

A close-up photograph of a woman's back being massaged by a therapist. The woman is lying face down on a massage table, and the therapist's hands are visible, applying pressure to her upper back. The skin is smooth and appears to be oiled. The background is a soft, out-of-focus light color.

LUMINA
SPA
BROCHURE



Herzlich Willkommen in unserer Wellnessabteilung LUMINA SPA

Lichtblicke und glanzvolle Momente, einzigartige Zwischenstopps während Ihres Urlaubes...

Wir freuen uns sehr, Sie in einer wunderschönen Atmosphäre
und mit der ganzen Vielfalt der Angebote zu begleiten.

Ganz individuell und persönlich - mit immer wieder Neuem und Altbewährtem,
sowie entspannenden oder belebenden Anwendungen möchten wir Sie begeistern!

Unser Team steht hinter diesem Namen: LUMINA!

Mit größter Freude, immer wieder auf's Neueste geschult und ständig bedacht,
Ihre Anwendungen in unserer Wellnessabteilung zu entspannenden, belebenden oder emotionalen,
aber vor allem gesundheitsfördernden Momenten zu machen.
Lichtblicke eben!

Un cordiale benvenuto nel nostro reparto benessere LUMINA SPA

Momenti luminosi e glamour, etappe uniche durante le vostre vacanze... Vi aspettiamo per accompagnarvi in un'atmosfera meravigliosa
e con tutta la vasta gamma di offerte. Vorremmo coccolarvi individualmente e personalmente -
con dei trattamenti favolosi rilassanti. Il nostro team sta dietro a questo nome: LUMINA!

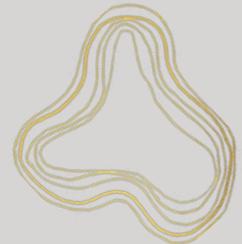
Con grande piacere, sempre aggiornati e pensando costantemente a rendere i vostri trattamenti nel nostro LUMINA SPA,
rilassanti, tonificanti o emozionanti, ma soprattutto momenti di benessere.
Momenti luminosi!

Welcome to our LUMINA SPA wellness department

Bright spots and glamorous moments, unique stopovers during your vacation ...

We look forward to accompanying you in a wonderful atmosphere and with the whole range of offers.
We would like to inspire you completely individually and personally - with always new and tried/tested,
as well as relaxing or invigorating treatments. Our team stands behind this name: LUMINA! '

With great pleasure, always being trained to the latest and constantly thinking
about making your treatments in our wellness department relaxing, invigorating or emotional,
but above all health-promoting moments.
Bright spots!



UNSERE KOSMETIK- & SPA LINIEN

LE NOSTRE LINEE COSMETICHE
OUR COSMETICS AND SPA LINES



La scelta piú naturale

Mei – die natürliche Wahl

Italienisch, mediterran und einfach natürlich. Mit unserer Naturkosmetiklinie Mei (Migliori Erbe Italiane = beste Heilkräuter Italiens), die sich seit mehr als 20 Jahren mit diesem Thema erfolgreich auseinandersetzt, dürfen wir Sie so richtig verwöhnen. Einzigartige Produkte, ausschließlich aus Wildpflanzen und ohne jegliche chemischen oder synthetischen Zusätze!

Mei – La scelta piú naturale

Italiana, mediterranea e semplicemente naturale. Con la nostra linea di cosmetici naturali Mei (Migliori Erbe Italiane = le migliori erbe officinali d'Italia), che da oltre 20 anni si occupa con successo di questo argomento, possiamo davvero coccolarvi. Prodotti unici, realizzati esclusivamente con piante selvatiche e senza alcun additivo chimico o sintetico!

Mei – the natural choice

Italian, mediterranean and just natural. With our natural cosmetic line Mei (Migliori Erbe Italiane = best medicinal herbs in Italy), which has been dealing with this topic successfully for more than 20 years, we can really pamper you. Unique products, made exclusively from wild plants and without any chemical or synthetic additives!

!QMSMEDICOSMETICS

QMS – Medicosmetics – LOGIK NICHT WUNDER!

Von Ärzten gegründet und wissenschaftlich fundiert, entwickelt die Premium-Institutsmarke QMS Medicosmetics seit über 30 Jahren innovative, hochwirksame Pflegeprodukte und -behandlungen, um Struktur und Qualität der Haut zu verbessern. Die Kombination aus hochwertigen Inhaltsstoffen, wissenschaftlichen Formulierungen und state-of-the-art Technologien liefern sofort sichtbare als auch langfristige Ergebnisse. In unserer Welt dreht sich alles um Logik, nicht um Wunder.

