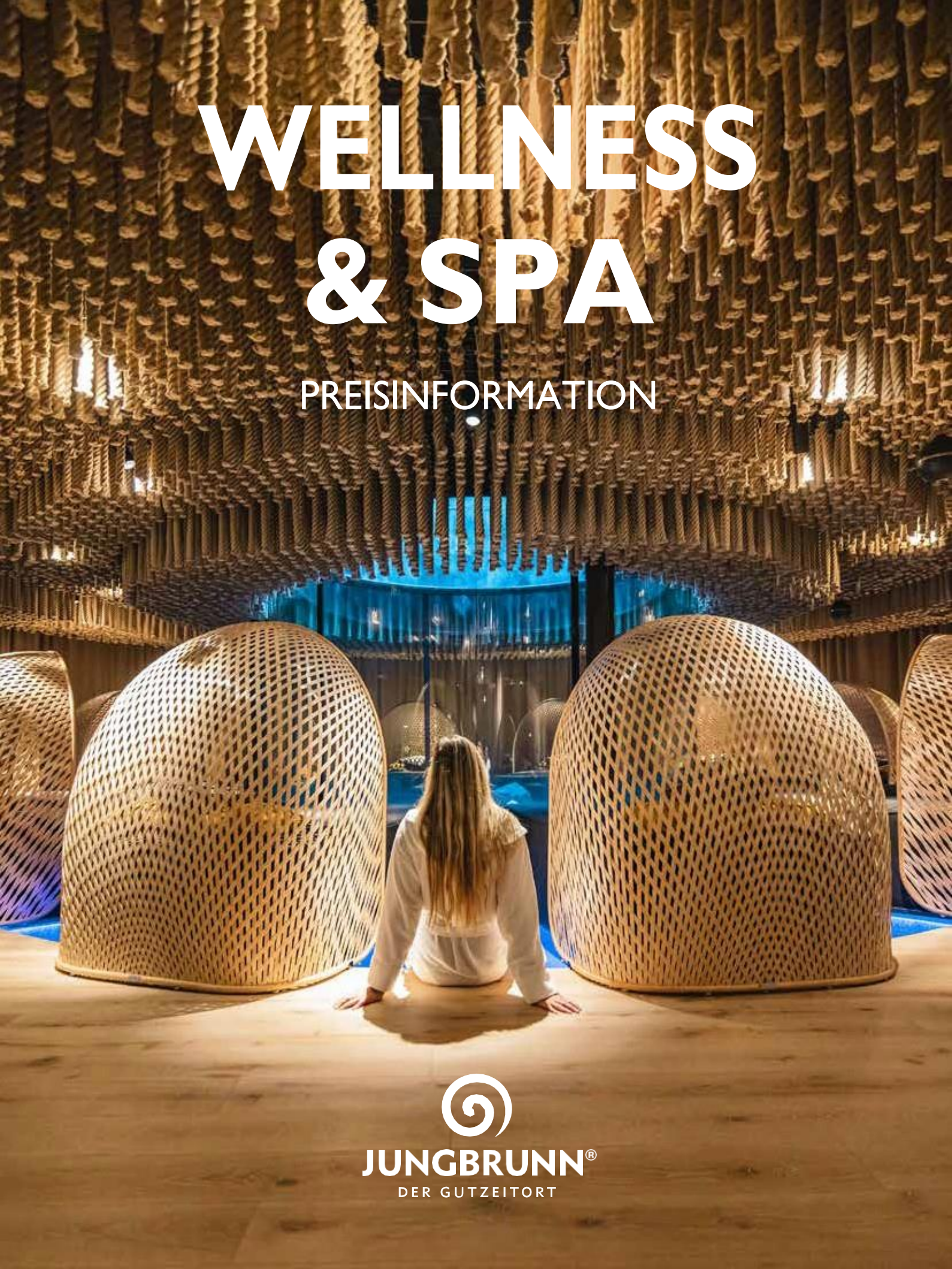
# WELLNESS & SPA

## PREISINFORMATION



JUNGBRUNN®
DER GUTZEITORT

# JUNGBRUNN SPA & TIPPS

Das Jungbrunn SPA ist eine Quelle der Erholung und Ihr Kraftort für ein vitales Lebensgefühl. Wärme und Wasser sind der Ursprung allen Lebens. Das intensivieren wir im Jungbrunn SPA mit menschlicher Wärme, warmen Farben und in atmosphärisch positivem Ambiente. Das Lebenselixier Wasser können Sie bei uns vielfach genießen: Natürlich, sprudelnd, salzig im Badebereich und als gesunden, naturreinen Trinkgenuss frisch aus der Jungbrunn Quelle.

Für unsere Hausgäste ist die Benutzung des Jungbrunn SPA kostenlos (ausgenommen Anwendungen).

Hier einige nützliche Hinweise und Empfehlungen für einen rundum gelungenen Aufenthalt im Jungbrunn SPA:

- Denken Sie bitte an eine rechtzeitige Vorausbuchung Ihrer Anwendungen über unsere SPA Rezeption.
- Bitte nehmen Sie vor der Anwendung im Wartebereich Platz und genießen Sie eine Tasse Tee. Sie werden dort von uns abgeholt.
- Bitte kommen Sie in Unterwäsche oder Badebekleidung, eingehüllt in Ihren Bademantel, zur Anwendung.
- Sollten Sie Termine nicht wahrnehmen können, bitten wir um Absage mindestens 24 Stunden vor der Anwendung. Andernfalls müssen wir Ihnen 50 % des Behandlungspreises in Rechnung stellen.
- Unmittelbar nach den Körper- und Gesichtsbehandlungen empfehlen wir, auf das Benutzen des Solariums zu verzichten. Bitte lassen Sie sich im konkreten Fall beraten.
- Damit wir jede Anwendung optimal auf Sie abstimmen können, teilen Sie uns bitte vor Ihrer Behandlung bekannte Unverträglichkeiten, Krankheiten und Allergien mit.
- Die Kombination verschiedener Anwendungen mit Sauna, Dampfbad, Solegrotte, Tepidarium etc. kann im Einzelfall Behandlungsresultate verstärken bzw. mindern. Unsere fachkundigen SPA Mitarbeiter beraten Sie umfassend.
- Da nicht alle Anwendungen für Schwangere geeignet sind, haben wir für unsere werdenden Mütter spezielle Empfehlungen zusammengestellt.
- Bitte berücksichtigen Sie, dass nicht alle Bereiche textilfrei sind. Das SPA Team informiert Sie gerne.
- Kinder und Jugendliche bis 16 Jahren sind in Hallenbad und Solebecken herzlich willkommen, alle anderen Bereiche unseres gesamten Jungbrunn SPA Wellness(t) sind Erwachsenen und Jugendlichen ab 16 Jahren vorbehalten. Während des gesamten Aufenthalts gilt: Eltern haften für ihre Kinder.
- Bitte beachten Sie das Duschgebot vor jeder Anwendung und vor jedem Bad – ob Solebecken, Whirlpool, Hallenschwimmbad oder im Außenpool und selbstverständlich vor der Benutzung von Saunen und Dampfbädern.

Bei all Ihren Fragen oder Wünschen helfen Ihnen unsere freundlichen Mitarbeiter an der SPA Rezeption jederzeit weiter. Auch telefonisch unter Tel. +43(0)5675-6248-445.

Wir freuen uns auf Sie!

**ÖFFNUNGSZEITEN**

| | |
|---|---|
| Hallenbad: | 07.00 bis 20.00 Uhr |
| Jungbrunn SPA: | 08.00 bis 20.00 Uhr |
| SPA Rezeption: | 08.00 bis 19.00 Uhr |
| Terrazzo Außenpool: | 08.30 bis 19.00 Uhr |
| Solefreibad: | 08.30 bis 19.00 Uhr |
| Saunalandschaft: | 09.00 bis 19.00 Uhr |
| Außenwhirlpool: | 11.00 bis 19.00 Uhr |

# EXKLUSIVES

Neben unserer großen Vielfalt inklusiver Leistungen gibt es bei uns am Gutzeitort auch ganz besonders Exklusives: Das gilt für das sehr exquisite Private SPA-Erlebnis unserer Gäste – und natürlich auch für den Besuch unseres Day SPAs durch externe Besucher, die einen rundum erholsamen Tag lang bei Entspannung & Energietanken für Gesundheit und Wohlbefinden verbringen möchten.

**PRIVATE SPA**

SPA Time de Luxe: Reservieren Sie sich exklusiv unsere luxuriösen SPA Suiten für unvergessliche Stunden zu zweit oder für Ihre Einzelanwendung in ganz privatem Ambiente. Unser Herzstück im SPA schenkt Ihnen wertvolle Zeit und Ruhe für sich – zum Abschalten, Runterkommen, bei sich selbst Ankommen. In diesem Refugium wird Ihre persönliche Auszeit zu so viel Wohlgefühl! Genießen Sie diese zauberhafte Zeit allein oder gemeinsam in Ihrem Private SPA-Rückzugsort und lassen Sie sich verführen!

Verwöhnzeit ca. 180 Minuten
pro Person € 140,00

**DAY SPA**

Einen perfekten Tag lang am Gutzeitort das gesamte 7.900 m2 große Jungbrunn SPA nutzen und sich mit der vitalen Brotzeit stärken. Eine wundervolle Geschenkidee ... Als Belohnung für sich selbst oder für den Lieblingsmenschen, dem Sie alle Wellness-Wünsche erfüllen möchten. Das Beste, was aus unvergesslichen Stunden werden kann: Im Jungbrunn Day SPA nach Voranmeldung wohlig in unserer Bade- und Saunalandschaft entspannen und die Seele in den verschiedenen Ruheoasen baumeln lassen. Hier schwimmen Sie unter freiem Himmel mit Blick auf die Berge – im Sommer wie im Winter. Genießen die fantastische Aussicht vom beheizten Terrazzo Außenpool aus, tauchen in das Solefreibad, den Jungbrunn Quelle Naturteich, den Außenwhirlpool und das Badebiotop ein und drehen Ihre Runden im Hallenbad. In den unterschiedlichsten Saunen können Sie sich und Ihrer Gesundheit Gutes tun: Erleben Sie die 3D-Bergsauna mit Ausblick sowie Erdsauna, Regenerationsbad Tepidarium, Solegrotte, Harmoniedampfbad, Dampf-Kamillen-Grotte, Bio Sauna, Dampfbad und Infrarothöhle.

Ideal als Geschenk zum Hochzeitstag, Geburtstag, Muttertag oder einfach nur so ...

- Beim Besuch unseres Day SPA stehen Ihnen Bademantel, Frotteeslipper, Handtücher, Korb, Schließfach, Fön, Wäschetrockner u. v. a. m. zur freien Nutzung zur Verfügung
- Nutzung sämtlicher Saunen und Dampfbäder
- Nutzung aller Pools, drinnen und draußen
- Traumhafte Ruheoasen, innen und unter freiem Himmel
- Vitale Brotzeit am Nachmittag mit gesunden Snacks & vitaminreichen Köstlichkeiten
- Nur mit Voranmeldung und buchbar nach Verfügbarkeit

Verwöhnzeit von 08.30 Uhr bis 19.00 Uhr
Montag bis Freitag € 119,00

## Solegrotte

Vernebelte Sole wird in die Grotte eingespeist und sorgt für eine regenerative Verjüngungskur der Zellen – die pure Wohltat für die Bronchien und ganzheitlich belebend. Gleichmäßige Wärme (ca. 45 °C) komplettiert diesen gesundheitsfördernden Aufenthalt und versetzt Sie in einen durch und durch angenehmen Zustand. Funkelnde Salzkristalle und indirekte Beleuchtung intensivieren die Wirkung der feuchten, salzhaltigen Luft – vom uralten Steinsalz aus dem fernen Himalaya vitalisiert. Optimal: ca. 25 Min. pro Gang – dabei am besten entspannt sitzen oder liegen.

