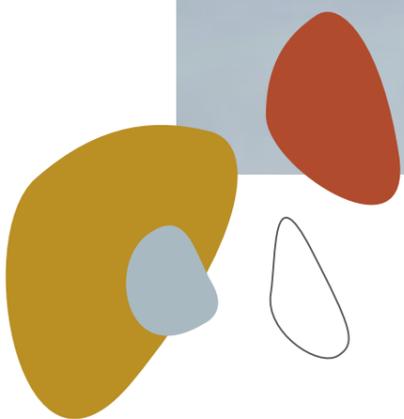
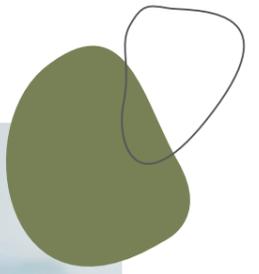


# NABEL

DAS SPA



WO DER MENSCH  
IM MITTELPUNKT STEHT

# IN DER MITTE

IST ES SCHÖN

Mitten in der Mitte entspringt ein Nabel. Vielleicht auch Ihrer. Quell allen Lebens. Ihr Nabel ist so individuell und unverwechselbar wie Ihr Fingerabdruck. Dass der Mensch oft seine Mitte sucht ist nicht verwunderlich. Schließlich steht der Homo Sapiens 2.0 heute permanent unter Extrem-Leistungsdruck, viele sogar 24 Stunden am Tag. Sie müssen Business lunchen, Business brunchen, Business talken, Business bloggen, Facebook liken, upgraden, late shoppen, outsourcen, outburnen. Dabei kann die Mitte schon einmal verloren gehen. Das Beruhigende: Die Mitte lässt sich wiederfinden. In der Mitte Österreichs. In der Mitte der **WASNERIN**.

In unserem **NABEL.DAS SPA** richtet sich alles nach Ihrer Mitte und Ihrem Wohlfühl. Hier sind Sie Ihrer inneren Balance sehr nahe. Körper, Geist und Seele sind genau genommen auf der richtigen Ebene.



Es sind die Fellen, die unseren  
Ursprung bestimmen und uns zu einem  
Menschen formen. Wir haben unsere Fellen  
für Sie in 4 Grundbausteine geformt, die  
unseren gesamtgesellschaftlichen Ansatz in  
unserem neuen **NABEL.DAS SPA**  
verdeutlichen.

## EINE UNVERGESSLICHE REISE ZUM >ICH OHNE VIEL GEPÄCK.

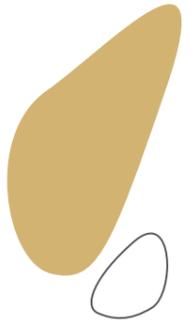
**O**b Kosmetik oder Tiefenentspannung. Ob allein oder zu zweit. Ob morgens oder abends. Ob Mann oder Frau. Vieles ist noch offen. Nur eines ist schon sicher: Der Dresscode steht fest. Den Bademantel sollten Sie nämlich diesmal nicht am Zimmer lassen. Denn in unserem NABEL.DAS SPA werden Sie auf unnachahmliche Weise dem Stress entfliehen.

Es ist das Abstreifen von den Dingen des Alltags, ein Loslassen können von allzu Gewohntem. Ein aus seiner Haut hinaus können und in eine neue Wohlfühlzone eintauchen.

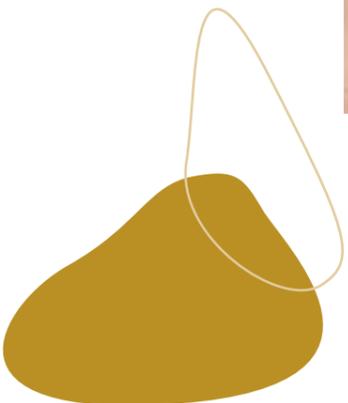
Liebevoll designte Räume, großzügige Orte des Rückzuges machen Lust auf „flauschige“ Anwendungen mit Tiefgang an einem Ort der Ruhe. Schon Lust bekommen es auszuprobieren?



# DESTINATION > ICH



NATÜRLICHE SCHÖNHEIT



WILLKOMMEN IN IHRER  
PERSÖNLICHEN [ COMFORT ZONE ].



KOMFORTZONE



← **[ comfort zone ]**  
SKIN SCIENCE SOUL

Alle Produkte sind  
frei von Silikonen,  
Parabenen und  
tierischen Rohstoffen.

Um ein neues ICH-Gefühl zu erfahren, ist unser NABEL.DAS SPA eine wunderbare Frischetankstelle für den Körper und bietet Vieles, um auch den Kopf wieder frei zu bekommen.

Wir haben uns vor allem der Tiefenentspannung verschrieben. In einer durch und durch angenehmen Atmosphäre taucht man hier in eine Wohlfühlwelt ein.

Das Schlüsselwort dafür heißt TRANQUILLITY™ und bedeutet die Qualität oder der Zustand der Ruhe.

In einem einzigartigen Ritual erlebt man hier, wie schnell der Kopf und die Atmung frei werden, die Muskeln entspannen und sich Herzfrequenz und Blutdruck harmonisch einpendeln.