QMS – LOGICA E NESSUN MIRACOLO!

Fondato da medici e scienziati, il marchio dell' istituto premium QMS Medicosmetics da oltre 30 anni ha sviluppato prodotti e trattamenti innovativi e altamente efficaci per migliorare la struttura e la qualità della pelle. La combinazione di ingredienti di alta qualità, formulazioni scientifiche e tecnologie all'avanguardia offre risultati immediatamente visibili e a lungo termine. Il nostro mondo è tutto basato sulla logica, non sui miracoli.

QMS – LOGIC NOT MIRACLES

Founded by doctors and scientists, the premium institute QMS Medicosmetics has been developing innovative, highly effective care products and treatments to improve the structure and quality of the skin for over 30 years. The combination of high quality ingredients, scientific formulations and state-of-the-art technologies deliver immediately visible as well as long-term results. Our world is all about logic, not miracles.

GESICHTSANWENDUNGEN - TRATTAMENTI VISO - FACIALS

Mei Classic 80 Min.

134,00 €

Lassen Sie sich verwöhnen mit den für Ihre Haut perfekt abgestimmten Produkten der Naturlinie Mei.
Tiefenreinigung, Maske, Massage, Augenbrauenkorrektur und Wimpernfärben auf Wunsch.

Pulizia profonda, maschera, massaggio, correzione sopracciglia e colorazione ciglia su richiesta.

Deep cleansing, mask, massage, eyebrow correction and eyelash tinting on request.

Mei Short 50 Min.

90,00 €

Eine Stunde Verwöhnprogramm für das Gesicht, ohne Tiefenreinigung.

Trattamento viso rilassante senza pulizia profonda

One hour facial pampering without deep cleansing.



Mei
..a scelta più naturale



!QMS Classic 80 Min.

149,00 €

Eine äußerst effektive und komplette Gesichtsanwendung mit Tiefenreinigung.

Unreinheiten & schädliche Toxine werden entfernt, die Haut wird gestrafft & kann sich regenerieren & revitalisieren.

Tipp: Wimpern färben und Augenbrauen regulieren dazu buchen.

Un trattamento viso estremamente efficace e completo con pulizia profonda. Le impurità e le tossine nocive vengono rimosse,

la pelle si rassoda e può rigenerarsi e rivitalizzarsi. Consiglio: prenota la colorazione delle ciglia e la regolazione delle sopracciglia.

An extremely effective and complete facial treatment with deep cleansing. Impurities and harmful toxins being removed,

the skin is tightened and can regenerate and revitalize itself. Note: book eyelash tinting and eyebrow regulation.

!QMS Short 50 Min.

119,00 €

In 50 Minuten auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Quick Magic Skin Gesichtsanwendung, ohne Tiefenreinigung.

Trattamento viso Quick Magic Skin su misura in 50 minuti, senza pulizia profonda.

Quick Magic Skin facial treatment coordinate to your needs in 50 minutes, without deep cleansing.

!QMS Oxygen 80 Min.

154,00 €

Sehr effektive Anwendung für ein sofortiges straffes, ebenes und strahlendes Hautbild.

Spezielle Wirkstoffe werden effektiv und nachhaltig mit einem Sauerstoffkonzentrat auf und in die Haut appliziert, dies unterstützt die Durchblutung und stimuliert den Regenerationsprozess der Haut.

Applicazione molto efficace per una carnagione soda, uniforme e radiosa immediata. Speciali principi attivi vengono applicati

in modo efficace e sostenibile con un concentrato di ossigeno sulla e nella pelle,

che supporta la circolazione sanguigna e stimola il processo di rigenerazione della pelle.

Very effective application for an immediate firm, even and radiant complexion. Special active ingredients are applied effectively

and sustainably with an oxygen concentrate on and into the skin,

which supports blood circulation and stimulates the skin's regeneration process.

!QMS Oxygen Luxury Treatment 110 Min.

195,00 €

Classic und Oxygen kombiniert

Classico e ossigeno combinati: goditi il nostro momento clou!

Classic and Oxygen combined: enjoy our highlight!



