

ITALIANO · 2026



# TRANSFORMATIONAL WELLNESS À LA CARTE

THE PREIDLHOF WAY  
ALTO ADIGE - NATURNO - ITALIA

# **SCOPRI TE STESSO**

## **SUL 46° PARALLELO, DOVE INIZIA IL MEDITERRANEO**

### **UNISCITI ALLA COMMUNITY WELLNESS**

Attraverso preziose condivisioni con un Team premuroso, affascinanti tecniche, incontri con straordinari Terapisti olistici, sorprendenti esperienze sensoriali e mindfulness si scoprono nuove ricchezze e nuove prospettive.

### **GODITI L'ARTE DELLA CUCINA**

A cena il Wellness Healing Gourmet Menu creato dallo Chef Emanuele Giorgione e le esperienze di Mindful Eating e analisi sensoriale. Cena vegetariana, leggera, gourmet e detox dedicata a chi vuole curarsi attraverso il cibo ed esperienze di consapevolezza e degustazione per trasformarsi ed espandersi attraverso i sensi.

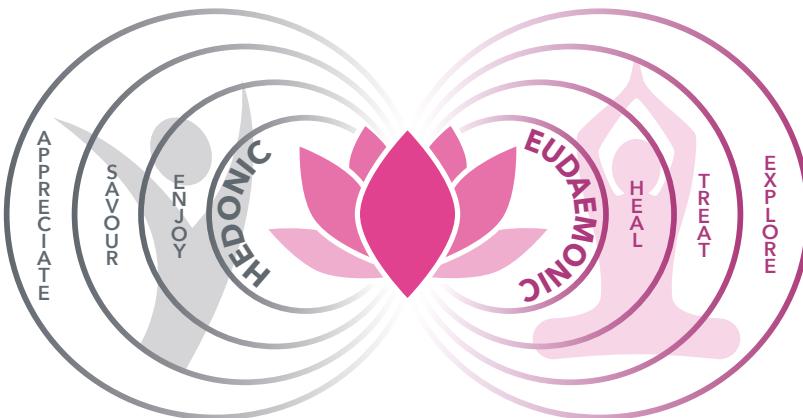
### **RIGENERA CORPO E MENTE**

Un bilanciato programma di movimento, trattamenti armonizzanti e di efficaci tecniche corporee permette di aumentare le percezioni, comprendere le espressioni e cercare nel corpo il più grande maestro. Prova i benefici di una mente più tranquilla e come aumentare il senso di pace interiore.

### **METTITI IN CONTATTO CON UN LUOGO NATURALE CERTIFICATO DA "QUIET PARK"**

Lasciarsi attraversare dal potere della montagna, provare l'effetto curativo del bosco, connettersi con tradizioni, persone, luoghi ed elementi che hanno un elevato potere trasformativo. Immersi nella natura, alla ricerca di equilibrio interiore.  
Da non perdere l'immersione nel bosco con Irmgard Moosmair.

**INNOVATIVO CONCETTO SU MISURA  
THE PREIDLHOF WAY  
50 % PIACERE E 50 % CURA**



**EQUILIBRIO TRA BENESSERE  
EDONICO ED EUDEMONICO:  
IL SEGRETO PER INIZIARE A FIORIRE**

Bilanciamo il lato edonico – degli amanti della bellezza e della vita – con quello euemonico – il piacere di una consapevolezza profonda derivante da un nuovo approccio alla quotidianità. Il tutto in un luogo unico protetto dal potere e dall'energia positiva della Madre Terra.

*"Obiettivo: ricreare il vero benessere con approccio edonistico al presente e più euemonico al passato e al futuro."*

Patrizia Bortolin, Spa Designer & Holistic Coach

# SPA AWARDS

## 2025

- 2025 Wellness Travel Awards – Organic Spa Media: Best Detox
- Falstaff Hotel Guide – Best SPA Hotel in South Tyrol
- European Health & Spa Awards: Best Hotel (Resort) Spa
- European Health & Spa Awards: Best Signature Treatment
- Wellness Practitioner of the Year – Stefano Battaglia: Destination Deluxe Awards
- Mein Tophotel: Wellness Aphrodite „Holistic Beauty & Wellbeing“
- Conde Nast traveller Readers – Choice Awards 2025: Top 20 Spas in Europe
- Luxury Healing & Wellness Retreat – Continent Winner – Europe – Glowing Flow Retreat: The world luxury awards
- Luxury Healing Retreat – Continent Winner – Europe – Glowing Flow Retreat: The world luxury awards
- Luxury Wellness Healing Retreat– Continent Winner– Europe – Glowing Flow Retreat: The world luxury awards

## 2024

- Destination Deluxe: Holistic Treatment of the Year-Water Healing Massage
- The Luxury Spa Edit Award 2024: Best Spa Retreat Europe - 3rd Preidlhof, Italy
- European Health & Spa Awards: Best Hotel (Resort) Spa
- World Luxury Spa Awards: Winner Luxury Couples Spa (Europe)
- World Luxury Spa Awards: Winner Best Beauty Product (Southern Europe)
- World Luxury Spa Awards: Winner Luxury Holistic Spa (Southern Europe)

## 2023

- Destination Deluxe: Wellness Program of the Year – Glowing Flow The Heart Retreat
- ESPA Innovation Awards: Innovative Spa Concept
- LUXlife: Best Luxury Wellness Resort Hotel 2023, Italy
- Organic Spa Magazine's 2023 Wellness Travel Awards: 1 of the 3 best destinations to detox
- U. S. News & World Report 2023 Best of Rankings: #20 in Best Italy Resorts and #156 in Best Italy Hotels
- Elite Traveler 2023 World's Finest Top Suite Awards: The Penthouse Suite, Gold in Transport (airport accessibility), Silver in Sustainability, Silver in In-Suite Facilities, Bronze in Luxury, Bronze in Technology
- European Health & Spa Awards: Best Hotel (Resort) Spa
- European Health & Spa Awards: Best Product Innovation (cosmetically)
- Haute Grandeur: Best Spa Destination in Europe
- Haute Grandeur: Best Wellness Retreat in Italy
- Haute Grandeur: Best Hideaway Spa in Italy

## 2022

- Travel & Tourism Awards 2022 proudly hosted by LUXlife Magazine: Most Transformational Wellness Travel Experience – Italy
- Travel & Tourism Awards 2022 proudly hosted by LUXlife Magazine: Best Holistic Wellness Resort Northern Italy

- Haute Grandeur Global Spa Awards: Best Hideaway Spa in Europe
- Haute Grandeur Global Spa Awards: Best Spa Manager in Europe
- Haute Grandeur Global Spa Awards: Best Resort Spa in Italy
- World Luxury Spa Awards – Country Winner, Italy: Best Spa Manager
- World Luxury Spa Awards – Regional Winner, Southern Europe: Luxury Adult Only Spa
- Wellness Retreat of the Year 2<sup>nd</sup> Place: Destination Deluxe