## Erdsauna

Rustikal, geruhsam, harmonisierend für Kopf & Körper. Dieser Erlebnisraum unter der Erde empfängt Sie mit stimmungsvoller Atmosphäre. Urwüchsiges Holz zum Sitzen – glühende Steine zum Schwitzen. Saunieren in urigster Form. Bei 85 bis 90 °C empfiehlt sich eine Saunierzeit von 15 bis 20 Minuten.

## Harmoniedampfbad

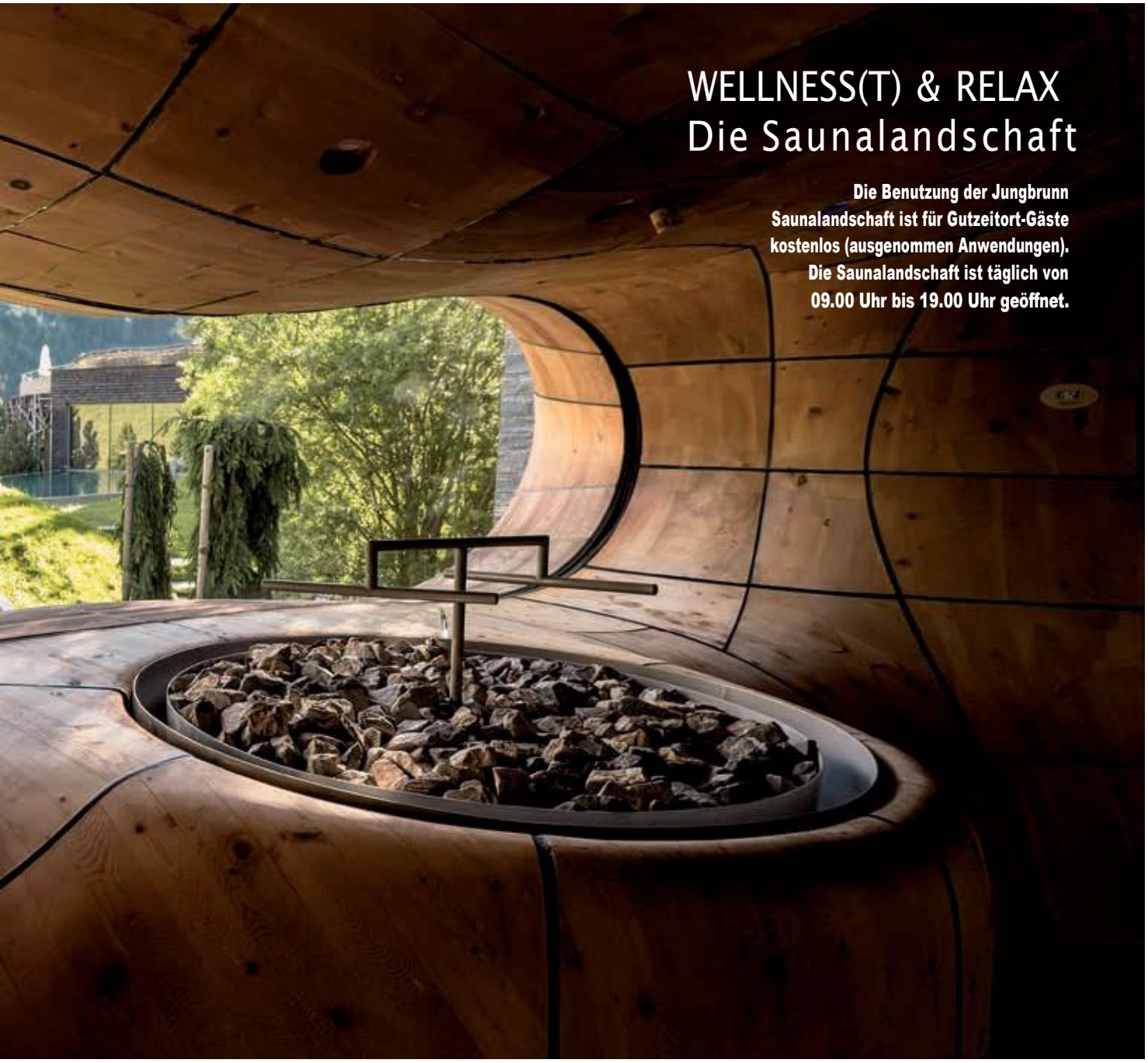
Der Jahreszeit entsprechend variiert das Aroma im Dampfraum – damit Sie bei jedem Wetter den richtigen Riecher haben. Bei 45 °C sind 15 Minuten eine angemessene Zeit.

## Regenerationsraum - Tepidarium

Bei 39 °C wird eine künstliche Fiebertemperatur erzeugt, die das Immunsystem stärkt. Während die Seele auflebt, werden Krankheitserreger bekämpft. 45 bis 60 Minuten sind ideal, um die gewünschte Wirkung zu erzielen. Ein gesunder Spaß mit vielfältigen positiven Effekten!

## 3D-Bergsauna

Das Zauberhafte des Ortes einfangend, wird reinigendes Schwitzen hier bei hoher Temperatur der klassischen finnischen Sauna zu etwas ganz Besonderem: Zum Erlebnis außergewöhn-



# WELLNESS(T) & RELAX
## Die Saunalandschaft

**Die Benutzung der Jungbrunn Saunalandschaft ist für Gutzeitort-Gäste kostenlos (ausgenommen Anwendungen). Die Saunalandschaft ist täglich von 09.00 Uhr bis 19.00 Uhr geöffnet.**

lichen Wohlgefühls, mit einzigartigem Ausblick in die majestätischen Berge rund um den Vils-alpsee. Die warm-kalte Wechselwirkung trainiert die Blutgefäße und stärkt das Herz-Kreislauf-System. Saunierzeit maximal 20 Minuten bei ca. 80 °C. Ein Sauna-Highlight à la Jungbrunn!

**Infrarothöhle**

Wärme ist in der Naturheilkunde eines der äl-testen Mittel, um Beschwerden zu lindern oder zu heilen. Infrarotstrahlen dringen tief in Haut und Gewebe ein, erwärmen den Körper von innen, wirken durchblutungsfördernd, kreislaufanregend, lösen Schmerzen und Verspannungen. Stresszustände werden abgebaut. Die Haut gereinigt. Die Nieren entlastet. Genießen Sie die sanfte Wärme 20 bis 30 Minuten.

**Dampf-Kamillen-Grotte**

Porentiefe Pflege für die Haut und Intensivkur für das Haar. Ein echter Geheimtipp für gutes Aussehen von Kopf bis Fuß! 15 Minuten Aufenthalt bei 45 °C sind ideal.

**Dampfbad**

Hohe Luftfeuchtigkeit und milde Strahlungswärme – bei ca. 45 °C und 15 Minuten Aufenthalt. Umhüllt von warmen Nebelschwaden entspannen sich die Muskeln herrlich. Heißer Wasserdampf öffnet die Hautporen, tut den Atemwegen gut, sorgt für eine bessere Durchblutung und kurbelt den Stoffwechsel an.

**Bio-Sauna 60 °C**

In der Bio-Sauna sind die Temperaturen niedriger und die Luftfeuchtigkeit höher. Sie gilt als kreislaufschonender. Bei ca. 60 °C Wärme und 55 % Luftfeuchtigkeit sollte ein Gang ca. 15 bis 30 Minuten dauern.

# DEM LEBEN MEHR SCHWEBEN GEBEN

## BADEBEREICHE

**Baden mit Bergblick**
Genießen Sie die wunderbare Wirkung von Wasser, das lebensspendende, wohltuende Element, fernab vom Lärm der Welt. Draußen – unter freiem Himmel. Im bunten Wechselspiel der vier Jahreszeiten – oder drinnen mit Ausblick in die Natur.

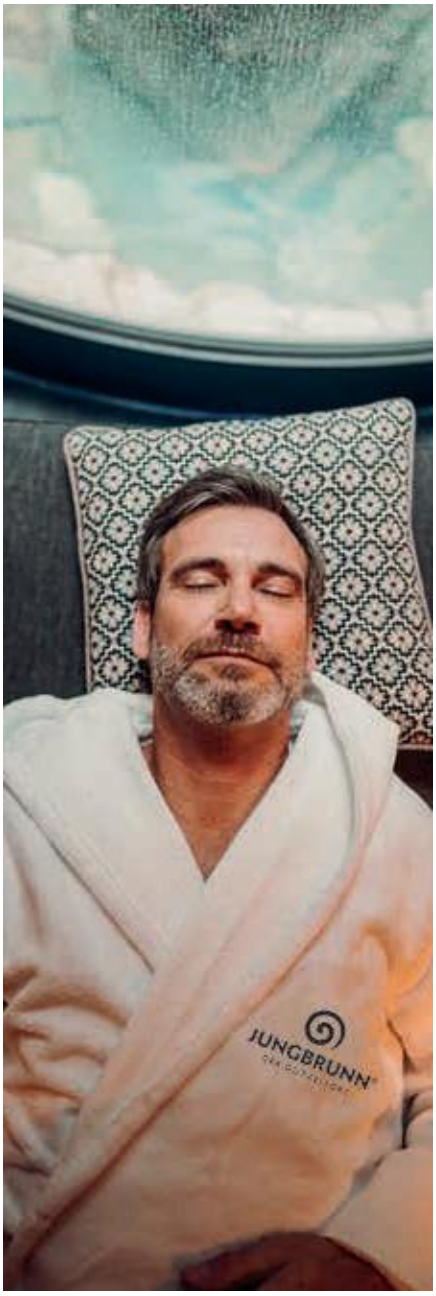
**Hallenbad**
Splish-Splash, rein ins frische Nass. Auf Tauchgang geht's im 8 × 10 m großen Becken (Beckentiefe 1,60 m) bei 29 °C angenehmer Badetemperatur. Zu warm, um wahr zu sein? Täglich von 07.00 Uhr bis 20.00 Uhr. Eltern haften für ihre Kinder.

**Solefreibad**
Um Längen voraus … Schwimmen Sie mit schöner Aussicht auf die Berge bei 34 °C und 4 % Solegehalt dem Alltag einfach davon (Beckentiefe 1,40 m). Sie werden sehen: Wellness im Wasser gibt buchstäblich neuen Auftrieb. Täglich von 08.30 Uhr bis 19.00 Uhr.

**Jungbrunn Quelle Naturteich**
Lust auf eine eiskalte Erfrischung? Tief aus dem Berg sprudelt glasklares, reinstes Jungbrunn Quellwasser. Direkt in den Felsen-Naturteich, in dem imposante Findlinge wie Naturkunstwerke ruhen. Aber Vorsicht – kalt! Gesellen Sie sich dazu – tauchen Sie ein, tauchen Sie ab!

**Außenwhirlpool**
Wohlige Wärme – mit grandioser Aussicht vereint. Angereichert mit 2 % Magnesiumsole „schweben" Sie schwerelos in unserem reichhaltigen 36 °C warmen Quellwasser. Sprudeln Sie Ihre Sorgen einfach weg. Täglich von 11.00 Uhr bis 19.00 Uhr.

**20 m Terrazzo Außenpool**
Bis zum Horizont lange Bahnen schwimmen. Die Aussicht ausgiebig genießen, die Alltagsschwere ans Wasser abgeben und sich im 28 °C warmen Quellwasser einfach nur wohlfühlen. Täglich von 08.30 Uhr bis 19.00 Uhr.




## RUHEZONEN

**Quellenruh**
Unsere Quellenruh ist ein Jungbrunn-Refugium, wo vor Ihren Augen kristallklares Felsquellwasser voller Lebensenergie sprudelt. Tief im Grund des Fels entspringt es und sammelt auf seinem Weg durch die Tannheimer Berge elementare Kraft aus uraltem Alpengestein. Im Herzen des Wellness(t) fließt dieses Lebenselixier durch edlen Rosenquarz, heilsamen Bergkristall und entfaltet seine Vitalität in der legendären Jungbrunn-Quelle. Wenn Sie jetzt also selbst Lust auf frisches Quellwasser haben und Ihren Lebensdurst stillen möchten: Es ist der reinste Jungbrunn'.

