

2026
DEUTSCH

An aerial photograph of a swimming pool with a person swimming. The pool is covered with a blue mesh net. The water is clear blue, and the person is in the upper right quadrant, creating ripples. The pool deck is visible on the left side.

SPA R E I S E

BY
KRALLER
HOF

Spa-Etiquette.

FÜR EINEN ENTSPANNTEN AUFENTHALT

RUHE UND ENTSPANNUNG

Bitte respektieren Sie die Ruhe anderer Gäste.
Bitte vermeiden Sie laute Gespräche und Telefonate.

VERBOT VON FOTOGRAFIEREN UND FILMEN

Um die Privatsphäre aller Gäste zu schützen, ist das Fotografieren und Filmen in den Spa-Bereichen, vor allem in den Saunen, untersagt.

KLEIDERORDNUNG IN DEN SAUNEN

Die Saunen (mit Ausnahme der Familiensauna im Hallenbad) sind Nacktbereiche. An der Refugium-Rezeption können Sie Saunakilts ausleihen. Um die Hygiene zu gewährleisten, nutzen Sie bitte bei Ihrem Saunagang ein Handtuch als Unterlage.

BADESCHUHE SIND PFLICHT

Der Zutritt zu den Spa-Bereichen ist nur mit Badeschuhen gestattet, um die Hygiene und Sicherheit zu gewährleisten.

HYGIENE IN DEN EINRICHTUNGEN

Vor der Nutzung von Pools, Whirlpools und Saunen ist es verpflichtend zu duschen.

RESERVIERUNG VON LIEGEN

Das Reservieren von Liegen mit Handtüchern ist nicht gestattet, um allen Gästen eine faire Nutzung zu ermöglichen.

ALTERSBESCHRÄNKUNGEN

Der Zutritt zum ATMOSPHERE by Krallerhof und Refugium ist ab 15 Jahren gestattet. Die Familiensauna sowie der Familien-Indoor- und Outdoor-Pool sind auch für Kinder zugänglich.

INDIVIDUELLE BETREUUNG NACH IHREN WÜNSCHEN

Für Ihre Behandlungen stehen Ihnen qualifizierte weibliche und männliche Therapeuten zur Verfügung.

Gerne berücksichtigen wir Ihre persönliche Präferenz bei der Reservierung. Sollten wir keine Informationen von Ihnen erhalten, übernehmen wir die Einteilung sorgfältig und passend für Sie.

Inhalt.

REGENERATION & LONGEVITY

IM KRALLERHOF

Innovative Therapien _____ 6

MASSAGEN

Klassische Massagen _____ 10

Massagen zum Wohlfühlen _____ 11

Massagen mit Tiefenwirkung _____ 12

ILUMAA Effect _____ 13

Massagen aus aller Welt _____ 14

FACIAL

VISIA® Hautanalyse _____ 18

Jetpeel™/Jetpro™ Duo _____ 18

QMS _____ 19

SkinCeuticals _____ 21

Weitere Gesichtsbehandlungen _____ 22

Zubuchbare Leistungen _____ 23

BODY

Peelings und Packungen _____ 26

Anti-Cellulite-Behandlung _____ 27

Pflegebäder _____ 28

Nagelpflege _____ 28

Depilation _____ 29

Fitness _____ 29

SPECIALS

Private Spa _____ 32

Wohlfühlpakete _____ 32

Pakete Longevity & Regeneration _____ 33

Spa Öffnungszeiten & Stornobedingungen _____ 34



Longevity.

Longevity bedeutet für uns nicht Optimierung, sondern eine gute Beziehung zum eigenen Körper.

Es geht um Regulation und die richtigen Reize. Haut, Nervensystem und Stoffwechsel sehen wir als zusammenhängendes System.

Unsere Anwendungen setzen Impulse, damit der Körper langfristig stabil, widerstandsfähig und gesund bleibt.

Longevity.

INNOVATIVE THERAPIEN

KÄLTE-THERAPIE/KRYO

Nur 3 Minuten in der Kältekammer bieten zahlreiche, wissenschaftlich belegte gesundheitliche Vorteile. Auch im Spitzensport wird die Behandlung für ihre stimulierende Wirkung auf Zellen und Immunsystem geschätzt. Die Anwendung fördert die Blutzirkulation und hilft bei der Schmerzlinderung, der Fettverbrennung, der Aktivierung des Zellstoffwechsels und der Unterstützung bei Entzündungsprozessen.

- _verbessert das Hautbild
- _vorteilhaft bei rheumatischen Erkrankungen und Arthrose
- _hilft bei Schuppenflechte, Neurodermitis
- _reduziert die Stresshormone
- _steigert die Kollagenbildung
- _strafft das Bindegewebe

EINZELBEHANDLUNG & BERATUNG
15 MIN. | 45 €

5ER-PAKET | 190 €

10ER-PAKET | 360 €

ROTLICHT-THERAPIE

Diese 6-minütige Rotlichttherapie unterstützt die Energieproduktion der Zellen. Sie aktiviert die Mitochondrien, steigert die ATP-Bildung und verbessert damit die zelluläre Leistungsfähigkeit. Das fördert Heilungsprozesse, Gewebereparatur und Regeneration. Gleichzeitig wirkt die Photobiomodulation entzündungshemmend und reduziert oxidativen Stress.

