



Für einen gelungenen
Urlaub braucht es
keine überwältigenden
Erlebnisse.
Das Geheimrezept sind
vielmehr die vielen
kleinen
Aufmerksamkeiten

Das Team vom Pineta-Hotel kümmert sich liebevoll um Sie. Damit wir Sie auch so richtig verwöhnen können, versuchen Sie doch mal, einige Stunden lang total abzuschalten: Nehmen Sie Abstand von Ihrem Gedankenkarussell, bleiben Sie offline und nur mit Ihrem Wohlbefinden verbunden!

**HIGHTECH
NATURAL
COSMETICS**
TEAMDRJOSEPH.COM





Unser Wohlfühl-Partner

Unsere Gäste genießen im Urlaub ein naturnahes Wohlbefinden. Dazu haben wir die Kosmetikprodukte von VITALIS DR. Joseph aus reinen und zertifizierten Rohstoffen gewählt. Dieses Südtiroler Unternehmen arbeitet seit 1986 an der Herstellung von Naturprodukten mit den edelsten Elementen unserer Erde.

Ihr Wohlfühl-Parcours

Alles zur rechten Zeit. Hier im Hotel Pineta ist für alles genügend Zeit.

Entgiften. Entspannen. Energie tanken.

Nach Ihrer Ankunft in unserem Resort suchen Sie wahrscheinlich zunächst einmal Abstand vom Stress und von den alltäglichen Mühen. Daher schlagen wir Ihnen zu Beginn entgiftende Behandlungen für die interne und externe Reinigung vor.

Anschließend können Sie sich mit unseren Kräutertees oder einer Ganzkörpermassage so richtig entspannen. Und zum Abschluss noch eine regenerierende Behandlung, damit Sie auch wieder so richtig neue Energie schöpfen können!

Um unseren Gästen die richtige Wahl zu erleichtern, führen wir für jede Pflege ihre wichtigste Eigenschaft an:



Entgiftend



Entspannend



Energereich



Für Ihn



BIOLOGISCHE KOSMETIK AUS ÄPFELN

Von Dr. Joseph exklusiv für Pineta
geschaffen.

Der Apfel ist in unserem Tal König. Wir vom Pineta-Hotel schöpfen seine zahlreichen Vorteile nicht nur in der Küche, sondern auch in der Kosmetik aus. Diese wasserreiche Frucht enthält nämlich viele Vitamine und Mineralsalze.

Dr. Joseph hat für uns eine eigene, bio-zertifizierte Apfel-Kosmetiklinie geschaffen: mit Apfelextrakt, Jojobaöl, Aloe Vera und Rosmarin.

Ideal für die trockene Haut: Die Apfelkosmetik verleiht der Haut wieder ihren Glanz und ein einmaliges Frischegefühl. Das natürliche Kollagen im Weizen- und Reisprotein strafft und stärkt behutsam Ihre Haut.



Gesichts- behandlung Pinetalovers

Der Apfel ist nährreich und feuchtigkeitsspendend - ideal für jeden Hauttyp! Diese Behandlung verleiht Ihrer Haut Elastizität und Feuchtigkeit. Bestens auch zur Behebung der winterbedingten Trockenheit geeignet.

60 Min. 65 €



Körperpeeling Pinetalovers

Dieses vollkommen natürliche und an Vitamin E reiche Körperpeeling bereitet jeden Hauttyp auf das Dampfbad oder die Sauna vor. Mit Lärchenöl und Apfelextrakt sorgt es für eine glatte und weiche Haut.

60 Min. 65 €



Körper- behandlung Pinetalovers

Und nun ein richtiges, nach Äpfeln duftendes Ritual: Nach dem Körperpeeling empfehlen wir unsere Umschläge und die entspannende Ganzkörpermassage mit Apfelextrakt. Mit dem frischen Duft unserer Talfrucht erhält Ihre Haut wieder die richtige Feuchtigkeit.