**Aquasensario**
Träumerei mit blauer Magie … Hier, wo sich Wasser, Licht und Ton begegnen, erzählt der faszinierende Sinnesraum vom lebendigen Tropfen bis zur wogenden Welle wunderschöne Geschichten in Wasserblau. Das Aquasensario lädt ein, alle Sinne visuell und klanglich zu animieren. In meditative Ruhe zu kommen und unter strudelnden, sprudelnden Wasserwellenbildern mit sphärischem Sound spürbare Tiefenentspannung zu erfahren. Spritzigkeit für die Seele. Strömende Lebensfreude. Ein mystischer Raum mitgeheimnisvoller Aura und positivem Fluidum.

**Augenweide**
Jeden Augenblick genießen: Unsere Augenweide beschenkt Sie mit der schönsten Aussicht. Bodentiefe Fenster holen die Natur ins Haus – mit spektakulärer Panoramaweitsicht über das frische, blumige Wiesengrün des Frühlings. In leuchtend blauen Sommerhimmel. Auf Regentropfenmuster im Herbst. Oder eine winterlich weiß schimmernde Schneedecke mit kristallinem Funkeln. In unserer großzügigen Augenweide sind Sie in allen vier Jahreszeiten von ursprünglicher Landschaft umgeben und können in diesem Ambiente aus nachhaltigen Naturmaterialien regenerative Ruhe schöpfen.

# SCHÖNHEIT & PFLEGE

Schönheit ist überall ein gar willkommener Gast: Da für Ihre Haut nur das Beste gut genug ist, geben wir auch mit den innovativsten, effektivsten Kosmetologie-Konzepten unser Bestes für gutes Aussehen. Unsere Kosmetiklinien sind bewusst nach neuestem Stand von Wissenschaft und Forschung gewählt, um durch Zeit und Umwelteinflüsse entstandene Defizite positiv und anhaltend zu verbessern. Die von unseren speziell ausgebildeten, professionellen DermaTherapeutinnen angewandten Solitärbehandlungen sind individuell auf die spezifischen Ansprüche und Bedürfnisse Ihrer Haut abgestimmt. Wir arbeiten mit ausgesuchten Produkten führender Skin Care-Linien und mit den überzeugendsten apparativen Systemen. Dabei haben wir vor allem eins im Sinn: Ihre Haut so lange wie möglich schön und gesund zu erhalten, denn Sie haben nur eine Haut! Gerne beraten wir Sie bei einem persönlichen Gespräch – wir freuen uns auf Ihren Besuch.

*Wenn du mit dir selbst zufrieden bist, ist alles möglich.*

Bobbi Brown

# HYDRAFACIAL AM GUTZEITORT

In Hollywood schwören unzählige Stars auf „HydraFacial™“, die Beauty-Behandlung für porentief reine, feine Gesichtshaut und den ultimativ strahlenden, frischen Super-Glow. Dieses wunderbare Treatment gehört deshalb auch an den Gutzeitort, denn Ihre Zeit hier im Jungbrunn soll man Ihnen gleich ansehen. Dank der multifunktionalen Vortex-Technologie wirkt Ihre Haut nach der Behandlung jung, strahlend und gesund. Sie wird nicht nur von der oberflächlichen Hornschicht bis in die Tiefe der oberen Epidermis gereinigt, sondern zudem noch mit den besten Ingredienzen wie Antioxidantien, Vitaminen, Mineralien und Hyaluronsäure versorgt, die auch die Regeneration der Haut stimulieren. Optional wird mittels Lymphdrainage ein Detoxeffekt des Hautmetabolismus angeregt und durch Farblichttherapie können Entzündungsprozesse reduziert sowie Kollagen- und Elastinbildung angeregt werden. Da HydraFacial™ für jeden Hauttyp geeignet ist, erzielt es Topresultate in der Verbesserung der Hautgesundheit, schafft exzellent Abhilfe bei Problemen der Haut und gilt als absolute Anti-Aging-Revolution, die jugendliche Strahlkraft und Elastizität hervorbringt und sich ebenso äußerst wirkungsvoll bei Akne, öliger Haut, Hautrötungen (Rosazea) und Hyperpigmentierungen erweist. Das Ergebnis: Die Haut wirkt insgesamt glatter und ebenmäßiger, der Teint voller Leuchtkraft, mit optimierter Elastizität & Straffheit.

**Jungbrunn HydraFacial™ Basic**

Diese Behandlung umfasst Gesicht, Hals und Dekolleté. Neben den Basicsteps: Abtragung, Tiefenreinigung und Wirkstoffversorgung mittels Vortex-Technik stimulieren wir die Hautzellen der Dermis in der Basic Behandlung durch LED-Lichttherapie. So schaffen wir in kurzer Zeit eine langanhaltende sowie eindrucksvolle Verfeinerung des Teints, der Glanz kehrt zurück – mit verzauberndem Strahlen.

Verwöhnzeit ca. 40 Minuten € 199,00

**Jungbrunn HydraFacial™ Platinum**

Bei dieser Behandlung verwöhnen wir Ihre Haut zusätzlich zu den Therapieschritten der Basic Behandlung mit Lymphdrainage oder Spezial-Feuchtigkeitsmaske sowie TDA (Transdermale Applikation) im Anschluss an die LED Lichttherapie. Das sind die Highlights dieser unschlagbaren Behandlung, die zu einem makellosen Antlitz führen – mit einzigartigem Glow über Wochen!

1. Reinigung mit Produkten der Linie Augustinus Bader
2. Abtragung abgestorbener Hornzellen
3. Fruchtsäure Peeling
4. Tiefenausreinigung
5. Booster zur Aufhellung oder Aufpolstern bestimmter Gesichtszonen
6. Wirkstoffversorgung
7. TDA für Problemzonen
8. Abschlusspflege mit dem passenden Augustinus Bader Moisturizer The Cream oder The Rich Cream

Verwöhnzeit ca. 70 Minuten € 299,00

Beauty ist Balsam für die Seele.

Alexandra Petzer-Wintersteller, SPA Leitung und DermaTherapeutin:
*„Fast klingt es zu schön, um wahr zu sein. Aber durch die modernen Professional Hightech-Treatments stehen uns hier im Jungbrunn SPA Methoden zur Verfügung, dank denen man mit wissenschaftlich fundiertem Anti-Aging außergewöhnliche Behandlungserfolge erzielt. Durch Transdermale Applikation von SEYO und HydraFacial wird die Haut tiefengereinigt, was jugendlich frische Attraktivität und nachhaltige Straffung der Haut bewirkt - mit Reduzierung der Faltentiefe und Aktivierung der Zellerneuerung. Die Haut wird vor Umwelteinflüssen geschützt sowie mit Feuchtigkeit und Kollagen versorgt. Ohne Nadel und Schmerz können wir so mit nicht invasiver, regenerativer Therapie und maximaler Tiefenversorgung der Haut den Wunsch nach Schönheit erfüllen."*

# JUNGBRUNN DERMATHERAPIE MIT SOFORTEFFEKT

**TRANSDERMALE APPLIKATION (TDA)**
**Hautverjüngung ohne Nadeln.**

TDA steht für „Transdermale Applikation" und damit für das weltweit erste dermatologisch-ästhetische Therapiesystem, das Hyaluronsäure und Anti-Aging-Aktivstoffe sogar ohne Nadeln, aber dennoch bis in die tiefsten Hautschichten transportieren kann.

**TDA**

- Reinigung
- Peeling
- TDA Behandlung
- Hydra Maske
- Abschlusspflege

Verwöhnzeit ca. 60 Minuten € 170,00

Bei allen Behandlungen ist der zusätzliche Einsatz der TDA sehr empfehlenswert: Hiermit lassen sich die Wirkstofftherapien noch potenzieren!

**TDA 3er Block:**
**3 Anwendungen à 30 Minuten**
Lifting Booster in 3 Schritten. Strahlend schöne Haut und nachhaltige Feuchtigkeitsspeicherung. Drei aufeinander abgestimmte Hyaluronsäure- und Wirkstoffpräparate w erden i n drei Sessions nacheinander mit Sauerstoffdruck in die Tiefe der Haut eingebracht. So kann sich ein nachhaltiges Depot bilden, das Eindruck macht!
3 Anwendungen à 30 Minuten
Verwöhnzeit ca. 90 Minuten € 240,00

**TDA to Go**
Verschönerung auf höchst effektive Art. Der Beauty-Boost für zwischendurch. Verwöhnzeit ca. 30 Minuten € 85,00

**Ihre DermaTherapeutin wählt aus einem umfangreichen Spektrum die für Sie und Ihre Haut passende Wirkstoffsubstanz aus.**

- Peeling+
- Hyal N10
- Mitocell
- Canaboost
- Proderm
- Polar
- Dermacool
- Fight (Men)
- Rescue (Men)

# METHODE AUGUSTINUS BADER

Basierend auf 3 Dekaden wissenschaftlicher Forschungsarbeit von Professor Augustinus Bader, der sich bereits sehr früh im Laufe seiner medizinischen Karriere der Stammzellenforschung gewidmet hat und der Frage, was denn im Körper passiert, damit Heilung und Regeneration geschieht, ist die Pflegeserie Augustinus Bader in nur 3 Jahren global zum Kultprodukt in Skin Care avanciert.

Wir sind sehr stolz darauf, dass wir als eines der ersten Häuser in Tirol mit der Methode Augustinus Bader unsere Gäste auf höchst innovativem Niveau bedienen können.

**Augustinus Bader Introductional Facial**
In einer klassischen Gesichtsbehandlung werden die innovativen Pflegeprodukte der Linie Augustinus Bader in einer ritualisierten Behandlung angewendet. Reinigungsritual - Hautvorbereitung - Faszienmassage - Feuchtigkeitsmaske - Augenpackung - passende Abschlusspflege - führen zu dem berühmten Bader Glow.
Verwöhnzeit ca. 60 Minuten € 250,00

**Augustinus Bader Deluxe Facial**
In der speziell mit den Jungbrunn SPA Experten entwickelten Behandlung werden die effektiven Wirkstoffe, allen voran der TFC8®, der Linie Augustinus Bader noch stärker aktiviert.

Nach einem ausgiebigen Reinigungsritual und der besonderen Hautvorbereitung mit der Essence von Augustinus Bader führen die speziell ausgebildeten Derma Therapeutinnen die Bader Faszienmassage durch.

Anschließend wird mit einem besonderen Micro Needling die Haut so vorbereitet, dass das Serum direkt penetrieren kann und den Zellen am Ort des Bedarfs zur Verfügung steht.

Eine spezielle Maske sorgt für sofortige Beruhigung und Aufpolsterung der Hautoberfläche. Mit dem neuen Sculp Treatment aus der innovativen Haarpflegeserie von Augustinus Bader wird in der Maskenzeit die Kopf- haut stimulierend massiert, da wir die Kopfhaut als Erweiterung der Gesichtshaut sehen und deren Zustand maßgeblich für schönes und volles Haar sorgt.

Die individuelle Abschlusspflege, inklusive Augen- und Lippenpflege bilden dann den Höhepunkt der Behandlung.
Verwöhnzeit ca. 60 Minuten € 310,00

# KLASSISCHE KOSMETIKBEHANDLUNGEN

**Augenblicke – Für den perfekten Blick**
Eine Wirkstoff-Pflegebehandlung für die Augen zum Aufpolstern, Straf- fen der Konturen und Mindern von Fältchen sowie zum Aufhellen der Augenringe, mit der exklusiven Augenpflege von Augustinus Bader, inklusive Spezial Collagen Vliesmaske und Augenbrauen fassonieren.
Verwöhnzeit ca. 30 Minuten, inkl. TDA € 75,00

**Feuchtigkeit**
Die aufpolsternde und feuchtigkeitsspendende Kraft der Hyaluronsäure und des marinen Kollagens sorgen in dieser klassischen Gesichtsbehand- lung für einen sofortigen Ausgleich von trockener und bedürftiger Haut. Verwöhnzeit ca. 70 Minuten € 140,00

**Regeneration**
Müde, gestresste und fahle Haut lebt sichtbar auf. Durch das wertvolle und hochkarätige Vitamin C wird nicht nur die Kollagensynthese ange- regt, vielmehr wird die Hauterneuerung stimuliert und die Abwehrkraft der Haut gefördert.
Verwöhnzeit ca. 70 Minuten € 140,00

**Re-Juvenation**
Wirkstoffbehandlung der neuesten Generation! 2% Resveratol, das umweltbedingte Hautzellalterung reduziert, regenerierend und schützend wirkt sowie irritierende Faktoren, Hautrötungen und feine Linien und Fältchen mindert
Verwöhnzeit ca. 70 Minuten € 140,00

Buchen Sie das TDA auch zu allen anderen Gesichtsbehandlungen dazu

## GANZKÖRPERBEHANDLUNGEN

Wohlfühlen vom Kopf bis zu den Zehenspitzen!

