



# BLASLA NATUR SPA

AUS ♥ ← ZUR URSPRÜNGLICHKEIT



**PHYTO ART.**

*bio care and more*



# ÖFFNUNGSZEITEN

## POOL

8.00 - 19.00 Familien mit Kinder

19.00 - 21.00 Erwachsene

## SAUNA

17.00 - 21.00

bei schlecht Wetter auch früher

## BEHANDLUNGEN

Einfach an der Rezeption nachfragen



# ORARI D'APERTURA

## POOL

8.00 - 19.00 per famiglie con bimbi

19.00 - 21.00 per adulti

## SAUNA

17.00 - 21.00

in caso di maltempo anche prima

## SPA

Su richiesta alla reception dell'hotel





# GESICHT

**BALANCE FACE CARE** 88,00.-

**80 MINUTEN**

Individuell der Haut für Sie und Ihn angepasst.  
Eine ganzheitliche Behandlung mit erlesenen Kräutern in Kombination mit einer besonderen Kristallmassagetechnik bringen die Haut in Balance und lassen die Haut erstrahlen.

Duftkompressen, Reinigung, Hautdiagnostik, Peeling, Tiefenreinigung, Regulierung der Augenbrauen, Depilation der Oberlippe, Tonisieren und beruhigen, Aktivierende Schabmassage mit dem Kristall, Beruhigende Kristallmassage, Manuelle Massage, Serum, Individuelle Maske, Tiefenentspannung, Individuelle Tagespflege.

**BALANCE FACE CARE** 72,00.-

**50 MINUTEN**

Individuell der Haut für Sie und Ihn angepasst.  
Die Synergie aus einer nachhaltigen Pflege der Haut

und der tiefenwirksamen Massage, aktivieren die Haut zur Selbstregeneration.

Duftkompressen, Reinigung, Hautdiagnostik, Peeling, Tonisieren und beruhigen, Beruhigende Kristallmassage, Manuelle Massage, Serum, Individuelle Maske, Tiefenentspannung, Individuelle Tagespflege.

**KORREKTUR AUGENBRAUEN** 12,00.-

## DEPILATION

**GANZES BEIN,** 30,00.-

**HALBES BEIN** 25,00.-

**ACHSEL ODER OBERLIPPE ODER INGUINALE** 12,00.-



## MASSAGEN

**KLASSISCHE GANZKÖRPERMASSAGE** 59,00.- **50 MINUTEN**

**KLASSISCHE RÜCKENMASSAGE** 39,00.- **25 MINUTEN**

**KLASSISCHE BEINMASSAGE** 39,00.- **25 MINUTEN**

**KOPF-, NACKEN-, GESICHTSMASSAGE** 39,00.- **25 MINUTEN**

**INTENSIVE RÜCKENMASSAGE** 69,00.- **50 MINUTEN**

Eine intensive Behandlung für den beanspruchten Rücken. Die heiße Rolle nach Kneipp mit Kräutern, durchwärmt die Muskulatur und bereitet sie für die Massage vor. Die Schröpfkopfmassage, in Verbindung mit einer tiefgehenden Rückenmassage, löst Blockaden und regeneriert den Rücken. Die Kräutersalbe aus Dachwurz, Johanniskraut, Hopfen und Spitzwegerich entspannt die Muskulatur nachhaltig.

**FUSSSTIMULIERENDE MASSAGE** 59,00.- **50 MINUTEN**

Die Fußsohlenregion ist seit alters her Knotenpunkt der energetischen Ströme im menschlichen Körper. Durch die Stimulation der Reflexpunkte während der Behandlung, wird gestaute oder blockierte Lebensenergie wieder zum Fließen gebracht.

## GANZKÖRPER

**DERMA RELAX** 69,00.-

**50 MINUTEN**

Die einzigartige Entspannungsmassage von Kopf bis Fuß, entführt Sie in die Welt der Sinne. Besondere Düfte aus Vanille, Palmarosa und Ylang-Ylang, in Synergie mit sanften, rhythmischen Bewegungen entspannen Körper und Geist und mit der Körperlotion Derma Relax wird die Haut geschützt und samtweich gepflegt. Die wohltuende Wärme der heißen Rolle mit Kräuterblüten am Rücken, löst Anspannungen und hilft in die Tiefenentspannung zu gelangen.