Das Kribbeln des Wohlfühlens geht von sanften Berührungen des Körperzentrums – dem Nabel – aus und führt zu einem Zustand völligen Abschaltens.

Es ist als würde ein Schalter im Kopf das Unterbewusstsein sanft umprogrammieren. Man schläft danach wieder herrlich und fühlt sich rundum befreiter.

Jede Behandlung beginnt mit dem Tranquillity™ Dillkommenritual und verbindet antike Traditionen mit modernen Techniken. Die wohl-durchdachten Abläufe fördern die Entspannung von Körper und Seele und erhöhen dadurch die Disk-samkeit der Behandlungen.



„Basierend auf Wissenschaft, getragen von Leidenschaft“ konzentriert sich die italienische SPA-Marke [ comfort zone ] als Familienunternehmen seit 1996 ausschließlich auf die Entwicklung von Produkten und Behandlungen auf Basis hochwirksamer und natürlicher Inhaltsstoffe.

In unserem NABEL.DAS SPA haben wir uns bewusst für diese innovative SPA-Marke entschieden, weil auch wir für die Menschen Räume geschaffen haben, um wieder in die eigene persönliche Komfortzone zu finden.

Wenn man ehrlich zu sich selbst ist, sollte man seiner Haut, dem größten Organ unseres Körpers übrigens, einfach mehr Zeit und Aufmerksamkeit gönnen. Zeit die wir uns gerne nehmen, um Ihre individuelle Behandlung zusammenzustellen.

**Natürliche Produktlinien [ comfort zone ]:**

**HYDRAMEMORY – 24 h zweifache Feuchtigkeitsversorgung**

**SUBLIME SKIN – lifting – aktive Tiefenerneuerung**

**REMEDY – lindernd – stärkend – schützend**

**SACRED NATURE – Green Skincare – pur – biologisch – rein**

**SKIN REGIMEN – fast living – slow aging**

Kompetenz ist für  
uns selbstverständlich.  
Deshalb entscheiden  
wir mit Ihnen  
gemeinsam, welche  
Inhalte Ihre Behand-  
lungen umfassen soll.  
Suchen Sie daher ein-  
fach Zeit, vertrauen Sie  
uns und wir verspre-  
chen Ihnen das  
Optimum für Ihre  
Haut  
herauszuholen!

INDIVIDUALITÄT PUR FÜR IHR  
NATÜRLICHES AUSSEHEN

Unsere Kosmetikerinnen erstellen mit Ihnen Ihr persönliches Treatment, das je nach Wunsch und Anforderung auf Ihren Hauttyp, sei es Unreinheit, Empfindlichkeit, Later Age oder Feuchtigkeit, abgestimmt wird.

**Beauty Tipp:** Kombinieren Sie zu Ihrer individuellen Gesichtsbehandlung unsere effektive Augenbehandlung: AUFPREIS EUR 30

50 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 79

75 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 128

90 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 144

LATER-AGING AUGENBEHANDLUNG  
FÜR MEHR STRAHLKRAFT

Diese schützende und korrigierende Behandlung ist ideal gegen Augenringe, Schwellungen, Linien und Falten anwendbar und umfasst Reinigung, Spezialmaske und Massage. Dank der frischen und innovativen Hydrogel Peptide Maske werden sichtbar die Zeichen der Zeit und die Müdigkeit der Augenkonturen reduziert.

20 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 40



**ES GIBT  
EINE ZEIT  
DIE SIE ZUM  
STRAHLEN  
BRINGT:  
UNSERE  
AUSZEIT.**



# FAST LIVING SLOW AGING

WOHLTUENDE KLARHEIT



Gönnen Sie Ihrem Stoffwechsel  
eine Pause und gelangen Sie  
durch Basenfasten oder  
„Detoxing“ zu mehr Vitalität  
im Alltag!

SICH LEICHTER FÜHLEN



SKIN REGIMEN

Gemeinsam mit der Produktlinie Body Strategist von [comfort zone] bietet /skin regimen/ die ideale Basis für unser Entgiftungs- und Straffungsangebot.



## / SKIN REGIMEN /

Das Leben zu meistern bedeutet, zu entdecken wer wir sind und unsere Ziele zu erreichen, indem wir das Beste aus uns herausholen. Viele externe Faktoren mit denen wir täglich konfrontiert sind wie UV-Strahlen und Umweltverschmutzung sowie unsere eigenen Entscheidungen wie Rauchen, falsche Ernährung, aber auch schlechter Schlaf und negative Gedanken wirken sich allseits auf unseren Alterungsprozess aus. Natürlich funktionieren wir dennoch alltäglich – jedoch unter erhöhten Stressfaktoren.

Wussten Sie eigentlich, dass der Ausdruck „Stress“ zuerst in der Physik benutzt wurde und die Spannung beschrieb, die ein Werkstoff aushalten kann, bevor er bricht, d.h. den Grad seiner Widerstandsfähigkeit? So ist auch unsere Haut einem hohen Grad an Widerstandsfähigkeit ausgesetzt.

Städter, vor allem Millennials, sind zwar fitter, aber auch angespannter als jemals zuvor. Man spricht von den modernen „Multitaskern“ mit anspruchsvollem, temporeichem Lebensstil.

