

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.

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

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

Wellnes-Fuß- und Beinmassage inkl. Fußbad	45 Min.	€ 55,00
Fußreflexzonenmassage	25 Min.	€ 35,00
Massagemix Kombination aus einer Fußreflexzonenmassage und einer klassischen Rückenmassage	50 Min.	€ 65,00
Aromaölmassage 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)

Rücken-Zirbenmassage	25 Min.	€ 45,00
Ganzkörper-Zirbenmassage	50 Min.	€ 65,00
	75 Min.	€ 88,00

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

Honigmassage – Rücken	50 Min.	€ 65,00
Honigmassage – Füße	45 Min.	€ 50,00
Honigmassage – Rücken & Füße	80 Min.	€ 88,00

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 Einmal Slip. 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.
