



wohl
fühler

Massage · Kosmetik · Bewegung · Fusspflege

Massages · Beauty · Movement · Foot Care

berühren touch

Berührungen stärken das Immunsystem.
Massagen helfen uns loszulassen.

Massagen, Aroma-Massagen

Massage, Aromatherapy massage

Sesamolmassage auf Steirisch

Ganzkörperbehandlung (einschl. Gesicht und Kopf) mit warmem Sesamöl, löst sanft Ihre Verspannungen und entschlackt den Körper
Full body treatment (including face and head) with warm sesame oil, gently releases its tension and detoxifies the body

ca. 90 Min. € 93,-

Lomi Lomi Nui - ein Fest für die Sinne

Lomi heißt auf Hawaii Massage. Hat aber nicht nur zum Ziel, verspannte Muskeln zu lockern, sondern spricht den ganzen Menschen an, löst innere Blockaden und die Psyche wird auf natürliche und sanfte Weise mitbehandelt.

- a feast for the senses
Lomi is the Hawaiian term for massage. Does not only aim to loosen tight muscles, but addresses the whole person, triggers internal blockades and the psyche is a natural and gentle way treated.

ca. 90 Min. € 93,-

Aromamassage Aromatherapy massage

Durch die Aufnahme der Duft- und Wirkstoffe der ätherischen Öle über die Haut und Nase sedieren oder beleben wir Ihren ganzen Körper
Your body is soothed or invigorated as it absorbs the aromatic and active substances of essential oils through the skin and the nose.

ca. 45 Min. € 44,-
ca. 60 Min. € 59,-

Kopf- und Gesichtlymphdrainage

Lymphatic drainage of the head and face
Gegen geschwollene Tränensäcke, Kopfschmerzen, Schnupfen, Verkühlung, Stress, Akne
For swollen tear sacs, headaches, colds, chills, stress, acne

ca. 30 Min. € 37,-

Lymphdrainage Lymphatic drainage

Gegen Stauungen in den Extremitäten, bei akuten Schmerzen z. B. nach Operationen
For congestion in the extremities, acute pain, following surgery for example

ca. 60 Min. € 49,-

Cellulite Massage

Mit spezieller Technik und Ölen
with special technique and oils.

ca. 40 Min. € 45,-

Fußreflexzonenmassage Reflexology

Tonisieren oder sedieren der einzelnen Reflexzonen an der Fußsohle und am Fußrücken
Toning or soothing the individual reflex zones on the sole or instep

ca. 30 Min. € 35,-

Dorn- u. Breussmassage

Vorsichtiges Ausgleichen der Beinlängen, des Beckens und der gesamten Wirbelsäule durch Druck, Zug und Massage mit Johanniskrautöl
Careful equalisation of leg lengths, pelvis and the entire spine by means of pressure, pull and massage using St. John's wort oil

ca. 45 Min. € 45,-

Klassische Massage Traditional massage

Rücken / back ca. 25 Min. € 32,-
Ganzkörper / full-body ca. 45 Min. € 41,-
ca. 60 Min. € 55,-

auch für Kinder, mit Lavendelöl

for children with essence of lavender
ca. 30 Min. € 32,-

Hot Stones

Massage und auflegen heißer Basaltsteine
Massage and application of hot basalt stones
ca. 30 Min. € 30,- ca. 45 Min. € 45,-
ca. 60 Min. € 60,-

Bei Abänderung des jeweiligen Hotelangebots-Packages sind € 10,- pro Person aufzuzahlen, bzw. bei höherwertigen Behandlungen die Restaufzahlung. Die Behandlungszeiten beinhalten das Vorwärmen und die Nachruhe.