Diese brandneue, einzigartige Pflegelinie bekämpft die Auswirkungen von Stress, Umweltverschmutzung und lifestylebedingter

Hautalterung und sorgt für eine gesunde, strahlende Haut für einen längeren Zeitraum. Zudem verleiht sie Stärke, damit Sie die Hektik des Alltags mit bestmöglichem „Look & Feel“ meistern können.

Die Rezepturen von Modern Plant Chemistry™ aus Italien lindern die häufigsten stressbedingten Symptome – Dehydrierung, graue Haut, Falten und Unreinheiten – und schaffen so die optimalen Voraussetzungen für dauerhaft gesunde, strahlende Haut.

Das dank hochkonzentrierter hochwirksamer Pflanzenextrakte und Hightech-Moleküle äußerst wirkungsvolle Pflegeprogramm, liefert sichtbare Ergebnisse und ist gleichzeitig haut- und umweltfreundlich. Mit einem 100% natürlichen, ausgleichenden, belebenden Aroma und kühlenden, einmassierbaren Texturen ist /skin regimen/ frei von synthetischen Duftstoffen, Silikonen, tierischen Nebenerzeugnissen, künstlichen Farbstoffen, Mineralölen und Parabenen. Die Rezepturen von /skin regimen/ sind in einer CO<sup>2</sup>-neutralen, nachhaltigen Verpackung optimal geschützt, die in Italien aus 100% recyclebaren Komponenten und auf Basis erneuerbarer Energien hergestellt wird.

## DETOX-GESICHTSBEHANDLUNG

Diese Gesichtsbehandlung ist das perfekte pflanzliche Mittel gegen die Umweltverschmutzungen und Ermüdungserscheinungen der Haut. Sie ist ideal für unter Zeitdruck stehende Kunden jeden Geschlechts, die vor allem in der Hektik der Großstädte leben. Sie ist individuell anwendbar, um die häufigsten stressbedingten Symptome zu korrigieren und verjüngt die Haut. Das Ergebnis: Sie fühlen sich voller Energie und bereit für Ihren herausfordernden Alltag.

60 VERWÖHNMINUTEN

EUR 95

## DETOX-BAD

Das hydrophile Aromaöl aus Zitronen, Orangen und Minze sowie Efeuextrakten hat eine stark entwässernde und reduzierende Wirkung. Ideal temperiert in unserer Whirlwanne mit angenehmen Massagedüsen für Ihre Rückseite. Nach diesem wunderbaren Badeerlebnis wird Ihre Haut mit einer straffenden Körpercreme aus der BODY STRATEGIST Produktlinie effektiv gepflegt.

25 VERWÖHNMINUTEN

EUR 40

## DETOX-DRAINAGE

Lymphschwellungen werden mittels einer einfühlsamen Behandlung entstaut und ein intakter Lymphfluss wird wieder hergestellt. Dadurch wird das Bindegewebe aktiviert, der Körper entgiftet und das Immunsystem gestärkt.

50 VERWÖHNMINUTEN

EUR 75

## DETOX-KÖRPERPACKUNG

Nach einem angenehmen Körperpeeling wird warmer Thermalschlamm, der mit entschlackender Alge angereichert ist, aufgetragen. Wohlig eingepackt im Wasserbett genießen Sie die regenerierende Wärme sowie eine entspannende Kopfmassage. Währenddessen kann diese Packung wunderbar einziehen und wirkt so herrlich entgiftend, entschlackend und muskelregenerierend auf Ihren gesamten Körper.

50 VERWÖHNMINUTEN

EUR 79

## DETOX-KÖRPERBEHANDLUNG

Bei dieser Behandlung schaffen das entwässernde BODY STRATEGIST OIL, der Thermal-Massageschlamm sowie der mechanische Lympho-Drainer die ideale Symbiose zur Entschlackung. Der Schlamm und das Spezialöl mobilisieren Toxine im Körper und durch den Pumpeffekt der Glasventousen des Lympho-Drainers werden die Flüssigkeiten aus den Tiefschichten des Bindegewebes an die Oberfläche gebracht. Entlang der physiologischen Lymphbahnen werden diese sanft abgeleitet. Die effektive Körperbehandlung für Bauch, Beine und Po – perfekt abgerundet durch die BODY STRATEGIST MASSAGE CREAM, die die Fettverbrennung fördert und so Fettdepots reduziert.

75 VERWÖHNMINUTEN

EUR 105



**LOSLASSEN  
KOSTET  
WENIGER  
KRAFT ALS  
FESTHALTEN.**

**WORAUF NOCH  
WARTEN.**





# TRAN- QUILLITY



(/TRÆŋ'KWILETI/) · ENGLISCH

DIE QUALITÄT ODER  
DER ZUSTAND DER RUHE



TRANQUILLITY™



ZEIT FÜR MICH



Die 1.  
TRANQUILLITY™-Suite  
in Österreich

IN DER TIEFENENTSPANNUNG LIEGT DIE KRAFT.

