIONE DEI RIFLESSI DEL PIEDE

I piedi rispecchiano gli organi del nostro corpo. Stupisce quanto questo trattamento sia capace di agire sui processi del vostro organismo: con effetto attivante o anche calmante.

50 min \_\_\_\_\_ € 92  
25 min \_\_\_\_\_ € 53

### AYURVEDA ABHYANGA

Questo tradizionale massaggio con olio caldo induce una sensazione di rilassamento profondo e rivitalizza il corpo. Nell'indiano antico, il termine Abhyanga significa infatti "applicazione di olio su tutto il corpo". I preziosi oli penetrano in profondità donando un aspetto sano. I tocchi delicati sono un metodo molto efficace per liberare la mente dai pensieri.

80 min \_\_\_\_\_ € 133

### HOT STONE®

Un'esperienza di benessere veramente particolare con pietre di basalto calde e pregiati oli essenziali estratti da fiori e piante locali. Il trattamento prevede il massaggio del corpo con pietre calde e nobili essenze, con sensazioni gradevolissime per la pelle. Lasciatevi quindi andare o semplicemente concedetevi un regalo per voi stessi o per i vostri cari.

80 min \_\_\_\_\_ € 122  
25 min (solo schiena) \_\_\_\_\_ € 53

### MASSAGGIO ALTOATESINO CON PISTILLI DI ERBE

Questo massaggio vi permette di scoprire come rilassare il corpo e fornirgli nuova energia vitale. Per il massaggio si utilizzano le migliori erbe, avvolte in panni di lino della tradizione contadina. Con questi impacchi caldi, umidi e pregni di olio, con movimenti carezzevoli si massaggiano la muscolature e le vie energetiche. Un vero sogno di benessere!

50 min \_\_\_\_\_ € 102  
25 min (solo schiena) \_\_\_\_\_ € 68

### LOMI LOMI NUI

Movimenti lunghi e fluidi, in parte eseguiti con l'avambraccio, scivolano con il caldo olio da massaggio sul corpo; accompagnati da suoni hawaiani, si alternano con il delicato sblocco delle articolazioni e con il lavoro energetico. Sentitevi come un bambino cullato dalle braccia della mamma. Meraviglioso ed emozionante nel contempo!

80 min \_\_\_\_\_ € 142

### MASSAGGIO BELVITA PREMIUM-SPA

Viene proposto sia come massaggio rilassante che stimolante. Entrambi i rituali eliminano lo stress e favoriscono un sonno riposante. L'olio di iperico ha effetti rilassanti dopo una giornata in tranquillità al centro benessere, mentre l'olio del pino mugo rivitalizza l'organismo dopo una giornata di attività fisica. Dopo il massaggio si consiglia di riposare per mezz'ora su un cuscino di cirmolo o in una stanza rivestita di legno di cirmolo.

50 min \_\_\_\_\_ € 92

### SHIATSU

Le efficaci tecniche di pressione, stiramento e mobilizzazione combinate alla distensione strutturale stimolano il flusso energetico nel corpo, sciogliendo i blocchi che si manifestano sotto forma di contratture e restituiscono l'equilibrio. Si consiglia un abbigliamento confortevole.

50 min \_\_\_\_\_ € 98

### IL TEMPO PERSONALIZZATO

Prenotate il vostro tempo con uno dei nostri terapeuti e riceverete esattamente il trattamento del quale avete bisogno in quel momento. Per una salute olistica e per un supporto emotivo.

50 min \_\_\_\_\_ € 108  
80 min \_\_\_\_\_ € 152

### MASSAGGIO DRENANTE

Ideale per detossificare il corpo in modo dolce e per stimolare la linfa. I piccoli gonfiori e ristagni del corpo possono essere trattati in modo mirato. Un delicato, rilassante e carezzevole massaggio per il corpo. Anche in questo caso, la maggiore frequenza del trattamento promette risultati migliori.