### **SPORTMASSAGE** 69,00.-

**50 MINUTEN**

Diese Massage eignet sich vor oder nach sportlichen Aktivitäten. Die Schröpfkopfmassage steigert die Durchblutung, dadurch werden alle Zellen besser mit Sauer- und Nährstoffen versorgt. Die anregende Massage mit dem Massageöl Sport Energia lockert die Muskulatur und diese wird mit speziellen Griffen gedehnt.

Zur Regeneration der Muskulatur wird die Crema Erbe Sport mit Arnika, Distel und Rosskastanie verwendet. Fühl dich fit!

### **ZIRBL ACTIV** 69,00.-

**50 MINUTEN**

Die Natur direkt am Körper spüren! Diese dynamische Massage, mit den speziellen Zirbelholzstäben und die aktivierende Kräuterölmassage, hat eine regenerierende und belebende Wirkung auf den Körper. Der Zirbelduft vom Kissen, befreit und stärkt die Atmung. Wie ein Spaziergang durch Südtirols Zirbelwald.

### **HONIGMASSAGE** 89,00.-

**80 MINUTEN**

Die Kraft des Bienenhonigs (Bienenhonig von unserem Nachbar „Galla Bauer“) entfaltet ihre Wirkung direkt am Rücken. Bindegewebsverklebungen sind häufige Ursachen für Rückenbeschwerden. Durch die besondere Massagetechnik wird der Honig, tief in das Bindegewebe eingearbeitet, die Verklebungen gelöst und die Schlackenstoffe ausgeschieden. Besonders wohltuende Entspannung erleben Sie während der Ganzkörpermassage mit dem Honigöl.

## **PEELING**

### **KRÄUTERPEELING** 39,00.-

**25 MINUTEN**

Ein sanft hautschonendes Kräutercreme-Peeling, für ein feines gepflegtes Hautbild. Die feingemahlten Weintraubentrester, Malve, Ringelblume, Brennnessel, Schachtelhalm und das Edelweiß, in der Emulsion, befreien die Haut von Hautschüppchen, versorgen Sie mit Nährstoffen und pflegen Sie nachhaltig.



### KRÄUTERPEELING MIT EINER DERMA RELAX MASSAGE

99,00€

80 MINUTEN

HEUBAD MIT MASSAGE 75,00.-

50 MINUTEN

HEUBAD 45,00.-

25 MINUTEN

## TRADITIONS BÄDER

Die angenehme Wärme der Packung öffnet die Hautporen, dies erhöht die Aufnahme der naturbelassenen, biologischen Wirkstoffe, um ein Vielfaches. Es empfiehlt sich eine Massage, angepasst an Ihr Bedürfnis, vor jeder Packung.

### TRADITIONELLES GSIESER HEUBAD

Durch dfalt an Kräutern und Blumen in den Bergwiesen entfaltet das traditionsreiche Heubad stark durchblutungsfördernde Eigenschaften, entspannt das Gewebe und die Muskulatur. Gelenks- und Muskelbeschwerden werden auf natürliche Art und Weise gelindert.

## WASSERBAD

### KRÄUTERBAD IM ZUBER MIT MASSAGEFUNKTION FÜR 1-2 PERSON/EN

Schmerzlindernd und spannungsfördernd. Durch die Vielfalt an ätherischen Kräuterölen stark durchblutungsfördernde Eigenschaften, entspannt das Gewebe und die Muskulatur.

KRÄUTERBAD MIT MASSAGE 63,00.-/Per 50 MINUTEN

KRÄUTERBAD FÜR 2 PERSONEN 55,00.- 25 MINUTEN



**MOLKEBAD IM ZUBER MIT  
MASSAGEFUNKTION FÜR 1-2 PERSON/EN**

Pflegend für samtig weiche Haut.

