



SONNWIES

DOLOMITES

SALIENTES RUNCADA

WELLNESSJOURNAL

DE



SALIENTES RUNCADA

SAGENHAFTE GESUNDNATUR

Vor langer Zeit soll hier bei uns in Rungg, was im Lateinischen „Runcada“, nämlich „gerodeter Platz“ bedeutet, ein „Saliges Fräulein“ gehaust haben. Dieses holde Wesen, eine anmutige Jungfrau, die nur Gutes für die Menschen im Sinn hatte, hütete in einem Garten voller Heilkräuter ein besonderes Brunnlein.

Jeder, der sich im Rungger Bergquellwasser wusch,
gesundete von allen Leiden und erstrahlte in junger Schönheit.

Immer häufiger wurden daher die Besuche bei der Saligen.

Eines Tages aber, als mehr Lüsner im Rungger Jungbrunnen, wie man ihn allenthalben nannte, statt bei der Osterprozession im Dorfe waren, verschwand die Salige. Zur selben Stunde versiegte auch die Wunderquelle.

8	WELLNESS-AREAL	6	WELLNESS-ETIKETTE
16	GESICHTSBEHANDLUNGEN MEN	10	GESICHTSBEHANDLUNGEN WOMEN
20	PEELINGS	18	PFLEGE FÜR IHRE HÄNDE & FÜSSE
21	PACKUNGEN	22	BÄDER IM QUELLWASSER
24	ZUSAMMEN GENIESSEN	25	ZEIT FÜR MICH
26	MASSAGEN	30	MASSAGEN & BEHANDLUNGEN KIDS
32	FÜR WERDENDE MAMIS	31	FÜR'S BABY
		35	GESCHENKSGUTSCHEINE





SALIENTES RUNCADA FAMILY SPA

Lüsen bietet mit Bergluft, Almkräutern und gesunder Bewegungsfreiheit an sich schon viele Möglichkeiten zur seelischen und körperlichen Regeneration. Mit unserer ganz privaten Family Wellness Spa haben wir auch in unserem Hotel einen besonderen Platz dafür geschaffen. Ganz wie die Sage gebietet, haben wir beim Bau der Sonnwies Spa Salientes Runcada die Schätze unserer Bergwelt genutzt. Die natürlichen Materialien, das traditionsreiche Holz aus unseren Wäldern und das naturreine Gebirgsquellwasser schaffen nun weitläufige Geborgenheit und spenden wohlige Zufrieden- und Gelassenheit.

Auch bei der Auswahl der Beauty- und Vitalanwendungen haben wir uns für reine Bergnatur entschieden und Produkte gewählt, die die Urkräfte unserer Gegenden bündeln. Die regenerierenden und vitalisierenden Wirkungsweisen alpiner Bergkräuter – ob Edelweiß, Bergorchidee oder Alpenheu – regen Lebenskräfte an, harmonisieren und werden damit zu einem wahren Jungbrunnen. Mit speziellen Angeboten für die ganze Familie: für große und kleine Salientes-Genießer!

Genießen Sie einfach!

Ihre Familie Hinteregger und die Spa Mitarbeiter



WELLNESS - ETIKETTE

Es liegt uns am Herzen, dass Sie Ihren Aufenthalt bei uns in vollen Zügen genießen können. Wir hoffen, dass Ihnen die folgenden Informationen dabei behilflich sind.

CHECK IN

Bitte kommen Sie mindestens 5 Minuten vor Ihrem Termin. Wir bemühen uns, alle Behandlungen pünktlich zu beginnen. Sollten Sie zu spät kommen und der Mitarbeiter oder Raum ist nach Ihnen wieder gebucht, müssen wir leider Ihre Behandlung entsprechend verkürzen.

MEDIZINISCHE BESONDERHEITEN

Informieren Sie uns bitte über etwaige medizinische Besonderheiten, da einige Behandlungen bei bestimmten Erkrankungen nicht zu empfehlen sind.

SCHWANGERSCHAFT

Für diese wunderbare Zeit gelten bestimmte Regeln. Wir beraten Sie gerne persönlich bezüglich geeigneter Behandlungen, die Sie auch während einer Schwangerschaft genießen können.

GRANDER-WASSER

Im gesamten Hotel (Dusche, Schwimmbad, Trinkbrunnen...) wird das belebte Wasser angeboten. Die Grander-Methode sorgt dafür, dass das durchfließende Wasser mit hohen Schwingungen belebt wird. Das belebte Wasser spendet positive Lebensinformationen.

RUHE & ERHOLUNG

Die meisten Gäste suchen im Wellnessbereich vor allem Ruhe. Wir bitten Sie, dies zu respektieren und somit auch keine Mobiltelefone mitzubringen.

BEKLEIDUNG

Zu Ihrer Behandlung erscheinen Sie am besten im Bademantel mit Badesandalen und Badeanzug. Wertsachen bitte in Ihrem Zimmersafe deponieren. Bei allen Anwendungen erhalten Sie von uns den notwendigen Einmal-Slip in der Behandlungskabine.

