

DAS KRANZBACH

Spa-Journal



**WELLNESS IM KRANZBACH –
AUSZEIT FÜR ENTSPANNUNG,
GESUNDHEIT UND PFLEGE**

Das SPA im KRANZBACH befindet sich auf Ebene 1 im Badehaus. Gerne beraten wir Sie dabei, aus unserem reichhaltigen Angebot an klassischen und ayurvedischen Massagen, Körperbehandlungen, kosmetischer Pflege oder dem medizinisch-therapeutischen Programm von *Frau Dr. Müller*, Ihren ganz persönlichen Wellness-Plan zu erstellen.

Für kosmetische Behandlungen vertrauen unsere zertifizierten KosmetikerInnen auf die *Naturkosmetik MASSADA* und die *Meereskosmetik THALGO*-Pflegelinien für verschiedenste Bedürfnisse je nach Hautzustand.

Hochwertige, kaltgepresste Massageöle pflegen die Haut zusätzlich zur therapeutischen Wirkung mit wertvollen Inhaltsstoffen.

Blüten und Kräuter, die im *Kranzbach-Kräutergarten* in gesunder und klarer Bergluft wachsen, bilden Grundstoffe für hauseigene Ölauszüge und Peelings, die in einzigartigen Behandlungen Anwendung finden.

Unser Team aus regionalen und internationalen Experten freut sich auf Ihren Besuch und darauf, Sie im *Wellness- und SPA-Bereich* in lichtdurchfluteten Räumen mit Blick in die unberührte Natur begrüßen und verwöhnen zu dürfen.

INFORMATIONEN

TERMINRESERVIERUNGEN

Direkt an unserer SPA-Rezeption bzw. vom Hotelzimmer aus unter der *Durchwahl 920*. Wir empfehlen, erste Reservierungen per Telefon oder E-Mail frühzeitig von zu Hause aus vorzunehmen, damit wir individueller auf Ihre Wunschtermine eingehen können.

Von auswärts erreichen Sie uns unter der Telefonnummer: +49 (0)8823 – 92 800-920, täglich von 9 bis 18 Uhr.

Falls Sie für Ihre Anwendung einen weiblichen oder männlichen Therapeuten bevorzugen, teilen Sie uns dies bitte im Voraus mit.

SIE KÖNNEN EINEN GEBUCHTEN TERMIN NICHT EINHALTEN

Informieren Sie uns bitte spätestens 24 h vorher. Sollten Sie kurzfristiger absagen, so stellen wir für die ungenützte Arbeitszeit des Therapeuten 70% des gebuchten Preises in Rechnung. Bei Nichterscheinen werden 100% des Behandlungspreises verrechnet.

Falls Sie sich verspätet zur Behandlung einfinden, verkürzt sich Ihre Anwendung entsprechend. Wegen der Folgetermine ist es meist nicht möglich, die versäumte Zeit anzuhängen.

BESONDERE RUHEOASE

Unsere Gäste suchen vor allem Ruhe und Erholung. Das KRANZBACH-Badehaus haben wir deshalb zur »Flüsterzone« erklärt.

Wir bitten Sie, dies zu respektieren und Mobiltelefone im Badehaus auszuschalten.

BEKLEIDUNGSHINWEIS

Wenn Sie eine Behandlung gebucht haben, kommen Sie bitte im Bademantel und in Badekleidung.

Ausnahmen stellen die *Cranio Sakrale Therapie*, die *Klangschalen Massage* und die *Nuad Thai Behandlung* dar – hier bitten wir um leichte Trainingskleidung.

MEDIZINISCHE INFORMATIONEN

Bitte informieren Sie uns vorab, ob Ihr Gesundheitszustand besondere Beachtung erfordert, ob Sie Diabetiker oder Allergiker sind, blutverdünnende Medikamente oder Cortison einnehmen, Thrombose oder Bandscheibenvorfall hatten oder schwanger sind.

Bei Fragen steht Ihnen unsere Ärztin **Frau Dr. med. Christine Müller** gerne zur Verfügung.

GESCHENKGUTSCHEINE FÜR SPA-ANWENDUNGEN

An der Hotelrezeption erstellen wir gerne Wertgutscheine zum Verschenken.

INHALT

| | |
|--|----|
| MASSAGEN _____ | 4 |
| Massagen zur Regenerierung | 6 |
| Massagen zur Mobilisierung | 7 |
| Sanfte Massagen zum Entspannen | 7 |
| Unterwassermassagen | 8 |
| Für die werdende Mama | 9 |
| Mit Kräutern und Blüten | 10 |
| Ayurvedische Massagen | 12 |
| Aus der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) | 13 |
| Energetische Behandlungen | 13 |
| | |
| SPA-RITUALE »FÜR ZWEI« _____ | 14 |
| | |
| KOSMETISCHE GESICHTSBEHANDLUNGEN _____ | 16 |
| Gesichtsbehandlungen nach Thalgo | 18 |
| Gesichtsbehandlungen mit Massada | 20 |
| | |
| KÖRPERPFLEGE _____ | 22 |
| Peelings und Packungen | 22 |
| Von Kopf bis Fuß | 25 |
| | |
| MEDIZINISCHE THERAPIE & ANWENDUNGEN _____ | 26 |
| Medizinische Behandlungen | 28 |
| Detox Programm | 30 |