**MOLKEBAD MIT MASSAGE** 63,00.-/Person **60 MINUTEN**

**MOLKEBAD FÜR 2 PERSONEN** 55,00.- **25 MINUTEN**

**PRIVATE BAD FÜR ZWEI** 85,00.- **50 MINUTEN**

Bad im Holzzuber zu zweit, Kuschel- und Ruhezeit  
im Himmelheubett mit Massageölen, mit Prosecco  
und Kerzenschein.





## POOL, SAUNA UND CO

### SCHWIMMGROTTE (SCHWIMMBAD)

Ganz allein, oben am Schrienbach, genießt Du die herrliche Aussicht. Schwimmen in unserer Innenpool mit dem chlorfreien & mit Sauerstoff angereichertem Wasser ist einzigartig. Die Baumhäuser rundum bieten dir Rückzugsmöglichkeiten. Extralange Öffnungszeiten bis 21 Uhr.

**NEU:** Für ein kleines Plus an Romantik ist die Nutzung der Schwimgrotte von 19 bis 21 Uhr unseren erwachsenen Gästen vorbehalten.

### KNEIPPWEG AM SCHRIENBACH

Wellness in der Natur...einst, als es noch keine Wellness-oasen gab, nutzten die Menschen die Natur. Der natürliche Bergbach mit Wasserfall lädt ein zum Wassertreten und verweilen.

### FINNISCHE SAUNA & KRÄUTERSAUNA

Unsere Sauna mit Aufguss bietet dir **EXTRALANGE ÖFFNUNGSZEITEN BIS 21 UHR.** Ein Saunagang regt die Durchblutung-, den Stoffwechsel- und das Immunsystem an und hilft bei Haut-, Muskel- und Gelenkerkrankungen. Gönn Dir die Erholung!

Pssst! Buch dir doch einfach deine private Sauna!



# RAUM FÜR DAS SEIN

Fast täglich finden Yogastunden mit unserer tollen ausgebildeten Mitarbeiterin statt.

Einmal wöchentlich machen wir ein **SNUPPERWALDBADEN**, also komm mit und tauche mit mir ein in die Waldatmosphäre mit all unseren Sinnen.





## SPA ETIKETTE

Blasla Natur Spa ist ein Ort der Ruhe. Daher bitten wir, die Kinder beim Schwimmen zu begleiten. Danke für Eure Rücksicht.

Zutritt in den Sauna-Bereich ist ab 16 Jahren gestattet.

Bitte verwende für die Liegen die Handtücher in der Spatasche.

Wäre toll wenn jeder zu einer Liege kommen würde.

Essen im Spa ist aus hygienischen Gründen nicht gestattet.

Für Spa-Termine kannst du dich an die Rezeption wenden.

Absagen sollten mindestens einen Tag vorher mitgeteilt werden. Kurzfristige Absagen werden verrechnet.

## SPA ETICHETTA

Cari genitori e cari figli, vi preghiamo di notare che la Spa é un luogo di riposo. Pertanto vi chiediamo di accompagnare i vostri bambini.

L'accesso all'aria Sauna è consentito dall'età di 16 anni.

Vi preghiamo il vostro lettino nell'aria relax utilizzando il telo nella vostra borsa wellness.

Non lasciate sdraio occupate quando uscite della zona relax.

Nella Spa è vietato mangiare.

Appuntamenti e consulenze potrete fare nella reception.

Vi preghiamo di una disdetta dei trattamenti almeno 24 ore prima. Altrimenti l'intero costo del trattamento verrà addebitato.



# VISO

**BALANCE FACE CARE** 88,00.-

**80 MINUTI**

Trattamento individuale, adattato alla pelle di lui e lei

Un trattamento olistico con erbe selezionate in combinazione con una speciale tecnica di massaggio ai cristalli per donare equilibrio alla pelle e farla risplendere.

Compresse profumate, Pulizia, Check-up cutaneo, Peeling, Pulizia profonda, Regolazione sopracciglia, depilazione labbro superiore, Componenti tonificanti e calmanti, Massaggio riattivante mediante sfregamento con cristalli, Massaggio calmante ai cristalli, Massaggio manuale, Siero, Maschera individuale, Rilassamento profondo, Cura quotidiana individuale.