- _Anti-Aging und verbesserte Hautgesundheit durch Kollagensynthese
- _beschleunigte Regeneration nach sportlichen Aktivitäten und Unterstützung der Muskelreparatur
- _Reduzierung von Entzündungen und Beschleunigung der Heilungsprozesse
- _Steigerung der Zellenergie durch Anregung der Zellatmung und ATP-Produktion
- _Verbesserung der Schlafqualität durch die Regulation von Serotonin und Melatonin
- _Stärkung des Immunsystems durch Aktivierung der weißen Blutkörperchen

EINZELBEHANDLUNG & BERATUNG
15 MIN. | 45 €

5ER-PAKET | 190 €

10ER-PAKET | 360 €

IHHT-SAUERSTOFF-THERAPIE

Das IHHT, bekannt als Intervall-Hypoxie-Hyperoxie-Therapie, ist ein innovatives Verfahren, das durch abwechselnde niedrige und hohe Sauerstoffkonzentrationen den Körper trainiert und somit die körperliche Leistungsfähigkeit steigert. In der Hypoxie-Phase (niedrig) passt sich der Körper an Sauerstoffknappheit an, indem er die Produktion roter Blutkörperchen steigert, was die Sauerstoffversorgung im Körper verbessert. Die folgende Hyperoxie-Phase (hoch) versorgt den Körper mit einem Überfluss an Sauerstoff, was die Mitochondrien stimuliert und zur Zellteilung anregt, was wiederum den Energiestoffwechsel optimiert. Dieses Training, das Bedingungen großer Höhen simuliert und auch im Spitzensport eingesetzt wird, hat vielfältige positive Effekte auf den Organismus:

- _Stärkung des Immunsystems
- _kann die Fettverbrennung ankurbeln
- _verbessert Sauerstoffverwertung im Körper
- _hilft Stress zu reduzieren
- _stärkt das Herz-Kreislauf-System sowie die Lungenfunktion
- _steigert die sportliche Leistungsfähigkeit

EINZELBEHANDLUNG & BERATUNG
50 MIN. | 75 €

5ER-PAKET | 320 €

10ER-PAKET | 590 €

UNSER REGENERATIONS-TIPP

Kombinieren Sie Kältekammer und Rotlicht direkt hintereinander. Die Kälte sorgt dafür, dass das Gewebe aufnahmefähiger wird. Das Rotlicht kann tiefer wirken und seine Effekte verstärken sich deutlich. Ein kurzer Reset mit maximalem Nutzen.



LONGEVITY FÜR DIE OHREN

Entdecken Sie unseren Podcast und lauschen Sie den Geheimnissen von spannenden Persönlichkeiten aus dem Bereich Biohacking und Gesundheit.

JETZT REINHÖREN!



Massagen.

Massagen sind eine Einladung an den Körper, loszulassen.

Berührung gehört zu den stärksten Regulationsinstrumenten, die wir haben.

Sie löst Spannung, beruhigt das Nervensystem und führt den Körper zurück in seine eigene Ordnung – dorthin, wo Regeneration möglich wird.



Massagen.

KLASSISCHE MASSAGEN

TEILKÖRPERMASSAGE

Eine Teilkörpermassage fokussiert sich auf bestimmte Körperregionen, um gezielt Verspannungen zu lösen und die Durchblutung zu verbessern. Sie ist ideal für Menschen mit lokalen Verspannungen.

25 MIN. | 55 €

Wählen Sie Ihren Schwerpunkt:

- _Rücken
- _Nacken und Kopf
- _Beine und Füße

GANZKÖRPERMASSAGE

Eine Ganzkörpermassage bietet eine Behandlung, die den gesamten Körper miteinbezieht, von Kopf bis Fuß. Diese Art der Massage zielt darauf ab, allgemeine Verspannungen zu lösen, die Durchblutung zu fördern und ein tiefes Gefühl der Entspannung und des Wohlbefindens zu schaffen.

50 MIN. | 109 €

GANZKÖRPERMASSAGE BALANCE ALPINE 1000+

Behandelt wird mit einem speziellen Balance Alpine 1000+ Massageöl (wärmend oder kühlend) in Verbindung mit spagyrischen Wirkstoffen mit besonders tiefgreifender Wirkung.

50 MIN. | 109 €

SPORTMASSAGE

Ob mit wärmendem oder kühlendem Sportöl, die Sportmassage lindert oder löst körperliche Probleme, die durch einseitige Belastung bei bestimmten Sportarten entstehen.

50 MIN. | 119 €

RÜCKEN-EXKLUSIV-MASSAGE

Mit einer Kombination aus klassischer Rückenmassage und Hot-Stone-Therapie wird der gesamte Rücken inklusive Nacken behandelt. Die Wärme der Steine sorgt für intensive Tiefenwirkung, entspannt die Muskulatur und verstärkt die Durchblutung. Dabei lösen sich hartnäckige Verspannungen.

50 MIN. | 119 €

MASSAGEN ZUM WOHLFÜHLEN

AROMAÖLMASSAGE

Bei dieser Behandlung, einer Form der Ganzkörpermassage, werden alle Teile des Körpers behandelt. Das Erlebnis wird durch die Anwendung spezieller ätherischer Öle bereichert. Ihre aktiven Inhaltsstoffe werden sowohl über die Haut als auch über die Nase aufgenommen und wirken über die Nervenbahnen sowie den Blutkreislauf auf den Körper.

40 MIN. | 80 €

Dabei können Sie folgende Optionen wählen:

- _Rose & Vanille – harmonisierend und beruhigend
- _Lemongras & Minze – revitalisierend und entgiftend
- _Orange & Grapefruit – erfrischend und stimmungsaufhellend

ST BARTH HARMONY

Eine sanfte Körpermassage mit speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten intensiven Pflegeölen von Ligne St Barth.

50 MIN. | 90 €

25 MIN. | 45 €

Wählen Sie zwischen:

- _Kokosnussöl – zur intensiven Versorgung von besonders trockener Haut
- _Avocado-Öl – hydratisiert und entspannt - unterstützt die Elastizität unserer Haut
- _Menthol/ Kampfer Öl – lockert und stimuliert - vor oder nach dem Sport

HOT STONE

Diese Massage arbeitet mit natürlich geformten Basaltsteinen, welche auf ca. 50 °C erhitzt werden. Das tiefe Eindringen der Wärme in den Körper verstärkt die entspannende Wirkung. Muskelverkrampfungen lösen sich, die Versorgung der Zellen mit Sauerstoff und der Abtransport von Säuren werden gefördert. Gleichzeitig findet auch eine geistige und seelische Lösung von Stress und innerer Anspannung statt. Das Wohlbefinden wird gesteigert und das innere Gleichgewicht wiederhergestellt. Diese Massage ist auch ideal bei Gelenksproblemen, Muskelkater, Verdauungsproblemen und zur Erhöhung des Fett- und Gewebestoffwechsels.