## 2021

- Global Beauty & Wellness Awards 2021: Winner Most Innovative Wellness Concept for The Preidlhof Way
- Condé Nast Traveler (US) Reader's Choice Awards: Best Resorts of the World
- Professional Beauty World Spa & Wellness Awards: Finalist for both Spa Leader of the Year (Patrizia Bortolin) and Worldwide Health & Wellness Destination of the Year
- Foodtrekking Awards, World Food Travel Association: Winner for the Eating Philosophy
- Destination Deluxe Awards: Holistic Treatment of the Year 2<sup>nd</sup> position for Forest Bathing with Irmgard
- Haute Grandeur Global Hotel Awards: Patrizia Bortolin awarded Best Spa Manager (Global) and Preidlhof winner Best Hideaway Spa (Italy)
- The Italy Prestige Awards: Luxury Spa Hotel of the Year
- Muse Hotel Awards: World-Class Luxury Holistic Spa
- Muse Hotel Awards: World-Class Luxury Healing Spa
- The Sustainable Spa Association: First Hotel in Italy to be accredited
- Quiet Parks International: Certification
- Top 10 World Awards, Independent Lifestyle Operator Hotels Top 10 Awards (US)
- Top 10 Energy Healer Awards 2021: Stefano Battaglia

## 2020

- Destination Deluxe Awards 2020: 3<sup>rd</sup> Wellness Retreat of the Year"
- Destination Deluxe Awards 2020: Winner Holistic Treatment of the Year with Glowing Flow
- Tatler Spa Guide 2020 mention: Best for Unleashing Joy
- Tatler Spa Guide 2020 mention: Stefano Battaglia among the 5 Best International Healers
- Condé Nast Traveler (US) Reader's Choice Awards: Best 30 Spa Resorts of the World
- Condé Nast Traveller (UK) Spa Guide: Best Spas in the world
- Active Hotel Awards 2020: Best Mountain Sport, category winner
- The Top Ten Energy Healer Awards 2020: Winner – Stefano Battaglia

## 2019

- Tatler Spa Awards: Best Spas in the World, category winner Infinity Pool
- Condé Nast Traveller (UK) Spa Awards: Category winner Spa Cuisine
- TripAdvisor Travellers' Choice
- Wellness Heaven Award
- European Health and Spa Awards: Best Destination Spa, runner-up

Preidlhof è la prima Spa al mondo certificata ISO 17679:2016.

Preidlhof è certificato da: Quiet Parks International, Certificazione ISO Wellness, Sustainable Spa Association, Alpine Wellness, Belvita Leading Wellness Hotels, DolceVita Hotels, Associazione tedesca del benessere e Premium Selection.



## THE PREIDLHOF - ADULTS ONLY

1. SONNENSLÖSSL AREA
2. PREIDL SPA & MED SPA
3. Padiglione gym
4. Giardino panoramico & Garden Spa
5. Padiglione del sole con lettini ad acqua
6. Collegamento a nuoto all'esterno
7. Piscina panoramica (34 °C tutto l'anno)
8. Piscina del sole 28 °C con spiaggia relax
9. Grotta-piscina Blue Moon con cascata
10. Dress-on Sauna "Schwarzbrunner" 60 °C
11. Relax-Pool e Privat-Outdoor-Spa (tutto l'anno)
12. Dondoli dell'amore per 2
13. Piscina sportiva infinity sul tetto (tutto l'anno)
14. Outdoor Spa Cinema
15. Vigneto dell'hotel
16. Walk of Love
17. Tunnel di collegamento interno al Sonnenschlössl
18. Padiglione Yoga
30. DOLCE VITA LODGE
31. Penthouse Suite
32. the 50s – Esclusiva piscina coperta / piscina termale  
33 °C (tutto l'anno)

33. Giardino delle erbe aromatiche bio
34. Wellness VIP Lounge
35. Cocktails & more – Bar
36. Terrazza per la prima colazione "Giardino"
37. Wine & Spirit (Enoteca & Distilleria della casa)
38. Ristoranti panoramici
39. Infinity Rooftop Spa – NUOVO!
40. Sunset Sauna 90 °C – NUOVO!
41. Snowroom -10 °C – NUOVO!
50. SAUNA TOWER – L'edificio delle saune con  
18 attrazioni tra saune, bagni turchi e sale relax  
su 6 piani
51. Infinity Sky Pool con acqua salina (36 °C tutto l'anno)
52. Hot & Fun – Sauna finlandese per eventi 90 °C
53. Sala relax Deep Sea
54. Sauna panoramica Bio in legno d'ulivo 55 °C
55. Lounge con caminetto aperto e vista da sogno
56. Lounge salina
57. Sauna dei 5 elementi
58. Functional Fitness Hall
59. Sauna vinicola

# TRATTAMENTI À LA CARTE

## INDICE

MAPPA DEL RESORT .....	06
L'ARTE DEL MASSAGGIO .....	10
L'ARTE DEL TOCCO .....	13
I MASSAGGI PREIDLHOF PER LA SCHIENA .....	17
AYURVEDA .....	18
BEAUTY: Viso Lab & Spa Skincare .....	21
ACQUA TERMALE A PREIDLHOF .....	24
MANICURE – PEDICURE .....	27
TRATTAMENTI CORPO .....	28
SONNO – SLEEP .....	30
SPA PER DUE .....	33
NEW LIFE .....	37
MEDICAL WELLNESS – PREIDL MED SPA .....	38
DEEP SEA .....	44
SPA ETIQUETTE .....	46



A photograph of a bright, airy room. In the foreground, a long white massage table is covered with a white sheet and a folded light pink towel. In the background, through a glass door, another room with a similar setup is visible. Large, sheer white curtains frame the scene.

# TRATTAMENTI À LA CARTE

"Per divenire sano e completo, l'uomo moderno deve apprendere 3 cose: l'arte del riposo, l'arte della contemplazione e l'arte del riso e del sorriso."

R. Assagioli



# L'ARTE DEL MASSAGGIO

## MASSAGGI EDONICI E SENSORIALI

Il metodo "The Preidlhof Way" lascia ai terapisti la possibilità di personalizzare alcune sfumature previste nei protocolli esprimendo così il proprio talento e capacità di osservazione. Abbiamo selezionato con cura tutti gli oli da massaggio, tra cui l'olio di mandorla bio italiano utilizzato per la maggior parte dei massaggi e un olio professionale arricchito di zeolite e cannabis altamente rilassante e decontratturante che può essere aggiunto come extra (+ € 15,-).