Massagen



Massagen zur Regenerierung

KLASSISCHE MASSAGE _____

Eine kräftige Massage mit warmem Mandelöl entspannt und lockert die Muskulatur, steigert die Durchblutung und regeneriert den Stoffwechsel.

| | |
|-----------------------------|------|
| 50 min Ganzkörper | 75 € |
| 25 min Rücken und Schultern | 45 € |

FUSSREFLEXZONEN-MASSAGE _____

Gezielte Manipulation von Reflexpunkten stimuliert den Energiefluss im Körper und steigert das Wohlbefinden.

| | |
|--------|------|
| 25 min | 45 € |
|--------|------|

HEIL-KOMBIMASSAGE _____

Klassische Rückenmassage und Fußreflexzonenmassage. Mindert Verspannungen in Rücken, Schultern und Nacken. Der gesamte Organismus wird aktiviert.

| | |
|--------|------|
| 50 min | 75 € |
|--------|------|

SPORTMASSAGE (TEILKÖRPER) _____

Intensive Teilmassage nach dem Sport, zur besseren Versorgung des Muskelgewebes mit Nährstoffen und Sauerstoff.

| | |
|--------|------|
| 25 min | 50 € |
|--------|------|

LYMPHDRAINAGE _____

Sanfte Aktivierung des Lymphsystems zum Abtransport von überschüssiger Gewebsflüssigkeit (Ödeme) und Stoffwechselprodukten.

| | |
|-------------------|------|
| 25 min Teilkörper | 50 € |
| 50 min Ganzkörper | 85 € |

UNSER TIPP

Ergänzen Sie diese Behandlungen mit einer Unterwasser- Massage in unserer Wellnesswanne (S.8)!

Massagen zur Mobilisierung

FASZIENMASSAGE (TEILKÖRPER) _____

Zur individuellen Intensivbehandlung von Verspannungen und Verklebungen der Faszien. Für mehr Mobilität, Entlastung und Regeneration.

| | |
|--------|------|
| 50 min | 85 € |
|--------|------|

DORN THERAPIE _____

Die Dorn-Methode kann bei Rückenproblemen helfen. Nach einer entspannenden Rückenmassage werden verschobene Wirbel ertastet und gezielt mit sanftem Druck langsam eingerichtet, sowie Beckenschiefstand korrigiert.

| | |
|--------|------|
| 50 min | 85 € |
|--------|------|

NUAD THAI – ENTSPANNUNG UND DEHNUNG _____

Diese traditionelle Thai Massage ist eine Mischung aus sanfter Bewegung, Dehn- und Streckübungen, Yogapositionen, rhythmischer Druckmassage und Reflexzonenbearbeitung. Sie wird auf einer Bodenmatte in bequemer Kleidung durchgeführt.

| | |
|--------|-------|
| 50 min | 85 € |
| 80 min | 125 € |

Sanfte Massagen zum Entspannen

AROMAÖLMASSAGE _____

Wählen Sie einen Duft, der spontan Ihre Sinne anspricht. Nach Einstimmung mit einer „heißen Rolle“ erlangen Sie in der sanften, verwöhnenden Ganzkörpermassage Entspannung und Einklang von Körper, Geist und Seele.

| | |
|--------|------|
| 50 min | 80 € |
|--------|------|

ZIRBEN ENTSPANNUNGSMASSAGE _____

Tiefenentspannung mit dem wertvollen Öl und aromatisch-holzigen Duft der auch als „Königin der Alpen“ bekannten Zirbelkiefer. Inklusive Hand- und Fußmassage und einer wohltuenden Zirbenspann-Wärmepackung.

| | |
|--------|------|
| 50 min | 80 € |
|--------|------|

ENTSPANNENDE FUSS- UND BEINMASSAGE _____

Krautiges Grün und holzige Aromen vereinen sich im Massageöl für diese sanfte, beruhigende und schlaffördernde Massage. Müde und schwere Beine werden gelockert und das Immunsystem gestärkt.

| | |
|--------|------|
| 25 min | 45 € |
|--------|------|

Unterwassermassagen in der Wellnesswanne

Therapie, Erlebnis und Genuss für Anspruchsvolle

Mit vielfältigen Einstellungsmöglichkeiten steht unsere Wellnesswanne für Bäder par excellence: Unterwassermassagen mit 260 Wasserdüsen und 50 Luftdüsen erzielen eine ausgezeichnete Tiefenwirkung.

DETOX BASENSALZBAD _____

Das Basensalzbad wirkt entgiftend, entstauend und entsäuernd auf den Organismus und fördert die Durchblutung.

25 min 40 €

ANREGENDES ALPEN- KRÄUTERBAD _____

Wertvolle Kräuter aus der Alpenregion und Auszüge der Pflanzen von Berg und Tal bauen Stress ab und sorgen für ein wohlige Körpergefühl. Das Massagebad wirkt stark durchblutend und wärmend. Besonders angenehm an kalten Tagen.

25 min 40 €

LAVENDEL-ORANGENBLÜTEN- ERHOLUNGSBAD _____

Kostbare, natürliche Lavendel- und Orangenblüten sorgen für ein besonderes Duftvergnügen. Das Erholungsbad wirkt extrem entspannend und kann Schlafstörungen lindern, sowie nervöse Unruhe reduzieren.