**Osmo-Thermie-Detox**

Reinste und wertvolle Salze aus der Guérande sorgen in einem Duft-erlebnis aus Früchten und Gewürzen in einem besonderen Ganzkörper-peeling und einer Packung nicht nur für einen enormen Wasserverlust, sondern machen die Haut samtweich und streichelzart.

Verwöhnzeit ca. 50 Minuten € 110,00

**Quell der Regeneration**

Innovative und auf die Bedürfnisse der anspruchsvollen Frau abge-stimmte Ganzkörperbehandlung inklusive Lymphhose, die sich der hor-monbedingten Veränderungen der Haut und des Bindegewebes sowie der Fetteinlagerungen um Bauch und Hüfte annimmt. Durch das ein-malige Schlüssel-Schloss-Prinzip eines Phytoagens werden der Abbau von Körperfett ohne Umwege stimuliert, Wassereinlagerungen redu-ziert, die Haut gestrafft sowie Pigmentflecken gemildert. Die Silhouette wirkt deutlich straffer, die Haut glatter ...

Verwöhnzeit inkl. Lymphhose ca. 120 Minuten € 165,00

## TEILKÖRPERBEHANDLUNGEN

Gezielte Anwendungen für beste Ergebnisse!

**Dekolleté-Behandlung**

Wir haben für Sie ein sensationelles Treatment entwickelt, das Ihr De-kolleté dauerhaft samtig, straff und schön macht! Mit all unseren kos-metischen High-End-Behandlungen zaubern wir in einer 30 Minuten langen Verwöhnzeit ein wahres Verjüngungsprogramm. Reinigung, Pee-ling mit Mikrodiamantstäben, TDA, spezielle Büstenpflege und anschlie-ßend ein Silikon Pad, das Sie als Geschenk mit nach Hause nehmen, lassen alle Linien und Falten von Hals und Dekolleté verschwinden!

Verwöhnzeit ca. 30 Minuten € 90,00

**Cellulite und Reduktion**

Cellulite reduzieren durch Bekämpfung der Folgen falscher Ernährung. Intenslim, eine Wirkstoff-Neuentdeckung mit wildem Ingwer, der herz-blättrigen Kugelblume und einem Koffeinextrakt, sorgt für eine intensive Anregung der lokalen Fettverbrennung und der Gewebestraffung. Durch die Kombination mit der Pulsationstherapie lassen sich beeindruckende Ergebnisse erzielen.

Verwöhnzeit inklusive Pulsation, ca. 75 Minuten € 135,00

**Drainage**

Entgiftung, Entwässerung, Entlastung. Die Behandlung verfolgt das Ziel einer schlank machenden, dreidimensionalen Re-Modellage der Beine, um so die ursprüngliche Form wiederaufzubauen – ganz ohne chirurgi-schen Eingriff! Unter Hinzunahme der Lymphhose im Anschluss wird das Behandlungsergebnis noch verstärkt.

Verwöhnzeit inklusive Lymphhose, ca. 90 Minuten € 145,00

**TDA Problemzonen**

Behandlungen für Oberarme oder Bauch inklusive TDA und Pulsations-therapie.

Verwöhnzeit ca. 35 Minuten € 70,00

**Augustinus Bader - TDA Kopfhautbehandlung**

Spezial Ampulle, zum Boostern des Haarwachstums. In Kombination mit dem Augustinus Bader Sculp Treatment und dem Augustinus Bader Haar Öl ein besonders hochwertiges und intensives Pflegeritual für Kopfhaut und Haar.

Verwöhnzeit ca. 35 Minuten € 70,00

# FÜR IHN – MAN'S SPA

**Speziell für IHN gibt es ausgewählte Programme und Produkte.**

**Gesichtsbehandlung Frischekick**
Ob Straffen, Stärken, Regenerieren oder Durchfeuchten, je nach Wunsch und Notwendigkeit stimmen wir die entsprechenden Wirkstoffe optimal auf Sie ab.

- Reinigen
- Tiefenpeeling
- Brauen formen
- Einbringen von individuell abgestimmten Wirkstoffen mit TDA
- Spezialmaske
- Energie-Gesichtsmassage
- Individuelle Abschlusspflege

Verwöhnzeit ca. 60 Minuten € 135,00

## DAS BESTE FÜR HÄNDE & FÜSSE

Maniküre für IHN
Verwöhnzeit ca. 45 Minuten € 55,00

Pediküre für IHN
Verwöhnzeit ca. 45 Minuten € 55,00

## OSMO THERMIE–DETOX UND ENTGIFTEN FÜR IHN

Reinste und wertvolle Salze aus der Guérande sorgen mit einem besonderen Ganzkörperpeeling sowie mit einer Packung in einem Dufterlebnis aus Früchten und Gewürzen nicht nur für gesunde Entwässerung, sondern hinterlassen auch eine samtweiche Haut.
Verwöhnzeit ca. 50 Minuten € 110,00

**Man(n) gönnt's sich!**

- 1 HydraFacial Basic
- 1 TDA-to-go
- 1 Maniküre

Verwöhnzeit ca. 115 Minuten € 270,00

**Schönheitstag**

- 1 Gesichtsbehandlung Frischekick
- 1 Pediküre
- 1 Lokalisierende Nacken-Schulter-Massage

Verwöhnzeit ca. 140 Minuten € 210,00

# DIE JUNGBRUNN BADEPHILOSOPHIE – BADEN AUF DIE BESONDERE ART

**Durch eine spezielle Verwirbelung des Badeöls beim Einlaufen des Badewassers mit dem Jungbrunn Quellwasser erfolgt eine insgesamt mehrtausendfache Oberflächenvergrößerung des Badeöls und dadurch eine optimale Entfaltung der natürlichen Wirkstoffe im Stoffwechsel. Spüren Sie die beeindruckende Wirkung dieses Badeerlebnisses mit pflegenden, vitalisierenden und energetisierenden Zusätzen, bei einem wahrhaft schönen Ausblick auf die Tannheimer Berge. Baden mit besonderer Wirkung!**

**Blaue Kamille-Ölbad**
Bei allgemeiner Erschöpfung, Unruhe, Burnout.
Badezeit ca. 25 Minuten € 35,00

**Basen-Vollbad**
Baden nach jahrhundertealter Tradition. Eine unvergleichliche Mischung aus Natursteinsalz mit einem pH-Wert von 8,5, reinem Aloe Vera, feinst gemahlenem Edelsteinpulver und Schüssler Salzen erreicht eine überaus reinigende Wirkung mit höchster Pflegekraft für unserer Haut. Basische Vollbäder unterstützen den Säure-Basen-Haushalt des Körpers und entlasten somit Niere, Darm und Lunge in ihren Entgiftungs- und Ausscheidungsfunktionen. Dazu reichen wir Ihnen noch unseren einzigartigen Basentee aus 48 (!) Kräutern und unser Jungbrunn Basenwasser. Auch in Kombination mit einer Pulsationstherapie.
Badezeit ca. 50 Minuten € 55,00
In Kombination mit einer Pulsationstherapie
75 Minuten € 95,00

**Rosenblütenbad mit MAULI**
Einzigartiges Bade Ritual mit den feinen Essenzen von MAULI.
Für besondere Verwöhnmomente von Haut und Sinnen.
Badezeit ca. 30 Minuten € 35,00

# JUNGBRUNN PROFESSIONAL NAIL SPA

Das Maniküre- und Pediküre-Erlebnis im Jungbrunn. Mit einem neu definierten Rundum-Konzept für schöne, rundum gepflegte Hände und Füße haben wir für unsere erfahrenen Wellness-Gäste Treatments auf höchstem Niveau etabliert. Erleben Sie in unserem Nail SPA eine ganz besondere Art der Anwendungen. Unsere Hände und Füße sind für uns ein Leben lang im Einsatz, werden aber oft vernachlässigt. Gönnen Sie ihnen diese traumhaften Behandlungen!

SCHÖNE HÄNDE

**Maniküre**

Verwöhnzeit ca. 45 Minuten € 55,00

**Maniküre de Luxe**

Nagelpflege
Handbad
Peeling
Packung
Abschlusspflege
Verwöhnzeit ca. 75 Minuten € 75,00

**Maniküre Intensiv**

Nagelpflege
Handbad
Peeling
TDA für Nägel und Hände
Abschlusspflege
Verwöhnzeit ca. 75 Minuten € 85,00

SCHÖNE FÜSSE

**Pediküre**

Verwöhnzeit ca. 45 Minuten € 55,00

**Pediküre de Luxe**

Nagelpflege
Fußbad
Peeling
Packung
Abschlusspflege
Verwöhnzeit ca. 75 Minuten € 75,00

O·P·I

CND SHELLAC Brand | NOTHING BEATS THE ORIGINAL.

OPI als erstklassige Marke und Kultlabel der Stars ist führend, wenn es um professionelle Nagelpflege und -design geht und steht für außergewöhnliche, trendige, traumhaft-magische Farben, tolle Brillanz und beste Qualität.
Wählen Sie vorab Ihre gewünschte Lacktechnik für Ihr Jungbrunn Professional Maniküre- und Pediküre-Erlebnis.

**Shellac Technik Hände/Füße**

Permanente Haltbarkeit bis zu 3 Wochen auf dem Naturnagel.
Verwöhnzeit ca. 20 Minuten € 35,00
Verwöhnzeit ca. 40 Minuten, inklusive kurzer Maniküre € 55,00
Verwöhnzeit ca. 50 Minuten, inklusive kurzer Pediküre € 69,00

**Ihre Lieblingsfarbe wartet auf Ihre Nägel:**

OPI Lack zur Maniküre
Selbstverständlich auch als Einzelbehandlung
Aufpreis OPI Lack zur Maniküre € 15,00
Als Einzelbehandlung, ca. 20 Minuten € 25,00

Die beste Farbe auf der ganzen Welt ist die, die gut an dir aussieht.
Coco Chanel

# JUNGBRUNN MAKE-UP & TEEN SPA

**Make-up/Schmink-Workshop**

Lernen Sie, wie man richtig professionell mit Styling-Produkten umgeht. In lockerer und entspannter Atmosphäre zeigen wir Ihnen, wie Sie schon mit kleinen farblichen Veränderungen mehr aus Ihrem Typ machen können.

Entweder ganz individuell für Sie allein … oder mit viel Spaß zu mehreren.

| | |
|---|---|
| Pro Person | € 72,00 |
| Ab 2 Personen, pro Person | € 55,00 |

**Beauty Add Ons**

| | |
|---|---|
| Wimpern färben | € 15,00 |
| Brauen färben | € 10,00 |
| Wimpern und Brauen färben, zupfen | € 35,00 |
| Brauen zupfen | € 15,00 |
| Make-up | € 35,00 |

**Tipp:**

Haarentfernung pro Körperzone und Aufwand – unsere Kollegen an der SPA Rezeption beraten Sie sehr gerne.

## TEEN SPA

Bis 15 Jahre.