RASUR

Männern empfehlen wir, sich 3 bis 4 Stunden vor der Gesichtsbildung zu rasieren.

STORNIERUNG

Terminstornierungen sind bis 24 Stunden vorher kostenfrei möglich. Ansonsten müssen wir Ihnen die gebuchte Behandlung zur Gänze in Rechnung stellen.





NEUER
LICHTERFÜLLTER
FITNESSRAUM
MIT BESTEN
TECHNOGYM
GERÄTEN

SONNWIES ADULTS ONLY





SONNWIES ACQUAPARK

SONNWIES ACQUAPARK

- 01 Eingangsbereich
- 02 Umkleidekabinen
- 03 Kindersauna mit Saunakino
- 04 Kinderpool, 40 cm (35°)
- 05 Schwimmbad & Whirlpool (30°)
80 m² Wasserfläche
- 06 Kinderpool mit Ferdispritzfigur
- 07 Ruhebereich mit Zugang zum Garten und zum Außenpool
- 08 **NEU:** zusätzlicher Kinderpool mit Poolkino auf 50m² & 30 cm Wassertiefe (35°)
- 09 Außenpool ganzjährig beheizt, 140 m²
- 10 Liege- und Relaxflächen
- 11 Aquapark mit lustigen Spritzfiguren
- 12 Breitwellenrutsche, Indoor
- 13 Reifenrutsche, 70 m, Indoor

SONNWIES ADULTS ONLY

- 14 Wellnessreception
- 15 Thermo Spa
- 16 Massagen
- 17 Beauty
- 18 Entspannungsraum
- 19 Wellness-Spa mit Dampfbad, Kuschelecke und Romantikbad
- 20 Ruheraum mit Kuschelecke, Wasserbetten und Ofen
- 21 Solarium
- 22 Wellness- & Saunabereich mit Tiroler Stubensauna, Blütendampfbad, Tannensauna, Trinkbrunnen, Erlebnisduschen mit Eisbrunnen und Kneippteich
- 23 Ruhergarten mit Teich



FACE

IHR GESICHT. SPIEGEL DER SEELE

Häufig stören äußere & innere Stressfaktoren die Harmonie von Körper, Geist und Seele. Darauf kann die Gesichtshaut äußerst sensibel reagieren. Sie kann müde wirken, angespannt und fahl sein oder Rötungen und Reizungen aufweisen. Gerade um die empfindlichen Augenpartien neigt sie zu trockenen Knitterfältchen & dunklen Schatten. Bei Frauen genauso wie bei Männern.

In unserer Beautyabteilung Salientes Runcada setzen wir auf das Beste aus der Natur, gemischt mit modernsten Methoden und neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Pflanzliche Bio-Wirkstoffkomplexe exklusiver Pflegeserien, wie etwa BABOR und Team Dr. JOSEPH, pflegen und verjüngen. Ihre Gesichtshaut wird deutlich verfeinert und strahlt wieder.

BABOR

VITALIS
DR. JOSEPH



SALIENTES RUNCADA

GESICHTSPFLEGE - WOMAN

Mit dem Expertenwissen mit über 60 Jahren Erfahrung überträgt BABOR die Geheimnisse feinsten, natürlicher Wirkstoffe in Luxus-Hautpflege, die herausragende Produktqualität und Wirkstoffperformance vereint. In hochwirksamen, preisgekrönten Behandlungen sind sie Erlebnis und effektives Beauty-Treatment zugleich. Eine Behandlung mit BABOR Produkten ist ein Versprechen an die Haut, sie zu schützen und schön zu bewahren. Und das mit erlesenen Wirkstoffen. So verwöhnt BABOR anspruchsvolle Kunden weltweit, enthüllt ihre individuelle Schönheit und schafft ihnen Raum für ganzheitliches Wohlbefinden. BABOR steht für präzise Hautpflege made in Germany und ist exklusiv in führenden Day- und Hotel-SPAs erhältlich.

BABOR REVERSIVE® – THE ANTI AGING TREATMENT



Sie sind auf der Suche nach einer wirklich außergewöhnlichen Anti-Aging Behandlung? Dann sollten Sie unbedingt das ReVersive Anti-Aging Treatment versuchen. Reversive ist die absolute Luxusbehandlung, die Wünsche wahr werden lässt und die Zeit ein wenig zurückdreht. Der ultrawirksame RE-YOUTH COMPLEX von Babor gibt Ihrer Haut den strahlenden Teint zurück und macht das Hautbild wieder glatt und gleichmäßig. Die Produkte straffen die Haut und glätten die Fältchen.

80 Min. € 169

HYDRA BOOST – BABOR TREATMENT



Der schnelle Fit- und Schönmacher für Ihre Haut. Eine gut durchfeuchtete Haut strahlt Lebendigkeit aus und ist die Eintrittskarte für alle Pflegeprodukte. Spüren Sie die überragende Wirkung, wenn bis zu 3 Wirkstoffampullen in Folge in Ihre Haut eingearbeitet werden. Ampullen sind schnelle Schönmacher, die von der Haut besonders gut aufgenommen werden, rückstandslos einziehen und so effektiv und schnell wirken. Nie war Ihre Haut strahlender, frischer und praller!