**BALANCE FACE CARE** 72,00.-

**50 MINUTI**

Trattamento individuale, adattato alla pelle di lui e lei

La sinergia tra una cura duratura della pelle e un massaggio ad azione profonda riattiva la cute consentendole di autorigenerarsi.

- Compresse profumate, Pulizia, Check-up cutaneo, Peeling, Componenti tonificanti e calmanti, Massaggio calmante ai cristalli, Massaggio manuale, Siero, Maschera individuale, Rilassamento profondo, Cura quotidiana individuale.

**CORREZIONE SOPRACCIGLIA** 12,00.-

**DEPILAZIONE**

**GAMBA INTERA**, 30,00.-

**MEZZA GAMBA** 25,00.-

**ASCELLE O INGUINE O LABBRO SUPERIORE** 12,00.-



## MASSAGGI TRADIZIONALI

**MASSAGGIO INTERO** 59,00.-

**50 MINUTI**

**MASSAGGIO SCHIENA** 39,00.-

**25 MINUTI**

**KLASSISCHE BEINMASSAGE** 39,00.-

**25 MINUTI**

**KOPF-, NACKEN-, GESICHTSMASSAGE** 39,00.-

**25 MINUTI**

**SCHIENA INTENSIVO** 69,00.-

**50 MINUTI**

Un trattamento intensivo per la schiena contratta. Il rotolo caldo del metodo Kneipp profumato con erbe locali, riscalda la muscolatura, preparandola al massaggio. La coppettazione, abbinata a un massaggio profondo della schiena, scioglie le tensioni muscolari e rigenera la schiena. L'unguento a base di erbe come il sempervivum tectorum, l'erba di San Giovanni, il luppolo e la piantaggine rilassa la muscolatura con un effetto duraturo.

**STIMOLAZIONE PLANTARE** 59,00.-

**50 MINUTI**

Da sempre nella regione plantare si incontrano i flussi energetici del corpo umano. Grazie alla stimolazione dei punti riflessi durante il trattamento, l'energia vitale stagnante o bloccata viene rimessa in circolo.

## CORPO

**DERMA RELAX** 69,00.-

**50 MINUTI**

Questo esclusivo massaggio rilassa il corpo dalla testa ai piedi trasportandovi in un mondo di esperienze sensoriali. Speciali profumi di vaniglia, palmarosa e ylang-ylang, abbinati a movimenti ritmici e delicati, aiutano a rilassare corpo e mente, mentre la lozione per il corpo Derma Relax protegge la pelle conferendole un aspetto vellutato e morbido. Il calore lenitivo del rotolo caldo con i fiori delle erbe aromatiche, poggiato sulla schiena, scioglie le tensioni e induce un profondo rilassamento.



### **SPORT ENERGIA** 69,00.-

**50 MINUTI**

Questo massaggio è ideale prima o dopo l'attività sportiva. La coppettazione migliora la circolazione sanguigna, apportando una maggiore quantità di ossigeno e sostanze nutritive alle cellule. Il massaggio stimolante con l'olio Sport Energia scioglie la muscolatura, che viene distesa con speciali manovre. Per rigenerare i muscoli si impiega la Crema Erbe Sport con arnica, cardo e ippocastano. E vi sentirete in piena forma!

acido-base nel corpo in modo da contrastare l'eccesso di acido. Inoltre, il massaggio al magnesio migliora il metabolismo lipidico, la circolazione sanguigna e il trasporto di ossigeno alle cellule, stimolando di conseguenza il metabolismo energetico per un maggiore benessere e tanta vitalità. Questo trattamento si effettua dalla testa ai piedi, perché solo stimolando le diverse regioni del corpo, l'organismo è in grado di garantire processi di purificazione e disintossicazione ottimali.