80 Min. 85 €



Entgiftend



Entspannend



Energierich



Für Ihn

UNSERE GESICHTSBEHANDLUNGEN



Intensive Gesichtsreinigung

Je nach Hauttyp führen wir nach dem Verfahren des Dr. Joseph-Teams die richtige Tiefenreinigung für Sie aus. Wir beginnen mit einem sanften Peeling und Dampfstrahl zur Beseitigung der Unreinheiten, legen dann wohltuende Gesichtsumschläge auf und führen eine lymphstimulierende Massage durch. Zum Abschluss noch eine Peel-Off-Gesichtsmaske und eine für Sie geeignete Gesichtsscreme. Die Haut wird sichtbar frischer und energievoller. Wird vor jeder weiteren Gesichtsbehandlung empfohlen.

70 Min. 75 €



Gesichts- behandlung Cellular Recreation

Ein regelrechtes entspannendes Wohlfühlprogramm für Ihr Gesicht nach der Methode TEAM DR. JOSEPH: Untersuchung der Haut, Reinigung, Anwendung eines spezifischen Serums, modulierte Gesichtsmassage. Und zum Abschluss eine intensive, auf sie zugeschnittene Gesichtsmaske, mit besonders effizienten natürlichen Wirkstoffen. Damit Ihre Haut wieder richtig gesund strahlt.

70 Min. 75 €



Express Power Lifting für Ihn

Die Methode TEAM DR. JOSEPH für Ihn: intensiv, natürlich und wirkungsvoll. Mit Untersuchung der Haut, Tiefenreinigung mit Dampf und Peeling, Anwendung von warmen Umschlägen und besonderem Serum. Anschließend verwöhnen wir Sie mit einer intensiven Gesichtsmaske, einer Gesichtsmassage und eine auf Sie zugeschnittene Tagescreme. High-Tech-Wirkung der Natur - für ein gepflegtes Aussehen!

50 Min. 65 €





Intensive Bio-Lifting- Gesichtsbehandlung

Eine wirklich einmalige und vollständige Behandlung nach der Methode TEAM DR. JOSEPH. Untersuchung der Haut, zartes Peeling und Tiefenreinigung mit Schröpfgläsern, warmen Kräuterauflagen und Dampfstrahl. Auftragen des besonderen Serums und biodynamische Lifting-Massage je nach Bedarf Ihrer Haut. Und zum Abschluss eine intensive Gesichtsmaske und spezifische Tagescreme. Die Haut ist sofort straffer und leuchtender. High-tech der Natur für eine dauerhafte und sichtbare Wirkung.

110 Min. 130 €



Wohltuende Behandlung mit Ribes Nigrum für Gesicht und Geist

Auf Wunsch kann die sanfte Reinigung mit einer entspannenden Gesichts-, Kopf- und Kopfhautmassage verbunden werden.

30 Min. 38 €



Entgiftend



Entspannend



Energierich



Für Ihn

UNSERE ANGEBOTE FÜR DEN KÖRPER

Body & Peeling für einen traumhaften und samtweichen Körper



Salzpeeling

Dieses Körperpeeling mit Duftölen und Salz aus dem Toten Meer trägt zur Erneuerung der Haut bei. Für eine weiche und besonders frische Haut.

25 Min. 35 €



Entgiftendes Ritual

Ein regelrechtes Ritual, mit Auflegen von warmen Rollen zur Öffnung der Poren und als Vorbereitung auf das Heu-Peeling. Mit einem angenehmen Gefühl von Weichheit und Wohlbefinden.

50 Min. 60 €



Behandlung mit Ribes Nigrum

Ein Peeling für eine glatte Haut, aufbauende Umschläge und abschließend eine entspannende Massage mit Pflanzenöl - für eine leuchtende und sauerstoffreiche Haut. Ideal für empfindliche Hauttypen und bei Kreislaufproblemen.