25 min 40 €

TANNEN-WOHLFÜHLBAD _____

Nach einer anstrengenden Wanderung, Biketour oder jeder anderen Sportaktivität eine Wohltat für die beanspruchten Muskeln. Frischer Tannengeruch tut der Seele gut und fördert die allgemeine Regeneration.

25 min 40 €

Babymoon – Für die werdende Mama

Bitte beachten! Aus medizinischen Gründen sind folgende Massagen und Behandlungen erst ab der 13. Schwangerschaftswoche möglich.

SCHWANGERSCHAFTS- MASSAGE _____

Versunken im Spezialkissen, wie auf einer Wolke schwebend, genießt die werdende Mama tiefe Entspannung bei einer Massage mit hochwertiger Pflegecreme oder fein duftendem Wildrosenöl.

50 min 75 €

SCHWANGERSCHAFTS-& BÜRSTENMASSAGE _____

Eine Kombination aus Entspannungsmassage und leichter, trockener Bürstenmassage ist eine wohltuende Methode in der Schwangerschaft, die Haut zu pflegen und das allgemeine Wohlbefinden zu fördern.

Diese Behandlung beinhaltet eine persönliche Spezial-Massagebürste, die Sie für Ihre Pflege Zuhause verwenden können.

50 min 95 €

BASISCHES PEELING MIT ROSEN _____

Sanftes Peeling mit Reiswachs und zartem Rosenduft entschlackt das Hautgewebe, verfeinert das Hautbild, harmonisiert und entspannt.

25 min 45 €

ZARTWEICHE HAUT FÜR DIE MAMA _____

Die angenehm warme Ganzkörperpackung Cleopatra aus fein bedufteter Pflegelotion nährt und befeuchtet die Haut und hinterlässt ein streichelweiches Gefühl.

25 min 45 €

UNSER TIPP

Um die Wirkung der Packung zu steigern, empfehlen wir vorher ein basisches Peeling mit Rose!

Mit Kräutern und Blüten *aus dem Kräutergarten*

KRANZBACH KRÄUTER- STEMPEL- MASSAGE

Gefüllt mit getrockneten Blüten und Kräutern aus dem KRANZBACH-Kräutergarten, werden die Massagestempel in Sesamöl erwärmt. Streichungen, sanftes Klopfen und Auflegen der Stempel, sowie kräftige, klassische Massagegriffe wechseln sich ab. Die Durchblutung wird dadurch gefördert, Muskelverspannungen und Schmerzen des Bewegungsapparates gelindert und die Haut gepflegt.

70 min

130 €

KRANZBACH ISARKIESEL- MASSAGE MIT EDELWEISSÖL* (HOT / COLD STONE)

Angewärmte, im Bett der Isar von Wasser und Strömung geformte Fluss-Steine und kräftigendes Edelweissöl* aus dem KRANZBACH-Kräutergarten machen diese Wohlfühlbehandlung zu einem Erlebnis. Spüren Sie, wie sich körperliche und energetische Blockaden auflösen.

80 min

130 €

**Die antioxidative Wirkung der pflanzlichen Extrakte aus dem Edelweiß stärkt die Spannkraft und Elastizität der Haut, unterstützt die Hautregeneration und hilft gegen frühzeitige Hautalterung.*

KRÄUTER-FUSSBAD MIT PEELING

Lavendel, Rosmarin und Thymian aus dem KRANZBACH-Kräutergarten, sowie natürliche, ätherische Kräuteröle wirken durchblutungsfördernd, entspannend und beruhigend. Das anschließende Kräuter-Peeling bereitet die Haut auf die optimale Aufnahme einer Abschlusspflege vor. Ideal auch für brennende, beanspruchte und müde Füße.

30 min

50 €



Ayurvedische Massagen

Die ayurvedischen Massagetechniken wirken harmonisierend auf das vegetative Nervensystem, bauen Stress ab, entspannen und vitalisieren. Es wird mit reichlich warmem, zertifiziertem Sesamöl in streichenden, langen Bewegungen ableitend massiert. Hilfreich und ausgleichend bei Schlaflosigkeit, Migräne und Erschöpfung.



GANZKÖRPERMASSAGE - ABHYANGA _____

Lange, fließende Massagegriffe stimulieren den Gesamtorganismus. Der Körper wird entschlackt und der Lymphfluss gesteigert. Gleichzeitig dient die Abhyanga der Entspannung, Erwärmung und Lockerung des Gewebes von Haut, Muskeln und Sehnen.

| | |
|--------|-------|
| 50 min | 90 € |
| 80 min | 130 € |

mit ergänzender Kopf-, Fuß- und Gesichtsmassage

AYURVEDISCHE RÜCKENMASSAGE - PRISTABHYANGA _____

Der gesamte Rücken sowie Nacken- und Schulterbereich werden mit tiefenwirksamen Griffen massiert. Diese Massage soll „die Last von den Schultern nehmen“, ist schmerzlindernd und sehr wohltuend.

| | |
|--------|------|
| 25 min | 50 € |
|--------|------|

GESICHTS-, KOPF- UND NACKEN- MASSAGE - MUKABHYANGA _____

Die ayurvedische Teilmassage Mukabhyanga hilft und harmonisiert bei emotionalen Verspannungen.