### **MASSAGGIO AL MIELE** 89,00.-

**80 MINUTI**

Il nostro speciale trattamento Detox al miele ha lo scopo di rimuovere dal tessuto connettivo le scorie e le tossine che compromettono l'apporto di sostanze nutritive riducendo la mobilità di articolazioni, dischi intervertebrali, legamenti e tendini e rendendo flaccida e fragile la pelle. La speciale miscela di erbe, tra cui betulla, ortica, achillea e dente di leone, stimola l'attività renale, epatica e intestinale, favorendo così l'eliminazione e l'escrezione dei prodotti di scarto. I sali speciali regolano l'equilibrio

### **ZIRBL ACTIV** 69,00.-

**50 MINUTI**

Percepите la natura direttamente sul vostro corpo! Questo massaggio dinamico, eseguito con le speciali bacchette in legno di cirmolo e il massaggio con l'olio riattivante alle erbe, ha un effetto rigenerante e rinvigorente sul corpo. L'aroma del legno di cirmolo nel cuscino libera e migliora la respirazione trasmettendo la sensazione di fare una passeggiata nei boschi di pino cembro dell'Alto Adige.



## PEELING

**PEELING ERBE** 39,00.-

**25 MINUTI**

Un peeling delicato a base di crema alle erbe per una pelle sempre ben curata. Le vinacce, la malva, la calendula, l'ortica, l'equiseto e la stella alpina finemente macinati nell'emulsione liberano la pelle dalle cellule morte, apportando sostanze nutritive e assicurando una protezione duratura.

volmente la circolazione sanguigna, distenda i tessuti e la muscolatura e allevi in modo naturale dolori articolari e muscolari.

**BAGNO DI Fieno CON MASSAGGIO** 75,00.- **50 MINUTI**

**BAGNO DI Fieno** 45,00.-

**25 MINUTI**

**PEELING ERBE CON UN MASSAGGIO DERMA**

99,00€

**80 MINUTI**

## TRADITIONS BÄDER VAPORE

**BAGNO DI Fieno TRADIZIONALE**

secondo la tradizione altoatesina La grande varietà di erbe e fiori presenti nei prati di alta montagna fa sì che questo bagno di fieno di antica tradizione stimoli note-

## BAGNO TRADIZIONALE ACQUA

**BAGNO ALLE ERBE CON IDROMASSAGGIO PER 1-2 PERSONE**

Contro dolori muscolari e articolari.

**KRÄUTERBAD MIT MASSAGE** 63,00.-/Per **50 MINUTEN**

**KRÄUTERBAD FÜR 2 PERSONEN** 55,00.- **25 MINUTEN**



### BAGNO ALLE ERBE CON MASSAGGIO

63,00.-/Per

50 MINUTI

### BAGNO ERBE PER 2 PERSONE

55,00.-

25 MINUTI

### BAGNO DI LATTE CON IDROMASSAGGIO 1-2 PER

Nutriente per una pelle morbida.

### BAGNO DI LATTE CON MASSAGGIO

63,00.-/Per

60 MINUTI

### BAGNO DI LATTE PER 2 PERSONE

55,00.-

25 MINUTI

### PRIVAT SPA IN DUE

85,00.-

50 MINUTI

Bagno in due nella vasca di legno idromassaggio, tempo di relax sul lettino di cielo, con ogli per massaggiare, Prosecco e ambiente romantico.





## POOL, SAUNA EC..

### POOL

Da soli, a monte del ruscello, godetevi la vista mozzafiato. Nuotare nella nostra piscina coperta non addizionate di cloro ma di ossigeno è un'esperienza unica. Le case sull'albero tutto intorno vi offrono la possibilità di rilassarvi. Immergetevi nella nostra piscina coperta, disponibile dalle 8 del mattino alle 21.

**NOVITÀ:** Per un po' di romanticismo in più, l'uso della grotta di nuoto dalle 19 alle 21 è riservato ai nostri ospiti adulti.

### PERCORSO KNEIPP NEL RUSCELLO

Benessere a contatto con la natura nella tua fattoria Tirolese: una volta, anche senza possedere alcun kit benessere, gli uomini utilizzavano quanto offerto dalla natura. Il corso del ruscello con le sue cascatelle si presta ad un naturale percorso per la salute della vostra circolazione.