LUMINA SPA Highlight

!QMSMEDICOSMETICS

GESICHTSANWENDUNGEN - TRATTAMENTI VISO - FACIALS

Sehr gerne beraten wir Sie auch über Spezialanwendungen:

Microdermabrasion	149,00 €
Needling	139,00 €
Mesoporation	99,00 €

Saremo inoltre lieti di consigliarVi applicazioni speciali come
microdermoabrasione
needling
mesoporazione

149,00 €
139,00 €
99,00 €

We would be happy to advise you on special applications such as
microdermabrasion
needling
mesoporation

149,00 €
139,00 €
99,00 €



BEAUTY SPEZIAL

Quick magic skin:
1 Diamant Microdermabrasion
1 QMS Classic
1 QMS Oxygen

433,00 €

min.
6 Tages-Aufenthalt
6 giorni di soggiorno
6 days-stay



HÄNDE, FÜSSE UND KLEINE WICHTIGKEITEN

MANI, PIEDI E PICCOLE COSE ESSENZIALI

HANDS, FEET AND SMALL ESSENTIALS

Manicure 50 Min.	60,00 €
mit Lack / Permanentlack 80 Min. con smalto / smalto permanente with polish / permanent polish	90,00 €
Pedicure 50 Min.	60,00 €
mit Lack / Permanentlack 80 Min. con smalto / smalto permanente with polish / permanent polish	90,00 €
Gellack entfernen / rimuovere lo smalto gel / remove gel polish	18,00 €
Augenbrauen regulieren / regola sopracciglia / regulate eyebrows	18,00 €
Augenbrauen färben / colorazione sopracciglia / eyebrow tinting	18,00 €
Wimpern färben / colorazione ciglia / eyelash tinting	18,00 €
Augenbrauen und Wimpern färben / colorazione sopracciglia e ciglia / eyebrow and eyelash tinting	33,00 €
DEPILATION	
Beine ganz / gamba intera / full leg	49,00 €
Beine halb / mezza gamba / half leg	36,00 €
Schritt - Achsel / inguine - ascelle / crotch - armpit	22,00 €
Oberlippe - Kinn / labbra/mento / Upper lip - chin	12,00 €
Rücken - Arme / schiena - braccia / back - arms	27,00 €

MAKE UP €52,00





ONLY FOR YOUNG PEOPLE!!! UNDER 18

SPA Time for Kids, Teens & Youngsters

Mei Teenie Gesichtsanwendung 50 Min.

Tiefenreinigung, Maske, Massage... alles, was junge Haut braucht
Trattamento viso per la pelle giovane - Special facial treatment for young skin

70,00 €

Speedy Maniküre mit Lack - bis 14 Jahre 25 Min.

Manicure e smalto per le mani piccoli - short manicure and polish

40,00 €

Chillout 25 Min.

Eine Massage ganz nach Wunsch: Rücken, Beine oder Kopf- Nacken
Massaggio leggero - short massage

42,00 €

„Zeit gemeinsam“ MIT MAMI ODER PAPI 25 Min.

1 ChilloutMassage und 1 Teilmassage

Tempo insieme con mamma o papà

Spend some massage time with mom or dad

90,00 €



GIRLS 105,00 €

1 Mei Teenie Gesichtsanwendung
& 1 Speedy Maniküre
1 Mei Teenie viso & 1 manicure Speedy
1 Mei Teenie Facial & 1 manicure Speedy

BOYS 108,00 €

1 Mei Teenie Gesichtsanwendung
& 1 Chillout Massage
1 Mei Teenie viso & 1 massaggio chillout
1 Mei Teenie facial & 1 Chillout Massage

FOR MEN ONLY

Mei - Only for men FACIAL 50 Min.

94,00 €

Wir verwöhnen Ihre Männerhaut mit unserer italienischen Naturkräuterlinie;
Tiefenreinigung Maske und Massage.

Coccoliamo la pelle con la nostra linea di erbe naturali italiane; pulizia profonda maschera e massaggio.
We pamper men's skin with our Italian natural herbal line; Deep cleansing mask and massage.

QMS FACIAL Man 90 Min.

149,00 €

Mittels einer Kombination aus der Anwendung hochentwickelter Produkte und zellstimulierender Technik
pflegen wir Ihre Haut, Poren werden verfeinert und der Feuchtigkeitshaushalt der Haut wird verbessert.

Utilizzando una combinazione dell'uso di prodotti altamente sviluppati e di una tecnologia di stimolazione cellulare,
ci prendiamo cura della tua pelle, i pori sono affinati e l'equilibrio idrolipidico della pelle è migliorato

Using a combination of the use of highly developed products and cell-stimulating technology, we care for your skin,
pores are refined and the skin's moisture balance is improved.

Maniküre / manicure 50 Min.

60,00 €

Pediküre / pedicure 50 Min.

60,00 €

For HIM

1 Ganzkörpermassage
massaggio completo
full body massage

1 Only for men FACIAL

1 Massage 25 Min.

209,00 €

min.