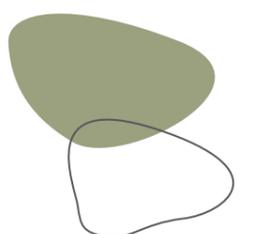
Wenn die Hektik des Alltags, Stress und zu wenig Schlaf Ihre Laune, Lebensfreude und Ihr Aussehen negativ beeinflussen, dann wird es Zeit für TRANQUILLITY™ – das Aromaaufbausystem von [ comfort zone ]. Diese aromatische, nährende Bade- und Körperpflege enthält eine exklusive Mischung von essentiellen Ölen, die Sie den Stress vergessen lassen und Ihnen Tiefe, Ruhe und Wohlbefinden geben.

Das TRANQUILLITY™ Wohlfühlritual unterstützt mit Hilfe der Sinne zur absoluten Ausgewogenheit und inneren Balance. Wussten Sie, dass Gerüche unsere Außenwelt mit unseren inneren Emotionen verbinden? Werden sie angeregt, sind sie ein starkes Mittel durch das Körper und Geist offen werden für eine entspannende Erfahrung erneuter Aus-

geglichenheit. Die Duftnoten von TRANQUILLITY™ werden von den Riechrezeptoren erfasst, gelangen so direkt in das limbische System und stimulieren eine positive Reaktion der Ruhe und des Wohlbefindens.

Da Hautpflegeprodukte die Haut mit den wichtigsten Nährstoffen versorgen, wählt [ comfort zone ] die besten natürlichen Inhaltsstoffe und Öle, die modernsten Hightech Moleküle und Trägersysteme aus. Anstelle von Silikon werden Öle und Butter verwendet, die die Haut seidig und weich machen und Ihnen eine echte aktive Schönheit verleihen.

TRANQUILLITY™ mit Kompetenz und Sorgfalt in Italien hergestellt und mit Hilfe von Strom aus erneuerbaren Energiequellen produziert.



Entdecken Sie unsere neuen professionellen Signature Tranquillity™ Treatments, die den Geruchs-, Tast- und Hörsinn ansprechen und einen Zustand tiefer Entspannung und einen ausgewogenen ausgeruhten Geist fördern. Die idealen Behandlungen bei Schlaflosigkeit und allgemeiner Unruhe.

## TRANQUILLITY™

## PRO-SLEEP MASSAGE

Die innovative und exklusive TRANQUILLITY™ PRO-SLEEP MASSAGE die auf unterschiedlichen Sinnesebenen arbeitet und somit eine tiefe, schlaffördernde Entspannung erzielt. Das wohlige Willkommensritual mit warmen, duftenden Kompressen sowie die weiche Pinselmassage an Bauch und Rücken lassen Sie gleich von Beginn an die Welt vergessen. Die Synergie der exklusiven Mischung essentieller Öle, des beruhigenden TRANQUILLITY Sounds™ und die sanften Streichungen mit viel Fingerspitzengefühl bewirken eine tiefe Entspannung. Ein wunderbares Erlebnis völligen Abschaltens, vollendet mit einem sanften Abschlussritual der Beine.

60 VERWÖHNMINUTEN

EUR 95

## TRANQUILLITY™

## TIEFENENTSPANNUNGS-RITUAL

Tiefgehende Entspannung für Gesicht, Kopf und Nacken. Beginnend mit dem wunderbaren TRANQUILLITY™ Willkommensritual und der manuellen Gesichts-, Kopf- und Nackenmassage lassen Sie den Alltag schnell hinter sich und fühlen sich schon bald „kopffrei“. Die Besonderheiten dieses Rituals sind zweifelsohne die einzigartige Atmosphäre des Behandlungsraumes sowie die Verwendung von eigens kreierte Jade-Stein-Massagerollen, die bereits seit Jahrtausenden als heilvolle Kraftsteine weltweit anerkannt sind. Der Jadestein vermittelt das Lebensgefühl der Ausgeglichenheit und ist dem Chakra Solarplexus zuzuordnen – Welch Zufall, wir sind wieder in unserer Mitte angelangt!

40 VERWÖHNMINUTEN

EUR 65

## TRANQUILLITY™

## KÖRPER-RITUAL

Das reinigende Ganzkörper Peeling bestehend aus Vulkansand fördert die Erneuerung der Hautzellen und macht die Haut geschmeidig zart. Die reichhaltig aufgetragene Körperpackung aus Sheabutter und pflegenden Ölen revitalisiert und schützt. Nach einer angenehmen Hand- oder Fußmassage wird die Packung mittels warmen Kompressen abgenommen und Ihr Körper mit der sinnlich duftenden TRANQUILLITY™ BODY CREAM gut genährt.