**Jungbrunn Pure**

Tiefenreinigende Gesichtsbehandlung Bio Pure.

| | |
|---|---|
| Verwöhnzeit ca. 50 Minuten | € 60,00 |

**Maniküre**

Feilen, polieren, Pflege und Lack.

| | |
|---|---|
| Verwöhnzeit ca. 35 Minuten | € 35,00 |

**Wohlfühlmassage**

Entspannende Wohlfühlmassage mit unserem herrlich duftenden Jungbrunn Körperöl.

| | |
|---|---|
| Verwöhnzeit ca. 20 Minuten | € 35,00 |
| **Brauen formen** | € 15,00 |
| **Teenie Make-up** | € 30,00 |

# JUNGBRUNN SPA VITAL

Eine außergewöhnliche, regionale und vegane Rezeptur – made in Austria – und ein kosmetisch ganz besonders exquisites Kleinod: Als Körperpflegelinie der ultimative natürliche Schönmacher! „Brush the Wash“ bietet jede Menge Hair & Body-Duschvergnügen für geschmeidige Haut und seidig-glänzendes Haar. „Feel the Peel“ wirkt als Körperpeeling mit besten Inhaltsstoffen reinigend und durchblutungsfördernd. „Motion in Lotion“ pflegt und hegt als herrlich feuchtigkeitsspendende Bodylotion die Haut mit kraftvollen Kräutern. „Dream in Cream“ ist eine milde Körpercreme mit wertvollen Ölen. Das Jungbrunn Körperöl „Spoil with Oil“ verwöhnt mit reichhaltigen Ölen, ist zusätzlich mit Vitamin E angereichert und mit einem heilkräftigen Turmalin energetisiert. „Well with Gel“ ist das kostbare Jungbrunn Arnika Gel, das mit ausgewählten Zutaten wohltuend entspannt und die Muskeln entstresst. Das hochwertige original Jungbrunn Care Concept umfasst beispiellose Produkte, die von Kopf bis Fuß unentbehrlich für Beauty und Wellness sind – inspiriert von echter Liebe zur Schatzkammer der Natur.

# DAS JUNGBRUNN CARE CONCEPT

Lang jährige Erfahrung und die Liebe zu allem, was guttut – das hat uns dazu bewogen, fundierte Jungbrunn Behandlungskonzepte zu kreieren. Ob Gesichts- oder Körperbehandlungen – unsere eigens hierfür entwickelten Jungbrunn Produkte oder unsere ganzheitlichen Gesundheitsprogramme bieten Ihnen alles, womit aus Jungbrunn für Sie ein Jungbrunnen wird.

**Signature Treatment Face**

In dieser einzigartigen und wohltuenden Gesichtsbehandlung vereint sich das Wissen renommierter Derma-Experten mit unserer Expertise im Bereich Hautpflege. Mit Signature Treatment Face werden Gefäße gestärkt, Feuchtigkeitsspeicher aufgefüllt und die Haut mit wertvollen Ölen nachhaltig genährt: Ein wahrer Jungbrunnen für die Schönheit!

- Individuelle Reinigung
- Peeling
- Einarbeitung der Jungbrunn Essenz
- Massage mit dem Jungbrunn Face Oil und Collagen Vliesmaske
- Handmassage mit der Jungbrunn Creme
- Auf den Typ ausgerichtete Abschlusspflege

Verwöhnzeit ca. 70 Minuten € 139,00

**Gesichtsmassage**

- Gesichtsmassage der Faszien mit dem exklusiven Jungbrunn Öl
- Auftragen des Jungbrunn Essenz Serum
- Entspannendes, erholsames Nachruhen

Verwöhnzeit ca. 40 Minuten € 65,00

**Signature Treatment Body**

Ganz im Sinne unserer Jungbrunn SPA Philosophie vereinen sich die Lebenselemente Wasser und Salz sowie das Besondere dieser Region in einer avantgardistischen und dennoch traditionellen Ganzkörperbehandlung. Erleben Sie auf Wasser schwebend, mit Farblichttherapie, die außergewöhnliche Art unseres Jungbrunn Bergkristall-Salzpeelings. Dies immer in Verbindung mit dem intensiv pflegenden und energetisierenden Jungbrunn Körperöl, das mit unserem klaren und reinen Jungbrunn Quellwasser wieder abgenommen wird. Anschließend wird dem Körper mit einer straffenden Körperpackung viel Gutes getan. Diese regt den Metabolismus von Haut- und Bindegewebe an und kann durch die besondere Art der Dampfpackung in die Tiefen der Haut einziehen. Das darauffolgende Eincremen mit unserer exklusiven Jungbrunn Körpercreme vitalisiert rundum und krönt dieses ganz besonderes Wellness-Erlebnis!

Für weitere Verwöhnzeit zu Hause erhalten Sie ein ausgesuchtes Pflegeprodukt aus dem Jungbrunn Care Concept. Diese Behandlung ist einmalig und nur hier im Jungbrunn SPA zu genießen!

Verwöhnzeit ca. 90 Minuten € 155,00

**Detox Peeling und Packung**

Salz, das weiße Gold! Die besondere Wertigkeit des Salzes für unseren Körper hat uns zu dieser außerordentlich wertvollen Behandlung inspiriert. Nach einem Ganzkörperpeeling mit exquisiten Salzen, angereichert mit Bergkristall-Edelsteinpulver und Schüssler Salzen, folgt eine basische Salzpackung in der Wasser-Schwebe-Liege. Eine entschlackende und regenerierende Wohltat für Haut und Organismus.

Verwöhnzeit ca. 45 Minuten € 55,00

**Pflegepackung**

Unsere Jungbrunn Pflegepackung ist eine Komposition aus fein abgestimmten Inhaltsstoffen und hochwertigen Ölen. Zusätzlich ist sie angereichert mit Vitamin E und positiv energetisiert mit einem Bergkristall. Diese unnachahmliche Symphonie verleiht ein samtweiches Hautgefühl. Zurückbleibt ein nachhaltiges Pflegeerlebnis.

Verwöhnzeit ca. 30 Minuten € 45,00

**Jungbrunn Ganzkörperpeeling**

Verwöhnzeit ca. 30 Minuten € 45,00

# JUBEWELL

**Willkommen im Jungbrunn – willkommen in Ihrem neuen Körper!**

Fragen Sie an der SPA Rezeption nach individuell auf Sie und Ihre Bedürfnisse abgestimmten JuBeWell Kombinationsanwendungen – wir beraten Sie gerne! Ihre Zeit für Sie im Jungbrunn – am Gutzeitort – ist jedenfalls eine besonders gute Auszeit.

Zeit ...
- zur Erholung
- zur Entschleunigung
- zur Entgiftung
- zur Regeneration und Vitalisierung

Um dieses Ziel so maximal wirkungsvoll, ganzheitlich und so nachhaltig wie möglich für Sie und mit Ihnen zu erreichen, haben wir mit der JuBeWell Methode Altbewährtes in innovativer Methodik in unser Jungbrunn Konzept eingebunden. Radiowellen in einer bestimmten Frequenz und anschließende Lymphdrainage in Kombination mit Tiefenentspannung sind zusätzliche Säulen unseres Konzeptes.

Prozesse wie Entgiftung und Entschlackung, Fettreduktion und Straffung des Bindegewebes, Entzündungen und Verdauungsstörungen – aber auch Schlaf- und allgemeine Befindlichkeitsstörungen – lassen sich mit unserer neuen Behandlungsmethode ganz wunderbar reduzieren.

Alle von uns ausgesuchten SPA Behandlungen bewirken durch JuBeWell eine erstaunliche Verstärkung. In Kombination mit der traumhaften Umgebung, der großzügigen Jungbrunn SPA Welt und bei einer Trinkkur mit unserem ionisierten Jungbrunn Quellwasser, erleben Sie in der Tat auch schon in kürzester Zeit an sich selbst das wahre Jungbrunnen-Gefühl und freuen sich über spürbare Vitalisierung.

**JuBeWell Einzelanwendung**
Radiofrequenztherapie und anschließende Lymphdrainage in der Lymphhose. Dies dient der Entgiftung, fördert die Zellregeneration, steigert den Abbau von Fett, verbessert die Wirkstoffaufnahme, löst Stauungen.
Verwöhnzeit ca. 85 Minuten € 85,00

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

# JUNGBRUNN SPECIAL FÜR SCHWANGERE

Bitte beachten Sie, dass wir Behandlungen ausschließlich nur zwischen der Schwangerschaftswoche 14 bis Schwangerschaftswoche 34 durchführen.

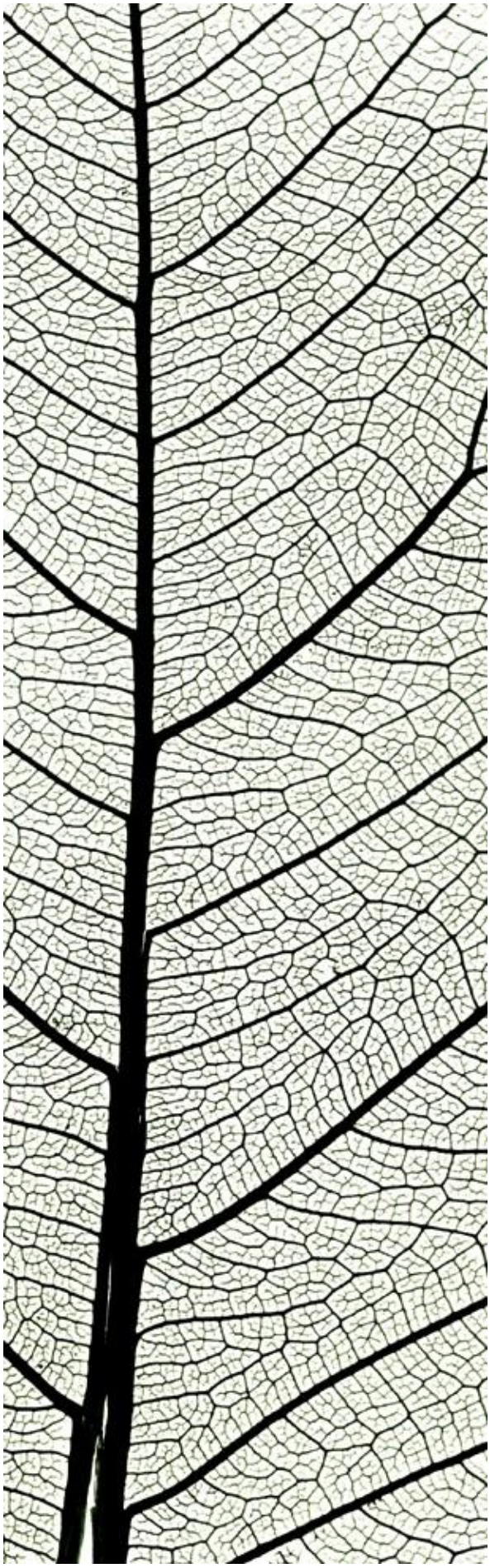
**Abhyanga – die Ganzkörper-Ölmassage mit liebenden Händen**
Diese entspannende Massage schenkt Mutter und Kind einen besonderen Moment der Zweisamkeit.
Verwöhnzeit ca. 50 Minuten € 90,00

**Klangschalenmassage**
Die harmonischen Klänge und sanften Schwingungen tibetischer Klangschalen schenken Mutter und Kind ein Gefühl von Vertrauen und Geborgenheit. Gleichzeitig lösen sie sanft Verspannungen und helfen der werdenden Mutter, sich an die Veränderung des Körpers zu gewöhnen.
Verwöhnzeit ca. 50 Minuten € 75,00

**Samt und Seide**
Körperhaut wie Samt und Seide mit der dreidimensionalen Peeling-Behandlung ENZYMACID: Die Kombination aus mechanischen, chemischen und enzymatischen Peelingsubstanzen mit Langzeitwirkung lassen die Haut – wie von einem Jungbrunnen regeneriert – langanhaltend zu neuem Leben erblühen.
Verwöhnzeit ca. 55 Minuten € 105,00

**Gesichtsbehandlung Feuchtigkeit**
Tiefenerfrischung und intensive Regeneration der Haut mit sichtbaren Ergebnissen.
Verwöhnzeit ca. 70 Minuten € 140,00

**Blaue Kamille-Ölbad**
Entspannend. Pflegend. Besänftigt Körper und Seele gleichermaßen.
Verwöhnzeit ca. 30 Minuten € 35,00



# JUNGBRUNN FASZIEN-THERAPIE

**Faszien-Therapie Methode Jungbrunn**
Elastische Faszien sind der schiere Jungbrunnen für den Körper und unser Wohlbefinden.
Bei unserem wegweisenden Therapiekonzept am Gutzeitort stehen die Faszien im Focus.