80 MIN. | 136 €

MASSAGEN MIT TIEFENWIRKUNG

FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Die Füße, reich an Nervenenden und feinen Verzweigungen, sind besonders empfänglich für Stimulation. Diese Art der Massage verbessert die Blutzirkulation und zielt darauf ab, die körpereigenen Heilkräfte zu fördern.

40 MIN. | 82 €

Hilfreich bei:

- _Kopfschmerzen und Migräne
- _Erschöpfung und Stress
- _Verdauungsproblemen
- _Innerer Unruhe und Nervosität
- _Schlafproblemen

KOMBINATION: TEILKÖRPER- & FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Die ideale Verbindung aus Fußreflexzonen- und Teilkörpermassage (nach Wahl: Rücken, Nacken/Kopf, Beine/Füße) bietet eine ganzheitliche Behandlung, die sowohl die tiefliegenden als auch die oberflächlichen Spannungen des Körpers adressiert.

50 MIN. | 99 €

FASZINATION BEWEGUNG

Die neu entwickelte Anwendung „Faszination Bewegung“ ist Bestandteil der Methode Balance Alpine 1000+ auf Basis aktuellster sport- und bewegungswissenschaftlicher Grundlagen. Aus der Kombination der Faszienbehandlung mit klassischen Massagegriffen und einem sogenannten Faszienmesser werden Verspannungen und Verklebungen der Muskulatur und Faszien gelöst.

50 MIN. | 109 €

MANUELLE LYMPHDRAINAGE

Diese Methode ist eine sanfte Massageform, die sich durch streichende Bewegungen auszeichnet. Ihr Hauptziel ist die Förderung der Entgiftung des Körpers, indem sie den Lymphfluss verbessert und die Immunfunktion optimiert. Ideal bei Wassereinlagerungen, Cellulite, Hautproblemen, chronischer Erschöpfung, Verdauungsstörungen und Migräne.

GESICHT
25 MIN. | 55 €

KÖRPER
50 MIN. | 99 €

ILUMAA EFFECT

Die brasilianische Lymphdrainage kombiniert sanfte, rhythmische Bewegungen mit gezieltem Druck, um das Gewebe zu entstauen und zu entgiften. ILUMAA vereint Lymphdrainage und formende Shapinggriffe, wodurch Wassereinlagerungen reduziert, das Gewebe gestrafft und die Silhouette natürlich definiert wird – mit sofort sichtbaren Ergebnissen. Die Behandlung eignet sich ideal nach Operationen zur schnelleren Heilung, Schwellungsreduktion und Unterstützung der Narbenbildung, hilft bei Gewichtsreduktion durch Stoffwechselaktivierung und Celluliteminderung, fördert bei Sportler:innen die Regeneration und steigert bei Gesundheitsbewussten das allgemeine Wohlbefinden durch Stärkung des Immunsystems.

Sie aktiviert den Lymphfluss, unterstützt die Entgiftung, glättet und strafft die Haut, definiert die Körperkontur und fördert Energie, Vitalität und Abwehrkräfte.

BRASILIANISCHE LYMPHDRAINAGE

- _Entgiftet
- _Reduziert Cellulite, Ödeme, Schwellungen
- _Aktiviert Blutkreislauf und Stoffwechsel
- _Entwässert den Körper
- _Definiert die Körperkonturen
- _Entspannt und reduziert Stress

50 MIN. | 139 €

BODYSHAPING

Brasilianische Lymphdrainage und Bodyshaping/Sculpting.

50 MIN. | 139 €

- _Reduktion von Cellulite
- _Verringert Schwellungen
- _Glattere Haut
- _Definiertere Silhouette
- _Sofort-Effekt

FACE

Auch geeignet für Schwangere.

25 MIN. | 75 €

- _Sofortiger Lifting-Effekt
- _Reduziert Schwellungen
- _Betont die Gesichtsform
- _Fördert den Lymphfluss
- _Beschleunigt Stoffwechsel
- _Fördert die natürliche Revitalisierung der Haut
- _Gibt der Haut einen Glow

FACE & BODYSHAPING

All-In-One Paket: Brasilianische Lymphdrainage an Körper und Gesicht inkl. Shaping & Modellage.

80 MIN. | 214 €

FÜR ZUHAUSE

- _Lymphatic Dry Brush
- _Lymphatic Body Oil

1 SET | 65 €

MASSAGEN AUS ALLER WELT

SHIATSU (JAPAN)

Die Technik löst Energieblockaden. Shiatsu bedeutet wörtlich übersetzt Finger- bzw. Daumendruck. In der Praxis kann diese Technik aber auch mit der Handfläche, dem Ellbogen, Fuß oder Knie auf die Druckpunkte ausgeführt werden. Einfache Dehnungen, Rotationen und eben jener Druck aktivieren die Lebensenergie sowie die Selbstheilungskräfte. Zusätzlich beinhaltet Shiatsu auch Techniken aus dem physiotherapeutischen, osteopathischen Bereich und wirkt daher positiv bei Gelenksproblemen, Wirbelsäulen- und Rückenbeschwerden, Verdauungsproblemen etc. Bitte bequeme Sportkleidung anziehen.

SHIATSU CLASSIC
50 MIN. | 99 €

SHEN-SHIATSU
80 MIN. | 145 €

LOMI LOMI NUI (HAWAII)

Ganzheitliches Entspannungsritual aus Hawaii mit fließenden, wellenartigen Bewegungen, tiefem Druck und warmem Öl. Die mit Händen und Unterarmen ausgeführten Streichungen lösen körperliche und emotionale Verspannungen, fördern die Durchblutung, dehnen die Muskulatur und lassen Energie frei fließen.

80 MIN. | 149 €

MUKABHYANGA (INDIEN)

Sanfte ayurvedische Kopf-, Nacken und Gesichtsmassage. Durch sanfte Streichbewegungen wird eine Beruhigung des Geistes (Vata) erreicht. Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich, die durch Stress entstanden sind, werden gelöst und können spürbar nachlassen.

50 MIN. | 102 €

ABHYANGA (INDIEN)

Eine ayurvedische Ganzkörpermassage mit Öl, die von Kopf bis Fuß reicht. Dabei werden flächige Streichbewegungen und kreisende Massagen im gleichmäßigen Rhythmus durchgeführt, um die Energie im Körper zum Fließen zu bringen.