| | |
|--------|------|
| 25 min | 50 € |
|--------|------|

STIRNÖLGUSS - SHIRODHARA _____

Durch einen gleichmäßigen und sanften Öl-Strahl auf die Stirn werden innere, tief liegende Blockaden und Verspannungen gemildert. Schlaflosigkeit, Erschöpfung und Müdigkeit werden gelindert. Mit kurzer Fuß- und Kopfmassage. *Nach der Behandlung wird eine Ruhephase empfohlen.*

| | |
|--------|-------|
| 50 min | 105 € |
|--------|-------|

PINDA SWEDA _____ ORIGINAL AYURVEDISCHE REISSTEMPELMASSAGE

Massage mit Stoffstempeln, die mit Milchreis, Ingwer- und Zitronenstückchen gefüllt sind und in Kokosmilch erhitzt werden. Dabei wird der Körper zum Schwitzen angeregt und der Stoffwechsel aktiviert. Verspannungen und rheumatische Beschwerden können gemildert, und das Bindegewebe gestrafft werden.

| | |
|--------|-------|
| 70 min | 130 € |
|--------|-------|

ABHYANGA MIT SHIRODHARA _____

Wohltuende und wirksame Kombination von ayurvedischer Ganzkörpermassage und Stirnölguss. *Nach der Behandlung wird eine Ruhephase empfohlen.*

| | |
|---------|-------|
| 110 min | 175 € |
|---------|-------|

Aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

TUI NA GANZKÖRPER MASSAGE _____

Mit speziellen Griffen und Akupressur entlang der Leitbahnen wird gezielt auf Problem- und Schmerzbereiche des Bewegungsapparates eingegangen. Dehnungstechniken regen den Energiekreislauf an.

| | |
|--------|------|
| 50 min | 85 € |
|--------|------|

TUI NA GESICHT - KOPF - NACKEN - MASSAGE _____

Die Stimulation spezieller Triggerpunkte mit anschließender Massage löst Verspannungen im Gesicht, Schulter- und Nackenbereich.

| | |
|--------|------|
| 25 min | 45 € |
|--------|------|

Energetische Behandlungen

CRANIO SAKRALE* _____

Ursprünglich aus der Osteopathie entwickelt, führt diese ganzheitliche Behandlung durch sanfte Berührungen zu tiefer Entspannung auf körperlicher und geistiger Ebene. Sie dient zur Unterstützung und Stabilisierung in belastenden Lebenssituationen, begleitend bei Traumen, Narben, Kopf-, Nacken- und Rückenschmerzen, Migräne, Kiefergelenksproblemen sowie stress- und spannungsbedingten Störungen und zur Stabilisierung. Nach der Behandlung wird eine Ruhephase empfohlen.

| | |
|--------|-------|
| 60 min | 95 € |
| 80 min | 120 € |

KLANGSCHALE* _____

Klangschalen werden auf dem bekleideten Körper positioniert bzw. darüber gehalten und sanft angespielt. Dabei entstehen beruhigende und entspannende Schwingungen, die wellenartig auf den gesamten Organismus übertragen und über das Gehör aufgenommen werden. Die sanften und harmonischen Klänge führen schnell in eine tiefe Entspannung.

| | |
|--------|------|
| 60 min | 90 € |
|--------|------|

* Bitte kommen Sie zur Cranio Sakralen Therapie und zur Klangschalen Massage in leichter und bequemer Kleidung.

Spa-Rituale *für Zwei*

...in der Spa-Suite

Romantik & Verwöhnung – *aus dem Kräutergarten*

In der angenehmen Atmosphäre unserer Wellness-Suite genießen Sie gemeinsam das private Dampfbad und spenden sich gegenseitig ein Blütensalz-Mandelöl-Peeling. Unter den erfahrenen Händen unserer Therapeuten spüren Sie bei einer Rücken-Teilmassage mit pflegendem Edelweißöl aus dem KRANZBACH-Kräutergarten, wie sich Verspannungen und Blockaden aufzulösen beginnen. Den Höhepunkt dieses Rituals erleben Sie in einem duftenden Aroma-Bad in der Farb- und Klangtherapie-Wanne. Um den gemeinsamen Genuss noch zu steigern, stellen wir eine Flasche Champagner, Salzgebäck und einen süßen Snack bereit.

150 min

p.P. 165 €

Juwelen des Atlantiks – *nach Thalgo*

SCHATZSUCHE AN DEN STRÄNDEN DES ATLANTISCHEN OZEANS

Begeben Sie sich auf eine belebende Reise an majestätische und kontrastreiche Strände. Aus wertvollen Mineralien und Edelsteinen schöpfen Sie Energie, Wohlbefinden, neue Kraft und Vitalität. Beruhigendes Rauschen und sanfte Klänge geben Ihnen das Gefühl, wie auf entspannenden Wogen und Wellen zu schweben. Spüren Sie die Meeresbrise an den Korallenstränden Floridas und erleben Sie die blumig-fruchtig duftende Küste des Atlantiks.