An additional amount of 10.00 Euro per person is payable in case of changes to the relevant hotel packages offered, and in the case of higher-value treatments, the balance is due. Treatment times include warming up and subsequent resting.



deepen
vertiefen

*Der Körper zeigt nur an,
was tief in der Seele ist.*

*Our body shows us,
what's deep inside our soul.*

Energetische Behandlungen

Energy Healing Treatments

Moxatherapie

Moxa therapy

Anregen des gesamten Energiehaushaltes mittels einer heißen Beifußzigarre (z. B. bei chronischen Kopf- und Nackenschmerzen, Lendenwirbelsäulenprobleme)

Stimulates the body's entire energy balance using a hot mugwort cigar (for chronic headaches and neck pain, lower back problems for instance)

ca. 20 Min. € 27,-

Akupunkturmassage

Acupuncture massage

Ausgleichen der Energiebahnen

(Meridiane) mit Akupunkturstäbchen

(bei Narben inklusive Narbenentstörung)

Correction and alignment of the energy channels (meridians) with acupuncture wands (for scars and scar disorders)

ca. 30 Min. € 37,-

Shiatsu

- auf Anfrage / on request

Eine Form der Fingerdruckmassage. Das Ziel ist, ein optimales Wirken der Lebensenergie im Körper zu fördern. A form of finger pressure massage. The aim is to promote optimum vital energy flows in the body.

ca. 60 Min. € 63,-

Pantai-Anwendungen

Pantai therapies

Pantai-Luar Ganzkörperbehandlung

Pantai Luar full-body treatment

Asiatische Technik. Die Massage mit speziell für Sie gebundenem Limetten-Gewürzstempel aktiviert die Zeldurchblutung und Zellneubildung. Verleiht Seele und Haut seidigen Glanz!

Asian technique. This massage using bundles of lime and spices specially prepared for you stimulates the supply of blood to the cells and cell regeneration. Imparts a silky sheen to your soul and skin!

ca. 45 Min. € 50,-

Belle Visage

Pantai Massage für Gesicht und Dekolleté mit Kräuterstempeln und wertvollen Ölen mit exotischem Duft

Pantai Massage for the face and neckline using bundles of herbs and precious oils that exude an exotic fragrance.

ca. 45 Min. € 45,-

Ohrkerzen setzen

Ear candling

Gegen Schnupfen, Durchblutungsstörung der Ohren, chronische Ohrbeschwerden

To alleviate colds, circulation problems in the ears, chronic ear disorders

ca. 30 Min. € 37,-

Cranio - Tiefenentspannung

Cranio - deep relaxation

Durch sanftes Auflegen der Hände an verschiedenen Stellen des Körpers, wird der „Cranio-Sacrale Rythmus“ ertastet und nimmt so Einfluss auf dieses System. Die Behandlung erleichtert Loslassen im ganzheitlichem Sinn: physisch, psychisch und energetisch.

Gently placing the hands on various parts of the body allows tuning into the „craniosacral rhythm“, thereby impacting on this system. The therapy facilitates letting go in a holistic way: physically, psychologically and in terms of energy

ca. 60 Min. € 60,-

Heilbehandlung

- auf Anfrage / on request

Healing Treatment

Die Selbstheilungskräfte des Körpers werden aktiviert, energetische Blockaden gelöst und das seelische, geistige und körperliche Gleichgewicht gefördert.

The body's own self-healing powers are activated, energy blocks are eliminated thereby stimulating spiritual and physical equilibrium.

ca. 40 Min. € 43,-

erfrischen

refresh

Ob Jung oder Junggeblieben,
jedes Gesicht strahlt mit
einem erfrischten Lächeln.

Whether young or young at heart,
every Face is glowing with
a refreshed smile.

Gesichtsbehandlung

Facial Treatment

Für SIE For HER

Kurzbehandlung je nach Hauttyp

Short treatment depending on skin type
ca. 45 Min. € 44,-

Peel-off-Maske

Ausgleichende, klärende Spezialbehandlung bei unreiner, fettender Haut. Correcting, clarifying special treatment for impure, oily skin
ca. 90 Min. € 75,-

Sensitiv-Maske

Für empfindliche, oft gereizte, gerötete Haut besonders auch bei Cuperose. Wirkstoffe wie Kamille und Hamamelis beruhigen, entschlacken, erfrischen u. kühlen
For sensitive, often irritated, reddened skin, especially with couperose. Active ingredients such as camomile and hazel soothe, purify, refresh and cool the skin
ca. 90 Min. € 75,-

Vitalisierende Feuchtigkeits-Maske

Vitalising Hydra mask
Mit Carotin und Bienenwachs. Biogene Keimextrakte helfen der Haut die natürliche Balance zu bewahren. With carotin and bee wax. Biogenous germ excerpts help to retain the skin the natural balance
ca. 90 Min. € 85,-

Microabrasion

Ein sehr effektives, absolut schmerzfreies mechanisches Peeling für ein schönes Hautbild.
A very effective, painfree mechanic peeling for a beautiful skin appearance.
ca. 80 Min. € 110,-

Diamant-Dermabrasion: mit Diamantaufsätzen für sanfte, nicht invasive Peelings. Durch abschleifen der obersten Hautschicht werden abgestorbene Hautpartikel sowie Unreinheiten entfernt und oberflächliche Fältchen geglättet.