80 MIN. | 160 €

ABHYANGA MIT SHIRODARA (INDIEN)

Der Stirnölguss, ist eine besondere Form der Behandlung, bei der warmes Öl in einem gleichmäßigen, sanften Strahl über die Stirn gegossen wird. Diese Kombination aus Ganzkörper-Ölmassage und Stirnölguss hilft dabei, sowohl physische als auch emotionale Blockaden zu lösen, fördert die Durchblutung und unterstützt, den Körper und Geist in Einklang zu bringen.

90 MIN. | 180 €

PADABHYANGA (INDIEN)

Ayurvedische Massage an Fuß, Waden und Knie. Hier stehen Ihre Füße im Mittelpunkt, jene werden sanft gedehnt und massiert.

50 MIN. | 98 €

EINE ACHTSAM AUSGEFÜHRTE MASSAGE IST WEIT MEHR ALS ENTSPANNUNG:
SIE LÖST FASZIALE SPANNUNGEN, FÖRDERT DURCHBLUTUNG UND LYMPHFLUSS, REGULIERT DAS STRESSSYSTEM UND SCHAFFT DAMIT DIE GRUNDLAGE FÜR NACHHALTIGE REGENERATION, BEWEGLICHKEIT UND GESUNDE ZELLVITALITÄT – EIN STILLER, ABER KRAFTVOLLER BAUSTEIN MODERNER LONGEVITY.

IN KOMBINATION MIT WÄRMENDEN FANGO-PACKUNGEN ODER GEZIELTEN ROTLICHTANWENDUNGEN ENTFALDET DIE MASSAGE IHRE WIRKUNG NOCH INTENSIVER: DIE WÄRME ÖFFNET DAS GEWEBE, FÖRDERT DIE DURCHBLUTUNG UND BEREITET FASZIEN UND MUSKULATUR OPTIMAL VOR, SODASS SPANNUNGEN TIEFER GELÖST UND REGENERATIVE PROZESSE NACHHALTIG AKTIVIERT WERDEN.



Facial.

Die Haut altert nicht einfach. Sie reagiert.

Auf Stress, Schlaf und Stoffwechsel. Hautgesundheit ist daher kein reines Kosmetikthema, sondern ein Spiegel innerer Regulation. Langfristige Hautgesundheit entsteht durch präzise Analyse, hochwirksame Wirkstoffe und das Zusammenspiel gezielter Anwendungen, die eine optimale Regeneration der Haut ermöglichen.

Facial.

VISIA® HAUTANALYSE

IHRE HAUT BESITZT EIN GEDÄCHTNIS.

Mit unserer Hightech-Hautanalyse VISIA® Gen7 zeigen wir Ihnen, welche Signale und Bedürfnisse Ihre Haut in der Tiefe anzeigt. Auf dieser fundierten Grundlage erstellen wir Ihren optimalen Regenerations- und Aufbauplan. Mit der richtigen Behandlung können Sie schon nach kurzer Zeit beeindruckende Vorher-Nachher-Ergebnisse sehen.

Dieser messbare, tiefe Einblick bildet die wissenschaftliche Grundlage Ihrer FIRST CLASS-Schönheitsbehandlung und wurde vom Weltmarktführer Canfield entwickelt. Mit VISIA® Gen7 wird Ihre Hautarchitektur anhand von Schlüsselfaktoren wie Linien und Fältchen, UV-Schäden, Rötungen und Entzündungen sichtbar gemacht. Zusätzlich berechnet VISIA® Ihr relatives Hautalter – das sogenannte TrueSkinAge®.

Auf Basis dieser Analyse und Ihrer individuellen Wünsche erstellen wir Ihr persönliches Behandlungs-Menü, das Sie Ihrer Vorstellung von gesunder und schöner Haut näherbringt.

JETPEEL™/JETPRO™ DUO

DER LIEBLING DER HOLLYWOODSTARS
FÜR GESUNDE, SCHÖNE HAUT.

Diese Technologie gilt in Hollywood längst als Geheimtipp – jetzt ist sie auch bei uns erlebbar. JetPeel™ ist eine patentierte, nicht-invasive Methode zur Hautverjüngung mit sofort sichtbarem Effekt. Sanft, schmerzfrei und berührungsfrei.

Ein feiner Aerosolstrahl wird mit hoher Geschwindigkeit auf die Haut aufgebracht und transportiert hochkonzentrierte Wirkstoffe wie Hyaluronsäure, Wachstumsfaktoren oder Anti-Aging-Booster tief in die Haut – ganz ohne Nadeln. Die sogenannte Hydroporation verbindet Tiefenreinigung, Lymphaktivierung und gezielte Wirkstoffversorgung in einem Schritt.

Mit über 50 individuell kombinierbaren Boostern wird jede Behandlung präzise auf die Bedürfnisse der Haut abgestimmt – von Detox über Anti-Aging bis hin zu Beruhigung und Konturstraffung.

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- _Glättung feiner Linien & Fältchen
- _Tiefenhydratisierung mit Langzeiteffekt
- _Verfeinerung bei Akne, Pigmentflecken & Couperose
- _Mehr Spannkraft, Klarheit und Frische

FIRST CLASS CHECK-IN

Ihre persönliche Hautanalyse
inklusive Therapieplan. Inkl.
10 % auf das erste Produkt.
25 MIN. | 57 €

BEHANDLUNGEN

GESICHT, HALS
50 MIN. | 249 €

GESICHT, HALS, DEKOLLETÉ
80 MIN. | 320 €

QMS

QMS Medicosmetics unterscheidet sich grundlegend von herkömmlichen Kosmetikmarken, da sie ihre Wurzeln in der medizinischen Forschung hat. Der Fokus liegt auf hochwertigen Anti-Aging-Wirkstoffen wie hautidentischem Kollagen und Hyaluronsäure. Diese natürlichen Bestandteile des Körpers fördern die Eigenregeneration der Haut, indem sie ihre Aufnahme unterstützen und so zu einer sichtbar revitalisierten Haut verhelfen.