Sie genießen

- das gegenseitige Auftragen des zart schmelzenden Edelstein-Badebalsams, der beim Eintauchen in die Farb- und Klangtherapie-Wanne im Wasser schmilzt und Ihre Haut mit Feuchtigkeit versorgt
- unseren fruchtig leckeren, alkoholfreien Cocktail „Florida“
- ein Energie spendendes Peeling mit dem rosa-farbenen Korallen-Sand der vielfältigen Strände, das ihre Haut seidig-zart pflegt und vitalisiert
- eine von afrikanischen Massage-Techniken inspirierte, belebende Edelstein-Massage

120 min

p.P. 190 €

Inselhopping im Pazifik – *nach Thalgo*

EINE TRAUMREISE DURCH DIE POLY- NESISCHE INSEL- UND DUFTWELT

Gehen Sie mit uns auf eine Reise der Sinne zu polynesischer Ursprünglichkeit. Lagunen mit kristallklarem Wasser und die Inseln Bora Bora, Manihi und Tahiti laden Sie zum Stopp ein. Zu sanften Klängen traditioneller Musik spüren Sie den warmen Sand, tauchen ein in kristallklares Wasser, entspannen in einer exklusiven Massage und nehmen die exotische Duftvielfalt Polynesiens wahr.

Sie genießen

- ein zart duftendes Inselpeeling mit weißem Sand, Kokosnussschalen, Meersalz und wertvollen Ölen aus Bora-Bora
- das feuchtigkeitsspendende, blaue Manihi-Lagunenbad in der Farb- und Klangtherapie-Wanne und unseren alkoholfreien Colada-Cocktail mit Ananas und Kokosnuss
- eine entspannende Massage mit warmen Sandstempeln und samtigem Monoi-Öl mit exklusiven Inhaltsstoffen

120 min

p.P. 190€

Kosmetische Behandlung & Körperpflege



Thalgo – Meereskosmetik mit der Kraft der Ozeane

Maritime Algenextrakte bilden die Basis der Pflegeprodukte von THALGO. Die in den Algen enthaltenen Spurenelemente, Vitamine, Proteine, Mineralstoffe und Aminosäuren schützen, kräftigen und verfeinern das Hautbild.

Gesichtsbehandlungen – nach Thalgo

STRAHLENDE AUGEN _____

Nach der Reinigung wird die Augen Umgebung durch Auflegen erfrischender Augenpads aufgepolstert. Eine anschließende sanfte Massage mit maritimem Wirkstoffkomplex festigt die zarte Hautpartie um die Augen.

30 min 55 €

MEERESTIEFEN-BASIS- BEHANDLUNG _____

mit Ausreinigung und Augenbrauenkorrektur

Klassische Gesichtsbehandlung für alle Hauttypen mit maritimen Produkten aus den Tiefen des Meeres. Die regenerierenden, befeuchtenden, vitalisierenden oder hautberuhigenden Pflegeprodukte und Masken werden für Reinigung, Peeling, Massage und Maske individuell auf die Bedürfnisse Ihrer Haut abgestimmt.

60 min 110 €

MEERESTIEFEN-INTENSIV- BEHANDLUNG _____

Ergänzung der Basisbehandlung durch zusätzliche Pflegekonzentrate, eine Infusionsmaske zur Optimierung der Wirkstoffaufnahme und eine Handmassage für die vollkommene Entspannung.

80 min 140 €

SPIRULINA DETOX GESICHTSBEHANDLUNG _____

Umweltbedingungen und Feinstaub belasten vor allem in urbanen Gebieten die Haut. Diese neuartige, glättende und entgiftende Detox-Behandlung lässt sie wieder frei atmen. Algen binden Toxine an sich und werden beim Abziehen einer Spezialmaske entfernt. Das Ergebnis ist ein geglättetes, strahlendes und frisches Aussehen.

60 min 130 €

MARITIME SILIZIUM LIFTBEHANDLUNG _____

Glättend und straffend fördert diese Pflegebehandlung mit sofort sichtbarem Lifting-Effekt den Zellstoffwechsel und bekämpft den Elastizitätsverlust der Haut. Durch die Stimulation der körpereigenen Produktion von Kollagen, Elastin und Hyaluronsäure wird ein langanhaltendes Ergebnis erzielt.

80 min 185 €

THALGO L'EXCEPTION FÜR ZEITLOS SCHÖNE HAUT _____

Besonders intensive Spezialbehandlung zur maximalen Hautregeneration mit natürlichen Algen-Hormonen für die reife und anspruchsvolle Haut. Ein patentierter maritimer Wirkstoffkomplex bekämpft gezielt den Verlust der Hautdichte, remodelliert die Gesichtskonturen und reaktiviert die Leuchtkraft.

80 min 185 €

REINE MÄNNERSACHE

OCEAN CARE GESICHTS- BEHANDLUNG FÜR IHN _____

(hautklärend und erfrischend) mit Ausreinigung und Augenbrauenkorrektur

Belebende Algenextrakte geben der feuchtigkeitsarmen Männerhaut Frische, abgestimmte Wirkstoffe durchfeuchten sie. Die Behandlung beinhaltet Peeling und Tiefenreinigung der Haut, eine entspannende und entstauende Gesichtsmassage, sowie eine pflegende und nährnde Ampulle. Eine hautspezifische Maske und abschließende Feuchtigkeitspflege runden die Behandlung ab.

60 min 110 €

UNSER TIPP

*Für den gepflegten Herren: Buchen
Sie auch das Körper-Kombi-Verwöhn-
programm „Bier und Holz“ (S.24)*

Massada – Naturkosmetik aus dem Pflanzen- und Mineralienreich

Eine Kombination von Wirkstoffen aus organischer Biotechnik und Extrakten aus Pflanzen, Blüten, Früchten und Wurzeln ist auf einzigartige Weise geeignet, um hervorragende Ergebnisse auf der Haut erzielen zu können.