80 Min. 85 €



Behandlung mit der Bergblume Negritella

Die ideale Reinigung: Nach dem Scrub mit der Negritella werden reinigende Schlammumschläge aufgetragen. Anschließend folgt eine entspannende Massage mit Aprikosen- und Negritellaöl. Entgiftet und entspannt den Geist.

80 Min. 85 €



Unterleib-behandlung (Resonanz)

Der Bauchraum wird entstaut, der Bauchumfang vermindert. Ziel dieser Massage ist eine leichte Stimulation des Bauchraumes mit Verbesserung des Tonus und Straffung der Konturen.

50 Min. 68 €



Zellulitis-Behandlung (Resonanz)

Dank der Kombination spezifischer Naturprodukte und verschiedener Techniken ist diese Behandlung besonders wirkungsvoll: ein anregendes Fußbad, Scrub mit Luffa-Schwamm, Algenumschläge, Schröpfgläser und Zellulitis-Massage.

50 Min. 68 €



Entspannende Heubehandlung

Die reichhaltigen Kräuter im warmen Heusack auf dem gesamten Körper verleihen der Haut, den Muskeln, dem Atemsystem und dem gesamten lymphatischen System unmittelbares Wohlbefinden. Genießen Sie nach dem Abbürsten und dem Auflegen des Heusackes eine entspannende Ganzkörpermassage.

80 Min. 95 €



Das entspannende Rückenprogramm

Arnika, Johanniskraut und Majoran verbunden mit Heu sind die ideale Behandlung für Muskelanspannungen. Nach dem Abbürsten wird ein warmer Heusack aufgelegt, der alle Muskeln entspannt. Und zum krönenden Abschluss eine entspannende Massage mit Heuöl.

60 Min. 65 €



Entgiftend



Entspannend



Energereich



Für Ihn

UNSERE ANGEBOTE FÜR DEN KÖRPER

Alpine Umschläge in der Culla Thermo Spa

Unmittelbares Wohlbefinden für den gesamten Körper durch die Wärme der Warmwasserliege und leichte Vibrationen. Unterm Sternenhimmel und mit sanfter Musik im Hintergrund fühlen Sie sich sofort entspannt und regeneriert. Willkommen in dieser neuen Atmosphäre!

35 Min. 42 €



Ringelblume und Kamille

Ist Ihre Haut müde und gestresst? Vertrauen Sie unseren sanften Massagen. Die Verbindung von Ringelblume und Kamille aktiviert die Zellenerneuerung und lindert die gereizte Haut. Ihr Körper tankt neue Frische, die Hautfarbe wirkt natürlicher und die Haut wird weicher und leuchtender.



Äpfel und Lärche aus dem Nonstal

Gönnen Sie sich ein sinnliches Schönheitsbad! Die vitaminreichen Äpfel sind die ideale Frucht, um der Haut tiefe Feuchtigkeit zu spenden und auch die älteren Gewebe zu stärken. Die Haut wird wieder frisch, elastisch und lebendig.



Algenumschläge

Der ideale Umschlag zur Drainage der überschüssigen Flüssigkeit der Beine, Hüften und Bauchgegend. Umgeben von der Wärme und

diesem besonderen Naturprodukt fühlen Sie sich sofort leichter und straffer.



Mit Heublumen

Nach einem Wandertag lindert der Heusack mit den Heilkräutern aus unseren Dolomiten die Müdigkeit in den Gliedmaßen. Danach fühlen Sie sich wie neugeboren, entspannt und stark. Der warme Heusack wird auf den Körper gelegt und von der Wärme der Culla Thermo Spa umgeben. Ohne Öle oder Cremes.



Arnika und Johanniskraut

Lassen Sie sich von der Kraft der Arnikablume verzaubern. Ideal vor und nach Sporttätigkeiten. Dieses gesunde Bad wird Ihren Gliedmaßen und Muskeln neue Energie schenken und die Muskelanspannungen nach körperlicher Anstrengung, Stress und Nervosität wunderbar auflösen.