50 VERWÖHNMINUTEN

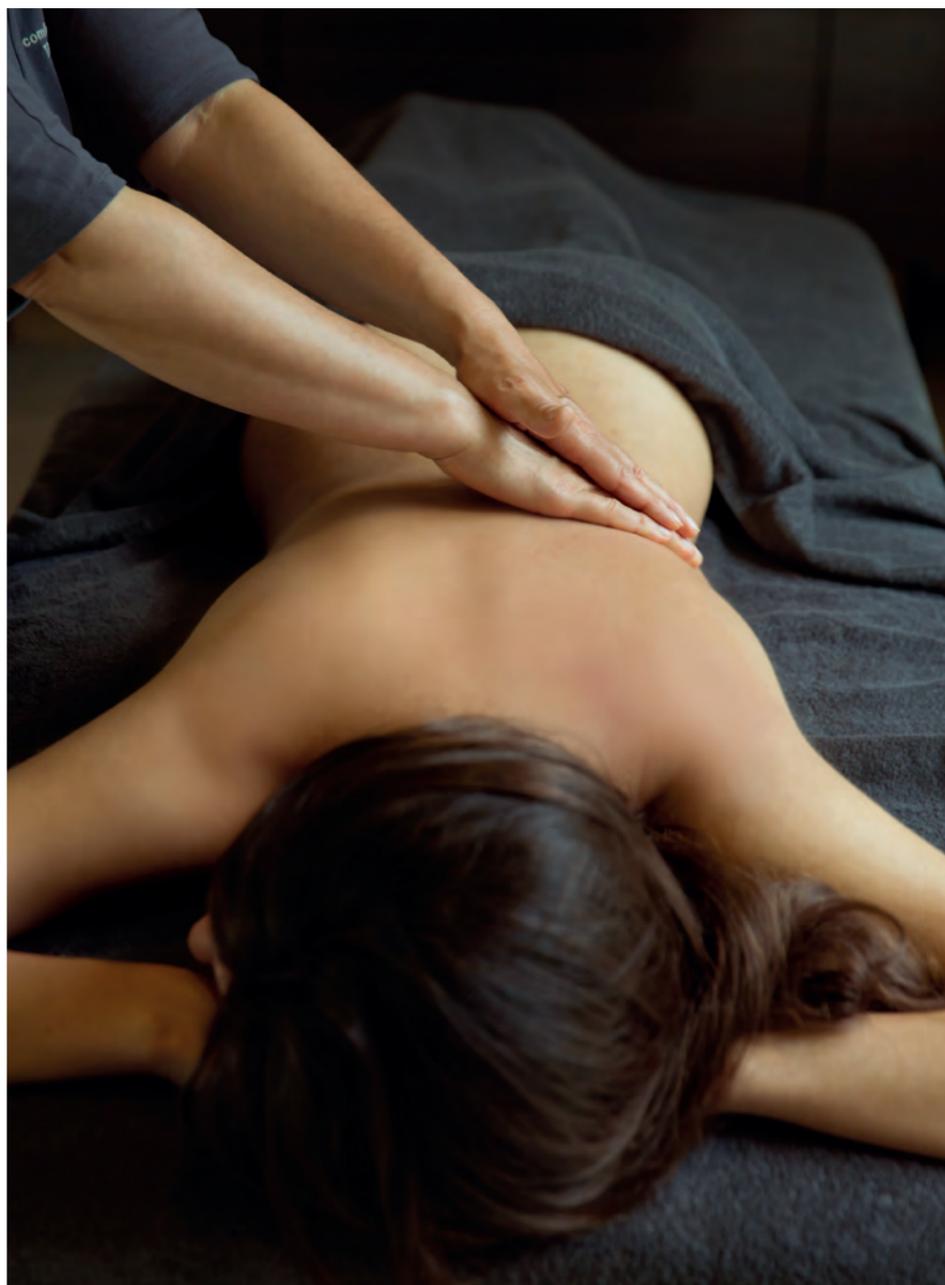
EUR 80



**MANCHMAL  
SIND GENAU  
DIE DINGE,  
DIE WIRKLICH  
UNTER DIE HAUT  
GEHEN, DIE MIT  
TIEFGANG.**



# DIE MAGIE DES BERÜHRENS

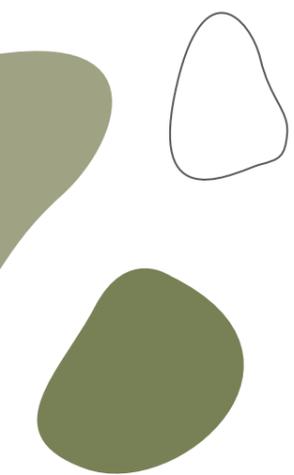


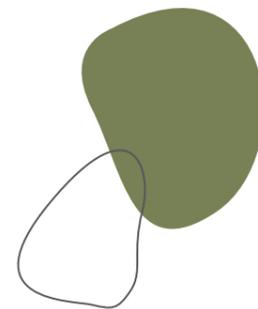
SANFTE BERÜHRUNG

Wohlfühlen mit  
Fingerspitzengefühl!



IN DER MITTE > ICH





BEI UNS GILT:  
ALLES GUTE GEHT VOM ZENTRUM AUS.

**D**IE WASNERIN verbindet Gefühle, Emotionen und Erlebnisse mit Ihren Energiebahnen und Energiepunkten in Ihrem Körper. Hört sich gerade etwas geheimnisvoll an oder? Wir finden magisch trifft es hier genau auf den Punkt. Da wären wir wieder bei den Energiepunkten. Denn

die haben unsere Therapeuten perfekt im Griff. Und mit sorgfältig ausgewählten Zutaten wie ätherischen Ölen, Kräuterstempeln und Klangschalen wird man sich selbst wieder neu spüren. Ein befreiendes, gutes Gefühl. Denn vom Zentrum aus lässt es sich noch immer am besten abheben.