3 Tages-Aufenthalt
3 giorni di soggiorno
3 days-stay

MASSAGEN UND KÖRPERANWENDUNGEN

MASSAGGI E TRATTAMENTI PER IL CORPO

MASSAGES AND BODY TREATMENTS

Teil- Rückenmassage 25 Min. schiena - parziale / back - partial body	48,00 €
Ganzkörpermassage 50 Min. massaggio completo / fullbody	78,00 €
Fußreflexzonenmassage 50 Min. riflessologia plantare / foot reflexology	78,00 €
Lymphdrainage nach „Vodder“ 50 Min. linfodrenaggio / lymphatic drainage	78,00 €
Sportmassage mit Bergarnika 50 Min. spezielle tiefgehende Aktivmassage mit Südtiroler Massageöl massaggio sportivo molto intensivo all'olio d'arnica / deep sportmassage with pure mountainoil	86,00 €
Honigmassage 50 Min. Bindegewebemassage, umfasst Fußsohle und Rücken- entgiftend, entschlackend- spezielle Technik massaggio al miele del tessuto connettivo, comprende la pianta dei piedi e la schiena - disintossicante, purificante - tecnica speciale connective massage with honey, includes the soles of the feet and back - detoxifying, purifying - special technique	86,00 €
Wirbelsäulenbehandlung nach Dorn und Breuss 50 Min. trattamento Dorn & Breuss / Dorn & Breuss Therapy	86,00 €
Compex mit Massage 50 Min. stimulatore elettronico con massaggio / eletric stimulation with massage	84,00 €
Kinesio Taping	from 24,00 €
Schröpfen / coppettazione / cupping 25 Min.	46,00 €
Schröpfen mit Massage/ copp. con massaggio / cupping with massage 50 Min.	76,00 €
MEI Mediterrane Entspannungsmassage 50 Min. / 75 Min. massaggio rilassante mediterraneo relaxing mediterranean massage	86,00 € / 125,00 €



LUMINA SPA Highlight

Pepi's Olivenmassage 50 Min.

86,00 €

Die entspannende Wohlfühlmassage

Erleben Sie eine eigens von unserem SPA Team kreierte Wohlfühlanwendung mit bestem Olivenöl und dampferhitzten Kräuterstempeln. Die wertvollen essentiellen Fettsäuren und das Vitamin C machen Ihre Haut samtig weich und geschmeidig.

Besonders trockene Haut spricht sehr gut auf die Extrakte des Olivenöls an.

Massaggio all'olio d'oliva – olive oil treatment

Il massaggio rilassante del benessere: prova un trattamento del benessere creato appositamente dal nostro team SPA con il miglior olio d'oliva e timbri alle erbe riscaldati a vapore. I preziosi acidi grassi essenziali e la vitamina C rendono la pelle vellutata ed elastica. La pelle particolarmente secca risponde molto bene agli estratti di olio d'oliva.

The relaxing feel-good massage: Experience a treatment specially created by our SPA team with the best olive oil and steam-heated herbal stamps. The valuable essential fatty acids and vitamin C make your skin velvety soft and supple.

Especialy dry skin reacts very well to the extracts of olive oil.

Original La Stone 80 Min.

136,00 €

Die totale Entspannung mit heißen Lavasteinen und kalten Marmorsteinen.

Selbstheilungskräfte werden aktiviert und ein behagliches Wohlgefühl wird erreicht.

Relax totale con pietre laviche calde e pietre di marmo fredde.

Si attivano poteri di autoguarigione e si ottiene una confortevole sensazione di benessere.

Total relaxation with hot lava stones and cold marble stones.

Self-healing powers will be activated and a comfortable feeling of well-being is achieved.

Lomi-Lomi-Nui 90 Min.

156,00 €

Ein Fest für alle Sinne ist diese hawaiianische Tempelmassage.

Eine Mischung aus Ritual, Massage, Tanz und Körperarbeit helfen zusammen mit hawaiianischer Musik zu einem besonderen Erlebnis der Tiefenentspannung.

Questo massaggio hawaiano del tempio è una festa per tutti i sensi. Una miscela di rituali, massaggi, danza e lavoro sul corpo insieme alla musica hawaiana contribuiscono a creare un'esperienza speciale di profondo rilassamento.

This Hawaiian temple massage is a feast for all the senses. A mixture of ritual, massage, dance and body work together with Hawaiian music help to create a special experience of deep relaxation.

Mei Woman / Mei Man 105 Min.

Ganzheitliche Pflege für Frau und Mann:

Kräuterfußbad, Körper- und Gesichtspeeling, Verwöhnmassage, Gesichtsmaske

Cure olistiche per donne e uomini:

pediluvio alle erbe, peeling corpo e viso, massaggio rilassante, maschera viso

Holistic care for women and men:

herbal foot bath, body and face peeling, pampering massage, face mask



153,00 €

Das Beste für den Rücken / il meglio per la schiena / the best for the back 50 Min.