### CONSULENZA BENESSERE

Incontro con uno degli esperti del metodo Preidlhof per creare il tuo programma personalizzato e ricevere spiegazioni dettagliate su come i trattamenti possono aiutare a raggiungere importanti risultati.

ca. 30 min. ..... € 30,-

### AROMA MASSAGE

Massaggio rilassante, di media pressione, caratterizzato dall'uso di un mix di oli essenziali scelto in base alle esigenze e da applicare in punti specifici del corpo. Tra gli oli ci sono lavanda, niaouli, geranio per calmare, ispirare o purificare la mente, trattare la pelle e rilassare il corpo.

ca. 50 min. ..... € 95,-

ca. 75 min. ..... € 132,-

### TOTAL MASSAGE

Massaggio totale ed intuitivo dalla testa ai piedi, coinvolgente e rilassante. Dedicato a chi cerca armonia, distensione, per alleggerire il corpo e la mente. Il massaggio ideale per chi desidera abbandonarsi, per chi ama i massaggi lunghi e le tecniche avvolgenti.

ca. 75 min. ..... € 110,-

### ISLAND MASSAGE

Massaggio avvolgente, rasserenante, con un abbondante e ricco mix di olio di cocco o mandorla abbinato ad un profumo di frangipane. Tra i massaggi più piacevoli e coinvolgenti, è caratterizzato

da manovre allungate dalla testa ai piedi e dall'attitudine particolarmente premurosa, tipica della tradizione Hawiana.

ca. 75 min. .... € 140,-

### **PREIDL HARMONY MASSAGE**

*(Signature Treatment)*

Massaggio del corpo e del viso che dona armonia e senso di calma attraverso una combinazione tra il massaggio manuale e l'utilizzo di pietre preziose a volte impregnate di olio caldo altre volte più fresche e stimolanti. La raffinata sequenza di digito-pressioni detox e di massaggio con le pietre si sviluppa al ritmo di una musica ispirata alle foreste e alla libertà.

ca. 75 min. .... € 112,-

### **CANDLE MASSAGE**

Massaggio sensoriale con una candela naturale realizzata a mano dal Team spa che una volta accesa si trasforma in un caldo e naturale burro nutriente. Le materie prime pregiate si fondono con gli oli essenziali creando piacevoli fragranze tra cui scegliere: lavanda, arancio, camomilla, mediterraneo, alpina etc.

ca. 50 min. .... € 82,-

### **RELAX MASSAGE**

Massaggio rilassante realizzato con avvolgenti manovre di media intensità. In base alle esigenze si può aggiungere una goccia di prezioso olio essenziale sulla pianta dei piedi per favorire rilassamento o equilibrio.

ca. 50 min. .... € 73,-

ca. 75 min. .... € 105,-

### **SOUND & QUARTZ**

*(Signature Treatment)*

Rituale mistico realizzato su un lettino riempito con una preziosa sabbia di quarzo, riscaldata e morbidiamente adattata alla forma del corpo. L'esperienza crea sensazioni ed emozioni distensive o rigeneranti grazie all'interazione delle vibrazioni create dalle campane tibetane, strumenti artigianali o dal gong suonati dal Terapista poi amplificate dal quarzo e infine trasmesse a tutto il corpo.

ca. 45 min. .... € 79,-

ca. 75 min. .... € 110,-

## CLOUD MASSAGE

Massaggio rilassante del viso e della testa avvolto nel profumo naturale della linea "Nuvola di crema." Attenua lo stress, facilita il sonno, aiuta a rilasciare tensioni e rasserenare la mente e i tratti del viso. Un massaggio finale ai piedi riporta "coi piedi per terra."

ca. 50 min. .... € 95,-





# L'ARTE DEL TOCCO

## CURARE E TRASFORMARE

### ANMO TUINA

Massaggio personalizzato basato sui concetti della Medicina Tradizionale Cinese integrale (MTC). Il raffinato trattamento si concentra sulle fasce muscolari e i tendini di cervicale, braccia, spalle, schiena, fianchi e gambe. Calma il sistema nervoso e riattiva il qi (anmo).

ca. 50 min. ..... € 99,-

### ANCIENT HEALING SESSION

Trattamento originale creato dal nostro esperto che si basa sui concetti della Medicina Tradizionale Cinese integrale e sulle sue interazioni con altri antichi approcci alla salute. Grazie ad una sapiente personalizzazione del massaggio e mirati esercizi fisici, di respirazione o di Dao Yin Yoga che fanno parte del trattamento, si possono trasformare aspetti importanti che influenzano la vita quotidiana. Informazioni più dettagliate sono disponibili al Ricevimento Spa.

ca. 80 min. ..... € 150,-

### HAWAIIAN HEALING SESSION

Esperienza inspirata al massaggio e alla medicina hawaiana, in cui amore e soffio vitale diventano strumenti di guarigione. Massaggio con un abbondante e ricco mix di olio di cocco o mandorla, molto coinvolgente in grado di favorire l'aumento della consapevolezza, di sciogliere le tensioni psico-fisiche e di trasmettere a corpo e mente nuove possibilità attraverso il respiro, il movimento e il tocco.

ca. 120 min. ..... € 250,-

### YAKU SHIATSU

Yaku Shiatsu è un'esperienza profonda di connessione con sé stessi e di benessere interiore. Creato da un Maestro di Shiatsu con lunga esperienza e ricerca personale, unisce tecnica e sensibilità. "Yaku", parola kichwa che significa "acqua", simboleggia il fluire naturale dell'energia nel corpo. Attraverso un tocco attento e consapevole, favorisce il rilascio delle tensioni e l'armonia vitale.

Ogni sessione è adattata ai bisogni della persona, nel rispetto dei suoi ritmi. È un invito a rallentare, ascoltare sé stessi e ritrovare equilibrio e vitalità.

ca. 50 min. ....	€ 90,-
ca. 80 min. ....	€ 150,-

## HOLISTIC CARE

### (Signature Treatment)

Trattamento-massaggio originale, ricercato e altamente personalizzato che combina un lavoro energetico sui meridiani e i punti dell'agopuntura con varie tecniche corporee. Un viaggio dal materiale al sottile per entrare in profondo contatto con se stessi.

ca. 105 min. ....	€ 200,-
-------------------	---------

## "PERSONAL HEALTH" MASSAGE & BODYWORK

Massaggio anti-stress ispirato all'osteopatia e abbinato a dolci mobilizzazioni posturali, personalizzato e modulabile in base alle esigenze. I Terapisti specializzati in questa tecnica possono suggerire esercizi mirati in base alle necessità.

ca. 80 min. ....	€ 150,-
------------------	---------

## PERSONALISED THERAPEUTICAL MASSAGE

Realizzato da terapisti con un approccio multi-disciplinare il massaggio tratta problematiche legate in particolare alla muscolatura, alla struttura e alla articolazioni. Il massaggio include tecniche diverse in base alla specializzazione del terapista (Cupping, riflessologia, sportivo, rilassante ecc).

ca. 50 min. ....	€ 85,-
ca. 75 min. ....	€ 132,-

## MASSAGGIO FASCIALE

Il massaggio fasciale scioglie delicatamente le tensioni profonde e migliora l'elasticità del tessuto connettivo. Attraverso manovre mirate e profonde vengono eliminate le aderenze. La mobilità e la postura migliorano, mentre i dolori vengono alleviati.

