

# Adler Spa

OASE DER ENTSPANNUNG

Nutzen Sie unser vielfältiges Wellness-Angebot



Wohlfühlhotel · Tannheim · Tirol

**SCHWARZER  
ADLER**



**Nimm dir Zeit zum TRÄUMEN** –  
das ist der Weg zu den Sternen.

**Nimm dir Zeit zum DENKEN** –  
das ist die Quelle der Wahrheit.

**Nimm dir Zeit zum LACHEN** –  
das ist die Musik der Seele.

**Nimm dir Zeit zum LEBEN** –  
das ist der Reichtum des Lebens.

## Oase der Entspannung

### 1. Etage

#### **Finnische Sauna**

geöffnet ab 14:00 bis 19:00 Uhr

#### **Ruheoasen**

im Adler Spa  
10:00 – 19:00

#### **Römisches Dampfbad**

14:00 – 19:00

#### **Terrasse**

10:00 – 19:00

### 3. Etage

#### **Niedertemperatursauna**

im Schwimmbadbereich  
14:00 – 19:00

#### **Infrarotkabine**

Physiotherm,  
im Schwimmbadbereich  
07:30 – 19:00

#### **Sole-Dampfbad**

im Schwimmbadbereich  
14:00 – 19:00

#### **Ruheoasen**

im Schwimmbadbereich  
07:30 – 19:00

### 4. Etage

#### **Panoramahallenbad**

über den Dächern von Tannheim  
07:30 – 19:00

#### **Kräuter-Sanarium**

im Schwimmbadbereich  
14:00 – 19:00

#### **Ruheoasen**

im Schwimmbadbereich  
07:30 – 19:00

**Auf 3 Etagen – zur Aktivierung, Entspannung  
und Regeneration.**

# Massage Classics

## Sie werden nach klassischen Massagetechniken massiert.

Die Massagen tragen zum körperlichen und geistigen Wohlbefinden bei. Sie dienen zur Freisetzung von Verspannungen, Verbesserung der Durchblutung, zur allgemeinen Entspannung und Reduzierung von Stress.

<b>Ganzkörpermassage</b>	50 Min.	€ 65,00
<b>Teilkörpermassage</b>	25 Min.	€ 40,00
<b>Rücken-, Schulter-, Nackenmassage</b>	50 Min.	€ 65,00
<b>Gesichtsmassage</b>	25 Min.	€ 35,00

## Tue Deinen Füßen etwas Gutes - unsere Füße tragen uns durchs Leben, sie haben Zuneigung verdient.

<b>Wellnes-Fuß- und Beinmassage inkl. Fußbad</b>	45 Min.	€ 55,00
<b>Fußreflexzonenmassage</b>	25 Min.	€ 35,00
<b>Massagemix</b> Kombination aus einer Fußreflexzonenmassage und einer klassischen Rückenmassage	50 Min.	€ 65,00
<b>Aromaölmassage</b> Mit speziellen Ölen auf Ihre individuellen Bedürfnisse eingehen! Die warmen Kräuteröl-Mischungen steigern die Blutzirkulation, regen den Stoffwechsel an und entspannen die Muskulatur.	Teilkörper 25 Min. Ganzkörper 50Min.	€ 43,00 € 68,00

# Massage Specials



## Vital-Zirbenmassage

Die Vital-Zirbenmassage wirkt stresslösend und vermittelt ein Gefühl der Leichtigkeit und Entspannung für Körper, Geist und Seele. Ein spezielles Zirben-Wacholder-Öl unterstützt dabei die vitalisierende und gleichzeitig ausgleichende Wirkung der Massage. Zirbenholz stabilisiert das Herz-Kreislauf-System, antibakteriell und antiseptisch (bei Hautproblemen)

<b>Rücken-Zirbenmassage</b>	25 Min.	<b>€ 45,00</b>
<b>Ganzkörper-Zirbenmassage</b>	50 Min.	<b>€ 65,00</b>
	75 Min.	<b>€ 88,00</b>