**Wiederherstellung der Faszien-Elastizität**

**Förderung der Faszien-Mobilität**

**Stärkung der Faszien-Stabilität**

Alle aufgelisteten Behandlungen sind individuell für die jeweiligen Bedarfssituationen auszuwählen, damit sich daraus ein absolut ganzheitliches Gesamtkonzept ergibt.

## FASZIEN-ELASTIZITÄT

Besonders wichtig sind die physiologischen Leitungen und Leistungen des Bindegewebes rund um die Organe sowie unter der Haut. Sie ermöglichen zellulären und organischen Stoffwechsel: Lymphe, Blutbahnen und Nerven verlaufen im Bindegewebe, es gibt einen Wasser- und Stoffaustausch sowie viele Immunzellen. Diese umfassende Stoffwechselfunktion der Bindegewebsschichten sehen Physiologen als deren wesentliche Aufgabe.

**Therapeutische Ziele bei dieser Kategorie:**
Muskeln entspannen sowie Stoffwechsel und Flüssigkeitstransport verbessern.

### MUSKELN ENTSPANNEN

**Ganzkörpermassage**
Individuell abgestimmte Entspannungsmassage für den Körper
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 50 Minuten € 95,00
Als Partneranwendung inkl. Nachruhezeit
ca. 60 Minuten pro Person € 110,00

**Lokalisierende Rücken-Nacken-Massage**
Beruhigende, entspannende Wirkung auf Rücken, Schultern, Nacken
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 35 Minuten € 75,00

**Fuß-Balance**
Basisches Fußbad, Fuß- und Beinmassage bis zum Knie, Reflexpunktstimulation je nach Wunsch
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 35 Minuten € 75,00

**Fuß-Balance mit anschließender Rücken-Nacken-Massage**
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 60 Minuten € 110,00

### FLÜSSIGKEITSTRANSPORT VERBESSERN

**Manuelle Lymphdrainage**
Besonders effektive, feine Methode zur Zellerneuerung
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 50 Minuten € 85,00

**Pulsationstherapie**
Sie aktiviert die meist stagnierenden körpereigenen Regulationsmechanismen. Mittels rhythmischer Unterdruckwellen werden auf sanfte Art und Weise Verschlackungen und oberflächliche Verklebungen des Bindegewebes gelöst und abtransportiert.
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 25 Minuten € 50,00

## FASZIEN¬MOBILITÄT

Der menschliche Körper ist wie ein globales Spannungsnetzwerk. Diese Faszien-Zugbahnen arbeiten bei bestimmten Bewegungen zusammen, sind also funktionale Ketten. Zugleich spielen sie sowohl für die Körperhaltungen als auch für Koordination und Gleichgewicht eine herausragende Rolle. Viele Bewegungen in Sport oder Alltag sind nur über diese intelli-gente Verkettungsfunktion möglich – wie: Werfen, einen Schlag führen, sich bücken, nach etwas recken, den Schuh zubinden … Dazu gehören immer ungestört funktionsfähige Faszienbahnen, die miteinander quer durch den ganzen Körper in synergistischer Verbindung interagieren.

**Therapeutische Ziele bei dieser Kategorie:**
Verspannungen lösen, Mobilität wiederherstellen, Muskelelastizität optimieren, Schmerzen lindern.

### VERSPANNUNGEN LÖSEN

**Faszienmassage Methode Jungbrunn**
Diese speziell entwickelte Faszienmassage hilft, tiefliegende Verspannungen zu lösen und maximale Elastizität in der Muskulatur zu erreichen. Gleichzeitig wird die körpereigene Kollagenproduktion angeregt.

**Rücken-Nacken-Massage**
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 35 Minuten € 75,00

**Ganzkörpermassage**
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 50 Minuten € 95,00
mit Pulsationstherapie
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 75 Minuten € 120,00

### MUSKELELASTIZITÄT OPTIMIEREN

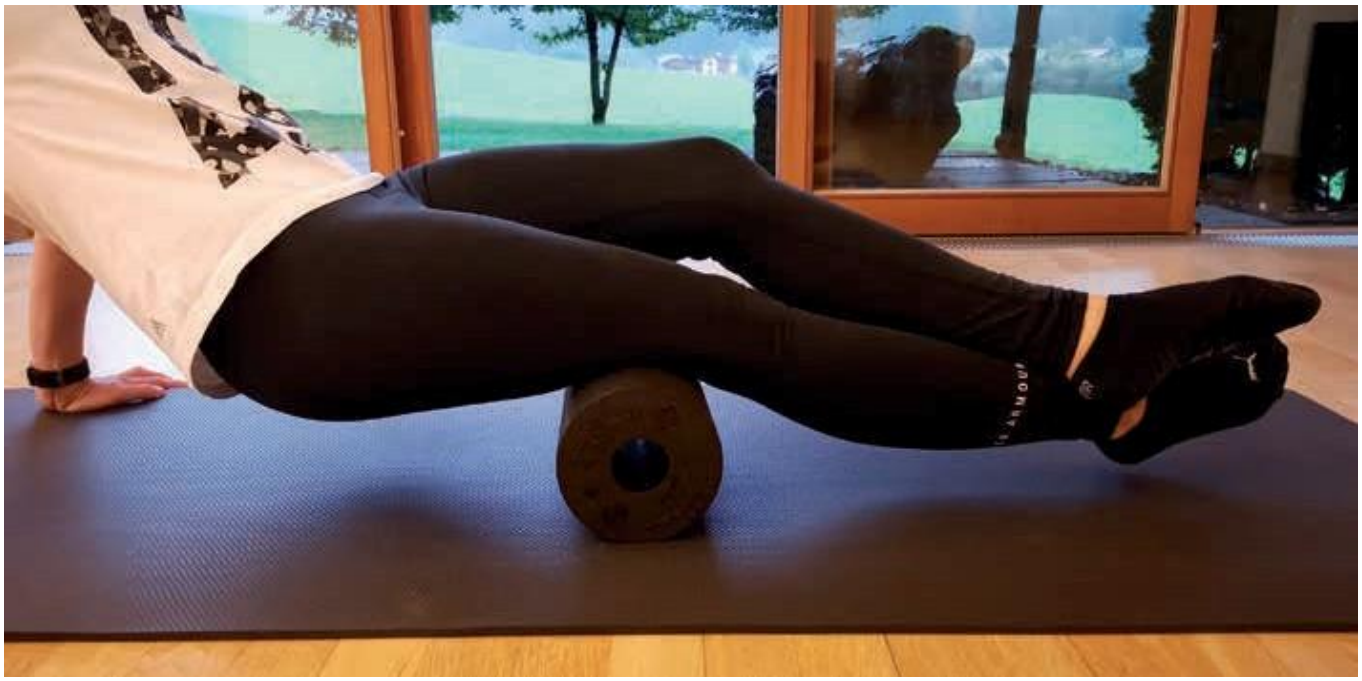
**Faszien Twist –**
**die innovative Trigger & Tender-Therapie:**
Sie optimiert den Flüssigkeitstransport des Bindegewebes und sorgt so für eine Verbesserung der faszialen Elastizität und Mobilität. Diese Teilkörperbehandlung kann entweder als Solitärbehandlung gebucht werden oder als Folgebehandlung nach therapeutischer Beratung.

- Oberflächliche Faszienstimulation
- Abgestimmte Trigger- und Tenderpunkt-Methode
- Pulsationstherapie

Teilkörperbehandlung, Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit ca. 45 Minuten € 85,00

### SCHMERZEN LINDERN

**SwingMED als Einzelanwendung**
Dynamische Extensionstherapie – von der Medizinischen Universität Innsbruck. Das dynamische Extensionsgerät „SwingMED“ bietet eine erfolgversprechende Möglichkeit, verschiedenste Wirbelsäulenprobleme konservativ zu behandeln. Die Behandlung bewirkt eine sanfte Dehnung der Muskeln und Bänder der Wirbelsäule und führt zu einer Druckverminderung (Unterdruck) im Bereich der Bandscheiben.
Behandlungszeit ca. 25 Minuten € 65,00



## FASZIEN-STABILITÄT

**Elastizität + Mobilität + Stabilität = Schmerzfreiheit**

Trotz der verschiedenen, differenzierten Arten von faszialem Bindegewebe erkennen wir vier Hauptfunktionen:

**Formen:**
umhüllen, polstern, schützen, Struktur geben

**Bewegen:**
Kraft übertragen, Spannung halten, dehnen

**Versorgen:**
Stoffwechsel, Flüssigkeitstransport, Nahrungszufuhr

**Kommunizieren:**
Reize sowie Informationen empfangen und weiterleiten

Diese vier Grundfunktionen gehören also zu jedem Typ von Faszien- oder Bindegewebe, ganz gleich, an welchem Körperteil oder Organ es seinen Dienst tut.

**Therapeutische Ziele bei dieser Kategorie**

In dieser Königsdisziplin der 3 Dimensionen erreichen wir die höchste Stufe zielgerichteter Individualisierung!

## 3DIMENSIONAL-INDIVIDUAL-THERAPIE

Individuell abgestimmte und ganzheitliche Therapie, nach unserem 3Dimensionalen Therapiekonzept mit ausgebildeten Massage- und Physiotherapeuten.
Behandlung auf Wunsch auch mit Pulsationstherapie oder SwingMed buchbar.

| | |
|---|---|
| Behandlungszeit ca. 50 Minuten | € 110,00 |
| mit Pulsationstherapie ca. 75 Minuten | € 135,00 |
| mit SwingMed ca. 75 Minuten | € 150,00 |

## TAPING THERAPIE

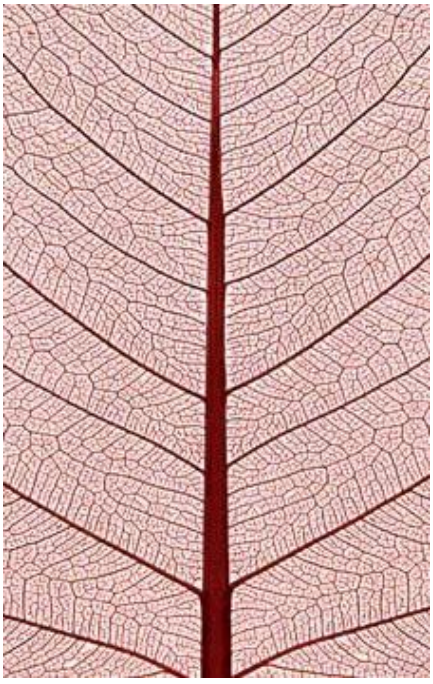
Auf Ihre ganz persönlichen Bedürfnisse ausgerichtete Anlegetechnik mit elastischen Tapes/Band.

| | |
|---|---|
| Behandlungszeit ca. 20 Minuten | € 35,00 |

*Wer sich nicht bewegt, verklebt.*
Robert Schleip

## WAS SIND FASZIEN?

Faszien … mit dieser Bezeichnung werden seit einigen Jahren die bindegewebigen Strukturen in unserem Körper assoziiert. Der Begriff „Faszie“ umfasst dabei nicht nur die feinen, milchweißen, den Körper durchziehenden Häute, sondern auch Sehnen, Bänder, Gelenkkapseln, Knochen- und Hirnhäute, Muskelummantelungen und Organhüllen. Unser Körper besteht bis zu 20 Volumenprozent aus diesem wichtigen Gewebe. Faszien als lebensnotwendiges, körperinternes Netzwerk schützen vor Verletzungen, unterstützen den Körper bei der Fortbewegung, enthalten Lymphflüssigkeit und viele Nervenenden. Sie nehmen Schmerzen wahr und schicken Informationen über Organfunktionen ans Gehirn. Sind die Faszien gesund, liegen sie in geordneter, entspannter Struktur, halten unseren Körper innerlich zusammen und übertragen die Kraft der Muskeln.