Gesichtsbehandlungen – mit Massada

LEUCHTENDE AUGEN _____

Nach Reinigung, Peeling und einer leichten Lymphdrainage, sorgt die Hydrogel-Maske mit Kollagen und Hafer für einen "Flash Effekt". Diese wohltuende Behandlung lindert Schwellungen, beugt Tränensäcken, dunkle Augenringe und Fältchen vor und hinterlässt ein angenehmes Frischegefühl.

30 min 55€

EXPRESS-BEHANDLUNG _____

(Glow Up und Geschmeidigkeit)

Reinigung, Serum und Massage mit hochkonzentrierten Wirkstoffen schaffen sofort einen Hauch von leuchtender Perfektion. Für alle Hauttypen geeignet.

30 min 65 €

MASSADA INDIVIDUAL- BEHANDLUNG _____

(Regeneration, Beruhigung, Hautklärung)

mit Ausreinigung und Augenbrauenkorrektur

Diese Behandlung wird individuell auf die ganz besonderen Ansprüche Ihrer Haut angepasst. Abgestimmte und regenerative Wirkstoffkomplexe unterstützen dabei, unruhige Hautbilder, Struktur-schädigungen, Unreinheiten und Hypersensibilität in ein gestärktes und vitales Hautbild umzuwandeln.

60 min 110 €

80 min 140 €

zusätzlich mit 2-Phasen Aufbaumaske
zur Optimierung der Wirkstoffaufnahme

HYALURONSÄURE LIFTING KONZEPT _____

(Feuchtigkeit & Volumeneffekt)

Hoch konzentrierte Hyaluronsäure-Produkte in Kombination mit Gesichtsmoxa (Anregung der Nervenendigungen der Haut) und der japanischen Kobido-Massage bieten ein außergewöhnliches Behandlungserlebnis mit sichtbar straffendem und festigendem Effekt.

80 min 185 €

APPARATIVE MASSADA BEAUTY-ANWENDUNG

HIDROMASS H2 WASSERSTOFF- BEHANDLUNG _____

Hidrocupping mit reinem Wasserstoff ist eine einzigartige Technologie zur Tiefenreinigung der Haut, die man sieht und fühlt. Ein schonendes Fruchtsäure-peeling und Spezialprodukte steigern den Reinigungseffekt zusätzlich.

Natürliche DNA Wirkstoffe und eine hochwirksame, je nach Hauttyp ausgewählte Maske bewirken eine tiefengereinigte, porenverfeinerte und strahlende Haut. Für jeden Hauttyp und jedes Alter!

Auf Wunsch können mittels eines Microstrom-Massagerollers* die in der Maske enthaltenen, leitfähigen Wirkstoffe, in noch tiefere Hautschichten eingeschleust werden. Hierdurch wird der Behandlungserfolg gesteigert, und die Hautstraffung verstärkt.

*Kontraindikation:

Schwangerschaft/Stillzeit, Herzschrittmacher, akute Entzündungen und Krebserkrankungen, Epilepsie, Blutgerinnungsstörung, Unempfindlichkeit gegenüber Hitze und / oder Schmerzen, Insulinpumpen. Mindestens 4 Wochen Abstand nach Botox- und Hyaluroninjektionen.

Bitte füllen Sie bereits bei Buchung den Fragebogen aus.

70 min 185 €

Für den Rücken

KLÄRENDE RÜCKENBEHANDLUNG NACH THALGO _____

Ein Peeling gefolgt von einer Ausreinigung befreit die Rückenpartie von Hautunreinheiten. Die anschließende Packung aus reinen, natürlichen mikro-pulverisierten Algen reguliert übermäßige Talgproduktion, beruhigt, entschlackt und stellt den Feuchtigkeitshaushalt wieder her.

50 min 80 €

Ganzkörper Peelings

»KRANZBACH«-NATUR-PEELING _____

Eine Kombination aus reinen Kräutern oder Blüten aus dem KRANZBACH-Kräutergarten, Bergsalz und Mandelöl sorgt dafür, dass sich die Haut nach diesem Peeling samtweich und gepflegt anfühlt.

25 min 45 €

MASSADA DETOXPEELING _____ Ganzkörperpeeling mit Meersalz

Trockenheitsschüppchen werden sanft entfernt und dabei der Zellstoffwechsel angeregt. Das reiche Angebot an Mineralsalzen aktiviert den Ausscheidungsprozess und sorgt gleichzeitig für ein seidenweiches Hautgefühl.

25 min 45 €

THALGO ALGENMOUSSE PEELING _____

Algen-Mousse mit maritimen Wirkstoffen regt bei diesem sanften Peeling die Mikrozirkulation an und fördert die Entschlackung.

25 min 45 €

Detox-Packungen

MASSADA COFFEE THERAPY MIT DETOXPEELING _____

Diese Packung für Problemzonen erhöht die Fettverbrennung und wirkt ausleitend.

Kaffeeextrakt, reines Koffein, Mäusedorn, grüner Tee und Sesam bewirken eine verbesserte Elastizität des Gewebes und eine Verminderung von Cellulite.

80 min 120 €

THALGO ALGENPACKUNG _____

Mikro-pulverisierte Algen in ihrer reinsten Form wirken in dieser stark entgiftenden, entschlackenden und remineralisierenden Ganzkörper-Packung. Über die Haut wird der Körper regeneriert und Wasseransammlungen sowie Cellulite werden vermindert.