Microkristall-Dermabrasion: kontrollierte, mechanische Abtragung der oberen Hautschichten mit kleinen Kristallen (Aluminiumoxid, Salz, mikrofeiner Quarzsand). Die Kristalle werden mit hoher Geschwindigkeit auf die Haut gestrahlt und wieder abgesaugt.

Behandelt werden: Faltenbildungen im Gesicht und an Hals/Dekolleté, Narben, Pigmentstörungen, verhornte Hautstellen, Dehnungsstreifen (z. B. nach einer Schwangerschaft), Hautunreinheiten und große Poren. Es sind meist mehrere Behandlungen nötig, wobei die genaue Anzahl abhängig von der Hautbeschaffenheit, dem Hauttyp und dem zu behandelnden Hautproblem ist.

Algenmodellage

Für jeden Hauttyp. Natürliche Algen gleichen aus, mineralisieren, befeuchten, regenerieren und straffen. For every skin type. Natural algae smooth, mineralise, moisturise, regenerate and lift.
ca. 90 Min. € 75,-

Happy Aging mit Sofri

Happy Ageing with Sofri
Microdermabrasion (Peeling), Hyaluronsäure Forte (wird eingearbeitet mit Farblicht und Ultraschall). Langanhaltende Feuchtigkeit, füllt Fältchen von innen auf
Microdermal abrasion (peeling), hyaluronic acid forte (worked in with coloured light and ultra sound). Long-lasting moisturisation, fills out lines from the inside
ca. 70 Min. € 95,-

Für Kids & Teens

Kurzbehandlung Short treatment
Pflege- und Ernährungstipps mit Hautanalyse und Beratung. Care and nutrition tips with skin analysis and advice.
ca. 45 Min. € 40,-

Für IHN For HIM

„Clean-Vital-Care-Relax“
Kurzbehandlung Short treatment ca. 45 Min. € 44,-
Große Behandlung Full treatment ca. 80 Min. € 78,-

being whole. ganz sein

Wer seinen Körper wohl spürt,
kann alles erreichen.

Who is feeling his own body well,
can reach everything.

Wrapping, Wickel, Bäder, Peelings

Wrappings, Compressions, Baths, Peelings

Wickelpackungen Wrap packs

Kühlende Beinwickel Cooling leg compresses

Straffende und entschlackende Behandlung im Bauch- und Beinbereich. Unterstützt den Abbau von Fettsammlungen und wirkt entstauend auf Ödeme der Beine

Lifting and purifying treatment of the abdominal and leg area. Helps reduce accumulations of fat and has a decongestive effect on swollen legs

ca. 40 Min. € 46,-

Wrapping compress

für Problemstellen, stark durchblutungsfördernd
or problem areas, exceptionally effective for improving blood flow

ca. 30 Min. € 35,-

Ganzkörper-Peeling

Full body peeling

Salzöl-Peeling - basisch

Full body peelings - basic

Duft: Red Roses - sinnlich, leichte Note; basisch
sensual, gentle touch; basic

Duft: Time together - fruchtig, blumige Note
fruity, flowery touch

Duft: Tropical - tropisch, exotische Note
tropical, exotic touch ca. 30 Min. € 34,-

Kräuter-Bäder in der original

„Thalasso-Sprudelwanne“

Aroma baths in the original Thalasso whirlpool

ca. 30 Min. € 33,-

Für SIE For HER

Kräutersud herbs water

aus Frauenmantel, Schafgarbe und Rosenblüten
of bear's foot, yarrow and roses

ca. 30 Min., je € 35,-

Für IHN For HIM

Kräutersud herbs water

aus Waldmeister, Lindenblüten und Lavendel
of woodruff, lime blossom and lavender

ca. 30 Min., je € 35,-



embrace umarmen

...sich selbst und das Leben, das man führt. Sich Gutes tun, damit man sich in seiner Haut und dem eigenen Körper daheim fühlt.