50 min \_\_\_\_\_ € 92



## Letтино galleggiante

### Efficaci impacchi corpo sul lettino galleggiante

Immaginate di cullarvi dolcemente sull'acqua alla giusta temperatura, senza che essa entri però in contatto con la vostra pelle. L'essenza da voi prescelta farà bene al vostro corpo. Grazie al calore, i pori si aprono e l'impacco applicato può così prendersi cura perfettamente della vostra pelle. Per una perfetta esperienza di trattamento e relax, consigliamo di effettuare prima un peeling e dopo un massaggio.

Un unico prezzo per tutti i trattamenti corpo  
25 min \_\_\_\_\_ € 46

### BAGNO DISINTOSSICANTE CON FANGO ALPINO

Un "must del benessere" per gli amanti della tradizione alpina. Il fango alpino ha uno straordinario profumo di montagna, favorisce la purificazione attraverso la pelle, ha un'azione vivificante e rinvigorente. Un trattamento profondo, naturale e potente.

### IMPACCO SPORT ARNICA & IPERICO

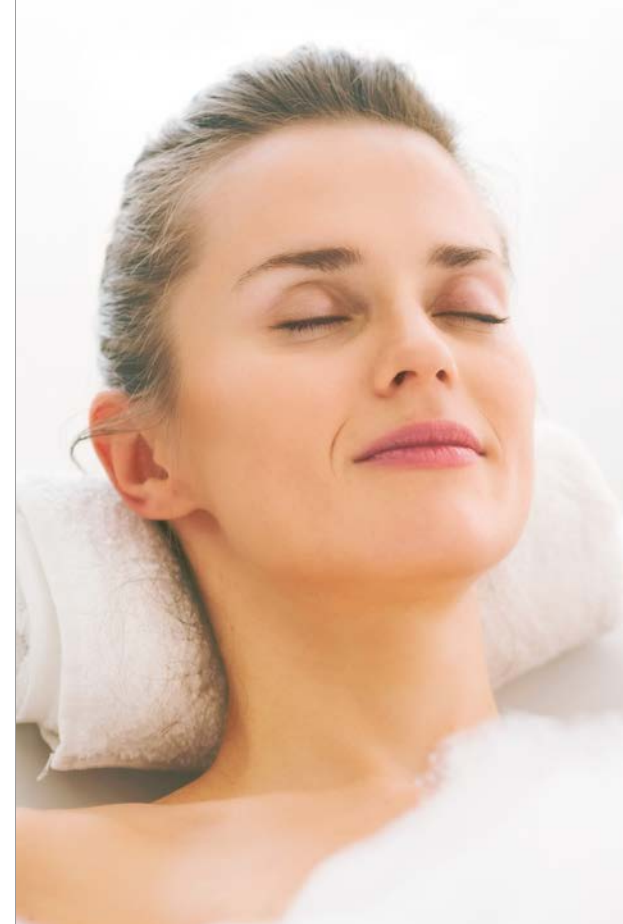
Quest'impacco dona nuovo vigore ad articolazioni e muscoli stanchi. La forza dell'arnica e dell'iperico elimina lo stress e scioglie le tensioni.

### IMPACCO TRATTANTE ALLA CALENDULA & CAMOMILLA

Il programma ideale per la pelle stressata. La calendula e la camomilla attivano e calmano la pelle irritata: il colorito appare di nuovo fresco, la pelle secca è morbida al tatto. Nuovo splendore per la vostra pelle.

### IDRATAZIONE CON MELA & BACCHE DI ROSA CANINA

L'estratto di mela è ricco di vitamine e minerali, i principi attivi ideali per la cura delle pelli mature. Insieme alle deliziose bacche di rosa canina si prenderà cura del benessere della vostra pelle, riducendo la perdita di idratazione. Per una pelle di nuovo elastica.



## Bagni e relax

Il bagno può essere combinato con un peeling e un massaggio. Potrete decidere direttamente in hotel quale sia il trattamento migliore per voi.

### BAGNO AI FIORI DI FIENO

I fiori di fieno rigenerano, donano energia e rinvigoriscono il corpo.