QMS COLLAGEN RESET

Diese Behandlung eröffnet den Zugang zur Welt der QMS-Gesichtspflege und macht ihre Ergebnisse unmittelbar erlebbar. In 50 Minuten wird die Haut gezielt aktiviert, gestärkt und neu ausbalanciert. Die Reset-Behandlung vereint die essenziellen Prinzipien der QMS-Philosophie und führt die Haut zurück in ihre natürliche Balance – intensiv durchfeuchtet, tief genährt und sichtbar belebt. Hochkonzentrierte Wirkstoffe und moderne Technologie greifen perfekt ineinander und entfalten ihre Wirkung in einer fein abgestimmten Choreografie. Das Ergebnis zeigt sich sofort: frische Ausstrahlung, neue Spannkraft und ein Hautbild, das nachhaltig regeneriert und deutlich verfeinert wirkt.

- _Deep Cleaning (Reinigen)
- _Peeling
- _Algenmodellage (Algen-Maske)
- _Kollagen
- _Massage
- _Abschlusspflege

50 MIN. | 99 €

QMS ACTIVATOR

Perfekt für trockene und sensible Haut. Durch die Anwendung einer speziellen Vliesmaske, angereichert mit hochmolekularer Hyaluronsäure, wird die Feuchtigkeitsbindung Ihrer Haut verbessert. Diese Behandlung harmonisiert Hautfunktionen, fördert die Durchblutung und bietet intensive Feuchtigkeitszufuhr. Erleben Sie, wie Ihre Haut nach der Behandlung frisch und erholt wirkt.

- _Deep Cleaning (Reinigen)
- _Peeling
- _Algenmodellage (Algen-Maske)
- _Kollagen Seren
- _Activator + Tab Massage
- _Abschlusspflege

80 MIN. | 149 €

QMS COLLAGEN RESTORE

Diese Gesichtsbehandlung setzt gezielt dort an, wo die Haut an Spannkraft und Volumen verliert. Hochwirksame Kollagenformulierungen, regenerationsfördernde Peptide und eine exklusive Stammzellen-Complex-Maske aktivieren die hauteigenen Erneuerungsprozesse und verbessern die Hautstruktur sichtbar. Gleichzeitig wird intensiv Feuchtigkeit in die Haut eingeschleust, die Regeneration unterstützt und die Hautbarriere nachhaltig gestärkt. Die Haut wirkt stabiler, praller und deutlich geglättet. Das Ergebnis ist ein sichtbar gestrafftes Hautbild mit mehr Volumen, reduzierten Linien und einer ebenmäßigen, geschmeidigen Textur. Ein intensives Anti-Aging-Erlebnis mit sofort spürbarer Wirkung.

- _Deep Cleaning
- _Peeling
- _Sheet Maske mit Stammzellen
- _Algenmodellage (Algen-Maske)
- _Straffendes Kollagen-Serum
- _Massage
- _Abschlusspflege

80 MIN. | 165 €

QMS PURE OXYGEN

Diese Top Anti-Aging-Behandlung bringt Wirkstoffe effektiv und nachhaltig in Ihre Haut ein. Dank der Verwendung von 98% reinem Sauerstoff, der mit einem Oxygen Energy Applicator eingeschleust wird, in Kombination mit Stammzellen, Kollagen und Hyaluronsäure, erhält Ihre Haut einen außergewöhnlichen Frischekick. Kohlendioxid wird effizient abgebaut, während neuer Sauerstoff tief in die Zellen eindringt und sie regeneriert. Das Ergebnis ist ein gesund aussehender, frischer Teint.

- _Deep Cleaning (Reinigen)
- _Peeling
- _Algenmodellage (Algen-Maske)
- _Straffendes Kollagen-Serum
- _Oxygen Boost mit H₂O Hyaluron Oxygen Serum
- _Einschleusung von 98% reinem Sauerstoff mit Oxygen Energy Applicator
- _Massage
- _Abschlusspflege

80 MIN. | 165 €

SKINCEUTICALS

Bei unseren Premium Treatments verwenden wir nahezu ausschließlich Produkte der Marke SkinCeuticals, der weltweit führenden Marke im medizinisch ästhetischen Hautpflegebereich. Individuelle Pflegerituale auf wissenschaftlich fundierter Wirkstoffbasis harmonisieren das Hautbild gezielt, korrigierend und regenerierend. Mit sofort sichtbaren Ergebnissen.

FEUCHTIGKEITSARME HAUT

Die aufbauende Behandlung von SkinCeuticals versorgt feuchtigkeitsarme Haut tiefenwirksam mit essenzieller Hydratation und verbessert spürbar ihre Elastizität. Durch die gezielte Stärkung der Hautbarriere werden Trockenheit und Spannungsgefühle reduziert, während gestresste Haut beruhigt und gleichzeitig vor umweltbedingten Belastungen geschützt wird. Das Hautbild wirkt unmittelbar glatter, geschmeidiger und sichtbar frischer. Die Behandlung ist für alle Hauttypen geeignet, insbesondere bei trockener, fahler oder gespannter Haut, und erzielt sofort sichtbare Ergebnisse, ganz ohne Ausfallzeit.

Behandlungsablauf:

- _Sanfte Reinigung
- _Gel Peel™
- _Hochwertige Seren, abgestimmt auf den Hauttyp
- _Gezielte Massage zur Durchblutungsförderung
- _Pflegeabschluss mit Sonnenschutz

GESICHT
50 MIN. | 150 €

GESICHT, HALS, DEKOLLETÉ
80 MIN. | 240 €

SKIN LONGEVITY RITUAL

Regenerierendes Anti Aging Ritual mit Fokus auf Hautqualität und Spannkraft. Die Behandlung arbeitet mit hochkonzentrierten Wirkstoffen, um die Haut gezielt zu glätten, zu nähren und die Hautbarriere zu stärken. Besonders wirksam im Augen und Wangenbereich, dort, wo erste Ermüdungszeichen sichtbar werden. Ziel ist es, Leuchtkraft, Frische und eine ruhige Ausstrahlung der Haut wieder zu aktivieren.