Alpiner Schlamm und Latschenkiefer

Latschenkiefern fördern dank ihrer entgiftenden Wirkung in Verbindung mit natürlichen feinkörnigen Sätzen die Wiederbelebung des Gewebes. Die Haut sieht sofort gesünder, leuchtender und strahlender aus.



Entgiftend



Entspannend



Energereich



Für Ihn

UNSERE ANGEBOTE FÜR DEN KÖRPER

Pineta-Natur-Massagen: der Inbegriff wahrer Entspannung



Pineta nature body

Die erholsame Massage par excellence: Wir verwöhnen Körper und Geist mit dem süßen Duft von Mandelöl.

45 Min. 50€



Pineta body health

Die Produkte unserer Bergwelt, das Wärmekissen und die Schröpfgläser auf dem Rücken sorgen für eine energiereiche Massage, die das Gewebe wieder festigt.

50 Min. 65 €



Pineta body care

Ideale Kombination einer entspannenden Ganzkörpermassage mit einer Schönheitspflege für die Haut. Natürliche Zutaten schenken der Haut Ihres Körpers wieder neues Licht und Weichheit.

50 Min. 65 €



Trio Balance

Der wohltuende Duft der Schwarzbeere und des Rohrzuckers verwöhnt Ihre Sinne; die Haut der Hände und Füße wird sanft gereinigt und mit Butter- und Ölungschlägen weich und angenehm. Eine wohltuende Kopf-, Gesichts- und Décolleté-Massage entspannt Sie inzwischen so richtig.

50 Min. 60 €



Liberamente

Diese Gesichts-, Kopf-, Hals- und Schultermassage regt die Energiestellen in Ihrem Körper an und sorgt für eine tiefe Körperentspannung. Die wichtigsten Wirkungen dieser Massage sind ein neues Gleichgewicht des Nervensystems und das Auflösen von Blockaden und Spannungen. Ideal bei Schlafstörungen, zum Abschalten vom Stress und für eine wirkliche Entspannung.

40 Min. 50 €



Nature-Drena-Massage

Ideal für einen entspannenden Abbau der überschüssigen Flüssigkeiten und Wasseransammlungen. Unter den Händen unserer Experten

fühlen Sie sich sofort leichter und die Anschwellungen nehmen ab.

50 Min. 55 €



Nordic Pineta

Die spezifische Massage zum Lösen von Muskelspannungen nach Sporttätigkeiten und zur Anregung des Gewebes. Je nach Muskulatur ist die Massage aktivierend, ausgleichend oder entspannend.

60 Min. 65 €



Für Schwangere

Mit natürlichem Mandel- oder Johannisbeeröl werden sich die werdende Mutter und das Kind im Mutterleib wunderbar entspannen und wohl fühlen.

50 Min. 50 €



Hedonè love

Eine entspannende, romantische Ganzkörpermassage mit duftenden Ölen in der Zweierkabine; anschließend wird eine kleine Speise serviert, die Sie nur zu zweit genießen dürfen.

60 Min. 120 €



Resonanz dorsalis

Ein exklusives Wohlfühlprogramm für Ihren Rücken: auflockernde Massage, warme Rollen, traditionsreiche Techniken mit Schröpfgläsern und Klangschalen lösen Verspannungen des Rückens und verhelfen wieder zur richtigen Körperhaltung.

50 Min. 65 €



Entspannung für die Füße

Eine entspannende Fußmassage zur Anregung des Kreislaufes und zum Abbau von Schwellungen und Wasseransammlungen. Sanftes Berühren des Fußes und Druckbewegungen wärmen die Füße, verbessern die Gelenkigkeit und beugen Krämpfen vor.