50 min 85 €

80 min 120 €
mit Meersalz-Peeling

DRAINIERENDE BEINPACKUNG NACH MASSADA _____

Diese Behandlung reinigt und entlastet das Lymphsystem und wirkt aus- und ableitend. Frische und kühlende Inhaltsstoffe kräftigen die Gefäßwände, die Durchblutung wird verbessert, Haut und Gewebe werden remineralisiert.

25 min 45 €

THALGO FIGURPFLEGE MIT SCHRÖPFMASSAGE _____

Hoch wirksame Cellulite- und Straffungsbehandlung mit Fruchtsäurepeeling, ausgewählten Packungen und einer Schröpfkopfmassage zur sichtbaren Verbesserung von Cellulite und nachlassender Hautelastizität.

80 min 145 €

Pflege-Packungen

Im Sommer

ALOE-VERA PFLEGEPACKUNG _____

Durstlöscher nach dem Sonnenbaden

Für den Frische-Kick im Sommer – spendet intensiv Feuchtigkeit und fühlt sich angenehm erfrischend an. Aloe Vera wirkt entzündungshemmend und schmerzlindernd bei gereizter oder sonnenstrapazierter Haut.

40 min 65 €

Im Winter

CREMEPACKUNG WINTERTRAUM _____

Verwöhnung und Pflege mit winterlichen Düften in der warmen Schwebeliege

Genießen mit allen Sinnen – die Cremepackung betört mit den kulinarischen Düften des Winters. Vanille, Orange, Mandel und Zimt machen gute Laune und die pflegenden Inhaltsstoffe verwöhnen trockene Winterhaut.

40 min 65 €



Kombi- Verwöhnprogramm

Für Sie

SAMT UND SEIDE NACH THALGO

Nach einem sanften Algenpeeling wird der Körper von einer samtigen Cremepackung umhüllt, die in der warmen Schwebeliege ihre Wirkung entfaltet. Ein wunderbar entspanntes Haut- und Körpergefühl.

Zur Nachruhe bieten wir ein Glas Sekt (auf Wunsch auch alkoholfrei)

50 min 90 €

Für Ihn

BIER UND HOLZ

Die schon im Mittelalter bei Mönchen als Badevergnügen beliebten, gesundheitsfördernden und hautpflegenden Eigenschaften von Hopfen und Malz, genießen Sie im Bierbad in der Unterwasser-massage-Wanne.

Anschließend servieren wir ein Glas kühles Bier (auf Wunsch auch alkoholfrei), während einer Behandlungspause im Ruheraum, bevor die wohltuende Cremepackung mit maskulinem, holzigem Duft entspannt und die Männerhaut weich und geschmeidig macht.

50 min Behandlungszeit 90 €
15 min Ruhezeit

Gepflegt von Kopf bis Fuß

EXTRAS FÜR DAS GESICHT

| | |
|--|------|
| Wimpern färben 20 min | 20 € |
| Brauen färben 10 min | 10 € |
| Augenbrauenkorrektur 10 min | 10 € |
| Wimpern und Brauen färben und korrigieren 35 min | 35 € |

DEPILATION MIT WARMWACHS

| | |
|---|------|
| Gesicht Einzelpartie (Kinn, Oberlippe oder Wangen) 10 min | 15 € |
| Gesicht, gesamt 25 min | 35 € |

EXTRAS FÜR HAND UND FUSS

| | |
|--|------|
| Maniküre mit Pflege der Hände <i>(ohne Lack)</i> 50 min | 60 € |
| Kosmetische Pediküre mit Pflege der Füße <i>(ohne Lack)</i> 50 min | 60 € |
| Nägel lackieren <i>inkl. Lack zum Mitnehmen</i> je 15 min | 25 € |
| Speziallack entfernen 15 min | 20 € |

Medizinische Therapie & Anwendungen

Unser zunehmend hektischer, getriebener Lebensstil, und der reizüberflutete Alltag mit ständiger Erreichbarkeit, führen vielfach zu Überforderung, Erschöpfung und Verdauungsbeschwerden. Eine ganzheitliche Regeneration gelingt schneller, wenn der Darm entlastet ist.

Dr. univ. med. Christine Müller ist seit 2010 ärztliche Leitung im Wellness Refugium DAS KRANZBACH und hat ein zur Location passendes Detox-Programm etabliert.

Einem ganzheitlichen Ansatz folgend, lässt sie hierfür die Erfahrungen aus ihrer Tätigkeit als F.X. Mayr Ärztin im Gesundheitszentrum „Lanserhof“ bei Innsbruck, einfließen.

Die Bewusstmachung und das Ablegen ungünstiger Alltagsgewohnheiten, Einübung gesunder Essenspausen (Intervallfasten), Stärkung des Verdauungstrakts, Stressreduktion und Gewichtsreduzierung sind die Hauptziele in diesem Programm.

Abseits von künstlichen Konsumwelten bietet DAS KRANZBACH das ideale Umfeld zur Rückanbindung an die Natur und die Möglichkeit der Selbstreflexion durch verschiedene Meditationen und Yogasessions.