# Wellbest.

# Best-of Jungbrunn

**Kräuterstempelmassage**
Zu Beginn der Behandlung wird Ihr Körper mit vorgewärmten und angenehm duftenden Ölen einmassiert. Anschließend wird mit speziellen handgefertigten Kräuterstempeln, die in heißem Pflanzenöl erhitzt werden, eine Ganzkörpermassage durchgeführt.
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 50 Minuten € 90,00

**La Stone**
Diese spezielle Form von Massage und Energiearbeit vermittelt einerseits eine wohltuende Tiefenentspannung durch den Einsatz des heißen Vulkangesteins (Basalt) und stärkt andererseits die Grundvitalität mit Hilfe des kalten Marmorsteins.
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 75 Minuten € 115,00

**Zirben-Vital-Massage**
Bei der Zirben-Vital-Massage führen warme Zirbenstäbe und wohltuende Hände sowie eine einzigartige Massagemilch mit Arnika zu höchster Entspannung. Die Wärme der Zirbenstäbe sowie die Massagemilch verbessern die Durchblutung des gesamten Körpers und fördern den Energiefluss.
Behandlungszeit inkl. Nachruhezeit
ca. 50 Minuten € 90,00

**Zirben-Vital-Massage Extra**
Die Anwendung kann man auch als Paarbehandlung in unserer Spa Suite genießen. Inkl. 15 min Ruhezeit in Zirbenschiffen – wahlweise auf Bergkristallen oder Rosenquarzen.
Als Paarbehandlung inkl. Nachruhezeit
ca. 75 Minuten pro Person € 115,00

**iLife-SOMM®**
Sieben verschiedene Schwingungstherapieformen sind in einem einzigen System vereint. Musik-, Ton-, Vibrationstherapie sowie Magnet-, Resonanz-, Massage- und Entspannungstherapie.
Behandlungszeit ca. 24 Minuten € 25,00

**Bioresonanztherapie**
Die Bioresonanztherapie ist eine alternative Therapieform, die auf eine Stärkung der körpereigenen Regulierung und Selbstheilungskräfte abzielt. Die Zellen, das Gewebe und die Organe jedes Menschen erzeugen ein bestimmtes elektromagnetisches Feld, welches biochemische Prozesse steuert und bei jedem Menschen ein individuelles Schwingungsmuster hinterlässt. Die im Körper vorhandenen Fremdstoffe haben jeweils eigene Schwingungen und stören das Gesamtbild der „gesunden" Schwingungen des Organismus. Dazu zählen unter anderem Allergene, Schwermetalle, Impfstoffe, Giftstoffe, Bakterien, Viren, Pilze, Amalgam sowie belastende Faktoren wie chronische Entzündungsherde, klimatische und geografische Einflüsse, Störfelder und psychischer Stress. Mit der Bioresonanz erhalten wir einen Gesamtüberblick, wie es dem Körper geht und können die Selbstheilungskräfte aktivieren.
Behandlungszeit ca. 75 Minuten € 130,00

Als Folgebehandlung ist eine Bioresonanz-Ausgleichstherapie sehr empfehlenswert.
(nur möglich nach der ersten Therapie)
Behandlungszeit ca. 40 Minuten € 75,00

Die Chipkarte für zu Hause sorgt dafür, dass die auf der Chipkarte gespeicherten Muster weiterhin wohltuend auf den Körper einwirken.
€ 15,00

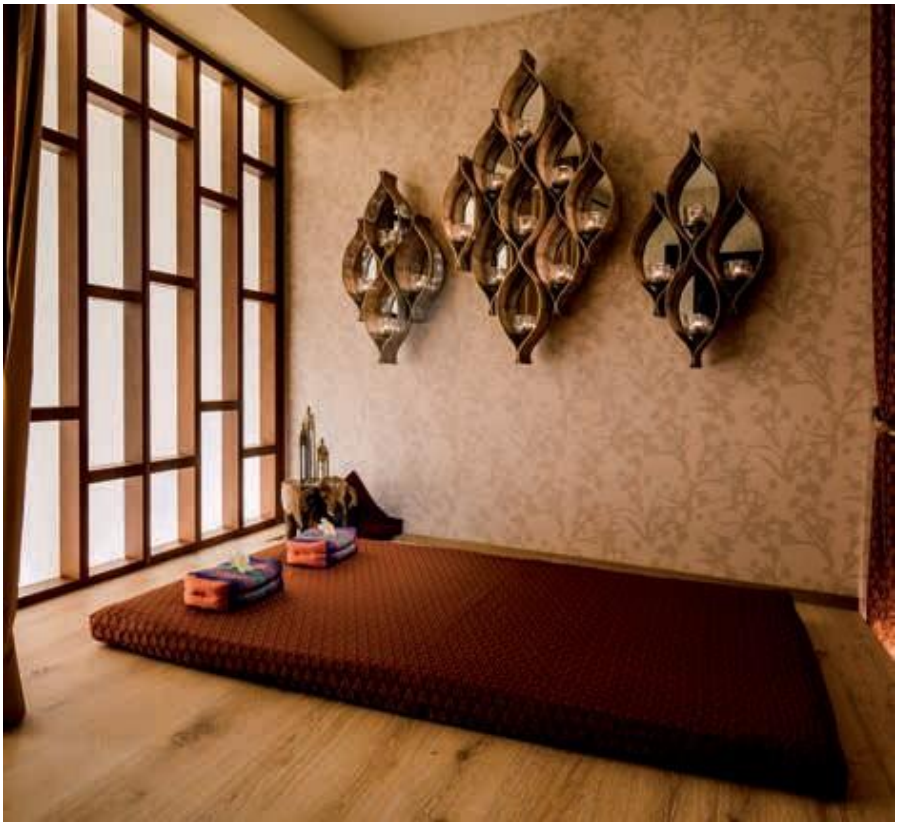
## AYURVEDA IM JUNGBRUNN

Ayurveda – das Wissen vom Leben … Als komplexe Heilkunde auf Basis einer ganzheitlichen, universellen Philosophie begreift Ayurveda den Menschen als Einheit von Körper, Seele und Geist.

Der ayurvedische Ausdruck für einen gesunden Zustand ist „svastha“, was soviel heißt wie „im Selbst verweilen“ – bei Klarheit und Wohlbefinden des Geistes und in absoluter Freude. Für einen ausgeglichenen, kraftvollen Zustand auf allen Ebenen unserer Persönlichkeit ist es im Ayurveda wesentlich, in der innersten Natur zu Hause zu sein: Denn das ist die Voraussetzung für eine glückliche Seele und ein langes, erfülltes Leben.

# AYURVEDA THERAPIE

Dazu möchten wir auch für unsere Jungbrunn Gäste am Gutzeitort mit der ayurvedischen Kunst der Berührung einen Beitrag leisten: „Wenn sanfte, heilsame Hände und warmes fließendes Öl deine Seele berühren, deinen Geist an einen Ort der Stille tragen und deinen Körper achtsam auf der Reise zu deinem Innersten begleiten, dann erfährst du die mystische Kunst der Berührung. Diese Berührung, die deinen Körper durchdringt und es vermag, auch tiefe Verspannungen zu lösen, bringt dich wieder in Einklang mit dem Sein selbst.“ Abgestimmt auf Ihre persönliche Konstitution, werden alle Massagen und Behandlungen mit wertvollen Naturölen ausgeführt sowie auf Sie und Ihre momentane Situation entsprechend individuell angepasst.



**Abhyanga – Ganzkörpermassage**
Vom höchsten Punkt des Kopfes bis hinab zu den Zehenspitzen wird der gesamte Körper massiert und wieder in seinen harmonischen Fluss gebracht.
Verwöhnzeit ca. 75 Minuten € 135,00
als Paarmassage € 270,00

**Abhyanga mit Udvartana – Ganzkörperpeeling und Svedana-Dampfbad**
Nach der Ganzkörpermassage belebt ein kräftiges Peeling den Stoffwechsel und der anschließende Aufenthalt in unserer Svedana-Liege (Schwitzbox), verpasst Ihnen einen wahren Energieboost.
Verwöhnzeit ca. 120 Minuten € 179,00

**Abhyanga mit Shirodara – Stirnölguss**
Anschließend zur Ganzkörpermassage kann warmes Öl, das in ganz bestimmten Bahnen über die Stirn fließt, den Weg zur inneren Stille weisen.
Verwöhnzeit ca. 90 Minuten € 169,00

**Shiroabhyanga – Kopf- und Nackenmassage mit Stirnölguss**
Mit duftendem Öl und liebevoller Achtsamkeit werden Gesicht, Kopf, Nacken und Oberkörper massiert: Eine Behandlung, die ganz tief durchatmen lässt. Der nachfolgende Stirnölguss trägt in ein vollkommen friedliches (Bewusst)Sein.
Verwöhnzeit ca. 75 Minuten € 135,00

**Chakra-Balance und Aroma-Therapie Harmonie**
Die 7 Zentren: Basis-, Sakral-, Solarplexus-, Herz-, Kehlkopf-, Stirn- und Kronenchakra werden je nach Befinden aktiviert oder beruhigt. Ausgesuchte ätherische Öle unterstützen die Behandlung. Diese Harmonisierung erzielt ein angenehmes Gefühl der Balance und wirkt stark auf der emotionalen Ebene.
Verwöhnzeit ca. 75 Minuten € 135,00

**Klangschalenmassage – nach Peter Hess®**
Die sanften, harmonischen Klänge und Schwingungen original tibetischer Klangschalen werden von Gehirn und Körper aufgenommen und ermöglichen somit eine angenehm ruhige Tiefenentspannung. Klangmassagen bewirken das Lösen von Spannungen und Stress sowie von Ängsten und Sorgen – sie erleichtern das Loslassen!
Verwöhnzeit ca. 60 Minuten € 85,00

## AYURVEDA TEILKÖRPERBEHANDLUNGEN

**Padabhyanga – Fuß- und Beinmassage**
Die perfekte Behandlung, um ganz im Hier und Jetzt anzukommen. Diese Massage führt zurück zu deinen Wurzeln und lässt dich wieder kraftvoll auf beiden Beinen stehen.
Verwöhnzeit ca. 50 Minuten € 95,00

**Mukabhyanga – Gesicht-, Kopf-, Nacken- und Oberkörpermassage**
Das Gesicht, der Spiegel deiner Seele... Eine wundervolle Massage, die Anspannung und Sorgen aus dem Antlitz verschwinden lässt.
Verwöhnzeit ca. 50 Minuten € 95,00

**Upanahasveda – Rückenmassage mit Wärmeauflage**
Körperliche und seelische Überbelastung führen zu Verspannungen und Blockaden in Muskulatur und Gewebe. Diese tiefenwirksame Massage vom Kreuzbein ausgehend bis hinauf zum Kopf löst und befreit, damit man dem Leben wieder aufrecht begegnen kann. Die anschließende Wärmepackung aus Naturmoor trägt wohlige Wärme in Körper und Herz.
Verwöhnzeit ca. 50 Minuten € 95,00

**Udarabhyanga – Bauchmassage mit Leberwickel**
Der Bauch ist der Mittelpunkt des Körpers. Der Darm das zweite Gehirn. Mit ihm verdauen wir nicht nur unsere Nahrung, sondern auch unsere Gefühle. Diese Massage fördert den Verdauungs- und Entgiftungsprozess. Mit dem anschließenden Leberwickel kehrt sanfte Geborgenheit zurück.
Verwöhnzeit ca. 50 Minuten € 95,00

**Deine Ayurveda Auszeit**
**Die aYOURvedische Individual-Behandlung**
Ganz & gar genau auf die persönlichen Bedürfnisse abgestimmt. Gemeinsam finden wir in einem ersten Gespräch die richtige Behandlung. Ganz gezielt gehen wir auf die momentane, individuelle Situation ein und beraten gründlich auch für nachfolgende Behandlungen. Massagen, Thai-Yoga-Massage, Reiki, Atmung... So vieles ist möglich und kann sinnvoll unterstützen. Freuen Sie sich auf die wundervollen Fähigkeiten unserer Therapeuten und lassen Sie sich überraschen!
Erstbehandlungszeit
ca. 90 Minuten € 169,00
Folgebehandlungen
ca. 75 Minuten € 135,00
ca. 50 Minuten € 95,00

## AYURVEDA-PARTNERBEHANDLUNGEN

Im Reich der Sinne zusammen entspannen und genießen! Mit dem Lieblingsmenschen die wundervolle Vielfalt des Ayurveda gemeinsam erleben – im traumhaften Ambiente unserer Ayurveda-Abteilung.