ca. 50 min. ....	€ 85,-
------------------	--------

## TAPING KINESIOLOGICO

Il taping kinesiologico stimola il sistema linfatico, migliora la circolazione, regola il tono muscolare e attiva il sistema di modulazione del dolore. Ne deriva una vasta gamma di possibilità di applicazione nella prevenzione, nella fisioterapia sportiva, nel trattamento di diverse problematiche dolorose, in ortopedia, linfologia e molto altro.

ca. 25 min. ....	€ 41,-
------------------	--------

## FISIOTERAPIA

I trattamenti fisioterapici personalizzati supportano il corpo nella rigenerazione e nel mantenimento dell'equilibrio. Ogni trattamento inizia con un colloquio personale, per adattare la terapia alle vostre esigenze individuali. Se disponibile, portate la vostra diagnosi o certificazione medica, così da poter impostare la terapia in modo ottimale in base alle vostre condizioni di salute. Il trattamento favorisce la mobilità, allevia il dolore e promuove il benessere complessivo in un'atmosfera rilassante della spa.

ca. 50 min. ..... € 95,-

## FOOT REFLEXOLOGY

Riflessologia del piede che aiuta a stimolare, riattivare o bilanciare l'intero organismo attraverso la pressione e il massaggio di punti precisi del piede che corrispondono a vari organi o parti del corpo.

ca. 50 min. ..... € 71,-

## STONE MASSAGE EXPERIENCE

Massaggio rituale che utilizza l'energia geotermica. Il profondo calore sprigionato dalle pietre calde si diffonde su tutto il corpo generando, grazie ad un massaggio in aree specifiche, una percezione di benessere fisico ed emozionale per una sensazione di maggiore equilibrio e bilanciamento.

ca. 75 min. ..... € 104,-

## LYMPHATIC DRAINAGE

Linfodrenaggio manuale secondo il metodo Vodder: massaggio delicato, lento e ritmico ideato per stimolare il flusso della linfa corporea. Nel trattamento non viene utilizzato olio e la pressione deve essere molto delicata.

ca. 50 min. ..... € 71,-

## WATER MASSAGE (Signature Treatment)

Immersiti in un trattamento unico che sfrutta le straordinarie proprietà dell'acqua per regalarti una profonda sensazione di benessere e rigenerazione. Movimenti fluidi e delicati aiutano a sciogliere le tensioni, ridurre lo stress e migliorare la consapevolezza del tuo corpo. Consigliamo di verificare la disponibilità in anticipo.

ca. 40 min. ..... € 150,-

## SUGGERIMENTO: TRADITIONAL WELLNESS RETREAT

Maggiori dettagli e informazioni le trovate nella sezione "Ritiri" a pag. 41 oppure chiedete in Spa Reception





# I MASSAGGI PREIDLHOF PER LA SCHIENA

## HOLISTIC BACK MASSAGE

(*Signature Treatment*)

Massaggio della schiena personalizzato e profondo che si focalizza sulla struttura articolare e le fasce muscolari. Prevede massaggio, manipolazioni precise e mirate e delicate fasi di bilanciamento e armonizzazione.

ca. 50 min. ..... € 80,-

## REFLEX BACK MASSAGE

Intenso massaggio della schiena e stimolazione della zona dorsale attraverso le zone riflesse del piede. Un massaggio che va oltre il rilassamento muscolare della schiena grazie agli effetti riequilibranti della riflessologia plantare.

ca. 50 min. ..... € 73,-

ca. 75 min. ..... € 104,-

## KNEIPP BACK MASSAGE

Massaggio per la schiena che utilizza il potere del calore e un massaggio per rilassare in profondità e sciogliere le tensioni. Inizia una serie di tocchi di 25 minuti con un telo imbevuto di acqua calda applicato sulla schiena con una particolare tecnica e si conclude con un breve massaggio rilassante di 25 minuti alla schiena realizzato con un olio detox arricchito con zeolite e cannabis: abbinamento che rende il trattamento molto soddisfacente, piacevole e di grande effetto.

ca. 50 min. ..... € 80,-

## DEEP BACK MASSAGE

Massaggio profondo e personalizzato che utilizza tecniche decontratturanti e tonificanti del massaggio svedese o sportivo. Un olio professionale di origine vulcanica viene utilizzato per amplificare ed espandere l'effetto del massaggio manuale.

ca. 50 min. ..... € 95,-



## AYURVEDA

### CON NISHA: TERAPISTA DALLA SRILANKA

#### SHARIRA ABHYANGA

Un abbondante mix di pregiati oli alle erbe favorisce l'effetto disintossicante di questo massaggio per tutto il corpo. Aiuta a eliminare l'ama (scorie) e stimola il flusso linfatico. Trattamento armonizzante e rilassante.

ca. 50 min. ....	€ 75,-
ca. 75 min. ....	€ 110,-

#### VISHESHA PRATHIKARA

Scioglie le tensioni e rilassa l'intera muscolatura della schiena e della zona di spalle e nuca.

ca. 50 min. ....	€ 75,-
------------------	--------

#### SHIRODHARA

Celebre trattamento ayurvedico: di grande aiuto in casi di insonnia, nervosismo, cefalea, ipertensione. Con lente oscillazioni viene fatto colare dell'olio caldo sulla fronte, l'olio ayurvedico viene scelto in base al tipo di costituzione corporea.

ca. 50 min. ....	€ 85,-
------------------	--------

#### SHIRSHA / MUHUNA / PADA ABHYANGA

Questa particolare e piacevole combinazione di massaggio della testa, della nuca, del viso e dei piedi riduce tensioni, stress e accresce l'energia psicofisica.

ca. 25 min. ....	€ 40,-
ca. 25 min. + 25 min. + 25 min. ....	€ 110,-

#### VISHESHA SHARIJA

Trattamento per tutto il corpo in cui Nisha, terapista ayurvedico, si concentra in particolare sulle aree che presentano maggiori tensioni.

ca. 50 min. ....	€ 75,-
ca. 75 min. ....	€ 110,-

## KALARI

Kalari è un massaggio molto intenso realizzato con i piedi, riattiva, stimola in profondità, scioglie la stanchezza e rivitalizza.

ca. 50 min. .... € 75,-





## BEAUTY – VISO LAB & SPA SKINCARE

Data la nostra passione per la cura del viso abbiamo creato un nuovo programma di trattamenti e prodotti: protagoniste sono le linee cosmetiche Preidlhof, un mix di performance, piacere e sostenibilità. Arriva la nostra linea CLEAN BEAUTY, sostenibile, vegana, tecnologica creata per la cura di tutti i giorni e che si affianca alla nostra linea professionale cosmeceutica utilizzata in cabina per effetti immediati e straordinari.