... yourself and your own life. Be careful with yourself, to feel „at home“ in your skin and your body.

Packungen, Wasserbett

Body Packs, Waterbed

Ziegenbutter-Cremepackung

Goat butter cream pack

Spezialpackung bei trockener, empfindlicher Haut (Wirkstoffe wie Calcium, Kalium, Natrium, Kupfer, Zink, Chrom, Vitamine A, B1, B2, D und E pflegen intensiv das größte Organ des Menschen - die Haut)

Special pack for dry, sensitive skin (active substances such as calcium, potassium, sodium, copper, zinc, chromium, vitamins A, B1, B2, D and E provide intensive care for the largest organ of the human body - the skin) ca. 40 Min. € 38,-

Charismon-Packung

Charismon pack

(„Das Gelbe vom Ei“) („The crème de la crème“)

Die Rezeptur von Charismon, Vitamine, Mineralien und verschiedenen Hautölen wirkt reinigend, regenerierend, zellkernerneuernd, durchblutungsfördernd, ausgleichend und energetisierend. Wirkt aktiv der Hautalterung entgegen

The Charismon recipe, vitamins, minerals, various skin oils, has a cleansing, regenerating, cell core-reno-vating, circulation-stimulating, balancing and energising effect ca. 40 Min. € 40,-

Moor-Packung Moor pack

Gegen Rücken- und Gelenksbeschwerden

against back and joint complaints

ca. 40 Min. € 36,-

Nachtkerzen-, Sanddorn- oder Granatapfel-Packung (basisch)

Sun drop, Sea buckthorn or pomegranate pack (basic)

Hauterkrankungen wie Schuppenflechte, Neurodermitis und häufig auftretende Ekzeme beruhen auf Stoffwechselerkrankungen. Das Öl ist mit seinen vielen stoffwechselregulieren den Bestandteilen zur Behandlung dieser Beschwerden besonders geeignet. Sanddorn bringt Vitamin C-Power für die Haut und Granatapfel wirkt basisch.

Skin complaints such as psoriasis, neurodermatitis and frequently occurring eczema are caused by metabolic disorders. With its many metabolism-regulating components, evening oil is particularly suitable for treating these problems. Sea buckthorn is pure vitamin C power for your skin and pomegranate is basic. ca. 40 Min. € 39,-

Speziell auch für den Mann

Specialy for men

Salz-Schlamm-Packung Salt mud pack

(Enthält z. B. Calcium, Phosphor und Schwefel)

Schmerzlindernd, gut bei Rheuma und Hautprobleme

(Contains calcium, phosphor and sulfur). soothing, good against rheumatism and skin problems ca. 60 Min. € 60,-

Steirische-Heupackung

Styrian hay pack

Organentgiftung speziell für Leber und Verdauungstrakt, belebt und entschlackt bei milder Kreislaufbelastung

Organ detoxification specially for the liver and digestive system, vitalises and purifies in cases of mild circulatory stress ca. 40 Min. € 36,-

Algen-Ganzkörperpackung

Algae full-body pack

Mikropulverisierte Algen entschlacken, straffen und regen durch den Zusatzwirkstoff Jod den Stoffwechsel an. Inklusive Algensahne-Peeling ohne Aufpreis

Micropulverised algae purify, lift and stimulate the metabolism through the addition of iodine. Includes algae cream peeling at no additional cost ca. 60 Min. € 60,-

love verlieben

Die Liebe liegt im Detail. Wer sorgfältig ist, achtet auch auf die kleinen Dinge.
Love is in the small things. A mindful person also cares for the details.