Erwärmung und Durchblutung der Nacken- und Rückenmuskulatur mithilfe einer speziellen Fangopackung und spezieller Technik (Podostrigiles). Diese Anwendung ist ideal bei einem verspannten Rücken.

Riscaldamento e circolazione dei muscoli del collo e della schiena con uno speciale impacco di fango e una tecnica speciale (podostrigiles). Questa applicazione è ideale per una schiena tesa.

Warming and circulation of the neck and back muscles using a special fango pack and a special technique (podostrigiles).

This application is ideal for a tense back.

86,00 €

PMP Fußanwendung / PMP trattamento piedi / PMP foot treatment 50 Min.

Erleichterung bei müden, geschwollenen oder schmerzenden Füßen

mit der patentierten Phyto-Masso-Podia Methode.

Sollievo per piedi stanchi, gonfi o dolorosi con il metodo brevettato Phyto-Massopodia.

Relief for tired, swollen or aching feet with the patented Phyto-Massopodia method.

86,00 €

PMP - Total Harmony 75 Min

Eine Kombination der PMP Fußanwendung und der Das Beste für den Rücken Anwendung.

Una combinazione del trattamento piedi PMP e il meglio per il trattamento della schiena

A combination of the PMP foot treatment and the best for the back treatment

126,00€

Körperpeeling 25 Min. Meersalz oder Zucker, hauptsache Ihre Haut wird samtig weich Scrub corpo - bodyscrub	45,00 €
Körperpeeling mit wohltuender Nachpflege 50 Min. scrub e massaggio breve e leggero - scrub and a short massage	78,00 €
Entspannungsbad oder Steinölbad 25 Min. Bagno idromassaggio - whirlpool bath	42,00 €
Körperpackungen in der Softpackliege - Völlig schwerelos die Gedanken treiben lassen: Impacchi per il corpo nel lettino soft pack - Body packs in the soft pack lounger:	51,00 €
*Moorpackung, ideal bei Muskelverspannungen und Gelenksproblemen al fango - fango pack	
*Südtiroler Bergwiesen- Heupackung Einzigartig, altbewährt und wieder ultramodern. Der wohltuende Duft der Alpenkräuter versetzt Sie & vor allem Ihre Muskulatur in eine Tiefenentspannung und regt die Blutzirkulation an. Unser zertifiziertes, biologisches Heu kommt vom Bauer Moosmaier aus dem Passeiertal. Bagno alle erbe alto atesino - hay bath	
*Algenpackung, entschlackend und entgiftend alle alghe - seaweed pack	
Entgiftende Algenbehandlung 50 Min. Meersalzpeeling und anschließende Algenpackung trattamento disintossicante alle alghe - detoxifying algae treatment	89,00 €
Algenbehandlung und anschließende Pressotherapie 120 Min. Stark entgiftende Anwendung - ideal bei Wasserstau oder Cellulite. Die Pressotherapie ist eine maschinelle Lymphdainage - sehr angenehm! Trattamento alle alghe e successiva pressoterapia Algae treatment and subsequent pressotherapy	130,00 €
SOMO Ohrenkerzen 25 Min. Candele per le orecchie - ear candle treatment	42,00 €

SPECIALS

Belvita Premium SPA 90 Min.

1 Südtiroler Heubad

bagno di fieno

hay bath

1 Rückenmassage

massaggio schiena

back massage



99,00 €

Theralogy 50 Min.

Leistungssteigerung durch reaktives Zelltraining nach dem Theralogy Konzept.

Aumento delle prestazioni grazie al training cellulare reattivo basato sul concetto Theralogy.

Increases performance through reactive cell training based on the Theralogy concept.

100,00 €

PREMAMAM 50 Min.

Babyglück - Eine spezielle Massage für unsere werdenden Mamis.

Zeit NUR für den eigenen Körper...

Roberto's Schwangerschaftsmassage, ganz individuell und professionell!

Un massaggio speciale per le nostre future mamme.

Tempo SOLO per il tuo corpo...

il massaggio di gravidanza di Roberto, molto individuale e professionale!

A special massage for our mothers-to-be. Time ONLY for your own body...

Roberto's pregnancy massage, very individual and professional!