Con la collaborazione del nostro Team di esperti abbiamo realizzato queste 2 linee di cosmetici ricchi di principi attivi per garantire effetti visibili e duraturi già dopo il primo trattamento ed una linea completa per la cura quotidiana che rispetta i massimi standard di sostenibilità.

L'ingrediente segreto per creare un'esperienza speciale è poi il mix di professionalità, competenza e attenzione delle nostre esperte Beauty 5\*.



## **TRATTAMENTI VISO TECNOLOGICI**

Lo straordinario risultato si deve agli effetti di un cocktail di prodotti altamente attivi veicolati in profondità da una sofisticata apparecchiatura che emette brevi impulsi che agiscono sugli spazi intracellulari, stimolano la biosintesi di collagene ed elastina e favoriscono la respirazione cellulare.

### **SHOW: THE LIFTING EFFECT**

Trattamento effetto lifting immediato realizzato con un'innovativa apparecchiatura ad alta precisione e prodotti che trasformano l'aspetto della pelle: attenuazione delle rughe cutanee e degli effetti dell'invecchiamento, miglioramento generale della pelle che risulta rinnovata, luminosa e con maggiore tono.

ca. 75 min. .... € 130,-

### **BEAUTY: EXPRESSION BOOSTER**

Trattamento non invasivo, Botox-like per ridurre in modo evidente tensioni e contratture dal viso, attenuare i segni di espressione esistenti e prevenire gli effetti dell'invecchiamento sulla pelle. Rende il viso più disteso senza ridurne l'espressività, migliorando anche l'aspetto generale della pelle che risulterà più luminosa e trasparente.

ca. 75 min. .... € 130,-

### **FRESH: HYDRATING**

Trattamento rimpolpante, idratante in profondità: dona subito una sensazione di comfort e un aspetto più fresco e disteso. Adatto a tutte le età e a chi ha bisogno di rinfrescare la pelle, renderla più omogenea e compatta ma non manifesta segni del tempo.

ca. 75 min. .... € 130,-

### **FLASH FILLER**

Un trattamento specifico per labbra e occhi, fornisce un effetto rimpolpante immediato.

ca. 50 min. .... € 85,-

Per un'esperienza ancora più intensa, è possibile aggiungere 20 minuti in più ai nostri trattamentiviso "tecnologici". Affidatevi alle nostre esperte di bellezza per un consiglio.

ca. 20 min. .... € 45,-

## OXYGEN: NEW LIFE

Trattamento stagionale, attivo e ossigenante che rinnova, stimola e illumina. Affina la grana della pelle, la rende più fine e compatta, rende più omogeneo il colorito e idrata. I principi attivi vengono veicolati più in profondità con un piccolo dispositivo tecnologico.

ca. 50 min. ..... € 85,-

## RADIOFREQUENCY FACE

Straordinaria apparecchiatura che sfrutta l'effetto del calore e delle onde radio per mimare il lifting. Trattamento modulabile in base alle esigenze e non invasivo. Restituisce radiosità, compattezza, rassoda l'ovale, migliora il tono di viso, collo e décolleté.

ca. 40 min. ..... € 140,-

## TRATTAMENTI VISO MANUALI

### PREIDLHOF KYOAMA

(*Signature Facial Treatment*)

European Health & Spa Award: Best Signature Treatment 2025

European Health & Spa Award: Best Product Innovation (cosmetically) 2023

Un trattamento viso manuale unico, studiato in esclusiva per Preidlhof Skincare, che combina azioni ringiovanenti, purificanti e illuminanti. Concedetevi il tradizionale "massaggio aristocratico" di Kyoto, tra i più antichi del Giappone, arricchito dalla tecnica di stimolazione dei punti "tsubo". Questo straordinario rituale di bellezza giapponese include anche manovre di massaggio nella zona della testa e utilizza, in ogni fase, i nostri prodotti naturali per la cura della pelle.

ca. 50 min. ..... € 110,-

ca. 75 min. ..... € 130,-

## FACE-MODELING – FACIAL MASSAGE

Il Facemodeling è un'efficace e non invasiva terapia manuale anti-aging che unisce massaggio dei tessuti profondi, drenaggio linfatico e massaggio all'interno della cavità orale. Agendo sulle strutture più profonde di muscoli e tessuti, favorisce il rilascio delle tensioni e dei blocchi muscolari, stimolando i naturali processi di ringiovanimento della pelle. Il trattamento migliora il tono e l'elasticità cutanea, riduce la visibilità delle rughe e sostiene la corretta circolazione di sangue e linfa. Al contempo, la stimolazione del nervo vago promuove il benessere dell'intero organismo, regalando una sensazione profonda di armonia e vitalità.

ca. 60 min. (senza massaggio buccale) ..... € 150,-

ca. 90 min. ..... € 190,-

## KASSAJI FACIAL MASSAGE (GUA SHA)

Kassaji è una tecnica giapponese per ringiovanire il viso, ispirata all'antica tradizione cinese del Gua Sha. Utilizzando una speciale pietra vulcanica, questo delicato massaggio favorisce il drenaggio linfatico, riduce le tensioni muscolari e scolpisce il viso per un aspetto più modellato e rilassato. Ideale per le pelli sensibili, il Kassaji aiuta a ridurre le borse, migliora la circolazione e lascia la pelle visibilmente rinfrescata e luminosa. Tradotto come "Rituale del Tempio della Montagna di Fuoco", questo trattamento lenitivo combina il potere della natura con tecniche di guarigione secolari per un'esperienza davvero rigenerante.

ca. 50 min. ..... € 110,-

## SU-MAN THE FACIALS – WORLD PREMIERE AT PREIDLHOF

Su-Man, la celebre facialist delle stelle e straordinaria beauty guru ha trasmesso, per la prima volta, il suo metodo alle Terapiste Bellezza di Preidlhof. I suoi trattamenti viso sono delle reali esperienze che contengono come un ologramma la saggezza e il successo che questa straordinaria terapista ha integrato durante la sua carriera. Detersione, scrub e maschera della linea cosmetica creata da Su-Man abbinate ad uno straordinario massaggio asiatico e allo shiatsu, un mix che crea effetti positivi in tutto il corpo e rende il viso radioso e tonico.

ca. 75 min. ..... € 200,-

## PULIZIA DEL VISO & BEAUTY CHECK

Godetevi una classica pulizia del viso che include la rimozione dei punti neri (se necessario). Per perfezionare i dettagli del vostro look, il beauty check offre opzioni aggiuntive come la colorazione di sopracciglia e ciglia o la depilazione.

Pulizia del viso ca. 50 min. ..... € 85,-

Beauty Check ca. 20 min. ..... € 35,-

## MAKE-UP & FINAL TOUCH

Concedetevi un make-up professionale per una serata o un'occasione speciale. In alternativa, aggiungete un tocco finale, un velo di trucco naturale sulla pelle, con un filo di mascara o di lip-gloss per concludere il trattamento.