Behandlungsablauf:

- _Sanfte Reinigung
- _Gel Peel™
- _Hochwertige Seren, je nach Hauttyp
- _Gezielte Massage zur Durchblutungsförderung
- _Pflegeabschluss mit Sonnenschutz

GESICHT
50 MIN. | 150 €

GESICHT, HALS, DEKOLLETÉ
80 MIN. | 240 €

GLOW TO GO MIT SKINCEUTICALS

Intensives Kurz-Treatment mit hochwirksamem chemischem Peeling von SkinCeuticals. Ideal für besondere Anlässe oder als schneller Energieimpuls für die Haut. Feuchtigkeit, Spannkraft und Glow in kompakter Zeit, ohne Überbehandlung. Keine Ausfallzeit.

Behandlungsablauf:

- _Sanfte Reinigung
- _Micro Peel 30™
- _Gezielte Wirkstoffampulle
- _Glow Maske
- _Pflegeabschluss mit Sonnenschutz

EVEN TONE BEHANDLUNG MIT SKINCEUTICALS

Diese Behandlung wirkt gezielt gegen Pigmentflecken und ungleichmäßigen Teint. Durch sanfte Exfoliation werden verfärbte Hautzellen abgetragen und die Zellerneuerung aktiviert. Hochwirksame Antioxidantien mit Vitamin C unterstützen die Haut dabei, Hyperpigmentierungen zu mildern, den Teint sichtbar aufzuhellen und vor umweltbedingten Schäden zu schützen. Das Ergebnis ist ein ebenmäßigeres, klareres Hautbild mit neuer Strahlkraft. Keine Ausfallzeit.

Behandlungsablauf:

- _Sanfte Reinigung
- _Pigment Balancing Solution Peeling
- _Gezielte Wirkstoffampulle
- _Spezielle Maske zur Hautregeneration
- _Pflegeabschluss mit Sonnenschutz

WEITERE GESICHTSBEHANDLUNGEN

REVIDERM SKINPEELER MIKRODERMABRASION

Entdecken Sie den Schlüssel zu strahlender Haut – Mikrodermabrasion. Diese hochwirksame Tiefenpeeling-Behandlung nutzt feine Mikrokristalle, um Ihre Haut sanft zu verjüngen, ganz ohne Schmerzen. Erleben Sie, wie Ihre Poren feiner werden und sich Ihre Hauttextur spürbar glättet und weich anfühlt schon nach einer Behandlung.

Mit dieser schonenden, doch effektiven Technik können Sie gezielt behandeln:

- _licht- und altersgeschädigte Haut
- _stark verhornte Haut
- _Pigmentstörungen
- _Unreinheiten

Nach der Anwendung bitte 24 Stunden keine Sauna nutzen.

GESICHT
30 MIN. | 90 €

GESICHT, HALS, DEKOLLETÉ
60 MIN. | 150 €

GESICHT, HALS, DEKOLLETÉ
50 MIN. | 150 €

50 MIN. | 120 €

80 MIN. | 180 €

INDIVIDUELLE GESICHTSBEHANDLUNG

Wir richten unseren Fokus ganz auf die einzigartigen Bedürfnisse Ihrer Haut. Diese maßgeschneiderte Behandlung wird individuell auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt und beinhaltet Pflegeprodukte, die perfekt zu Ihrem Hauttyp passen.

50 MIN. | 99 €

80 MIN. | 152 €

NATUR PUR GESICHTSBEHANDLUNG MIT BALANCE ALPIN 1000+ NATURKOSMETIK

Erleben Sie eine Gesichtsbehandlung, die Ihre Haut mit alpiner Naturkraft verwöhnt. Die Behandlung umfasst Reinigung, Peeling, spagyrische Durchfeuchtung, ein Harmonisierungsritual, Augenpflege, Massage von Hals, Dekolleté und Gesicht, Feuchtigkeitsmaske und abschließende Pflege. Die verwendeten Produkte sind frei von künstlichen Farbstoffen, Konservierungsstoffen, Mineralölen, Paraffinen und Parabenen und daher für alle Hauttypen geeignet, besonders für sensible und irritierte Haut.

50 MIN. | 99 €

ZUBUCHBARE LEISTUNGEN

OPTIONAL ZU JEDER GESICHTSBEHANDLUNG BUCHBAR:

ULTRASCHALL

Entdecken Sie jugendlichere und straffere Haut mit unserem innovativen Ultraschallgerät, womit die Wirkstoffe tiefer in die Haut gelangen. Die 10-MHz-Ultraschallwellen dringen gezielt in die Haut ein und fördern die Produktion von Kollagen und Elastin. Dies führt zu einer sichtbaren Straffung.

15 MIN. | 35 €

WIMPERN

FÄRBEN | 20 €

AUGENBRAUEN

FACONIEREN 15 MIN. | 15 €

FÄRBEN & FACONIEREN
20 MIN. | 23 €

AUGENBRAUEN & WIMPERN

FÄRBEN & AUGENBRAUEN IN
FORM BRINGEN 25 MIN. | 40 €

Body.

Körperbehandlungen lösen Altes, fördern die Zellerneuerung und bringen Haut und Gewebe zurück in Balance.

Peelings und Packungen wirken dabei nicht oberflächlich. Sie unterstützen Durchblutung, Stoffwechsel und Hauterneuerung.



Body.

PEELING

ST BARTH SMOOTHING SCRUB

Ein karibisches Ganzkörperpeeling, das mit warmen Noten von Vanille und Kokosnuss verzaubert. Feinstes Kokospulver löst sanft überschüssige Hautschüppchen, während nährstoffreiches Kokosöl die Haut geschmeidig macht und intensiv pflegt. Der Vanilleextrakt schenkt zusätzliche Feuchtigkeit und ein glattes, beruhigtes Hautgefühl.

45 MIN. | 68 €

Als Abschluss umhüllt eine duftende, reichhaltige Vanille-Bodylotion die Haut und verlängert den Moment tiefer Entspannung.

ST BARTH SUNRISING

Eine wohltuende Ganzkörper-Peeling Massage, die Körper und Sinne mit den Schätzen der Natur verwöhnt. Vitaminreicher Ananasextrakt entfaltet seine enzymatische Wirkung und feinsten Sand lösen sanft abgestorbene Hautschüppchen. Nährendes Avocadoöl versorgt die Haut mit wertvollen Lipiden und hinterlässt ein geschmeidiges, vitales Hautgefühl.