78,00 €

LUMINA SPA FEELING

Kreieren Sie Ihr eigenes Highlight; allein oder zu Zweit:

Peeling 25 Min.
45,00 € / 80,00 €

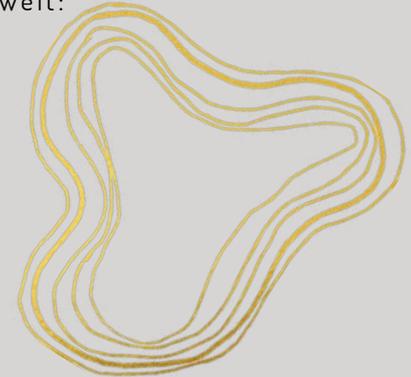
Schaumbad 20 Min.
bagno a schiuma
foam bath
42,00 € / 60,00 €

Lumina Kerzen Massage 50 Min.
Lumina massaggio di candele
Lumina candle massage
86,00 € / 163,00 €

Lumina SPA Zeit für MICH 170,00 €
Tempo per me
Time for me

KUSCHEL-Zeit zu ZWEIT 300,00 €
Momenti dolci per due
Romantic time for two

mit Prosecco & hausgemachten Pralinen /con Prosecco & Praliné / with Prosecco & Praliné





AYURVEDA

"Creating a
Healthy mindset
is an investment
in your overall
Wellbeing."

AYURVEDA

Das Wissen vom langen und gesunden Leben und Gesundheit wollen wir erhalten!

Ayurveda eine bewährte, traditionelle indische Heilkunst mit der Philosophie, die Gesundheit in den Vordergrund zu stellen.

Bezogen auf Ihre persönliche Konstitution werden die drei Doshas (Vata, Pitta, Kapha) bestimmt, die Behandlungen werden auf folgenden drei Säulen aufgebaut und es gibt wertvolle Tipps für zu Hause

- Massage & Therapie individuell auf Sie abgestimmt
- Körperliche und geistige Bewegung mit Yoga und Meditation
- Ernährung

Für alle Behandlungen wird reinstes Kräuteröl direkt aus Sri Lanka verwendet!

Vogliamo preservare la conoscenza di una vita e salute lunga e sana!

L'Ayurveda è un'arte di guarigione indiana tradizionale e collaudata con la filosofia di mettere la salute al primo posto. In base alla Sua costituzione personale, i tre Dosha (Vata, Pitta, Kapha) vengono determinati e i trattamenti si basano sui seguenti tre pilastri: Nutrizione, massaggi e terapie su misura per Lei e in più l' esercizio fisico e mentale con yoga e meditazione

Per tutti i trattamenti viene utilizzato direttamente l'olio alle erbe più puro ed originale di Sri Lanka!

We want to preserve the knowledge of a long and healthy life!

Ayurveda is a traditional Indian healing art with its own philosophy. Based on your personal constitution, the three Doshas (Vata, Pitta, Kapha) are determined and the treatments are based on the following three pillars: Nutrition, massage and therapy individually tailored to you and physical and mental exercise with yoga and meditation

For all treatments, the purest herbal oil is used directly from Sri Lanka!

- Abhyanga 80 Min.** 134,00 €
 Ayurvedische Ganzkörper-Öl-Massage mit warmen Sesamöl. Diese besondere Massage lässt Sie tief zur Ruhe kommen, pflegt Ihre Haut reichhaltig und unterstützt das körperliche und mentale Loslassen. Inklusive Gesichts- und Kopfmassage
 Massaggio ayurvedico completo - fullbody massage
- Shirodara mit Körpermassage 80 Min.** 138,00 €
 Erleben Sie diesen besonderen Moment, Gedanken fließen lassen und zur Ruhe kommen, Glück verspüren und sich erholen mit Stirnölguss und Körpermassage
 Aspersione alla fronte con l'olio - Ayurvedic forehead oil treatment
- Udvarthana 45 Min.** 92,00 €
 Ganzkörperpulvermassage, die Haut wird gereinigt und Kreislauf sowie Stoffwechsel werden aktiviert
 Massaggio in polvere per tutto il corpo, la pelle viene detersa e la circolazione e il metabolismo vengono attivati
 Whole body powder massage, the skin is cleansed and the circulation and metabolism are activated.
- Nattell- Ayurvedische Rückenmassage 45 Min.** 92,00 €
 Die Energie wieder fließen lassen und Blockaden auflösen
 Massaggio schiena - massage back
- Shiroabhyanga- Kopfmassage 45 Min.** 75,00 €
 Stress und Ärger wegzaubern durch diese einfühlsame, wohltuende und leichte Massage
 Massaggio testa - head massage
- Padabhyanga 45 Min.** 75,00 €
 Mit warmen Kräuteröl werden Füße, die Waden hoch bis zu den Knien verwöhnt, ein Gefühl der Leichtigkeit ist das Ergebnis
 Massaggio piedi - feet massage
- Kalari 45 Min.** 93,00 €
 Kalari ist eine ayurvedische Ganzkörpermassage mit warmen Sesamöl, die unser Ayurveda Spezialist nicht klassisch mit seinen Händen, sondern mit seinen Füßen durchführt. So kann er mehr Druck ausüben und eine intensivere Wirkung erzielen. Sein volles Körpergewicht fängt er dabei mit Seilen ab, so dass es für den Gast, der auf einer Massagematte liegt, angenehm bleibt. Kalari aktiviert die Muskeln und fördert ihre Beweglichkeit.
 Massaggio speciale - special ayurvedic massage