**Ayurveda mit allen Sinnen**
Mit rohseidenen Handschuhen wird der gesamte Organismus zuerst vitalisiert und angeregt. Diese Streichmassage belebt sanft jede Zelle und hinterlässt eine seidenweiche Haut. Eine ayurvedische Ganzkörpermassage (Abhyanga) mit duftenden und pflegenden Ölen verwöhnt und entspannt Körper und Geist. Ein tiefes Loslassen kann geschehen. Danach folgt der Aufenthalt in unserer Svedana-Liege (Schwitzbox). Eine Waschung mit duftendem Rosen-Milch-Wasser, die sich die Partner auch gegenseitig geben können, vollendet diese Partnerbehandlung.
Verwöhnzeit ca. 150 Minuten
für 2 Personen € 389,00

**Tirol begegnet Indien**
Eine eindrucksvolle Symbiose zweier unterschiedlicher Welten, die dennoch eines gemeinsam haben: Der Natur ganz nah sein und das mit allen Sinnen erleben. Abhyanga von liebenden Händen ausgeführt, danach Eintauchen in die Welt der Klänge, erleben, was im Körper damit geschieht und die besondere Erfahrung des alpinen Zirbenholzes in der Svedana Schwitzbox genießen.
Verwöhnzeit ca. 150 Minuten
für 2 Personen € 389,00

**Abhyanga Ganzkörpermassage**
als Paaranwendung
Verwöhnzeit ca. 75 Minuten € 270,00

## EXKLUSIVE AYURVEDA-ARRANGEMENTS

**Licht und Stille (buchbar ab 5 Nächten)**
1 Upanahasveda
1 Abhyanga mit Udvartana
1 Udarabhyanga
1 Shirodhara
1 Chakra-Balance und Aroma-Therapie
Verwöhnzeit ca. 345 Minuten € 529,00

**Erkenne die Schönheit in dir (buchbar ab 2 Nächten)**
1 Klangmassage
1 Samvahana ( von Frau zu Frau )
1 Shiroabhyanga
Verwöhnzeit ca. 175 Minuten € 249,00

**Zurück zu deinen Wurzeln (buchbar ab 2 Nächten)**
1 Garshan-Massage
1 Upanahasveda
1 Padabhyanga
Verwöhnzeit ca. 145 Minuten € 259,00

Wissen vom Leben

# MAULI Rituale im Jungbrunn

Ein achtsames Ritual, das mit so vielen Extras zu etwas ganz Außergewöhnlichem wird und mit dem Besten verzaubert. Eine Kerze leuchtet für dieses besondere Erlebnis. Mit Freude wird der Duft ätherischer Öle eingeatmet, die das Herz mit heilsamer Pflanzenalchimie beglücken, während man unter wohltuender Hand ins Reich der Träume entgleitet. Wasser fließt in eine Kupfertasse. Ein feiner Nebel aus Rosendunst und Tautropfen erfrischt das Gemüt, während eine weiche Kompresse wärmt. Ganz zart ertönt ein Glöckchen und ermuntert die Seele zur Lebensfreude. In der Quellenruh spürt man der Entspannung bei einem wundervollen Gesundheitstee nach.

Die MAULI Rituals-Produkte sind sehr exquisit und limitiert konzipiert – und so komponiert, dass die verwendeten Rohstoffe und die beflügelnden Rezepturformeln unserem Planeten nicht schaden – sondern umgekehrt unser Bewusstsein für die grandiose Natur inspirieren.

### Senha' Indisches Kopf- und Gesichtsbehandlungsritual nach MAULI

Trägt zur Entspannung der Gesichtszüge und des Geistes bei, vitalisiert die Kopfhaut, stimuliert den Haarwuchs und sorgt außerdem für die Aufpolsterung feiner Linien und Fältchen.

Ritualzeit ca. 60 Minuten € 125,00

### Devoting Foot Ritual

„Deine Füße tragen Dich". In dieses besondere traditionelle indische Ritual werden nach einem entspannenden und reinigenden Himalaya Fußbad Füße und Unterschenkel mit einem individualisierten DOSHA Öl massiert und dann bis zur Hüfte weiter mit sehr feinem Massageöl aus der MAULI Serie.

Ritualzeit ca. 50 Minuten € 99,00

### MAULI Ganzkörper Ritual

Von Kopf bis Fuß eintauchen und sich verwöhnen lassen. Dafür steht dieses ganz besondere MAULI Ganzkörperpflege Ritual. Lassen Sie sich überraschen!

Ritualzeit ca. 90 Minuten € 145,00

### MAULI Ganzkörpermassage & Peeling inkl. Svedanabox

Tauchen Sie ein und lassen Sie sich verwöhnen. Eine ayurvedische Ganzkörpermassage (Abhyanga) mit duftenden und pflegenden Ölen, im Anschluss belebt ein Peeling den Stoffwechsel und regt die Durchblutung an. Danach folgt der Aufenthalt in unserer Svedanabox (Schwitzbox) und rundet das Ganze perfekt ab.

Ritualzeit ca. 120 Minuten € 199,00

# Nuad Thai Behandlungen

Nuad Thai gilt als die traditionelle Thaimassage für tiefe Entspannung, Ruhe, Gelassenheit und Regeneration – mit meditativem Charakter. Sie löst Blockaden und bringt die Energie wieder zum Fließen. Die ursprünglich aus Indien stammende Heilmassage wurde vor 2500 Jahren von dem Arzt Jivaka Kumar Bhaccha entwickelt, von dem es heißt, er sei ein Freund Buddhas gewesen. Diese ganzheitliche Körpertherapie gilt als Weg zu aktiver Gesundheitsvorsorge, für einen flexibleren Bewegungsapparat sowie für seelisches und körperliches Wohlbefinden.

## Nuad Thai Massage

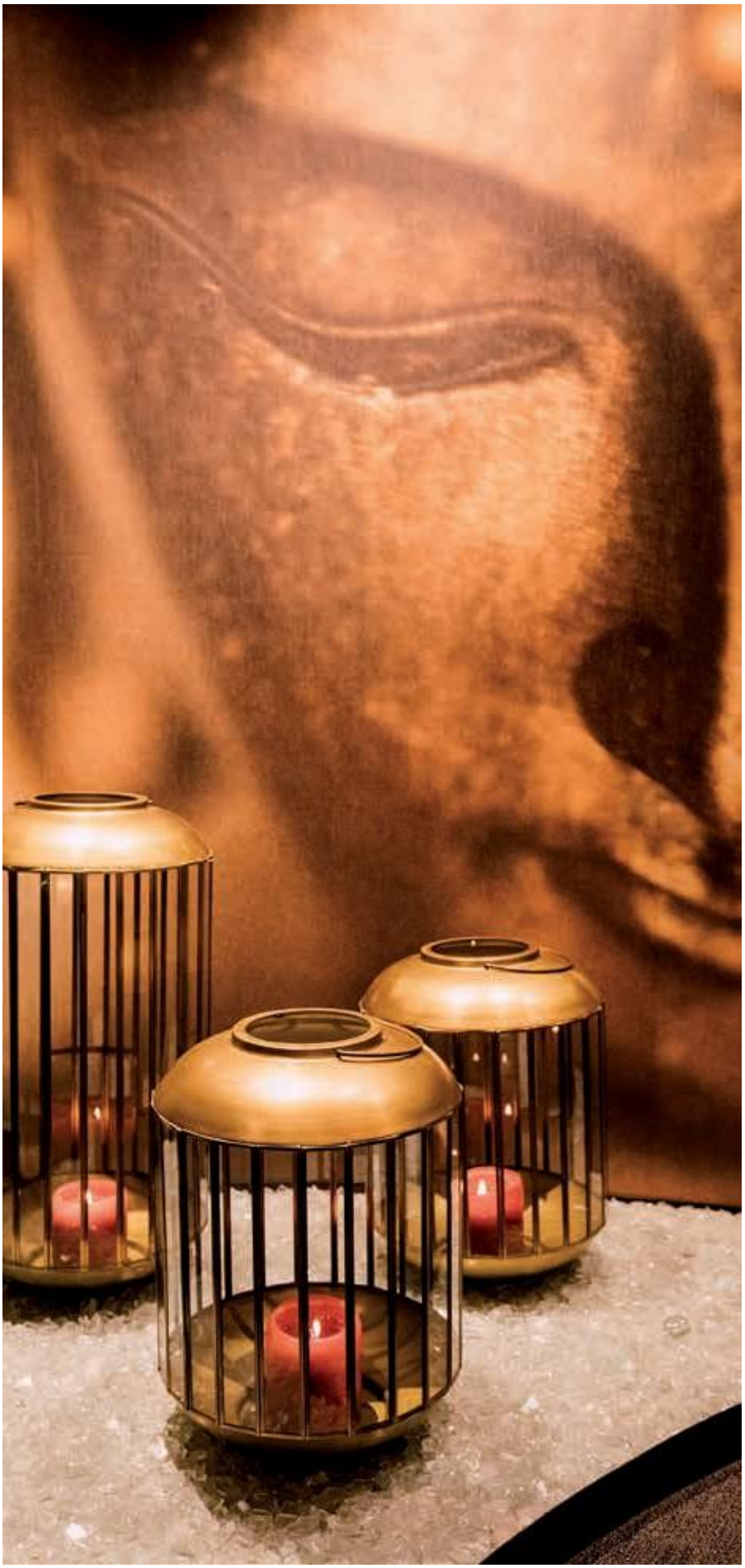
Die Behandlungstechniken wie passive Dehn- und Streckbewegungen, sanfte Gelenkmanipulationen sowie unterschiedliche Drucktechniken werden auf einer weichen Matte – ohne Zusatz von Öl – auf dem Boden durchgeführt. Durch das Lösen der Spannungen entlang dieser „Thai-Linien" wird die Beweglichkeit gefördert und Ihr Körper gelangt so in einen Zustand tiefster Entspannung und Regeneration. Eine Massage der besonderen Art! Bitte kommen Sie zu dieser Behandlung in bequemer, lockerer Sportbekleidung.

Verwöhnzeit ca. 110 Minuten € 156,00
Verwöhnzeit ca. 80 Minuten € 120,00

## Thailändische Ganzkörpermassage

Die Thailändische Ganzkörpermassage stammt von traditionellen Thai-Massagetechniken ab. Handflächen und Daumen stimulieren Druck-punkte auf den Energielinien, revitalisieren die Muskulatur und verbessern die Blutzir-kulation. Bei dieser Massage wird der Körper vorgelockert, anschließend mit Kräuterölen eingerieben sowie mit sanfter Druckpunkt-massage und Streichungen massiert.

Verwöhnzeit ca. 50 Minuten € 95,00



Buchen Sie Ihre Wunschanwendungen & Lieblingskurse direkt.
Vor Ort oder von zu Hause aus.
Anruf genügt: Wir beraten Sie sehr gerne, damit Sie wunschlos glücklich sind!

**SPA & WELLNESS**
**SPA-Rezeption: Tel +43 (0)5675 6248 445**

JUNGBRUNN®
DER GUTZEITORT

**Familie Gutheinz**
**Oberhöfen 25**
**A-6675 Tannheim · Tirol**
**Tel +43 (0)5675 6248 · Fax +43 (0)5675 6544**
**hotel@jungbrunn.at · jungbrunn.at**

Ein Glück für den Wald: Die Gastlichzeit ist natürlich umweltbewusst gedruckt.
Das PEFC-Siegel dokumentiert nachhaltige Waldbewirtschaftung und weltweiten „Wald-TÜV“.