Final Touch, ca. 5 min. ..... € 10,-

Make-up, ca. 40 min. ..... € 45,-



## ACQUA TERMALE A PREIDLHOF

I recenti scavi all'entrata del paese di Naturno hanno permesso a Preidlhof di introdurre l'acqua termale nella piscina interna e all'interno della Spa.

Il Team Wellness torna così alle origini del Medical Wellness che ha reso famosa l'area di Merano in tutto il mondo: vasca termale multifunzionale con idromassaggio e acqua termale, applicazioni personalizzate di fanghi e blend di oli essenziali detox.

### WELLNESS THERMAL DETOX

Dopo un colloquio con il Terapista inizia il percorso personalizzato detox o rigenerante fatto di 2 o 3 passaggi: fango e avvolgimento 20 min. + massaggio aroma detox 30 min. + idromassaggio termale 20 min. In genere si inizia con il fango scelto in base alle necessità tra classico rigenerante e riattivante sulla schiena o una combinazione di fango yin e yang in varie parti del corpo. Dopo la doccia inizia il massaggio in cui viene utilizzato un blend di oli essenziali calibrati in base alle necessità.

Il percorso finisce con il bagno termale scegliendone l'intensità, il tipo di idromassaggio e il colore.

3 Steps: Fango + massaggio + idromassaggio termale, ca. 80 min.	€ 150,-
2 Steps: Fango + massaggio + idromassaggio termale, ca. 50 min.	€ 110,-
Slim & Detox Thermal Bath, ca. 20 min.	€ 40,-
Fango Termale, ca. 20 min.	€ 50,-

### UNDERWATER MASSAGE (MASSAGGIO SUBACQUEO TERMALE)

Massaggio subacqueo in vasca termale mediante una speciale lancia che permette di variare l'intensità e la pressione del massaggio. Può essere modellante, stimolante, rilassante o decontratturante in base alle esigenze.

ca. 20 min.	€ 50,-
-------------	--------







# MANICURE - PEDICURE

## BASIC MANICURE & BASIC PEDICURE

Breve pedi/maniluvio seguito da un lavoro tecnico e personalizzato sulla pelle, unghie e cuticole utilizzando apparecchiature specifiche. Scelta tra l'applicazione dello smalto oppure un massaggio.

Basic Manicure, ca. 50 min. ..... € 56,-

Basic Pedicure, ca. 50 min. ..... € 56,-

(Per una cura aggiuntiva consigliamo il rituale "sweet pedicure/manicure")

Semi-Permanente (rimozione), ca. 20 min. ..... € 23,-

Applicazione Smalto Pigmenta (UV), ca. 20 min. ..... € 35,-

(Pigmenta è il sistema a pigmento liquido UV, studiato per un'applicazione perfetta, resistente e a lunga durata. Senza danneggiare l'unghia.)

## SWEET MANICURE & PEDICURE (il metodo dolce)

Rituali di bellezza, rilassanti e di cura per mani e piedi: mani/pediluvio, lavaggio, scrub, maschera e massaggio.

Sweet Manicure o Sweet Pedicure Rituale, ca. 25 min. ..... € 35,-

Sweet Manicure & Pedicure, ca. 50 min. ..... € 70,-

Applicazione smalto naturale alle mani o ai piedi, ca. 15 min. ..... € 20,-

Suggeriamo un periodo di detox da smalto proteggendo così la nostra salute e quella dell'ambiente, per lo stesso motivo abbiamo selezionato gli smalti più naturali in circolazione capaci di garantire sempre un bell'effetto. Si possono scegliere gli smalti con colori mediterranei come carota, fagiolo, pistacchio, mandorla, lavanda ecc.



## TRATTAMENTI CORPO

### SCRUB MENU

Un'esfoliazione cosmetica delicata, stimolante o profonda con prodotti che lasciano la pelle soffice e morbida avvolta in fragranze inebrianti, ecco le esperienze tra cui scegliere: 1) cioccolato, 2) gardenia e gelsomino, 3) Burro di karité, sali drenanti e oli essenziali, 4) miele e zucchero, 5) acido glicolico e lattico.

ca. 20 min. ..... € 50,-

### SILHOUETTE MASSAGE

Massaggio attivante che stimola la circolazione e fortifica la silhouette femminile. Il trattamento si concentra maggiormente sulla parte inferiore del corpo e prevede la stesura di un prodotto specifico scelto in base alle esigenze.

ca. 50 min. ..... € 95,-

### SHAPING MUD

Trattamento rimodellante, intenso e di immediato effetto molto utilizzato nelle Medical Spa: aiuta ad alleggerire la silhouette ed eliminare acqua e tossine in eccesso. Prodotti ricchi di oli essenziali e di principi attivi naturali e uno scrub salino enzimatico vengono massaggiati sul corpo poi una calza/benda specifica viene fatta indossare prima di applicare il fango che in breve tempo si solidifica e permette ai principi attivi di fare la loro azione.

ca. 100 min. ..... € 195,-

### KNEIPP EXPERIENCE

L'intera esperienza del metodo Kneipp viene reinterpretata per riattivare la nostra naturale energia, rilassare o energizzare in base alle necessità del corpo. Prima il corpo viene spazzolato, in questo modo si riscalda e si riattiva la circolazione mentre la pelle assume un aspetto più levigato, successivamente si viene sottoposti a brevi stimolazioni fredde, poi un rapido massaggio e l'avvolgimento parziale con i celebri "Wickel." La sequenza delle varie tecniche viene scelta dal terapista in base alle esigenze.

ca. 100 min. ..... € 195,-

## RADIOFREQUENCY BODY

Straordinaria apparecchiatura che sfrutta l'effetto del calore e delle onde radio per mimare l'effetto lifting. Trattamento non invasivo e modulabile in base alle esigenze che restituisce radiosità, tono, compattezza, rassoda l'ovale, migliora la grana della pelle e migliora il tono di viso, collo e décolleté e del corpo in base alla zona che si sceglie di trattare.

ca. 40 min. ..... € 140,-

## PERSONALIZED FANGO

Uno dei trattamenti più efficaci per ripristinare le funzionalità articolari e muscolari stimolando le capacità reattive e riparatrici dei tessuti trattati. La sinergia di fanghi e gel minerali viene scelta dal Terapista in base alle esigenze e alle zone da trattare scegliendo 1 o 2 fanghi specifici per: traumi, contratture, strappi o mal di schiena, artrosi, dolori, attività sportiva, pelle ed invecchiamento, drenaggio.

ca. 75 min. ..... € 185,-

## BB BODY BOOSTING

Il nostro trattamento corpo personalizzato combina prodotti all'avanguardia con un innovativo macchinario di elettrostimolazione potenziato e di ultima generazione. Questo trattamento può agire su inestetismi come: adiposità localizzata, rassodamento cutaneo o cellulite. Il trattamento viene adattato dalla terapista in base alle vostre esigenze (può essere trattato un solo inestetismo alla volta).

ca. 50 min. ..... € 95,-





## SONNO - SLEEP

### Aver cura della qualità del sonno

Preidlhof ha da sempre a cuore la qualità del sonno e lo dimostra nell'allestimento delle nuove camere, nell'organizzazione del resort e anche facendo trovare in ogni stanza tisane specifiche ed integratori naturali. Il Menu serale "Wellness Healing Gourmet" a disposizione di tutti aiuta a migliorare il sonno. Il Resort è certificato "Quiet Park" per l'impegno a preservare il silenzio naturale. Nelle Lodge Suites si trovano scelte di cuscini, materassi e viene offerta la straordinaria possibilità di dormire sotto le stelle.