Unser Ayurveda Therapeut empfiehlt Ihnen als Erstanwendung die "Abhyanga",
eine ayurvedische Ganzkörpermassage zu genießen.
Anschließend kann er Ihnen persönliche Ratschläge geben...

Gebürtig aus Balapitiya, Sri Lanka wird Sie unser Ayurveda-Therapeut Vinoth Rohan de Silva
erstklassig begleiten. Bereits sein Ur-Großvater war auf dem südasiatischen Inselstaat Ayurveda-Arzt
und hat ihn von klein auf an die Lehre herangeführt. Nach der ayurvedischen Philosophie besitzt jeder Mensch
drei Formen der Lebensenergie, die sogenannten Doshas, in unterschiedlichen Proportionen.
Die Kombination dieser Energieströme beeinflusst die Körper- und Charakterzusammensetzung.
Vinoth findet zunächst den Typ heraus und stellt dann eine individuelle Behandlung mit Ihnen zusammen.

Il nostro terapeuta ayurvedico Le consiglia di godere l'Abhyanga, un massaggio ayurvedico
per tutto il corpo, come prima applicazione...Poi può darLe un consiglio personale...

Our Ayurveda therapist recommends that you should enjoy the Abhyanga, an Ayurvedic full body
massage, as the first application, tha he could give you personal advices...



PAKETE - PACKAGES

Italia: mediterranes Wohlfühlerlebnis 4 Tage*

376,00 €

Mit unserer italienischen Naturlinie Mei

1 PMP Fußbehandlung

1 Mediterrane Entspannungsmassage 50 Min.

1 Das Beste für den Rücken

1 MEI Classic Gesichtsanwendung

Italia: un sogno mediterraneo - an italian dream* 4 giorni/ days

1 PMP trattamento piedi - PMP feet treatment

1 massaggio rilassante Mei 50 min. -relaxmassage MEI

1 il meglio per la schiena - the best for your back

1 trattamento viso classico MEI - facial MEI classic

Wirkung Pur*

182,00 €

4 Teil- oder Rückenmassagen

Energy*

4 massaggi parziali / 4 part - back massages



*nicht kumulierbar
mit dem Skonto der VIP-Card.
Nur einlösbar von einer Person,
nicht übertragbar

*non cumulabile
con lo sconto della VIP card.
Riscattabile da una sola persona,
non cedibile

*not cumulative
with the discount of the VIP card.
Redeemable by one person only,
non-transferrable

Für IHN - 3 Tage*

- 1 Ganzkörpermassage
- 1 Gesichtsanwendung Only for Men
- 1 Teilmassage

209,00 €



Per LUI - For Gentlemen* - 3 giorni / 3 days

- 1 massaggio completo - full body massage
- 1 viso - facial men
- 1 massaggio parziale - back massage

Für SIE- 3 Tage*

- 1 MEI Classic Gesichtsanwendung
- 1 Pediküre mit Lack
- 1 Maniküre mit Lack
- 1 Mediterrane Entspannungsmassage 50 Min.

380,00 €



Per LEI - For Ladies 3 giorni/ days

- 1 Mei Classic viso - facial MEI Classic
- 1 Pedicure con smalto / with polish
- 1 Manicure con smalto / with polish
- 1 massaggio mediterraneo MEI 50' / relaxmassage MEI 50 min.

STAY FIT

Unsere Fitnesstrainer begleiten Sie durch die verschiedenen Einheiten des AKTIV- und ENTSPANNUNGSPROGRAMMS, ob Prävention oder Leistungsoptimierung - unser WOCHENPROGRAMM bietet mehr Lebensqualität durch gezielte Bewegung!

Ein kleiner Auszug aus den Sport- und Bewegungseinheiten:

Yoga, Pilates, Qi Gong, Aqua Gym, Muskelrelaxation, Atemwanderungen, Waldbaden, Total Body Workout, Meditation, Personal Fitnesscoaching...