25 Min. € 69

DOCTOR BABOR – Die Kunst präziser Hautpflege

Alles begann 1956 mit einer schwarzen Rose, dem Symbol vollkommener Schönheit. Als Pionier professioneller Hautpflege setzt BABOR seitdem Maßstäbe in der Hautpflegeforschung „Made in Germany“. Bis heute ist es unser leidenschaftlicher Antrieb, die Sehnsucht nach individueller Schönheit zu erfüllen.

BABOR SKINOVAGE – THE INDIVIDUAL TREATMENT



Ist eine für Ihren Hauttyp maßgeschneiderte Tiefenreinigung. Behandlungsschritte und Wirkstoffe werden nach einer Hautanalyse individuell zusammengestellt und ermöglichen so einen fühlbaren Erfolg. Die Babor SKINOVAGE Behandlung betrachtet Schönheit ganzheitlich. Nach der intensiven Gesichtsreinigung können die Wirkstoffe optimal von der Haut aufgenommen werden.

(ohne Massage und Ampullen)

50 Min. € 95

DR. BABOR ULTIMATE FACE LIFTING – THE COLLAGEN INFUSION TREATMENT



Die effektive Alternative zur Unterspritzung mit Collagen und Hyaluron. Restrukturiert und polstert die Haut von innen auf. Reduziert mit außergewöhnlichen Resultaten Linien und Falten. Verbessert Festigkeit und Spannkraft der Haut und wirkt der Hautalterung entgegen. (Tiefenreinigung, Massage, Ampullen und Maske)

80 Min. € 152

VITAMIN TREATMENT – THE DETOX TREATMENT



NACHHALTIGE HAUTREGENERATION

Die Kombination aus hochpotenten Vitaminen und Mineralstoffen neutralisiert schädliche Substanzen auf der Haut und reduziert somit die Ursachen der umweltbedingten Hautalterung. Die daraus resultierende Revitalisierung ist von entscheidender Bedeutung für die Erhaltung der Jugendlichkeit der Haut. Eine Behandlung speziell für die schutzbedürftige, belastete Haut (z.B. bei einem müden & fahlen Teint, Anzeichen umweltbedingter Hautalterung, sowie Couperose & Überpigmentierung).

50 Min. (ohne Ausreinigung) € 105

ANTI-CELLULITE WICKEL



Nach einem sanften Hautpeeling werden Ihre Beine und der Bauch straff mit den Babor Anti-Cellulite Wrap gewickelt. Dabei wird die Fettverbrennung angeregt und die Lymphe entstaut.

50 Min. € 99

BRUSTMODELLAGE



Ein glättendes Peeling, eine Massage mit hochkonzentrierten Wirkstoffampullen und straffende Pflegeprodukte versorgen und formen die Brüste. Dank der Tiefenwärme der Maske wird die Wirkstoffaufnahme stimuliert und Ihre Brust sichtbar gestrafft. Besonders gut geeignet nach der Stillzeit und bei Erschlaffung des Brustgewebes.

45 Min. € 89

METHODE TEAM DOCTOR JOSEPH

Basierend auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und Ihren Hautbedürfnissen setzt die manuelle Behandlungsmethode TEAM DR JOSEPH in der Tiefe des Gewebes an. Den natürlichen Funktionsgesetzen folgend, wird der Hautstoffwechsel in Balance gebracht: Beruhigung des Nervensystems, Entspannung der Mimik, Harmonie des Fließgleichgewichts, Normalisierung der Mikrozirkulation mit dem Ziel, Ihr ganzheitliches Hautgefühl, Ihre Hautgesundheit und Ihre unvergleichliche Schönheit zu pflegen und zu erhalten.

INTENSE PURIFYING FACE TREATMENT

INTENSIV REINIGENDE GESICHTSBEHANDLUNG

Hauttypspezifische Tiefenreinigung nach Methode TEAM DR JOSEPH: Ihre Haut? Rein und zart. Ihr Gesicht? Strahlend. Ihr Gefühl? Klar und energievoll. Beginnend mit feuchtwarmen Kräuter-Dampfkompresse, einer sanft lymphstimulierenden Massage, Peeling, Ausreinigung mit Schröpfgläsern und Tiefenreinigung. Danach folgt eine hautspezifische Maske und die Tagespflege. Für einen sichtbar frischeren Teint und eine vitale Ausstrahlung.

50 Min. € 99

ADVANCED BIO LIFTING FACE TREATMENT

INTENSIVBEHANDLUNG MIT BIODYNAMISCHEM

LIFTING. Das ganzheitliche Maximumprogramm nach der Methode TEAM DR JOSEPH: Intensivbehandlung mit biodynamischer Liftingmassage ganz nach Ihren Hautbedürfnissen. Erleben Sie eine wahrhaft einzigartige Schönheitsbehandlung mit Hautdiagnostik, Augenbrauen fassonieren, lymphstimulierende Massage, Kräuter-Dampfkompresse, Peeling, Tiefenreinigung mit Schröpfgläsern, Spezial-Serum, bioenergetischer Blütenstempel-Lifting Massage, Intensivmaske und einer abschließenden individuellen Tagespflege und Stabilisation. Hightech der Natur für nachhaltige Wirkung, sofortige Sichtbarkeit und maximalen Effekt.