### SAUNA FINLANDESE E SAUNA ALLE ERBE

Potrete usufruire della nostra sauna degustando anche un'ottima tisana dalle ore 17:00 alle 21:00. La sauna è un toccasana per la pressione arteriosa, il ricambio delle sostanze nutritive e il rafforzamento del sistema immunitario, aiuta nei casi di malattie della pelle, dolori muscolari e alle articolazioni! Forza, affrettatevi a prenotare la sauna ad uso privato!

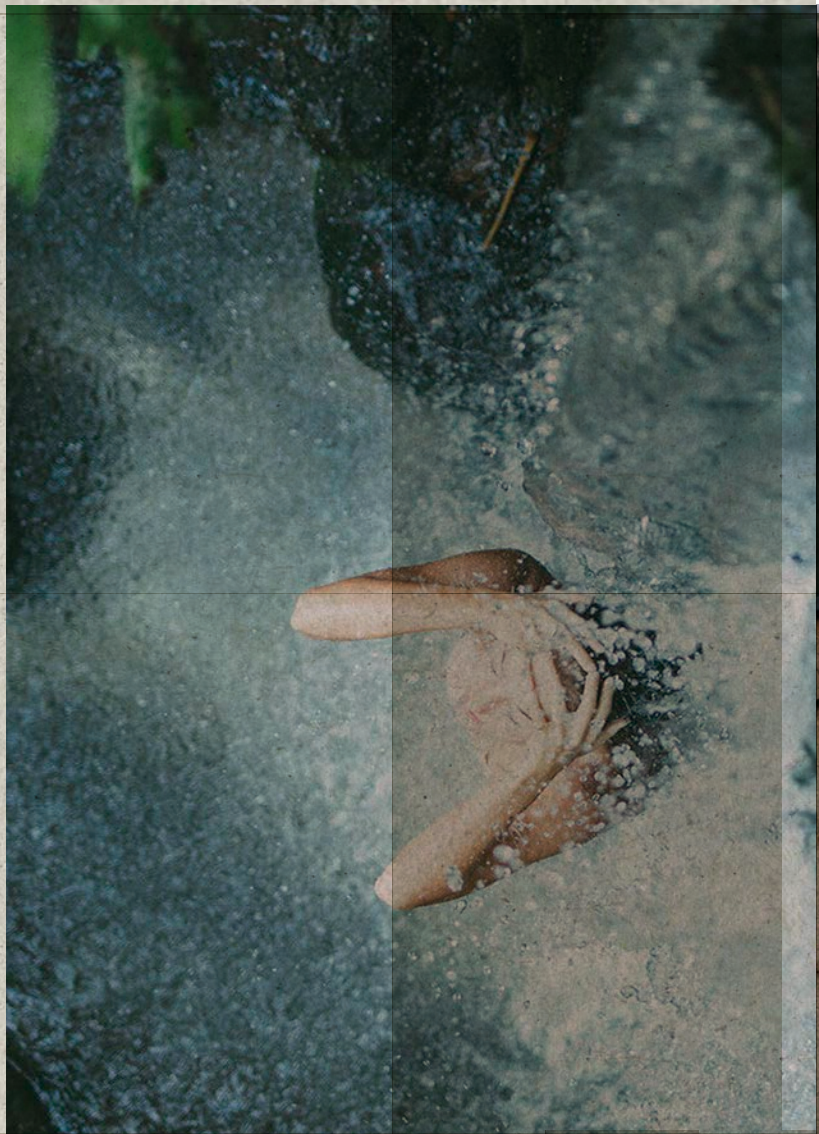


## SPAZIO PER ME

Quasi ogni giorno la mattina facciamo delle diverse lezioni di Yoga.

### **NEW:** TUFFATE NELL'ATMOSFERA DELLA FORESTA

Ogni tanto facciamo una lezione in mezzo al bosco „bagno forestale“, così sperimentiamo con tutti i sensi.



# BLASLA HOF

AUS ♥ ← ZUR URSPRÜNGLICHKEIT



# BLASLA HOF

AUS ♥ ← ZUR URSPRÜNGLICHKEIT

Unterstein 7 Gsiesertal Südtirol Italien  
Tel. +39 0474 978440 info@blaslahof.com

[www.blaslahof.com](http://www.blaslahof.com)