### BAGNO ALLA LAVANDA

Effetto calmante, detergente e armonizzante. Il classico bagno rilassante.

### BAGNO ALTOATESINO ALLE ROSE

Il profumato bagno benessere al latte rilassa e rende meravigliosa la vostra pelle.

### BAGNO AL MIELE

Le vitamine A ed E contenute, idratano, proteggono e donano alla pelle morbidezza e vitalità.

Bagno a scelta & massaggio parziale con olio aromatico  
1 persona – 55 min \_\_\_\_\_ € 89  
2 persone \_\_\_\_\_ € 150

Bagno a scelta & massaggio integrale con olio aromatico  
1 persona – 80 min \_\_\_\_\_ € 114  
2 persone \_\_\_\_\_ € 200

Peeling integrale & bagno a scelta  
1 persona – 55 min \_\_\_\_\_ € 89  
2 persone \_\_\_\_\_ € 150

Peeling integrale bagno a scelta & massaggio parziale  
1 persona – 80 min \_\_\_\_\_ € 114  
2 persone \_\_\_\_\_ € 224

Peeling integrale bagno a scelta & massaggio integrale  
1 persona – 110 min \_\_\_\_\_ € 153  
2 persone \_\_\_\_\_ € 302



## Pacchetti

### CALM DOWN

- Luxus-Peeling con miele
- Massaggio rilassante agli oli aromatici
- Massaggio Ayurveda Abhyanga

150 min \_\_\_\_\_ € 234

### AURORA QMS

- Classic Collagen
- Eye Reviver
- Anti-Cellulite Contouring Treatment
- Regalo della QMS

185 min \_\_\_\_\_ € 287

### BELVITA GSUND

- Pediluvio benefico
- Peeling vitalizzante ai piedi
- Massaggio stimolante per mani e braccia
- Massaggio tonificante corpo
- Massaggio viso e décolleté
- Impacco idratante del corpo

110 min \_\_\_\_\_ € 139

### ACTIVE

- Massaggio sportivo
- Impacco base per le gambe
- Impacco rinfrescante alle gambe
- Gel per le gambe per un ulteriore trattamento

100 min \_\_\_\_\_ € 186

### EFFETO PURO – 3 DAYS

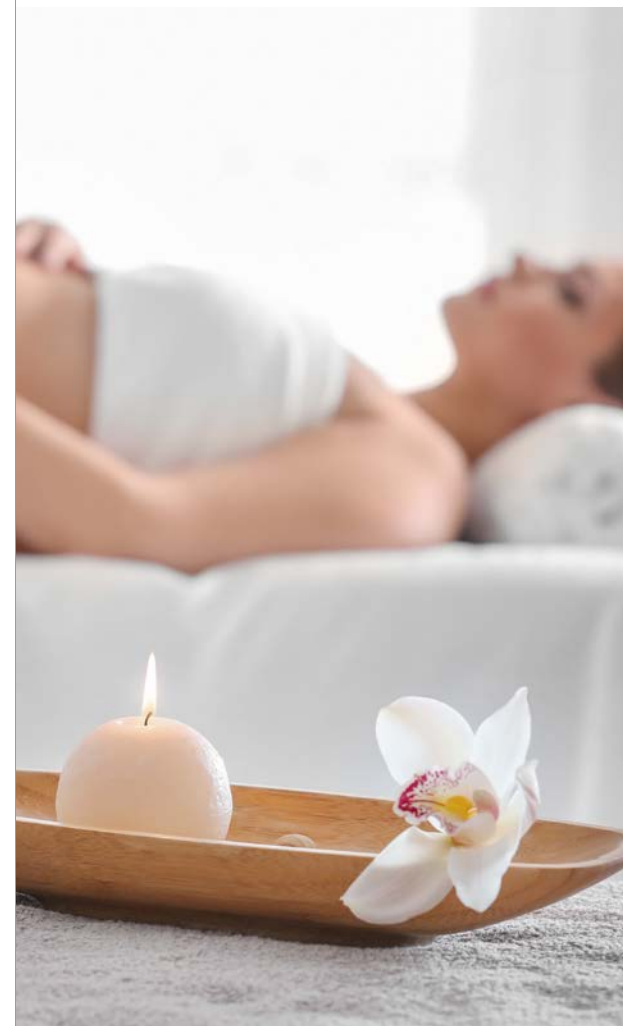
- 2 massaggi completi
- Luxus-Peeling al miele
- Impacco per la pelle con calendula e camomilla
- Massaggio agli oli aromatici