30 Min. 40 €



Teilmassage

Für alle, die eine besondere Körperstelle behandeln möchten, eine Bein-Drainage wünschen oder einfach entspannen möchten.

20 Min. 30 €



Entgiftend



Entspannend



Energierich



Für Ihn

UNSERE ANGEBOTE FÜR DEN KÖRPER

Massagen aus aller Welt



Lomi Lomi

Bei dieser traditionellen Hawaii-Massage lösen umhüllende und rhythmische Hand- und Unterarmbewegungen die Lebensenergie wie die Wellen am Meer.

60 Min. 75 €



Abhyanga

Eine wundervolle erholsame Massage von Kopf bis Fuß mit heißem Sesamöl. Bekämpft Stress und löst Anspannung und bringt somit Körper und Geist wieder ins Gleichgewicht.

60 Min. 65 €



Pineta Stone

Abwechselnd heiße und kalte Lavasteine tragen zur Lösung von physischen und psychischen Spannungen bei und reaktivieren den Kreislauf in den Gliedmaßen. Die rhythmischen Bewegungen der Steine auf der Haut verleihen dem gesamten Organismus neue Energie.

80 Min. 80 €



Pineta-Sweda

Die Ayurveda-Massage Pindasweda auf Trentiner Art: Mit heimischen Kräutern gefüllte und heißem Öl getränkte Säckchen werden Rücken und Beine dank der schmerzlindernden und entzündungshemmenden Eigenschaften der Kräuter so richtig verwöhnt.

50 Min. 65 €



Klangschalen

Klangschalen können auf verschiedene Weise verwendet werden: direkt am Körper oder ohne direkten Kontakt. Ihr Klang und ihre Vibration lösen Spannungen und bewirken ein sofortiges Wohlbefinden. Ideal, um das Schlafgleichgewicht wiederherzustellen, die Konzentrationsfähigkeit zu steigern und Spannungen zu lösen.

20 Min. 25 € (Bitte bequeme Kleidung anziehen, da diese Behandlung bekleidet stattfindet)



Entgiftend



Entspannend




Energereich



Für Ihn



SPEZIELL FÜR IHN

Körperpflege, Schönheit, Wohlbefinden. Warum nur für Frauen? Das Wellnesscenter Pineta bietet Behandlungen auch speziell für Ihn an. Folgen Sie diesem Zeichen  und Sie werden alles Nötige für einen schönen und erholsamen Urlaub finden.

BEAUTY SERVICE

Maniküre

Neben der Maniküre bieten wir Ihnen angenehme Handmassagen für ein gepflegtes und perfektes Resultat.

40 Min. 35 €

Nagellack 4 €

Pediküre

Ein außerordentliches Ritual für Ihre Füße: Auf eine ästhetische Pediküre folgt eine erholsame Massage mit spezieller Creme für ein perfektes Aussehen.

60 Min. 48 €

Nagellack 4 €

*Mindestpreis

Epilation*

Halbes Bein 25 €

Ganzes Bein 30 €

Ganzes Bein+Leiste 40 €

Leiste 10 €

Brasiliana 20 €

Achselhöhle 7 €

Arme 15 €

Barthaare 3 €

Augenbrauen 5 €

Brust 20 €

Rücken 20 €



Entgiftend



Entspannend



Energierich



Für Ihn

SAUNA UND DAMPFBAD: UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR EINEN PERFEKTEN GENUSS

Die Saunawelt unseres Resorts ist ein Ort der Ruhe und Entspannung. Die Sauna darf nicht mit Badekleidung betreten werden, da viele Kunstfasern bei hohen Temperaturen Giftstoffe ablassen. Die intimen Körperteile bitte mit einem kleinen Handtuch abdecken. Diesen Bereich dürfen Sie daher nur mit Bademantel und Handtuch betreten. Der Eintritt ist nur ab 18 Jahren erlaubt.