Fusspflege, Maniküre, Extras

Foot care, Manicure, Extras

Extras

Harzen Waxing

| | | |
|--------------------------------|---------|--------|
| <i>Oberlippe</i> Upper lip | € | 11,- |
| <i>Achsel</i> Armpit | ab/from | € 13,- |
| <i>Bikini-Zone</i> Bikini zone | ab/from | € 11,- |
| <i>Unterschenkel</i> Lower leg | ab/from | € 20,- |
| <i>Ganzes Bein</i> Full leg | ab/from | € 39,- |
| <i>Rücken/Brust</i> Back/Chest | ab/from | € 25,- |

Wimpern und Brauen färben

| | | |
|----------------------------|---------|--------|
| Eyelash and eyebrow dyeing | ab/from | € 18,- |
|----------------------------|---------|--------|

Maniküre Manicure

| | | | | |
|------------------------|---|------|---|------|
| mit Lack, with lacquer | € | 30,- | € | 32,- |
|------------------------|---|------|---|------|

Fußpflege Foot care

| | | | |
|--------------------------------|-------------|---|------|
| Einfache Pflege simple program | ca. 40 min. | € | 34,- |
|--------------------------------|-------------|---|------|

Große Pflege extended program

Entfernen von Hühneraugen und eingewachsenen Nägeln. Abfräsen von Holznägeln, tamponieren, etc.

Removal of corns and in-growing toenails.

Filing of thickened nails, packing etc.

| | | | |
|--|-------------|---|------|
| | ca. 50 min. | € | 43,- |
|--|-------------|---|------|

| | | |
|-----------------------|----|-----|
| mit Lack with lacquer | +€ | 2,- |
|-----------------------|----|-----|

Kinesio taping

Großes Taping, z. B. gesamter Rücken, Nacken,

Lendenbereich und große Gelenke ...

Large-scale taping, e.g. entire back, neck, lumbar region and large joints ...

€ 30,-

Mittleres Taping, z. B. Tennisarm (einseitig)

Achillessehne (einseitig), einzelne Meridiane,

Kopfschmerzen ... Medium-scale taping, e.g. tennis elbow (one-sided), Achilles tendon (one-sided), individual meridians, headaches ...

€ 20,-

Kleines Taping, z. B. Zehen, Finger, Handgelenk, kleine Narben, bei Halsentzündung, Schilddrüsenproblemen ...

Small-scale taping, e.g. toes, fingers, wrist, small scars, for throat infection, thyroid disorders ...

€ 10,-



breathe atmen

*Atem ist Leben. Bewegung lässt uns tief atmen
und uns jeden Muskel spüren.*

*Breath means life. If we move, we breathe deep
and feel every single muscle.*

Unser Aktiv-Bewegungsprogramm je nach
Saison und Witterung:

Yoga - Qi-Gong - Qi-Maschine (Heilschwingen) - Wassergymnastik
Fuß- und Bein-Vitalisierung - Nordic Walking

Our Active exercise programme according to the time of year and weather:
Yoga - Qi-Gong - Qi-Machine (therapeutic vibration) - aquarobics -
foot and leg vitalisation - Nordic walking

Information:

Ihren Behandlungstermin können wir nur gegen frühzeitige Terminvereinbarung gewährleisten. Buchen Sie am besten gleich bei der Zimmerreservierung oder nach dem Check-in. Bei kurzfristigen Terminabsagen müssen wir eine Stornogebühr verrechnen. (Außer bei Erkrankung)
We can only guarantee your treatment appointment if you book early. We would suggest that you make a booking together with your room reservation or after you have checked in. A cancellation fee is payable if appointments are cancelled at short notice. (except in case of illness)

Impressum:

Preise ab Dezember 2016.
Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten. Fotos: Wellnesshaus Elisabeth, Fotolia.





„Ich freue mich
über die strahlenden
Gesichter meiner Kunden
nach der Behandlung.“

Wellnesshaus Elisabeth Drack
im Hotel Grimmblick

8983 Bad Mitterndorf 279
wellnesshaus-elisabeth.at

Termine & Anmeldung -
Appointments & Reception
+43 (0)3623 / 24 91-526

Öffnungszeiten – Opening Hours
Mo - Fr: 8.30 - 12.00 Uhr
13.30 - 18.00 Uhr

Sa und Feiertag nach Vereinbarung,
So Ruhetag.
Saturdays and public holidays by appointment,
Sundays closed.

Bezahlung bar oder Bankomatkarte.
Payment in cash or by debit card



An liebe Freunde denken,
Freude schenken -
mit einem Gutschein vom
Wellnesshaus ELISABETH

Give your friends the perfect treat:
a voucher from Wellnesshaus ELISABETH