195 min \_\_\_\_\_ € 309

### MAN'S WORLD

- Trattamento del viso TEAM D<sup>R</sup> JOSEPH
- Impacco per il corpo con arnica e iperico
- Massaggio parziale della schiena

110 min \_\_\_\_\_ € 169



## Per mamme in dolce attesa

Durante la gravidanza, il corpo della donna svolge un lavoro straordinario. Il formarsi di una nuova vita rimarrà per sempre la cosa più straordinaria al mondo. Lasciatevi coccolare e godetevi questo periodo magico a tu per tu con il nascituro.

### DRENAGGIO LINFATICO CON BENDAGGIO ALLE GAMBE

Con l'effetto aspirante del linfodrenaggio si accelera il flusso drenante, si rimuovono i congestionamenti di linfa e gli edemi, si stimola la circolazione venosa e si eliminano le tossine e gli accumuli di acidi. Dopo un drenaggio linfatico di 50 minuti si esegue un impacco alle gambe, il quale, grazie alla sua straordinaria combinazione di olii essenziali e altre sostanze vegetali di grande efficacia, riduce notevolmente gli accumuli di liquidi nei tessuti. Il risultato si sente e si vede.

80 min \_\_\_\_\_ € 125

### MANICURE DELUXE

Impacco con smalto \_\_\_\_\_ € 89

### PEDICURE DELUXE

Impacco con smalto \_\_\_\_\_ € 92

### COCCOLATE DALLA TESTA AI PIEDI

Dopo un bagno aromatico ai piedi e una pedicure vi cocchiamo con un trattamento viso con prodotti firmati QMS dagli effetti immediati, e un impacco per la cura della pelle del pancione.

120 min \_\_\_\_\_ € 173

### MASSAGGIO TESTA E COLLO

Il massaggio del capo scioglie blocchi e tensioni nell'area del capo e della cervicale e favorisce inoltre la salute. Dopo ci si sente più freschi, in forma, calmi e rilassati.

25 min \_\_\_\_\_ € 46



## Fit & Fun

Nella nostra sala training high-tech troverete i migliori attrezzi cardio. A completare il tutto, lo splendido panorama con vista sulla natura.

### PERSONAL TRAINING

Concedetevi la migliore forma di allenamento e superate la pigrizia! Con un allenatore qualificato al vostro fianco e un programma di allenamento su misura per voi, raggiungerete ben presto un perfetto benessere fisico.

Il vostro personal trainer preparerà per voi un allenamento confacente alle vostre esigenze. Informatevi qui da noi sulle sessioni di allenamento stagionali!

- 25 min – a persona \_\_\_\_\_ € 42
- 50 min – a persona \_\_\_\_\_ € 65
- 50 min Yoga/Pilates \_\_\_\_\_ € 85

## Per teenager

### FOR GIRLS – FINO A 14 ANNI

Piccolo trattamento viso con massaggio e maschera piccola manicure con smalto

50 min \_\_\_\_\_ € 89

### YOUNG & STYLE

Per ragazzi e ragazze fino a 18 anni. Ideale per le problematiche della pelle giovane. Con pulizia profonda e trattamento

50 min \_\_\_\_\_ € 74

### MASSAGGIO PER BAMBINI E TEENAGER

Delicato e rilassante massaggio per bambini e ragazzi da 8 a 14 anni

25 min \_\_\_\_\_ € 40

## Parrucchiere

I tagli alla moda, le nuove tecniche di colorazione e le acconciature per un evento particolare: dalle mani della nostra esperta nascono vere e proprie opere d'arte, splendide acconciature per la cena, per un'occasione particolare o anche solo per darvi un nuovo look. Per fissare un appuntamento digitate il *numero 850 dal telefono della vostra camera*.