*Wer die Tiefe der Entspannung sucht, findet den Weg!*  
↙



ENTSCHLEUNIGUNGSBEHANDLUNG

Sanftes Massage-Ritual mit hochwertigen Aromaölen zur ganzheitlichen Entspannung. Bestimmte Grifftechniken setzen das Muskelgewebe zuerst langsam in Bewegung, durch den immerwährenden rhythmischen Bewegungsablauf kommt Ihr Körper in einen gewissen Modus und kann schon bald loslassen. Die Entschleunigung beginnt und endet manchmal auch gerne im Schlaf.

50 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 80

KLANGSCHALENBEHANDLUNG

Die Klangschalenbehandlung kann vor allem bei Stress als eine wirksame Tiefenentspannungsmethode Hilfe bieten. Dieses Loslassen ist eine gute Basis für die Neubelegung und Stärkung der Selbstheilungskräfte.

50 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 80

*Wir bitten Sie zu dieser Behandlung in leichter Freizeitbekleidung zu kommen.*

KRÄUTERSTEMPEL-MASSAGE

Diese Massage ist eine ursprünglich asiatisch inspirierte, thermische Behandlung, bei der eine innere und äußere Harmonie im Körper erreicht wird. Mit vorgewärmten Ölen wird Ihr Körper verwöhnt und mit von uns handgefertigten Stempelsäckchen massiert.

60 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 95

LOMI LOMI NUI

Lomi Lomi Nui ist eine Einladung sich in seiner Ganzheit zu erleben. Ein Raum in dem Sie ganz sein dürfen. Hawaiianische Klänge, warmes Öl, liebevolle Berührungen und sanfte Bewegungen begleiten Sie auf der Reise zu sich selbst. Lassen Sie sich berühren und tauchen Sie ein in den Fluss des Lebens!

75 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 120

HOT-STONE MASSAGE

In Verbindung mit warmen Ölen und der wohltuenden Wärme der Basaltsteine werden Verspannungen gelöst. Durch die intensive Wärmeeinwirkung wird die Durchblutung angeregt und der Abtransport von Schlackenstoffen gefördert.

*Tiefe Entspannung nach alter Tradition.*

75 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 120



DIE WASNERIN INDIVIDUAL MASSAGE

Bei dieser Behandlung greifen unsere Therapeuten in ihren Fundus und stimmen verschiedenste Techniken und Zugänge mit Ihnen ab. Individualität pur.

60 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 95

AUSGLEICHENDE MERIDIANBEHANDLUNG

Meridiane sind Energiebahnen im Körper, welche bei dieser Massagetechnik mit einem Stäbchen oder per Hand behandelt werden. Ziel ist Ihr energetisches Gleichgewicht im Körper wieder herzustellen. Auf die 5 Elemente abgestimmte Aromaöle unterstützen eine tiefe Entspannung.

60 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 95

GANZHEITLICHE WIRBELSÄULENBEHANDLUNG

Mittels spezieller Grifftechniken werden die Tonus regulierenden Rezeptoren, die den Regelkreis Gehirn, Rückenmark, Sehnen und Muskeln steuern, wieder in eine physiologische Mitte gebracht. Gezielt wird dafür gesorgt, dass Ihre Muskeln wieder elastisch werden. Durch sanfte Schwingungen werden Gelenks- und Wirbelsäulenfehlstellungen korrigiert.

50 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 80

CRANIO-SACRAL THERAPIE

In der Cranio Sacral Therapie wird der Mensch in seiner Ganzheit betrachtet. Körper, Geist und Seele stehen in enger Wechselwirkung. Sie richtet sich an das Gesunde im Körper und die Selbstheilungskräfte. Dies kann sich auf den gesamten Organismus positiv auswirken: auf den Bewegungsapparat, das Nerven-, Herz-Kreislauf- und Hormonsystem, die inneren Organe sowie auf Ihr seelisches und emotionales Gleichgewicht.

50 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 80

TRAGER® KÖRPERARBEIT

Die Körperarbeit nach Dr. Milton Trager fasziniert durch die Mühelosigkeit der Bewegung. Durch die Arbeit mit dem eigenen Körpergewicht, dem Öffnen der Gelenke und dem Erzeugen von Schwingungen entsteht ein positives Körpergefühl von Weite, Ausdehnung oder angenehmer Schwere. Die nach der Behandlung spürbare Leichtigkeit des Körpers hilft eine natürliche Aufrichtung zu finden, vor allem die Wirbelsäule und der gesamte Rücken werden gut entlastet.