45 MIN. | 68 €

Ein Ritual voller Ruhe und Reinheit: Die Haut wird in einen zarten, exotischen Duft gehüllt und fühlt sich danach seidig weich und glatt an.

PACKUNG & MASSAGE

ST BARTH PAMPERING

Eine außergewöhnliche Körperpackung mit dem warmen, beruhigenden Duft von Vanille. Die seidig-cremige Textur umhüllt die Haut wie ein sanfter Kokon und versorgt sie mit wertvollen Lipiden aus reinstem Kokosöl und ausgewählten pflanzlichen Essenzen.

70 MIN. | 105 €

Die anschließende Entspannungsmassage mit ruhigen, fließenden Streichbewegungen vertieft die Wirkung: Der Körper entspannt, die Haut wird glatt und genährt, die Sinne tauchen in einen Hauch von Inselgefühl ein. Ein wohltuendes Ritual, das nachklingt.

PACKUNG IN DER SCHWEBELIEGE

FANGOPACKUNG

Sie löst Verspannungen und eignet sich daher besonders zur Massagevorbereitung.

30 MIN. | 39 €

NACHTKERZENÖL-CREME-PACKUNG

Die cremige Essenz wird auf Ihren Körper aufgetragen. Bei ca. 36 °C schlummern Sie entspannt, während das kostbare Öl vermischt mit hochwertigen Cremes seine Wirkung entfaltet.

30 MIN. | 39 €

PEELING & PACKUNG

Die Softpackliege ermöglicht ein fast schwereloses Liegen, dadurch ist völlige Entspannung vorprogrammiert. Vor der Packung genießen Sie ein Peeling, die Haut wird dadurch optimal auf die nachfolgende Pflegepackung vorbereitet.

MEERESSALZPEELING & ALGENPACKUNG

Stark entchlackend und reinigend beeinflussen die Meeresalgen den Stoffwechsel positiv. Sie machen die Haut weich und geschmeidig. Gleichzeitig entfalten sie ihre entgiftende Wirkung.

50 MIN. | 102 €

ENZYMATISCHES FRUCHTSÄUREPEELING UND STAMMZELLEN CREME PACKUNG

Löst effektiv abgestorbene Hautzellen und die Packung arbeitet mit pflanzlichen Stammzellextrakten, die die Zellaktivität fördern, die Hautstruktur stärken und vorzeitiger Hautalterung entgegenwirken.

50 MIN. | 120 €

ANTI-CELLULITE-BEHANDLUNG

QMS ANTI-CELLULITE-CONTOURING-BEHANDLUNG

Hocheffektiv mit der formgebenden Anti-Cellulite-Contouring-Behandlung von QMS. Die Wirkstoffkombination aus drei revolutionären Produkten sorgt für gezielte Erfolge an Bauch, Oberschenkeln und Hüfte. Ein exzellentes Treatment, das die Hautstruktur sichtbar verfeinert und die Körperkonturen strafft.

Darin enthalten sind:

- _Schaum Enzym Peeling
- _Algenpackung und Fußmassage
- _Collagen-Bodylotion

QMS BEHANDLUNG
50 MIN. | 92 €
(BAUCH, HÜFTE, OBERSCHENKEL)

QMS BEHANDLUNG PLUS
60 MIN. | 113 €
(BAUCH, HÜFTE, OBERSCHENKEL,
OBERARME)

PFLEGEBAD

LIGNE ST BARTH DREAM-SCHÖNHEITSBAD

Ein individuelles Schönheitsbad mit einer besonderen Pflege- und Duftkomposition aus drei Zutaten: Mildes Duschgel wird nach Wunsch mit einem Körper-Öl und einer Bodylotion von Ligne St Barth zu einem pflegenden Badezusatz gemischt. Ein Ritual der Reinheit und sinnlichen Erfahrung: Das Bad versorgt die Haut, sie duftet und behält anschließend einen samtigen Schimmer.

25 MIN. | 29 €

ILUMAA LYMPHATIC BASENBAD

Entdecken Sie die revitalisierende Wirkung unseres Basenbades: Es lindert Muskelschmerzen, unterstützt bei Hautbeschwerden und fördert das allgemeine Wohlbefinden. Reich an Mineralien hilft es der Haut, sich zu regenerieren und straffer zu wirken. Rissige Haut wird wieder geschmeidig, fettige Haut wird beruhigt und reguliert. Selbst bei Neurodermitis und Schuppenflechte profitiert die Haut von der Wirkung basischer Bäder.

40 MIN. | 29 €

Kann auch im gebuchten Zimmer durchgeführt werden.

NAGELPFLEGE

MANIKÜRE

50 MIN. | 90 €

MIT LACK FÜR ZUHAUSE

55 MIN. | 99 €

PEDIKÜRE

50 MIN. | 90 €

MIT LACK FÜR ZUHAUSE

60 MIN. | 99 €

DEPILATION MIT WARM-WACHS

DEPILATION OBERLIPPE

10 MIN. | 20 €

DEPILATION KINN

15 MIN. | 20 €

DEPILATION NASEN BZW. OHRENHAARE

15 MIN. | 20 €

BEINE BIS KNIE (UNTERSCHENKEL)

25 MIN. | 39 €

BEINE GANZ

55 MIN. | 60 €

ACHSELN

20 MIN. | 29 €

RÜCKEN HERREN

45 MIN. | 69 €

BRUST HERREN

25 MIN. | 39 €

FITNESS

PERSONAL COACHING

(1 PERSON)
50 MIN. | 85 €

(2-3 PERS.)
50 MIN. | 70 € P.P.

YOGA PRIVATSTUNDE

Yoga ist der Weg, Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht zu bringen. Um die Lebensenergie (Prana) zu mobilisieren und die Energiezentren (Chakren) zu stimulieren. Die Wirkung – enormer Zuwachs an Stärke und Energie. Das Ziel jeder Yogaübung ist es, einen Zustand von Samadhi (Einswerden mit dem Göttlichen) zu erreichen. Jeder kann von den vielen positiven Wirkungen von Yoga profitieren. Auf die Art die innere Balance wiederherstellen und das Gefühl der Zentriertheit genießen.