### RITUALI SPA PER UN BUON SONNO

#### SLEEP MASSAGE

Rituale molto piacevole e calmante che agisce su tre differenti percorsi sensoriali per favorire il rilassamento profondo e un buon sonno, indicato anche per il recupero da jet-lag. Il massaggio si ispira a diverse tecniche che vengono combinate insieme all'utilizzo di soffici pennelli per rendere il trattamento molto piacevole, rilassante e favorire uno stato di calma di corpo e mente. Il celebre ed efficace blend aromatico "Tranquility" di Comfort Zone sigla l'esperienza ed è disponibile anche da portare con sé.

ca. 75 min. .... € 129,-

#### DOLOMITICAL SLEEP RITUAL

Rituale delicato e originale per la parte frontale del corpo e del viso che abbina neuroscienze, massaggio e prodotti creati con le acque Dolomitiche. In questo piacevole e rilassante trattamento vengono utilizzati un mix di crema ed olio, leggero massaggio, digitopressioni, mobilizzazioni e una speciale colonna sonora per armonizzare l'energia e sciogliere le tensioni favorendo così un sonno migliore.

ca. 75 min. .... € 129,-

#### MISURAZIONE DEL SONNO

Vivi un'analisi del sonno personalizzata nel nostro Med Spa per un sonno migliore e una qualità della vita superiore. Durante una consulenza medica approfondita, chiariremo le tue esigenze individuali. Per la misurazione, indosserai un comodo braccialetto che monitorerà costantemente le tue abitudini di sonno. Al termine, riceverai una consulenza medica finale, in cui discuteremo i risultati e svilupperemo insieme soluzioni per un sonno rigenerante. Si consiglia di verificare la disponibilità in anticipo.

30 Soggiorno minimo di 5 notti ..... € 250,-







## SPA PER DUE

Trattamenti per due in cui si possono condividere esperienze sensoriali e piacevoli di benessere, di rigenerazione e di rilassamento con la persona che si vuole avere vicino. I trattamenti sono stati pensati per creare nuove connessioni in un'atmosfera mediterranea e multisensoriale, i Terapisti trattano entrambi scambiandosi le postazioni e creando nuove sinergie. Per coppie, amici, madri e figlie, sorelle e persone che amano stare insieme.

### MEDITERRANEAN EXPERIENCE

Esperienza sensoriale e rilassante nel piccolo bagno turco rosso. Prodotti naturali realizzati appositamente per l'hammam con metodi tradizionali, avvolgono i sensi e regalano una pelle radiosa stimolando 4 dei nostri sensi. Guidati dal terapista si condividono un pediluvio rilassante e purificante, un lavaggio-scrub rigenerante per le mani ed una maschera viso a base di argilla. All'interno del bagno turco ci si applica il fango che grazie al vapore si ammorbidisce e poi ci si lava con il sapone nero esfoliante e rigenerante. Doccia fresca, un tocco di crema alla mandorla per le mani e una spruzzata di acqua profumata. Un massaggio rilassante di ca. 20 min. conclude l'esperienza.

ca. 80 min. (prezzo per due) ..... € 180,-

### Chocolate Massage

(può essere prenotato in aggiunta al Mediterranean Experience)

Il senso si valorizza aggiungendo all'esperienza un massaggio rilassante realizzato con i cioccolatini per il corpo che sembrano deliziosi alla vista ma sono fatti di un profumato burro per il corpo.

ca. 40 min. (prezzo per due) ..... € 120,-

### AROMA MASSAGE PER DUE

Massaggio rilassante, di media pressione, caratterizzato dall'uso di un mix olii essenziali scelto in base alle esigenze da applicare in punti specifici del corpo. Tra gli olii ci sono lavanda, niaouli, geranio per calmare, ispirare o purificare la mente, trattare la pelle e rilassare il corpo. Dopo un breve test di psico-aromaterapia viene scelto l'olio essenziale da annusare durante il massaggio che corrisponde ad un "talento" da potenziare; una piccola pozione da portare con sè con l'aroma scelto conclude questo bellissimo massaggio.

ca. 50 min. (prezzo per due) ..... € 190,-

## CLOUD MASSAGE PER DUE (*Signature Treatment*)

Massaggio rilassante del viso e della testa avvolti nel profumo naturale della linea "Nuvola di crema." attenua lo stress, facilita il sonno, aiuta a rilasciare tensioni e rasserenare la mente e i tratti del viso. Un massaggio finale ai piedi riporta "coi piedi per terra."

ca. 50 min. (prezzo per due) ..... € 190,-

## HAPPINESS MASSAGE PER DUE

Massaggio della felicità con il colore arancione come tema guida. Olio essenziale di arancio diffuso nell'aria, olio da massaggio realizzato alchemicamente sulle frequenze del colore arancione e profumato con oli essenziali e massaggio rilassante.

ca. 50 min. (prezzo per due) ..... € 180,-

## SOUND HEALING PER DUE – GARDEN SPA

Nella nuova Spa in giardino la natura partecipa attivamente al trattamento: si respira l'aria aperta, si vedono il cielo e i prati, si sentono il vento, la pioggia o il tocco dei raggi di sole. Abbiamo creato un'esperienza sonora di grande piacevolezza da condividere in due, fatta di suoni armoniosi, campane tibetane, strumenti artigianali, una danza di spray sensoriali e un invito alla mindfulness. (In caso di condizioni meteorologiche eccezionali i trattamenti saranno effettuati nella Spa.)

ca. 50 min. (prezzo per due) ..... € 100,-

## HAWAIIAN MASSAGE PER DUE – GARDEN SPA

Massaggio rilassante e coinvolgente, con un abbondante e ricco mix di olio di cocco o mandorla, ispirato al massaggio hawaiano e disegnato per essere condiviso con chi si vuole avere vicino, nella nuova Spa in giardino, immersi nella natura e coinvolti nel massaggio dei terapisti che sembrano danzare evocando le onde del mare. (In caso di condizioni meteorologiche eccezionali i trattamenti saranno effettuati nella Spa.)