50 VERWÖHNMINUTEN  
EUR 80

← *Dies bitten Sie zu dieser  
Behandlung in leichter  
Freizeitbekleidung zu  
kommen.*

← *Dies bitten Sie zu dieser  
Behandlung in leichter  
Freizeitbekleidung zu  
kommen.*



# THINK POSITIVE

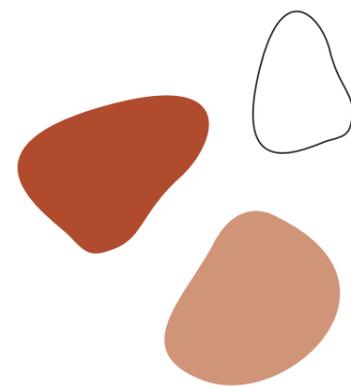
PURE LEBENSENERGIE



SPÜRE DEINE LEBENSENERGIE



IM PULSE DER ZEIT



## Offline auf der Suche nach Entschleunigung in Form von Yoga, Meditation & Tiefenentspannung.



PURE LEBENSENERGIE

**M**an sollte niemals die Kraft von kleinen Dingen unterschätzen. Wie z.B. das Betätigen des Ausschaltknopfes Ihres Handys. Eine kleine Bewegung mit großer Wirkung. Genau so können Sie sich das mit unserem Tiefenentspannungsangebot auch vorstellen. Hier geht es darum, Sie mit Yoga bewusst von Stress und der Energielosigkeit zu „befreien“.

Ein wenig Lebensenergie auftanken. Wir führen Sie an die Kraftorte, die die Natur um uns bietet, die Seen, die Gipfel, die Wiesen. Ausgehend von unserem Zentrum – dem Nabel. Denn wir sind uns sicher: Große Veränderungen brauchen oft einen Anstoß. Daher: Stress aus. Entspannen an. Für die Energiemomente sorgen wir. Versprochen.



## NUAD THAI

Eine traditionelle indische Massageform bei der der Fokus auf den 72 000 Energiepunkten die den gesamten Körper umspannen liegt. Der Therapeut arbeitet mit den Händen, Ellenbogen, Knien und Füßen. Die Nuad Thai ist Energielinien-Arbeit, die mit Dehnungen kombiniert wird und einen entsprechenden hohen therapeutischen Effekt hat. Dies führt zu schneller Entspannung von Körper und Geist. Es wird auch als „passives Yoga“ bezeichnet.

Erleben Sie pure Energie bei einer unserer vielseitigen Yogaeinheiten - bis zu 3mal wöchentlich - mit unseren 6 professionellen Yoga-Lehrern basierend auf den Werten unserer Philosophie und an besonderen Natur-Kraftplätzen.

75 VERWÖHNMINUTEN

EUR 120

## YOGATHERAPIE

Yogatherapie behandelt den Menschen und nicht die Krankheit. Indem wir mit Ihnen gemeinsam Ihre innewohnende Stärke kräftigen, bewirken wir Veränderung - heilsame Veränderung im Körper und im Geist - im ganzen System. Yogatherapie ist eine integrative Praxis, sie bringt Körper, Atem und Geist zusammen - macht ganz. Sie wird eingesetzt bei Erkrankungen des Bewegungsapparates, der Atemwege, des Herz-Kreislauf-Systems, des neurologischen und immunologischen Systems, des Verdauungstraktes sowie bei depressiven Störungen, Abhängigkeiten, Stress und Angstzuständen. Die Yogatherapie ersetzt keine schulmedizinische Behandlung.

60 VERWÖHNMINUTEN

EUR 95



Aufpreis 2. Person  
EUR 25

## AERIAL-YOGA

In hängenden Tüchern aus einem speziellen Stoff werden die traditionellen Bewegungen des klassischen Yoga geübt. Eine Aerial Flow Yoga Stunde bringt folgende 5 Elemente zusammen: Leichtigkeit, Kraft, Flexibilität, Akrobatik und Entspannung. In abgestimmten Übungsabläufen kräftigen und dehnen wir den Körper, um uns anschließend mit Leichtigkeit kopfüber in die Tücher zu hängen oder durch den Raum zu schweben.

60 VERWÖHNMINUTEN

EUR 95



Dit bitten Sie zu diesen Behandlungen in leichter Freizeitbekleidung zu kommen.



**GANZ > ICH  
IST MAN,  
WENN JEDE  
ZELLE DES  
KÖRPER  
DAS LIED  
DER SEELE  
SINGT.**





**IHRE  
ENTSPANNUNG**

**GEHT BEI UNS IN  
DIE TIEFE**

**KANN AUCH  
DAZWISCHEN  
WIRKEN**

**UND OBEN  
SPÜRBAR SEIN**

**TRIFFT ABER  
IMMER  
IHRE MITTE.**

**N A B E L**  
D A S S P A

G'sund & Natur Hotel DIE WASNERIN · Sommersbergseestraße 19 · 8990 Bad Aussee · Österreich  
Informationen und Buchungen an unserer SPA-Rezeption täglich  
von 09:00 bis 19:00 Uhr oder unter [wellness@diewasnerin.at](mailto:wellness@diewasnerin.at) · Tel. +43 3622 52108 700

[WWW.DIEWASNERIN.AT](http://WWW.DIEWASNERIN.AT)

# NABEL

## DAS SPA

LASSEN SIE SICH IN  
UNSERER EINZIGARTIGEN  
TRANQUILLITY™ SPA-SUITE  
SO RICHTIG FALLEN!