(1 PERSON)
50 MIN. | 85 €

(2-3 PERSONEN)
50 MIN. | 70 € P.P.



Specials.

Manchmal braucht es mehr als eine einzelne Anwendung – sondern ein stimmiges Ganzes.

Unsere Verwöhnpakete sind bewusst komponierte Auszeiten für Paare, Damen und Herren. Sie bündeln gezielte Behandlungen zu einem Erlebnis, das Spannung löst, Regeneration unterstützt und Körper wie Nervensystem zurück in Balance bringt.

Der Private Spa schafft dabei Raum für Ruhe, Intimität und echte Erholung – ganz ohne Ablenkung. Nur Zeit. Und das Gefühl, wieder bei sich zu sein.

Specials

PRIVATE SPA

Erleben Sie ein privates Spa-Erlebnis für 2 Personen. Dieser luxuriöse Bereich steht Ihnen exklusiv zur Verfügung, um Ruhe, Entspannung und Wohlbefinden zu genießen. Der 50 m² große Bereich umfasst eine Dampfsauna, eine finnische Sauna und eine Doppelbadewanne, die zum Entspannen einlädt. Massagen und Bäder sind im Private Spa zubuchbar.

PRIVATE MOMENTE

_2 Stunden Private Spa Nutzung (2 PERSONEN)
_0,375 l Champagner-Flasche und Wasser 120 MIN. | 179 €
_Früchteteller

ZUBUCHBARE LEISTUNGEN

_Massagen siehe Seite 10–15
_Pflegebäder siehe Seite 28

WOHLFÜHLPAKETE FÜR TEENS

GLOWMANIA

Das Special für junge Damen bis 16 Jahre. 50 MIN. | 85 €
_Gesichtsbehandlung (30 Min.)
_Maniküre mit Lack

TEENS SPEZIAL

_Peeling 50 MIN. | 85 €
_Ausreinigung
_Gesichtsmassage
_Maske
_Abschlusspflege

WOHLFÜHLPAKETE FÜR SIE & IHN

KLEINE AUSZEIT FÜR SIE

Dieses ganzheitliche Regenerationsprogramm ist wie eine kleine Flucht aus dem Alltag. 175 MIN. | 302 €
_Pflegebäd (20 Min.)
_Gesichtsbehandlung (55 Min.)
_Maniküre ohne Lack (50 Min.)
_Ganzkörpermassage (50 Min.)

VERWÖHNTAG FÜR IHN

Das umfassende Pflegeprogramm für den Mann. 120 MIN. | 222 €
_Gesichtsbehandlung (50 Min.)
_Ganzkörpermassage (50 Min.)
_Fango-Packung (20 Min.)

WOHLFÜHLPAKETE LONGEVITY & REGENERATION

HAUTGESUNDHEIT & LONGEVITY

Gesunde Haut ist ein Spiegel innerer Balance. 70 MIN. | 175 €
_VISIA® Gen7 Hautanalyse
_Skinceuticals Behandlung nach Hautanalyse:
Feuchtigkeit, Anti Aging oder Even Tone

ENERGIE

_Kälte-Therapie (25 Min.) 100 MIN. | 150 €
_Rotlicht-Therapie (25 Min.)
_Ganzkörpermassage (50 Min.)

N
E
U

Beide Behandlungen fördern die Zellregeneration, außerdem wird bei der Rotlicht-Therapie die Kollagenproduktion angeregt und sie hat entzündungshemmende Eigenschaften. Die Massage löst Verspannungen am ganzen Körper.

Die Behandlungen können Sie individuell während Ihres Aufenthalts in Anspruch nehmen. Reservierung ist erbeten.

GLOW

_Intensives Kurz-Treatment mit hochwirksamem, chemischem Peeling von SkinCeuticals. (30 Min.) 105 MIN. | 230 €
_Kälte-Therapie oder Rotlicht-Therapie (25 Min.)
_Enzymatisches Körperpeeling mit Stammzellen
Creme Packung (50 Min.)

N
E
U

Die Gesichtsbehandlung verfeinert die Hautstruktur und verleiht Ihrer Haut ein frisches, jugendlich wirkendes Leuchten. Die Kältekammer regt die Zellregeneration bzw. die Kollagenbildung an. Die Rotlichttherapie hilft dabei, die Kollagenbildung zu aktivieren. Körperpeeling und Packung pflegen und nähren Ihren Körper.

Die Behandlungen können Sie individuell während Ihres Aufenthalts in Anspruch nehmen. Reservierung ist erbeten.

Spa Öffnungszeiten.

ATMOSPHERE

ATMOSPHERE SPA	_____	9.00–21.00 Uhr
INFINITY 50	_____	6.30–20.30 Uhr
SAUNABEREICH ATMOSPHERE	_____	11.00–19.30 Uhr
CAFÉ AM SEE	_____	11.00–19.00 Uhr

REFUGIUM

REFUGIUM REZEPTION	_____	9.00–18.00 Uhr
SAUNABEREICH REFUGIUM	_____	11.00–19.30 Uhr
FAMILIENSAUNA	_____	11.00–20.00 Uhr
SAUNA POOL	_____	12.00–18.00 Uhr
FAMILIEN-INDOOR-POOL	_____	7.00–23.00 Uhr
FAMILIEN-OUTDOOR-POOL	_____	11.00–18.00 Uhr
FITNESSBEREICH	_____	6.00–23.00 Uhr

Stornobedingungen.

Terminabsagen sind bis 24 Stunden vor Behandlungsbeginn kostenfrei möglich.

Bei kurzfristigeren Absagen (innerhalb 24 Stunden vor Behandlungsbeginn) oder Nichterscheinen erlauben wir uns, 100 % des Behandlungspreises in Rechnung zu stellen.



TAUCHEN SIE EIN IN DIE WELT DES KRALLERHOF UND ERFAHREN SIE MEHR ÜBER LONGEVITY UND REGENERATION IM KRALLERHOF.