110 Min. € 165



VITALIS
DR. JOSEPH



CELLULAR RECREATION FACE TREATMENT

TIEFENWIRKSAME SCHÖNHEITSPFLEGE. Eine wunderbar natürliche Wirkstoffpflege, speziell abgestimmt auf Ihre Hautbedürfnisse mit Sofort-Effekt und einem tief entspannenden Verwöhnprogramm nach Methode TEAM DR JOSEPH: Hautdiagnostik, Augenbrauen fassonieren, lymph-stimulierende Massage, Kräuter-Dampfkompresen, Peeling, Tiefenreinigung mit Schröpfgläsern, Spezial-Serum, modulierte Gesichtsmassage, Intensivmaske und eine abschließende individuelle Tagespflege. Mit hochwirksamen natürlichen Aktivstoffen für eine gesunde und intensiv gepflegte Haut.

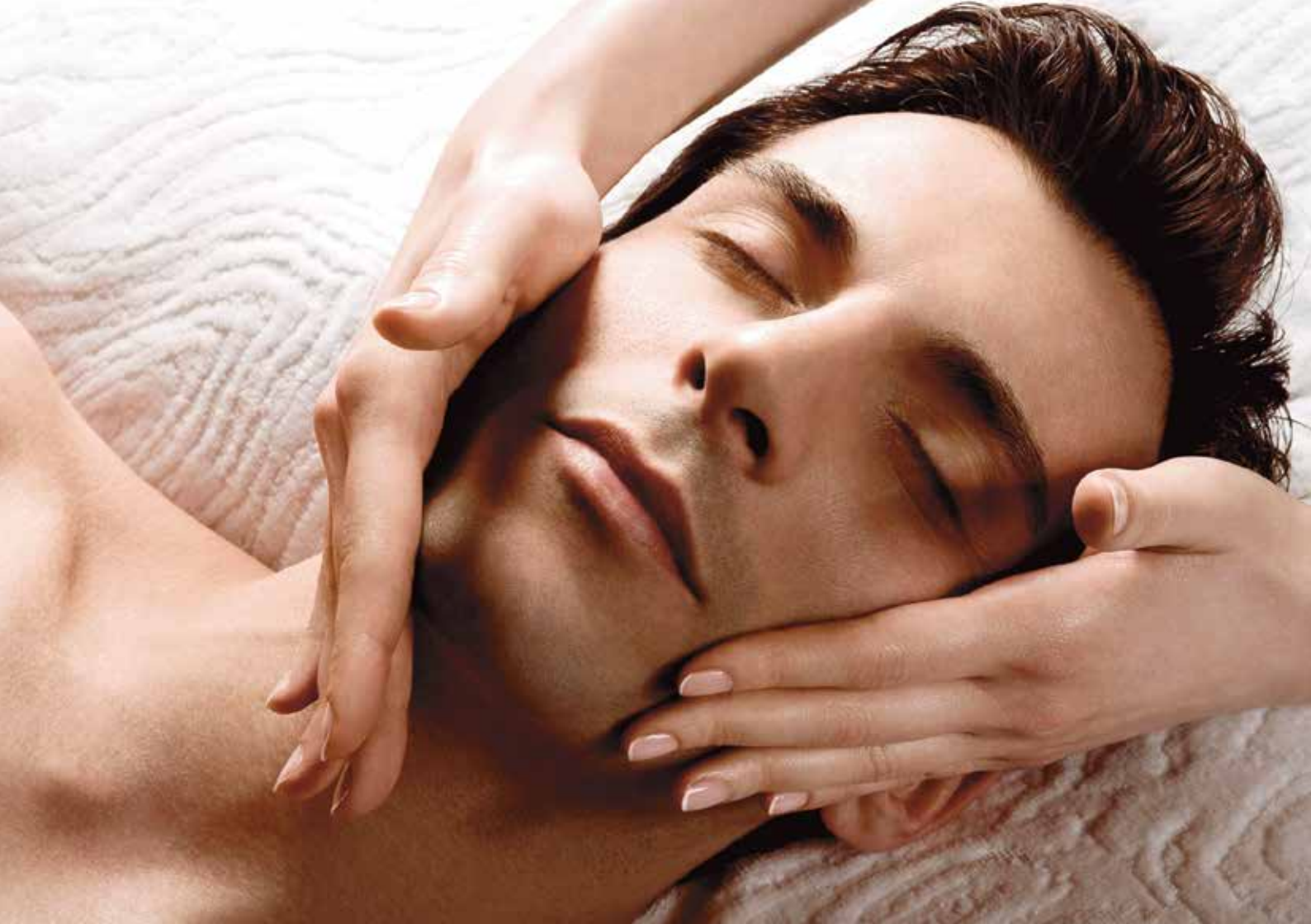
80 Min. **€ 125**

DEPILATION MIT WARMEM WACHS

Ganzbeindepilation **€ 52**
Halbbeindepilation **€ 39**
Bikindepilation **€ 29**
Achseldepilation **€ 29**
Oberlippe oder Kinn **€ 19**