### TIEFENENTSPANNUNG

TRANQUILLITY™ PRO-SLEEP Massage	60 VERWÖHNMINUTEN	EUR 95
TRANQUILLITY™ Tiefenentspannungsritual	40 VERWÖHNMINUTEN	EUR 65
TRANQUILLITY™ Körperritual (Peeling & Packung)	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 80
TRANQUILLITY™ Bad	25 VERWÖHNMINUTEN	EUR 40

### SANFTE BERÜHRUNG

#### ENTSPANNUNGSMASSAGEN

Entschleunigungsbehandlung	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 80
Klangschalenbehandlung	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 80
Kräuterstempel-Massage	60 VERWÖHNMINUTEN	EUR 95
Lomi Lomi Nui	75 VERWÖHNMINUTEN	EUR 120
Hot-Stone Massage	75 VERWÖHNMINUTEN	EUR 120

#### GANZHEITLICHE KÖRPERBEHANDLUNGEN

DIE WASNERIN Individual Massage	60 VERWÖHNMINUTEN	EUR 95
Ausgleichende Meridianbehandlung	60 VERWÖHNMINUTEN	EUR 95
Ganzheitliche Wirbelsäulenbehandlung	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 80
Cranio-Sacral Therapie	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 80
Trager® Körperarbeit	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 80

#### KLASSISCHE MASSAGEN

Teilkörpermassage	25 VERWÖHNMINUTEN	EUR 39
Ganzkörpermassage	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 75
Manuelle Lymphdrainage	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 75
Fußreflexzonenmassage	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 80
Kombinationsmassage	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 80

### NATÜRLICHE SCHÖNHEIT

#### GESICHTSBEHANDLUNGEN MIT DER PFLEGELINIE [ COMFORT ZONE ]

	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 79
	75 VERWÖHNMINUTEN	EUR 128
	90 VERWÖHNMINUTEN	EUR 144
zubuchbare Augenbehandlung im Rahmen einer Gesichtsbehandlung		EUR 30
Later-Aging Augenbehandlung	20 VERWÖHNMINUTEN	EUR 40
Detox-Gesichtsbehandlung mit der Pflegelinie / skin regimen/	60 VERWÖHNMINUTEN	EUR 95

FACHKUNDIGE  
„AUSZEIT-HÄNDE“  
MACHEN  
IHRE MASSAGE ZUM  
NACHHALTIGEN  
WOHLFÜHLERLEBNIS!

INDIVIDUALITÄT PUR  
FÜR IHR  
NATÜRLICHES  
AUSSEHEN!



# NABEL

## DAS SPA

### WOHLTUENDE KLARHEIT

Basenfasten-Informationsgespräch	25 VERWÖHNMINUTEN	EUR 45
Entspannende Bauchmassage mit Heupackung	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 80
Detox-Gesichtsbehandlung	60 VERWÖHNMINUTEN	EUR 95
Detox-Bad	25 VERWÖHNMINUTEN	EUR 40
Detox-Drainage (Massage)	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 75
Detox-Körperpackung (Peeling, Packung & Kopfmassage)	50 VERWÖHNMINUTEN	EUR 79
Detox-Körperbehandlung (Drainage mit Lympho-Drainer)	75 VERWÖHNMINUTEN	EUR 105
Body Strategist Zellulitebehandlung (Peeling, Massage & Wickel)	75 VERWÖHNMINUTEN	EUR 105

### PURE LEBENSENERGIE

Nuad Thai	75 VERWÖHNMINUTEN	EUR 120
Yogatherapie	60 VERWÖHNMINUTEN	EUR 95
Aerial Yoga	60 VERWÖHNMINUTEN	EUR 95
Aufpreis 2. Person jeweils		EUR 25

### FÜR STRAHLENDE AUGENBLICKE

Augenbrauen formen	EUR 15
Augenbrauen färben	EUR 10
Wimpern färben	EUR 15
Wimpern und Augenbrauen färben + Augenbrauen faconieren	EUR 45
Ultraschall	EUR 25

### FÜR GEPFLEGTE HÄNDE UND FÜSSE

Klassische Maniküre	40 VERWÖHNMINUTEN	EUR 45
Klassische Pediküre	45 VERWÖHNMINUTEN	EUR 60
Aufpreis Lack		EUR 15

GÖNNEN SIE IHREM STOFFWECHSEL EINE PAUSE UND GELANGEN SIE DURCH BASENFASTEN ODER „DETOXING“ ZU MEHR VITALITÄT IM ALLTAG!

SPÜREN SIE DURCH FERNÖSTLICHE RITUALE UND ACHTSAME BEWEGUNGEN IHRE LEBENSENERGIE WIEDER NEU!

SPRECHEN SIE UNSERE ERFAHRENEN THERAPEUTEN DIREKT AUF IHRE WUNSCHBEHANDLUNGEN AN. IM FALLE EINER SCHWANGERSCHAFT ODER MEDIZINISCH RELEVANTEN THEMEN WEISEN SIE BITTE IHREN THERAPEUTEN DARAUF HIN!

G'sund & Natur Hotel DIE WASNERIN · Sommersbergseestraße 19  
8990 Bad Aussee · Österreich  
Informationen und Buchungen an unserer SPA-Rezeption täglich  
von 09:00 bis 19:00 Uhr oder unter [wellness@diewasnerin.at](mailto:wellness@diewasnerin.at)  
Tel. +43 3622 52108 700 · [www.diewasnerin.at](http://www.diewasnerin.at)



WO DER MENSCH IM MITTELPUNKT STEHT