IN FOLGENDEN FÄLLEN SOLLTE DIE SAUNA MIT VORSICHT VERWENDET WERDEN:

- Bluthochdruck: Bitte reden Sie erst mit Ihrem Arzt. Verwenden Sie auf jeden Fall nur die unteren Bänke und bleiben Sie wenn möglich liegen. Kürzen Sie die Aufenthaltszeit und setzen Sie sich vor Verlassen der Sauna langsam auf. Um das Herz nicht zu belasten, duschen Sie zuerst das rechte Bein und dann das linke Bein kalt ab, anschließend den rechten und dann den linken Arm und schließlich den ganzen Körper. Vermeiden Sie das Eintauchen in das Kontrastbecken.
- Niedriger Blutdruck: Setzen Sie sich in der Sauna auf die unteren Bänke und behalten

Sie die Sitzposition bei, ohne sich hinzulegen. Kürzen Sie die Aufenthaltszeiten, nehmen Sie eine schnelle kalte Dusche und tauchen Sie dann in das Kontrastbecken ein.

- Schwangerschaft: Reden Sie bitte zuerst mit Ihrem Arzt.

IN FOLGENDEN FÄLLEN WIRD VOM SAUNABESUCH ABGERATEN:

- Bei Herz-, Gefäß- und Kreislaufkrankheiten.
- Bei Fieber.
- Bei Hautentzündungen (auch wegen der Ansteckungsgefahr!).
- Bei Krampfadern.
- Während des Menstruationszyklus: aufgrund der Gefäßerweiterung und der geringeren Zähflüssigkeit des Blutes besteht die Gefahr zu starker Blutungen.
- Bei Schwangerschaft.

SPEISEN UND GETRÄNKE

- Vermeiden Sie Saunabesuche mit vollem oder vollkommen leerem Magen. Essen Sie ein paar Stunden vor dem Saunabesuch etwas Obst oder eine leichte Speise. Führen Sie Ihrem Körper vor, während und nach dem Saunabesuch reichlich Flüssigkeit zu (Wasser, Kräutertees, Obst- und Gemüsesäfte oder isotonische Getränke).



Entgiftend



Entspannend



Energereich



Für Ihn

RÖMISCHE SAUNA/ LACONIUM

Täglich geöffnet

Temperatur: 55° - 60°

Feuchtigkeitsgrad: 30%

Das Laconium ist ideal für jeden, der keine übermäßige Hitze verträgt. Geeignet für Gliederschmerzen, rheumatische Beschwerden, schwere Gliedmaßen und zur Vorbereitung der inneren Organe und der Haut auf die Entgiftung im Dampfbad.

- *Die Sauna nur trocken und geduscht betreten.*
- *Die Schlappen draußen lassen.*
- *Beim Hinlegen auf die Bank ein Handtuch unter den Körper legen.*
- *Wir empfehlen je nach Körperverfassung zwischen 20 und 30 Minuten Aufenthalt.*
- *Hinausgehen und kalt duschen oder den Körper mit Eis aus dem Brunnen abtupfen. Ein paar Sekunden Kälte genügen, um Haut und Körper zu stärken.*
- *Entspannen Sie sich etwa 15 Minuten auf den Liegen im Ruheraum, damit sich die Körpertemperatur wieder einpendeln kann.*
- *Das Ganze eventuell wiederholen.*

FINNISCHE SAUNA

Täglich ab 16.30 Uhr geöffnet

Temperatur: 80° - 90°

Feuchtigkeitsgrad: 10 - 15%

Die finnische Sauna regt dank ihrer erholsamen und entgiftenden Eigenschaften den Stoffwechsel an, verbessert die Elastizität des Gewebes und reinigt die inneren Organe und die Haut.

- *Die Sauna nur trocken und geduscht betreten.*
- *Die Schlappen draußen lassen.*
- *Beim Hinlegen auf die Bank ein Handtuch unter den Körper legen.*
- *Wer hohe Temperaturen nicht verträgt, sollte*

lieber die unteren Bänke verwenden.