AUGEN & WIMPERN

Augenbrauen färben oder - korrektur **€ 15**
Wimpern färben **€ 19**



SALIENTES RUNCADA

GESICHTSPFLEGE - MEN

Die Zeiten, in denen raue Gesichtsfalten und Zigarettenduft über den Grad an Attraktivität bestimmten, sind längst vorbei. Der Mann von heute setzt auf gepflegtes Aussehen und gesunde Ausstrahlung, vor allem im Gesicht. Wir bieten die Pflegelinie Babor Men und Team Dr. Joseph speziell für die Bedürfnisse des vielbeschäftigten Mannes. Ein wahres Time-out für Ihre Haut!

TIME OUT FACE BABOR MEN

VITAL UND GEPFLEGT AUSSEHEN. Der Wirkstoffkomplex aus sibirischem Ginseng, Taurin und Hopfen beschleunigt die Regeneration von Rasur-Mikroschnitten. Er erhöht die Stress-Resistenz der Haut und gibt den Zellen dauerhafte Feuchtigkeit zurück.

50 Min. € 95
+ Gesichtsmassage & Ampulle 80 Min. € 152

DEPILATION MIT WARMEM WACHS

Brustenthaarung Männer € 52
Rückenenthaarung Männer € 52

EXPRESS POWER LIFT FOR MEN

EXPRESS POWER LIFTING FÜR DEN MANN METHODE TEAM DR JOSEPH FÜR IHN. Kraftvoll, naturnah, wirkungsstark: Hautdiagnostik, lymphstimulierende Massage, Kräuter-Dampfkompresen, Peeling, Tiefenreinigung, Spezial-Serum, Intensivmaske mit Gesichtsmassage und eine abschließende individuelle Tagespflege. Natürliche Hightech Power für kraftvolle und gepflegte Ausstrahlung.

50 Min. € 95

SALIENTES RUNCADA

PFLEGE FÜR IHRE HÄNDE & FÜSSE

RELAX FÜR IHRE HÄNDE

FÜR GEPFLEGTE SAMTWEICHE HÄNDE.

Wohltuende, feuchtigkeitsspendende, intensive Wohlfühlbehandlung für Nägel und Hände mit Peeling, Maske & Massage.

25 Min.(ohne Lack) **€ 49**

MANIKÜRE KLASSIK

Mit Handmassage oder Lack **€ 65**

Mit Permanentlack..... **€ 95**

EXTRAS

Nägel lackieren **€ 28**

French Lackierung..... **€ 35**

Permanentlack..... **€ 52**

Permanent French Lackierung..... **€ 59**

Peeling für Hände oder Füße..... **€ 19**

RELAX FÜR IHRE FÜSSE

INTENSIVE PFLEGE FÜR STRAPAZIERTE FÜSSE.

Feuchtigkeitsspendendes Peeling, eine wohltuende Maske für eine nachhaltige Pflege und eine entspannende Fußmassage.

25 Min.(ohne Lack) **€ 49**

PEDIKÜRE KLASSIK

Mit Fussmassage oder Lack..... **€ 69**

Mit Permanentlack..... **€ 105**

BRÄUNEN

Ganzkörperbräunung Ergoline:

Solariummünzen sind an der Rezeption erhältlich.

10 Min. **€ 19**



BODY

**FREUDE AM LEBEN IST EINE FRAGE
DER HARMONIE. DAZU GEHÖRT DER
EINKLANG VON GEIST UND KÖRPER SOWIE
DIE ZUFRIEDENHEIT MIT SICH SELBST.**

In unserer Family Wellness Spa Salientes Runcada kennen wir verschiedene Wege, Geist und Körper wieder zusammenzubringen und die Zufriedenheit mit dem eigenen Körper zu steigern. Die Grundlage unserer Anwendungen ist reines Bergwasser aus den höchsten Alpenregionen rund um Lüsen. Sie enthalten uralte Wirkstoffe aus unseren Bergen und geben kräftige Aromen frei, die tief ins Unterbewusstsein dringen. Damit wird es einfach, zur Ruhe zu kommen und Ihre Kräfte zu mobilisieren.

SALIENTES RUNCADA

ALPENKRÄFTE

HEU PEELING MIT ROSA BERGSALZ

Das mit feinem rosa Bergsalz angereicherte Heupeeling reinigt die Haut bis in die Tiefe. Das Peeling fördert Ihre Regeneration & lässt Sie heller, klarer und leuchtender erscheinen. Wir empfehlen eine rückfettende Behandlung um den Effekt zu verbessern.

25 Min. € 55

+ Rückfettung aus Sheabutter 50 Min. € 93

KÖRPER PEELING MIT HEIMISCHEN APRIKOSENKERNEN

Peeling mit gemahlene heimischen Aprikosenkernen, angereichert mit wertvollen Ölen für eine zarte und geschmeidige Haut. Wir empfehlen eine rückfettende Behandlung, um den Effekt zu verbessern.