## Honig Massage

Durch spezielle Handgriffe, wie Zupfen und Kneten der Haut, aktiviert der über die Haut eingearbeitete Honig den Stoffwechsel, saugt und zieht Gifte heraus und bindet tiefer liegende Schlacken. Aufgrund einer Klopftechnik werden Reflexzonen am Rücken und an den Füßen aktiviert und beeinflussen so die Organsysteme, Nerven-, Blut- und Lymphwege

<b>Honigmassage – Rücken</b>	50 Min.	<b>€ 65,00</b>
<b>Honigmassage – Füße</b>	45 Min.	<b>€ 50,00</b>
<b>Honigmassage – Rücken &amp; Füße</b>	80 Min.	<b>€ 88,00</b>

## Rajawatu-Ritual

50 Min. **€ 65,00**

Ein tiefes, ganzheitliches Erlebnis, das alle Sinne anspricht. Eine faszinierende Verbindung aus Massage, Energiebehandlung und der entspannenden Wirkung der warmen Aroma-Massagesteine. Die tragende Säule unseres Organismus, der Rücken, erhält eine positive, aufrechte Ausrichtung und durch das Aufheben energetischer Blockaden erleben Sie tiefes Loslassen und Entspannen, inklusive Fußbad

## Lotus-Kristall-Massage

75 Min. € 65,00

Die Lotus-Kristall-Massage wurde aus traditionellen Massageelementen aus dem asiatischen Raum entwickelt. Sie vereinigt Elemente aus Ayurveda, traditioneller chinesischer Medizin, Reflexzonentherapie und speziellen Streicheleinheiten für die Seele. Die Lotus-Kristall-Massage ist eine Kombination aus warmer Ölgussmassage mit Lotusöl, sanften Gelenkdehnungen und energetisierender Edelsteinmassage der Meridiane.

## Adler-Momente "DURCHATMEN"

55 Min. € 65,00

Ziel der Behandlung ist die freie Atmung, das tiefe Luftholen und entspanntes Durchatmen

- Fußpackung mit Lehm und Roßkastanie
- Fußmassage
- Brustwickel mit Zirbenflocken

## Adler-Momente "Entspannung pur"

55 Min. € 65,00

Die Erdung, Zentrierung und Ankommen heißen die Themen dieser Behandlung

- Zirben-Rückenmassage
- Fußmassage
- Leberwickel

# Hand & Fuß

## Spa Maniküre

45Min.

€ 45,00

Handpeeling, Nägel kürzen und in Form feilen  
Handbad, Nagelhaut entfernen,  
Nagelplatte glätten, Nagel- und Handpflege

## Spa Pediküre

50 Min.

€ 50,00

Fußbad, Fußpeeling, Nägel kürzen und in Form feilen, Nagelhaut entfernen,  
Nagelpfalz reinigen, Fußpackung, Hornhaut entfernen, Nagel- und Fußpflege,  
kleine Fußmassage

## Kombi: Hand & Fuß

90 Min.

€ 80,00

## Gesichtsbehandlung "Deluxe"

75 Min. € 88,00

Reinigung, Peeling mit Mikrodermabrasions-Gerät, Ultraschallbehandlung zur Tiefenpflege, Gesichtsmassage mit Abschlusspflege. Inklusive Augenbrauenkorrektur

## Kleine Gesichtsbehandlung für Sie und Ihn

50 Min. € 70,00

Reinigung, Peeling, Sauerstoffbehandlung, Maske und Gesichtsmassage mit Abschlusspflege. Inklusive Augenbrauenkorrektur