I nostri istruttori di fitness Vi accompagneranno nelle varie sessioni del PROGRAMMA ATTIVO e RELAX, sia di prevenzione che di ottimizzazione delle prestazioni - il nostro PROGRAMMA SETTIMANALE offre più qualità della vita attraverso esercizi mirati!

Un piccolo estratto dalle unità sportive e di esercizio:

Yoga, Pilates, Qi Gong, Acquagym, rilassamento muscolare, escursioni di respirazione, bagno nella foresta, allenamento total body, meditazione, personal fitness coaching...

Our fitness trainers will accompany you through the various units of the ACTIVE and RELAXATION PROGRAM, whether prevention or performance optimization - our WEEKLY PROGRAM offers more quality of life through targeted exercise!

A small excerpt from the sports and exercise units:

Yoga, Pilates, Qi Gong, Aqua Gym, muscle relaxation, breathing hikes, Forest bathing, total body workout, meditation, personal fitness coaching...







SPA INFO - GOOD TO KNOW

Damit wir Ihre Terminwünsche erfüllen können, raten wir Ihnen Ihre Anwendungen rechtzeitig zur reservieren.

Lassen Sie sich von unseren SPA Mitarbeitern beraten.

Das LUMINA SPA Team steht Ihnen im Hinblick auf gesundheitlichen Aspekten und Wünschen mit Rat und Tat zur Seite.

Wir sind eine Oase der Ruhe. Darum bitten wir Sie leise zu sprechen und sich eine handyfreie Zeit zu gönnen.

Damit Sie es so bequem wie möglich haben, erscheinen Sie zu den Behandlungen im Bademantel. Schmuck lassen Sie bitte im Zimmer. Männern empfehlen wir sich vor einer Gesichtsbildung zu rasieren.

Kommen Sie entspannt und nicht zu spät zu den Behandlungsterminen. Aus Rücksicht auf die nachfolgenden Gäste kommt es bei einer Verspätung Ihrerseits zu einer Verkürzung Ihrer Behandlungszeit. Stornierungen sind bis 1 Tag vorher kostenfrei möglich, bei Nichterscheinen berechnen wir 50% des Preises.

Alle unsere Produkte können Sie im SPA käuflich erwerben.

Auch zu Hause bieten wir Ihnen unter shop.erika.it die Möglichkeit die Naturlinie MEL zu bestellen.

Mit der Vip Card 10% auf alle SPA- Anwendungen (Pakete ausgenommen).
Preis- & Angebotsänderungen sowie Druckfehler- & Irrtümer vorbehalten.

Per poterVi garantire la disponibilità dei trattamenti negli orari desiderati, Vi consigliamo di fissare gli appuntamenti in anticipo.

Con piacere Vi aiutiamo ad individuare le soluzioni più adatte a Voi. Lasciateci sapere i Vostri desideri e Vi chiediamo gentilmente di

Comunicarci preventivamente eventuali patologie o controindicazioni come ipertensione, disturbi cardiovascolari, gravidanza ecc.

Per un'atmosfera rilassata Vi preghiamo di tenere i cellulari spenti. Accappatoio e ciabatte sono l'abbigliamento più idoneo per accedere al LUMINA SPA.

Lasciate gioielli in camera e Vi preghiamo di presentarVi 5 min prima dell'inizio del Vostro trattamento. Vi preghiamo inoltre di comunicarci eventuali cambiamenti di orari o un'eventuale disdetta 1 giorno prima, altrimenti il 50 % del costo del trattamento verrà addebitato. Tutti i vostri prodotti sono in vendita alla SPA - inoltre Vi consigliamo il sito shop.erika.it. Con la „VIP Card“ ricevete uno sconto di 10% per tutti i trattamenti (tranne i pacchetti)

In order to guarantee the availability of treatments at the desired times, we recommend that you schedule the treatments in advance. We will help you to identify the most suitable solutions for you. Let us know your wishes, we will gladly advise you. Please notify us in advance of any pathologies or contraindications such as hypertension, cardiovascular disorders, pregnancy, etc. For a relaxed atmosphere, please keep cell phones off. Bathrobe and slippers are the most suitable clothing to access the LUMINA SPA. Leave jewelry in the room and please arrive 5 minutes before the start of your treatment. Please also notify us of any changes in schedules or any cancellation 1 day before, otherwise 50% of the cost of the treatment will be charged. All your products are on sale at the SPA - we also recommend the site shop.erika.it. With the "VIP Card" you receive a 10% discount for all treatments (except packages)



Erika *****
SPA & RELAX HOTEL | SÜDTIROL

Family Nestl - Hauptstraße 39 - Tirolo 39019 - South Tyrol
+ 39 0473 926 111 - www.erika.it - info@erika.it