25 Min. € 55

+ Rückfettung aus Sheabutter 50 Min. € 93



THERMOSPA BEHANDLUNGEN

MIT LÜSNER ALPENQUELLWASSER

BESONDERE SCHÖNHEITSENTSPANNUNGEN MIT TIEFENWIRKUNG. Umgeben von duftendem Zirbelholz und eingebettet in sanften Wellen, genießen Sie das Gefühl, wie im warmen Wasser zu schweben. Durch die angenehme Wärme und diese besondere Entspannung können die Wirkstoffe der Pflegeprodukte optimal von der Haut aufgenommen werden.

ALGENPACKUNG

Macht die Haut nicht nur zart, sondern kurbelt vor allem die Durchblutung kräftig an, bringt den Stoffwechsel in Gang und macht sie herrlich rosig und glatt. Dreifachwirkung gegen Cellulite mit Packung und abschließender Lotion.

45 Min. € 85

MINERALSCHLAMMPACKUNG

Durch die Wärme des Mineralschlammes werden Schmerzen in Gelenken und Muskeln gelindert. Stoffwechsel und Durchblutung werden angeregt. Die anschließende Teileinreibung führt zur kompletten Entspannung.

45 Min. € 85

NACHTKERZENÖL-CREMELPACKUNG

Für sehr trockene und empfindliche Haut. Die Nachtkerzenöl-Cremepackung wirkt feuchtigkeitspendend und belebend.

25 Min. € 52

LÜSNER HEUBADL

Schließen Sie die Augen und riechen Sie den wunderbaren Duft vom frischen Bergheu. Die angenehme Wärme natürlicher Almgräser und die Kraft der Alpenkräuter entspannen Körper und Geist. Besonders zu empfehlen bei Erkältungen, Stress und Muskelverspannungen.

45 Min. € 69

ALPEN - QUELLWASSER - BÄDER

IM HYDROXEUR

Reinstes Alpenquellwasser, verteilt in Millionen feinsten wirbelnder Luft- und Wasserstrudel, machen unsere Bäder einzigartig. Sie werden angereichert mit wertvollen Essenzen und Extrakten. Inhalieren Sie edle Düfte und genießen Sie ein sinnliches Massageerlebnis vom Nacken bis zu den Füßen.

MUSKELRELAX

Heimisches Latschenkiefernöl fördert die Durchblutung und löst Verspannungen.

25 Min. € 52

SCHLAFGUTBAD

Das Zirmöl entspannt und hat einen positiven Effekt auf die Herzfähigkeit.

25 Min. € 52

LÜSNER MILCHBAD

Milchextrakte bergen seit ewigen Zeiten das Geheimnis natürlicher Schönheit. Honig gibt der Haut viele Vitamine & Nährstoffe.

25 Min. € 52

ROSENBLÜTENBAD

Sanfte Düfte harmonisieren die Haut, machen sie seidenschweich und entführen Sie ins Reich der Sinne.

25 Min. € 52



RITUALE

IN DER WELLNESSUITE SALIENTES RUNCADA

Lassen Sie die Seele baumeln und gönnen Sie sich einige herrliche Stunden in der einzigartigen Atmosphäre unserer SPA-Suite: eine ganz persönliche, private Wohlfühloase mit Dampfkabine, Doppel-Whirlwanne, und einem Kuschel-nest. Genießen Sie traute Zweisamkeit für ein paar Stunden oder wählen Sie aus den bereits zusammengestellten Anwendungen.



SALIENTES RUNCADA

ZUSAMMEN GENIESSEN

AROMAFEELING FÜR UNS

Genießen Sie zu zweit unsere Wellness Suite Salients Runcada: Saunieren im Dampfbad mit anschließenden Salzpeeling, Rosenblütenbad im Doppel-Hydroxur, 2 kurze Buttermassagen und Nachkuscheln im Wasserbett mit Vitalplatte.

110 Min. **€ 235**

TRAUM PAARBEHANDLUNG

Saunieren im Dampfbad, 2 kurze Massagen mit pflegender Schokoladenpackung und gemeinsames Entspannungsbad in der Whirlwanne, mit hausgemachten Pralinen und Sekt.

110 Min. **€ 235**

RELAX ZU ZWEIT

Ein vitalisierendes Bad mit ätherischen Latschenkiefernöl in der Luxuswhirlwanne, anschließend bekommen Sie eine Arnika-Rückenmassage für Ihre Verspannungen. Nachruhen in der Kuschelecke. Als kleines Extra schenken wir Ihnen eine Arnikabodylotion für zu Hause.

110 Min. **€ 235**

DIE WELLNESS SUITE SALIENTES RUNCADA NUR FÜR UNS BEIDE

Genießen Sie Zweisamkeit in Ihrer privaten Atmosphäre. Ein wohltuendes Erlebnis in der Dampfsauna, ein Romantikbad in der Doppel-Whirlwanne mit duftenden Aromaölen und Nachruhen im Kuschelwasserbett. Wir runden das Ganze ab mit einer Flasche Sekt und frischen Obstspießchen.