## Folgebehandlung

25 Min. € 35,00

zur Hautbildverfeinerung und -verjüngung

## Gesichtsmassage

25 Min. € 35,00

## Wimpern färben

20 Min. € 12,00

## Brauen färben und Korrektur

20 Min. € 12,00

## Brauen-Korrektur

20 Min. € 10,00

## Strahlende Augen

25Min. € 20,00

Wimpern und Brauen färben und Korrektur und Abschlusspflege

# Glatt & geschmeidig

## **Folgebehandlung**

25 Min. € 35,00

zur Hautbildverfeinerung und -verjüngung

## **Beine bis zum Knie**

25 Minuten € 30,00

## **Beine ganz**

25 Minuten € 45,00

## **Rücken**

25 Minuten € 35,00

## **Achseln**

20 Minuten € 15,00

## **Bikinizone**

20 Minuten € 15,00

## **Oberlippe**

10 Minuten € 6,00

## **Gesicht**

20 Minuten € 15,00



# Kinder Wellness

---



**Rücken- oder Vollmassage für Kinder**

25 Min.

**€ 35,00**

---

**Gesichtsbehandlung „Teenager“**

45 Min.

**€ 45,00**

---

# Darf es ein bisschen mehr sein

## WELLNESS PUR – PAKET für SIE oder IHN

110 Min. € 120,00

Gesichtsbehandlung und Aromaölmassage – kleine Gesichtsbehandlung und eine Verwöhnmassage mit einem Öl Ihrer Wahl

## HERREN – PAKET

90 Min. € 99,00

Pediküre, Fuß- und Rückenmassage

## DAMEN – PAKET

90 Min. € 99,00

kleine Gesichtsbehandlung, Maniküre



**Haben Sie sich die ideale Behandlung herausgesucht?  
Bitte reservieren Sie Ihren Verwöhntermin an der  
Rezeption**

Bitte zu den Behandlungen im Bademantel erscheinen, da sich alle Zeiten mit An- und Ausziehen und der Nachruhezeit verstehen.

## **Ich nehme mein Handy am liebsten überallhin mit. Auch in den Wellnessbereich?**

Mobiltelefone sind in den meisten Wellnessbereichen, und das gilt auch für unser Adler-Spa, nicht so gern gesehen. Wer nicht ohne bleiben kann, sollte das Telefon auf lautlos stellen und auf das Telefonieren verzichten.

## **Wir verbringen als Familie einen Urlaub im Schwarzen Adler. Dürfen unsere Kinder mit in die Sauna?**

Gerne können Sie Ihre Kinder in die Schwitzstuben im Schwimmbadbereich begleiten. Bitte beachten Sie aber, dass der Wellnessbereich ein Ort der Entspannung ist. Vom gesundheitlichen Standpunkt aus gilt generell: Kleinkinder bis zu zwei Jahren sollten nicht in die Sauna. Die Saunen im 1. Stock sind generell Erwachsenen vorbehalten.

## **Ich habe eine Massage gebucht. Wann soll ich in den Spa-Bereich kommen?**

Im Idealfall sollten Sie sich etwa fünf Minuten vor der Behandlung im Wellnessbereich einfinden bzw. an der Rezeption des Spa-Bereichs anmelden. Wer zu spät kommt, dessen Behandlungszeit wird meist verkürzt. Ansonsten würde es zu längeren Wartezeiten für die nachfolgenden Gäste führen.

## **Die Massage war sehr entspannend. Soll ich der Masseurin bzw. dem Masseur Trinkgeld geben?**

Ein Urlaub im Schwarzen Adler wird erst durch eine entspannende Massage so richtig komplett. Was das Trinkgeld betrifft: Jeder Masseur bzw. jede Masseurin wird sich über Anerkennung freuen, natürlich auch in Form von Geld.

## **Was soll ich anziehen, wenn ich zur Massage gehe. Nur Bademantel, Badeschuhe und sonst nichts?**

Wer Bademantel und Badeschuhe anhat, ist für die Wellnessbehandlung richtig gekleidet. Stellen, die nicht behandelt werden, deckt der Masseur mit Handtüchern ab. Zudem erhalten Sie einen Einmalstropfen. Wer sich unwohl fühlt, darf natürlich auch mit Bikini oder Badehose zur Behandlung kommen und während des Treatments anbehalten.