BUONI SPA

### Regalare gioia

Desiderate migliorare il soggiorno di una persona cara? Un buono regalo è la scelta giusta con una ampia scelta di trattamenti offerti dalla nostra Spa.







## Mirabell DAY SPA

Godetevi una giornata all'insegna del relax nella nostra Premium SPA, comprensiva di utilizzo del laghetto naturale, della nuova Sunset Relax Pool, dell'Alpin SPA, dell'infinity pool, degli spazi relax, della sala fitness e della partecipazione al nostro programma Body & Mind. La vostra giornata di benessere alla Day Spa comprende inoltre un morbido accappatoio in prestito, una borsa per il bagno con asciugamani e teli per la sauna.

*Orario d'apertura DAY SPA*  
ore 10.00 - 19.300

Lu - Ve: DAY SPA + lunch \_\_\_\_\_ € 85/persona  
 Sa - Do: DAY SPA + lunch \_\_\_\_\_ € 95/persona  
 Lu - Ve: LATE DAY SPA (ore 16.00 - 19.30) \_\_\_\_\_ € 45/persona  
 Sa - Do: LATE DAY SPA (ore 16.00 - 19.30) \_\_\_\_\_ € 50/persona

Colazione a buffet \_\_\_\_\_ € 35/persona  
 Menu Gourmet serale \_\_\_\_\_ € 79/persona

## Mirabell SPA World

### PREMIUM SPA A PARTIRE DA 16 ANNI

- Bagno turco al sale
- Bagno turco alle erbe
- Sauna panoramica bio
- Sauna panoramica finlandese
- Vasca rinfrescante
- Stanza all'aria aperta
- Fontana di ghiaccio
- Black Tea Bar
- White Lounge
- Gentleman Room
- Living Room
- Doccia emozionale
- Cinema con sdraio a infrarossi
- Sauna eventi
- Ice Pool panoramica
- Idromassaggio caldo panoramico
- Outdoor Lounge con caminetto
- Sala di comunicazione
- Relax-Room *Spirit of Meran*

### ALPIN SPA

- Sauna finlandese
- Bagno turco
- Sauna al fieno
- Percorso Kneipp
- Sala relax panoramica con sdraio sospese e letti ad acqua

### POOLS

- Infinity Pool riscaldata (15 x 4 m)
- Piscina interna (10 x 5 m) con Jacuzzi e Babypool
- Laghetto naturale (25 m)
- Sunset Relax Infinitypool – adults only (25 x 6m)
- Piscina bimbi con scivolo

### BEAUTY

- 8 sale per trattamenti
- 1 sala per trattamenti di coppia *Luis*
- 1 sala parrucchiere

### FIT & FUN

- Fitness Gym (piano inferiore)
- Personal Training
- Programma Body & Mind
- Aqua Gym
- Indoor Activity Room
- Kettlebell
- Yoga & Pilates
- Allenamento con Thera Band assistito

## REPARTO SPA

*Orario d'apertura: tutti i giorni dalle ore 9.00-19.30*

*spa@residence-mirabell.com*

*tel +39 (0473) 378821*

*Numero di telefono interno: 850*



HOTEL \*\*\*\*\*  
*Chalet Mirabell*  
THE SPIRIT OF MERAN

info@residence-mirabell.com · www.residence-mirabell.com

  
BERGVILLEN  
FRAMING MEMORIES

info@bergvillen.com · www.bergvillen.com

Famiglia Reiterer · 39010 Avelegno presso Merano · Alto Adige - Italia · via Falzebenstr. 112

tel +39 0473 279 300 · fax +39 0473 378 063