- *Wir empfehlen je nach Körperverfassung zwischen 8 und 15 Minuten Aufenthalt.*
- *Hinausgehen und kalt duschen oder den Körper mit Eis aus dem Brunnen abtupfen. Ein paar Sekunden Kälte genügen, um Haut und Körper zu stärken.*
- *Entspannen Sie sich etwa 15 Minuten auf den Liegen im Ruheraum, damit sich die Körpertemperatur wieder einpendeln kann.*
- *Das Ganze eventuell wiederholen.*

BIOSAUNA

(gleiche Kabine der finnischen Sauna)

Täglich bis 16.30 Uhr geöffnet

Temperatur: 45° - 60°

Feuchtigkeitsgrad: 45 - 55 %

Mildere Temperaturen als in der finnischen Sauna haben besonders gute Auswirkungen auf Herzkreislauf und Temperaturregelung. Die Haut wird durch das tiefe Schwitzen glatter, leuchtender und elastischer.

- *Die Sauna nur trocken und geduscht betreten.*
- *Die Schlappen draußen lassen.*
- *Beim Hinlegen auf die Bank ein Handtuch unter den Körper legen.*
- *Wir empfehlen je nach Körperverfassung zwischen 8 und 15 Minuten Aufenthalt.*
- *Hinausgehen und kalt duschen oder den Körper mit Eis aus dem Brunnen abtupfen. Ein paar Sekunden Kälte genügen, um Haut und Körper zu stärken.*
- *Entspannen Sie sich etwa 15 Minuten auf den Liegen im Ruheraum, damit sich die Körpertemperatur wieder einpendeln kann.*
- *Das Ganze eventuell wiederholen.*

DAMPFBAD

Temperatur: 44° - 47°

Feuchtigkeitsgrad: 95%

Ideal für eine Tiefenreinigung und zur

Entspannung des Körpers, vor allem aber für Atem- und Schlafstörungen.

- *Das Dampfbad nur trocken und geduscht betreten.*
- *Den Körper mit dem Salz einreiben, das Sie außerhalb des Dampfbades finden.*
- *Die Schlappen draußen lassen.*
- *Hineingehen und den eigenen Sitzplatz spülen.*
- *Wir empfehlen je nach Körperverfassung zwischen 15 und 20 Minuten Aufenthalt.*
- *Vor dem Verlassen den eigenen Sitzplatz spülen.*
- *Hinausgehen und kalt duschen oder den Körper mit Eis aus dem Brunnen abtupfen. Ein paar Sekunden Kälte genügen, um Haut und Körper zu stärken.*
- *Entspannen Sie sich etwa 20 Minuten auf den Liegen im Ruberraum, damit sich die Körpertemperatur wieder einpendeln kann.*
- *Das Ganze eventuell wiederholen.*

KNEIPP-PARCOURS

Eine Wanderung im eigens dafür konzipierten Becken, mit abwechselnd warmen (36° - 38°) und kalten (12° - 18°) Wassergüssen. Dieser Parcours stimuliert den Blutkreislauf und stärkt das Immun- und Nervensystem, während die Kieselsteine auf angenehme Weise die Füße massieren.

HEUGROTTE

Das Geheimnis dieser Behandlung sind die Heilpflanzen in den Heusäcken unter den Sesseln. Durch die mit dem Dampf erzeugte feuchte Hitze entfalten die Wirkstoffe der Kräuter eine reinigende und entspannende Wirkung auf Rücken und Beine.

AROMA- UND ERLEBNISDUSCHEN

Zwischen Sauna und Dampfbad empfehlen wir eine kleine regenerierende und erfrischende

Pause unter der Nebeldusche mit Balsamduftstoffen. Verleiht dem Körper Energie und Tonus.