## **Wo soll ich meine nassen Badehandtücher hingeben?**

Bitte legen Sie die benutzten Handtücher, die ausgewechselt werden sollen, auf den Boden des Badezimmers. Wer mag, erhält natürlich jeden Tag eine

frische Handtuch-Garnitur. Das mehrmalige Benutzen von Handtüchern schont jedoch die Umwelt und spart Energie.

## **Wenn der Kopf nach der Massage schmerzt – Erstverschlimmerungen nach Massagen?**

Aktionen am Körper rufen Reaktionen hervor. Massagen sind wohltuende Instrumente, die unseren verspannten Körper entspannen und uns beim Abschalten unterstützen sollen. Dabei kann es vorkommen, dass leichte Nebenwirkungen auftreten. Anwendungen, die unser Wohlbefinden eigentlich steigern und den Körper und Geist wieder in Einklang bringen sollen, lösen Prozesse aus, die bereits bestehende Beschwerden verschlimmern oder neue Schmerzen entstehen lassen. Muskulär bedingt, kann es zu Kopfschmerzen, Nacken- oder Rückenschmerzen, sowie Muskelkater kommen. Nervlich bedingt, können Müdigkeit und Erschöpfung oder leichter Schwindel auftreten. Diese sollten nach ein bis drei Tagen aber wieder verschwinden.

## **Was kann ich machen, wenn ich schwanger bin oder andere Einschränkungen habe?**

Eine intakte Schwangerschaft mit normalem Verlauf kann nicht durch eine professionell und achtsam ausgeführte Massage beeinträchtigt werden. Grundsätzlich ist die Massage in der Schwangerschaft (ab 4. Monat) erlaubt. Die Massage sollte jedoch immer auf den jeweiligen Schwangerschaftsabschnitt abgestimmt sein. Bitte informieren Sie den Masseur/in vorher.

## **KONTRAINDIKATIONEN BEI MASSAGEN:**

- frische Muskelrisse oder Quetschungen
- Knochenbrüche bis zur 6. Woche
- frische Narben
- akute Thrombosen/Venenentzündung
- Hautentzündungen, zum Beispiel Ekzeme
- Tumore oder während der Bestrahlungstherapie
- Starke Krampfader
- Osteoporose
- Blutgerinnungsstörungen (durch Medikamente oder auch durch Krankheit bedingt)
- alle fieberhaften Erkrankungen und Infektionskrankheiten
- Risikoschwangerschaften
- frische Verletzungen, bzw. Fleischwunden



„Kümmere dich um deinen Körper.  
Es ist der einzige Ort, den du zum Leben hast.“

# Allgemeine Geschäftsbedingungen zur Wellnessbehandlung

---



## Leistungen allgemein

Zum Angebot gehören Anwendungen, die allein dem Wohlbefinden dienen. Diese stellen keine medizinische Leistung dar und werden somit auch nicht von den Krankenkassen bezahlt. Sollten Sie unter behandlungsbedürftig gesundheitlichen Störungen leiden, halten Sie bitte vorher Rücksprache mit Ihrem Arzt, Heilpraktiker oder Therapeuten. Hotel Schwarzer Adler distanziert sich von Heilbehandlungen, die einzig Heilberufen vorbehalten sind.

---

## Haftungsausschluss

Sofern trotz fachkundiger Anwendung Folgeschäden auftreten, die darauf zurückzuführen sind, dass ein Kunde Ausschlussgründe verschweigt, ist der/die Wellness-MasseurIn / GeschäftsinhaberIn von jeder Haftung freigestellt. Gleiches gilt für Schäden, die dadurch entstehen, weil ein Ausschlussgrund dem Kunden selbst nicht bekannt und für den/die Wellness-MasseurIn / GeschäftsinhaberIn nicht erkennbar war.

---