100 Min. **€ 135**



SALIENTES RUNCADA

EINMAL ZEIT FÜR MICH

WASSER & STEIN

Entspannendes Aromaölbad in der Luxuswhirlwanne mit anschließender Hot Stone Massage mit warmen Lavasteinen.

80 Min. € 139

AUSZEIT FÜR MAMIS

Einfach mal abschalten und sich verwöhnen lassen, davon träumen alle Mamis. Einen Wellnessvormittag nur für mich.

- 1 kurze Gesichtsbehandlung
- 1 Pediküre mit Lack
- 1 Maniküre mit Lack

140 Min. € 199

AUSZEIT FÜR PAPIS

Einfach mal abschalten und sich verwöhnen lassen, davon träumen auch manche Papis. Einen Wellnessvormittag nur für mich.

- 1 Gesichtsbehandlung Men
- 1 Klassische Massage

80 Min. € 142



MASSAGEN

TUN KÖRPER UND SEELE GUT UND ERHÖHEN DEN ALLGEMEINEN WOHLFÜHLFAKTOR.

Weil Massagen so umfassend wirken, haben wir unser Programm auf die komplette Familie abgestimmt: Eltern, allein oder zu zweit und auf die Kinder.

MOBILE MASSAGE - ENTSPANNUNG UND WOHBEFINDEN, DIE DIREKT ZU IHNEN KOMMEN. Mit der mobilen Massage verwöhnen wir Sie mit klassischen Massagen direkt in Ihrer Suite. Fragen Sie nach freien Terminen.



SALIENTES RUNCADA

SPEZIALMASSAGEN

VITALBOLI® MASSAGE

Modulierte Kräuterstempelmassage mit individuellen alpinen Kräutermischungen. Vitalisierend für Muskeln & Gelenke, die Regeneration der Haut wird gefördert: für eine strahlende Schönheit. Dieses herrliche Ritual steigert das körperliche Wohlbefinden & schenkt neue Vitalität und Kraft. Ideale Anwendung nach sportlichen Aktivitäten.

50 Min. € 92

BREUSS-MASSAGE MIT JOHANNISKRAUTÖL

Die Breuss Massage ist eine energetische Massage speziell für den Wirbelsäulenbereich . Angefangen wird mit einer kurzen Druckpunktmassage an den Füßen, gefolgt von Dehnungen entlang der Wirbelsäule um Muskeln und Bänder zu entspannen. Seelische und körperliche Blockaden werden gelöst. Zur Behandlung wird ein spezielles Johanniskrautöl verwendet, das von den Bandscheiben leicht aufgenommen wird und sie auch weicher und elastischer macht. Die Muskeln und Bänder im Wirbelsäulenbereich werden entspannt, und der Energiefluss wird angeregt.

45 Min. € 75

HOT STONE MASSAGE

Ein Wohlfühlerlebnis der besonderen Art. Ihr Körper wird mit warmen Lavasteinen und ätherischen Ölen aus heimischen Blumen und Pflanzen massiert. Vollkommene Entspannung und eine Aktivierung des Energieflusses sind Ihnen garantiert.

50 Min. € 85

LÜSNER HONIGMASSAGE

Kräftige Rückenbehandlung mit entgiftender Wirkung.

45 Min. € 75

ANTISTRESSMASSAGE

Wird mit sehr flacher Hand durchgeführt, schenkt Wohlbefinden, harmonisiert und beruhigt. Das Aromaöl kann individuell gewählt werden.

80 Min. € 129

SALIENTES RUNCADA

KLASSISCHE MASSAGEN

GANZKÖRPERMASSAGE

Ideal für Ihre Harmonisierung und Regeneration.

45 Min. € 75

TEILMASSAGE

Bein, Rücken oder Gesichtsmassage.

25 Min. € 49

KOPF-NACKEN-RÜCKEN MASSAGE

Löst Verspannungen im Rücken und Nackenbereich und regt den Energiefluss an.

45 Min. € 82

KOPF-FREI

Sind Sie in letzter Zeit sehr gestresst und überlastet? Dann buchen Sie unsere „Kopf-frei“ Anwendung. Wir beginnen mit einer Ohrkerzenbehandlung zum Abbau von Stress, Kopfschmerzen und Nebenhöhlenbeschwerden. Es wird gleichzeitig eine lymphstimulierende Druckpunktmas- sage am Gesicht durchgeführt. Durch die anschließende Nacken-Schulter-Massage erreichen Sie eine optimale Entspannung und die Energiereserven werden wieder aufgefüllt.

45 Min. € 78

LYMPHSTIMULIERENDE MASSAGE

Eine sanfte Massagetechnik, bei der die Lymphzirkulation an- geregt wird und die zu einer intensiven Entschlackung führt.

50 Min. € 85

AUSZEIT-MASSAGE

Die Massage ist aus altbewährten Techniken zusammengesetzt. Es werden Rücken, Schultern und Nacken speziell massiert. Darauf folgen die Hauptgelenke des Körpers und am Ende besondere Entspannungspunkte am Kopf und im Gesichtsbereich. Infolgedessen wird der gesamte Rücken gekräftigt, die Gelenke gelöst und der erholsame Tiefschlaf gefördert. Diese Massage ist ideal zum Stressabbau, weckt die Lebenskraft und leistet in der Burnout-Prävention hervorragende Dienste.