EISGROTTE

Durch das Abwechseln von Sprühregen, kalten Wassergüssen und Eis erhält der Körper einen wohltuenden Frischeschub; die Poren der Haut schließen sich und das Abwehrsystem wird angeregt.

FUSSBAD

Die Füße werden bis zu den Knöcheln in mit Mineralsalzen gemischtes Wasser getaucht. So kommen nicht nur die müden und geschwollenen Füße wieder zu Kräften, sondern es entspannen sich auch Körper und Geist.

INFOS ZUR SPA

BUCHEN SIE DIE BEHANDLUNGEN

Merken Sie Ihren Termin so früh wie möglich vor!

NEHMEN SIE SICH ZEIT

Wir bitten unsere Gäste, etwa 10 Minuten vor Beginn der Behandlung am Empfang der Spa zu erscheinen, um Verspätungen für die nachfolgenden Kunden zu vermeiden.

KLEIDUNG

Wir bitten unsere Gäste im Bademantel zu erscheinen. Für jede Behandlung stellen wir einen Einweg-Slip zur Verfügung und arbeiten mit verschiedenen Bedecktechniken.

WIR ERFÜLLEN IHRE WÜNSCHE

Um die Bedürfnisse unserer Gäste bestmöglich zu befriedigen, führen wir vor jeder Behandlung ein kurzes Gespräch über etwaige Wünsche oder Anforderungen.

ABSAGE

Termine können spätestens bis zum Vortag abgesagt werden. Bei späterer Absage müssen wir leider die gesamte Behandlung anrechnen.

ÖFFNUNGSZEITEN

- Schönheitscenter & Spa von 10 bis 20 Uhr
- Fitnessraum + Schwimmbad von 8 bis 20 Uhr
- Saunawelt von 14 bis 20 Uhr

KINDER UND BEHANDLUNGEN

Die Behandlungszone ist ein Ort der Ruhe. Daher ist der Zugang nur für Kinder ab 14 Jahren erlaubt.

SCHWIMMBAD UND SAUNAZONE

Im Schwimmbad ist das Tragen eines Schwimmanzuges Pflicht, in der Saunazone hingegen aus Hygienegründen verboten.

Das Schwimmbad ist auch für Familien zugänglich: Wir bitten dabei höflichst, die Ruhe der anderen Gäste zu respektieren.

BELEG FÜR PRIVATVERSICHERTE

Belege für Privatversicherungen können nur für Massagen ausgestellt werden.

BIOLOGISCHE KOSMETIK AUS ÄPFELN	05
<i>Von Dr. Joseph exklusiv für Pineta geschaffen</i>	

UNSERE GESICHTSBEHANDLUNGEN	06
--	----

UNSERE ANGEBOTE FÜR DEN KÖRPER	
<i>Body & Peeling für einen traumhaften und samtweichen Körper</i>	08

<i>Alpine Umschläge in der Culla Thermo Spa</i>	10
---	----

<i>Pineta-Natur-Massagen: der Inbegriff wahrer Entspannung</i>	12
<i>Massagen aus aller Welt</i>	14

SPEZIELL FÜR IHN	17
-------------------------	----

BEAUTY SERVICE	17
-----------------------	----

SAUNA UND DAMPFBAD	18
---------------------------	----

INFOS ZUR SPA	22
----------------------	----

**Der beste Arzt ist die Natur. Sie heilt drei Viertel
aller Krankheiten und spricht nie Böses über die
Kollegen.**

Galeno, I sec. d.c.



Via al Santuario 17
frazione Tavon
38012 - Predaia, Trentino - Italia
Tel. +39.0463.536866
info@pinetahotels.it - www.pinetahotels.it
WhatsApp 347 1591423

*Pubblicazione: Pineta Hotels - marzo 2016
Concept e grafica: Archimede (www.archimede.nu)
Fotografie: da www.facebook.com/PinetaHotels/photos_stream
Fotografie pag 16: Matteo Lovazza*