Für Detailfragen kontaktieren Sie Frau **Dr. Müller** gerne über die SPA-Rezeption:

+49 (0)8823 – 92 800-920
badehaus@daskranzbach.de

Medizinische Behandlungen

ÄRZTLICHE KURZORDINATION _____

Dr. med. Christine Müller

10 min 25 €

ÄRZTLICHES BERATUNGSGESPRÄCH _____

Dr. med. Christine Müller

Möglichkeit, gesundheitliche Themen unter ganzheitlich naturheilkundlichem Ansatz zu besprechen und/oder Therapieempfehlungen für den Kranzbachaufenthalt zu erhalten.

25 min 45 €

BAUCHBEHANDLUNG MIT HEUBLU- MEN-LEBERWICKEL _____

Dr. med. Christine Müller

Sanfte streichende Bewegungen auf der Bauchdecke führen zur Tonisierung und Durchblutungsförderung der Bauchorgane, verbessern den Lymphabfluss und somit die Entgiftung. Besonders zu empfehlen bei Verdauungsstörungen aller Art, zur Entspannung durch Aktivierung des parasympathischen Nervensystems und zur Schulung der Bauchatmung. Der feuchtwarme Heublumen-Leberwickel verstärkt die Wirkung der Behandlung und Entgiftung.

50 min 90 €

COLON-HYDRO-THERAPIE _____

Dr. med. Christine Müller

Bei der Colon-Hydro-Therapie handelt es sich um einen intensivierten Einlauf von ca. 40-minütiger Dauer mit warmem Quellwasser ohne chemische Zusätze. Bei Bedarf wird auch im Wechsel mit kühlem Wasser gearbeitet („Kneipp für den Darm“). Über die Wassersäule werden verschiedene Reflexzonen des Darmes berührt und damit auf den gesamten Körper eingewirkt. Die Wirkungsweise basiert auf der Entfernung von angesammeltem stagniertem Stuhl und von Fäulnisstoffen aus dem Darmlumen. Die Behandlung findet mit einem geschlossenen Einmalsystem statt und ist sauber, geruchlos und in der Regel angenehm.

60 min 110 €

SCHRÖPFEN _____

Dr. med. Christine Müller

Stellt eine der effektivsten Ausscheide- bzw. Ausleitungstechniken über die Haut dar und fördert die bioenergetische Regulation. Die Schröpfköpfe werden mit dosierbarem Unterdruck auf Muskelgruppen im Rückenbereich und den reflektorisch wirksamen Schröpfzonen aufgesetzt. Es wird auch bei starken Muskelverspannungen eingesetzt. Haematome (Blutergüsse) sind bei dieser Therapie sehr wahrscheinlich.

40 min 70 €

BIOIMPEDANZMESSUNG DER KÖRPERZUSAMMENSETZUNG* _____

Mit dem InBody-Mess-System werden mittels sanftem Wechselstrom die Muskelverteilung im Körper und das Körperwasser nach einzelnen Körpersegmenten gemessen, sowie das Gesamtkörper- und Viszeralfett. Im Beratungsgespräch wird das Ergebnis interpretiert.

***Kontraindikation:**

Herzschrittmacher und Schwangerschaft

20 min 30 €



Detox Programm

🌿 TIPP VON FRAU DR. MÜLLER

*Ergänzen Sie Ihr Detox-Programm
mit einer „Colon-Hydro-Therapie“
und der Bioimpedanzmessung (S.28)*

DETOX PROGRAMM*
ENTLASTEND
UND AUSLEITEND.

Aufgeteilt auf 5 Behandlungstage

*Anreise Sonntags

| | |
|---|--------|
| • Ärztliches Erstgespräch zur Anamneseerhebung | 25 min |
| • 1 Ganzkörperpeeling | 25 min |
| • 2 ärztliche, manuelle Bauch- behandlungen mit anschließendem Heublumenleberwickel | 50 min |
| • 1 DETOX-Basensalzbad | 25 min |
| • 1 THALGO Algen-Körperpackung zur Entgiftung über die Haut | 50 min |
| • Täglich ausleitende Detox-Vitalküche (Frühstück, Mittag, Abend) | |
| • Ausgewählte Bitterstoffe aus dem KRANZBACH-Kräutergarten | |
| • Tägliche Teilnahme an verschiedenen Sport- und Entspannungsprogrammen aus dem Aktivplan | |
| • Ärztliches Abschlussgespräch | 25 min |

Paketpreis*

p.P. 440 €

*Pro Verlängerungswoche 350€
(beliebig oft wiederholbar)*

(Bitte das Hotelzimmer für Ihren
Wunschtermin gesondert buchen)

SPA-REZEPTION

+49 (0)8823 - 92 800-920
badehaus@daskranzbach.de

ÖFFNUNGSZEITEN

SPA-Rezeption
& Shop 9 – 18 Uhr
täglich

Behandlungen
& Therapien

Ärztin Dr. med.
Christine Müller 9 – 17 Uhr
Mo – Fr

IMPRESSUM

Gestaltung: Lilli Scheuerlein
Druck: Kriechbaumer Druck GmbH&CoKG

*Mit Erscheinen dieser Broschüre verlieren
alle vorangegangenen Wellness-Journale
und Preise ihre Gültigkeit. Dezember 2024*



DAS KRANZBACH

Hotel und Refugium
am Fuß der Zugspitze
D-82493 Krün/Klais

+49 (0)8823 92 8000
info@daskranzbach.de
www.daskranzbach.de