50 Min. € 85

DRUCKPUNKTMASSAGE AM FUSS

Unsere Füße spiegeln sämtliche innere Organe wider. Körper, Geist und Seele werden positiv beeinflusst.

25 Min. € 52

45 Min. € 85





FÜR KIDS

→ FÜR GIRLS

SCHÖN WIE SCHNEEWITTCHEN

Gesichtsmassage, leichte Schminke,
Nagellack und ein Überraschungsgeschenk

DORNRÖSCHEN

Schönheits-Milchbadl und entspannende Massage,
ein kleines Überraschungsgeschenk

je 45 Min. € 75

→ FÜR BOYS

KÖNIG DER LÖWEN

Aromabad mit magischer Aromamassage

45 Min. € 75

MANI- ODER PEDIKÜRE FÜR KINDER MIT LACK

25 Min. € 49

ENTSPANNENDE RELAX-MASSAGE FÜR KIDS

25 Min. € 49

SCHOKOMASSAGE FÜR KIDS

25 Min. € 49





FÜR'S BABY

SCHMETTERLINGS-BABYMASSAGE

Die entspannende Wohlfühlmassage stärkt die Entwicklung des Kindes.

25 Min. € 45

SEIFENBLASENPUSTEBAD VON HIPP

Lustiges Blubberbad mit Mami und Papi in der Whirlwanne mit besonders hautfreundlicher Baby lotion von Hipp.

25 Min. € 52





FÜR WERDENDE MAMIS

ROSENKNOSPEN- HAUTPFLEGEPACKUNG

Gerade Schwangere sollten auf sich achten. Unsere hautpflegende Packung aus sanft wirkenden Rosenknospenöl ist bei problemlos verlaufenden Schwangerschaften zu empfehlen.

25 Min. € 52

MILDES TRÄUMEBAD

Kamille und Rose sorgen für gesunde Balance zwischen Ihrem Körper und Ihrem Geist.

20 Min. € 52

MEIN BECKENBODEN – DIE KRAFT DER WEIBLICHEN MITTE

Beckenboden stärken: wieder die eigene Mitte finden. Anhand klassischer Beckenbodenübungen, Atem- und Visualisierungsübungen schöpfen Sie wieder mehr Kraft, Lust & Lebensfreude und beugen Inkontinenz vor. (Kleingruppen mit max. 6 Frauen)

60 Min. € 112 pro Gruppe
(auf die Teilnehmer verteilt)

SCHWANGERSCHAFTSMASSAGE

Spezielle Druckpunktmassage für werdende Mamis.

50 Min. € 85

WOHLFÜHLOASE FÜR SCHWANGERE

in Begleitung einer erfahrenen Hebamme stehen verschiedene Angebote zur Auswahl (je nach Wunsch und Bedürfnis)

- **Zeit, sich selbst zu spüren**...die eigenen Bedürfnisse wahrnehmen, einfach nur da sein, Zeit für Körperwahrnehmungs- und Visualisierungsübungen
- Zeit für **Gespräche und Beratung**
- Die **Lebensenergie ins Fließen bringen**: Zeit für bioenergetische Fußmassage oder Ganzkörper-Schmetterlingsmassage nach Eva Reich.

Die Wohlfühloase schenkt Zeit, bei sich & dem Kind anzukommen. Stärkt die Mutter-Kind-Bindung, löst Blockaden & fördert das Vertrauen in den eigenen Körper als optimale Vorbereitung zur Geburt.

Terminvereinbarung vor Ort.

50 Min...... € 115

GIPSABDRUCK BABYBAUCH

Die Schwangerschaft ist etwas ganz Besonderes. Halten Sie genau diesen Moment fest, indem Sie einen Gipsabdruck vom Höhepunkt ihrer Schwangerschaft anfertigen lassen. Eine Erinnerung der Extraklasse, einzigartig und individuell gestaltbar.

45 Min...... € 85

ZUSÄTZLICH EMPFEHLEN WIR FÜR SCHWANGERE

Gesichtsbehandlungen

S. 10 - 15

Pediküre & Maniküre

S. 18

Lymphdrainage
für die Beine

S. 30



SALIENTES RUNCADA GESCHENK GUTSCHEINE

WOHLFÜHLMOMENTE FÜR BESONDERE MENSCHEN

Wenn es ein besonderes Geschenk für einen besonderen Menschen sein soll, dann liegen Sie mit einem **„Salientes Runcada-Wellness“-Geschenkgutschein** immer richtig. Sie verraten uns einfach, was es sein soll und wir bereiten Ihnen einen ansprechenden Geschenkgutschein vor. Auf Wunsch senden wir ihn gerne als besondere Überraschung an die gewünschte Adresse.

Machen
Sie Ihren
LIEBSTEN
eine FREUDE!

Melden Sie sich
an der **REZEPTION**
oder in der **SALIENTES
RUNCADA
WELLNESSWELT!**



www.sonnwies.com