ca. 75 min. (prezzo per due) ..... € 280,-

## FREEDOM SPA SUITE PER DUE

Rituale molto sensoriale per il corpo e il viso, per dare energia, ispirare o rigenerare ... Ci sono tre versioni diverse in base alla persona con cui si desidera condividere l'esperienza: una versione per due donne che valorizza il femminile, una per due uomini che armonizza il maschile ed una terza per celebrare l'unione dei due principi. Esperienza articolata, completa e sensoriale che può includere vasca idromassaggio, scrub, massaggio corpo e viso, pulizia del corpo e tocchi di saggezza

come la moxa e l'aromaterapia. Da vivere in coppia, con un amico, madre e figlia, tra sorelle etc.

ca. 110 min. (prezzo per due) ..... € 400,-

### **CHOCOLATE & SPARKLING WINE PER DUE**

Cioccolato-terapia e Vino-terapia si fondono in questa deliziosa combinazione di trattamenti: due rituali da vivere nella suite per due. Chi sceglie il cioccolato e chi sceglie lo "champagne" locale? Choco-experience consiste in un coinvolgente massaggio al cioccolato greco cosmetico su viso e corpo. Sparkling Italy è un inebriente trattamento di bellezza per viso e corpo a base di spumante trentino.

ca. 80 min. (prezzo per due) ..... € 210,-

### **SALT OF LIFE**

Scoperta del raffinato mondo del sale attraverso una piccola degustazione di sali pregiati e training sensoriali. I sali più adatti saranno utilizzati per il pediluvio rilassante e detox e per lo scrub di tutto il corpo.

ca. 50 min. (prezzo per due) ..... € 160,-

### **SUGGERIAMO COME ESPERIENZA DI COPPIA: WELLNESS PER DUE, ENERGY & HEALING PER DUE**

Maggiori dettagli e informazioni le trovate nella sezione "Ritiri" a pag. 25-30 oppure chiedete in Spa Reception







# NEW LIFE

## BENESSERE IN DOLCE ATTESA

Preidlhof presta da sempre una particolare attenzione alla meravigliosa esperienza della gravidanza. Dal buffet all'adattamento del menu, a massaggi specifici e realizzati da terapisti specializzati come quelli elencati qui sotto.

Molti altri dei nostri trattamenti sono adatti a questa meravigliosa fase della vita femminile, le nostre Spa Managers sono a disposizione per raccontarli e prenotarli.

Massaggi sono prenotabili dopo la 12esima settimana di gravidanza.

E' importante comunicare già in fase di prenotazione lo stato di gravidanza e anche il mese di gestazione in modo da poter personalizzare il trattamento.

### PREGNANCY MASSAGE

Massaggio specializzato e realizzato da terapisti specificamente formati sulle tecniche migliori da utilizzare durante la gravidanza. Dopo un breve consulto il terapista personalizza il massaggio in base alle esigenze specifiche richieste dal momento. Particolari accorgimenti completano l'esperienza, come uno specifico cuscino da massaggio, la scelta dell'olio e un'acqua viso alla lavanda o alla camomilla.

ca. 50 min. .... € 73,-

### LOMI HAPAI

Massaggio avvolgente, piacevole e rilassante ispirato all'antica saggezza Hawaiana. Realizzato con olio di cocco naturale da Sabrina, massaggiatrice esperta ed amante del massaggio Lomi Lomi, che ha seguito un corso specifico di massaggio hawaiano riservato alle donne in gravidanza.

ca. 50 min. .... € 93,-

### SHIATSU IN GRAVIDANZA

Seduta di shiatsu specificamente studiata e realizzata dal nostro esperto che mette a disposizione una significativa esperienza come Shiatzu in cliniche ginecologiche: il trattamento è personalizzato ed aiuta a ritrovare armonia, serenità o forza in base alle necessità individuali.

ca. 80 min. .... € 150,-

Ulteriori trattamenti prenotabili durante la gravidanza: trattamenti manuali per il viso, massaggio ayurvedico completo Sharira Abhyanga.

Le nostre spa manager sono a disposizione per informazioni più dettagliate.

Dr. Med. Alexander Angerer



PREIDL  
**MED SPA**



# MEDICAL WELLNESS

## PREIDL MED SPA

Dr. Med. Alexander Angerer, medico altoatesino specializzato in medicina complementare, fitoterapia, psicologia complementare, omeopatia, magnetic field therapy e medicina tradizionale cinese mette a disposizione la sua lunga esperienza nel campo della prevenzione e della diagnostica.

Preidl Med Spa dispone di avanzate tecnologie e la possibilità di realizzare programmi olistici di recupero o potenziamento della salute, coniugando le basi della conoscenza scientifica con le ultime evoluzioni della medicina complementare, un profondo ascolto e conoscenza delle dinamiche individuali.

### MISURAZIONE HRV

Rileva la variabilità della frequenza cardiaca (HRV) e descrive il ritmo dinamico del cuore rendendo misurabile l'efficienza energetica del corpo. La capacità di compensazione del cuore, ovvero la sua capacità di regolare le funzioni del corpo, è fondamentale per il nostro benessere.

Oltre alla valutazione della capacità di resistenza del corpo in situazioni di stress, la misurazione HRV permette anche il controllo del processo e dell'efficacia di una terapia esistente. La sensibilizzazione per la regolazione del proprio corpo aiuta sulla strada verso uno stile di vita sostenibile e sano.

ca. 25 min. ....	€ 98,-
ca. 50 min. (include consulenza dettagliata) ....	€ 196,-

### COLLOQUIO MEDICO CON IL DR. MED. A. ANGERER

ca. 25 min. ....	€ 98,-
ca. 50 min. ....	€ 196,-

### AGOPUNTURA

Seduta di agopuntura con il Dr. Med. A. Angerer che nei tanti anni di esperienza clinica si è specializzato anche in medicina complementare trovando nell'agopuntura una cura di straordinaria efficacia nel trattare il dolore, lo stress e i disturbi legati a un limitato scorrere dell'energia. Un colloquio iniziale è necessario per individuare le priorità da seguire durante la seduta.

ca. 25 min. ....	€ 87,-
------------------	--------

## **INFUSIONI**

Cocktail personalizzati di vitamine e sali minerali scelti in base al colloquio individuale, ai risultati dell'HRV o alle necessità del momento che possono creare un'immediata ripresa dell'intero organismo per affrontare periodi stressanti, sintomi influenzali e momenti di debolezza. Un colloquio iniziale è necessario per individuare le priorità da seguire durante la seduta.

ca. 20 min. ..... da € 150,-

## **INTEGRATORI**

Specifici integratori per affrontare problemi con il sonno, la bassa energia, la menopausa o il recupero da periodi difficili possono essere prescritti dal Dr. Angerer in base alla visita, al risultato dell'HRV o esami disponibili.

ca. 25 min. ..... € 98,-

## **PAPIMI**

Dispositivo medico ad alta prestazione induce impulsi elettromagnetici direttamente nelle cellule del corpo per attivare e accelerare le forze di autoguarigione. Un supporto ideale alla medicina tradizionale e complementare.

ca. 25 min. ..... € 50,-

3 sessions of 25 min. ..... € 135,-

## **MISURAZIONE 360° CORPO E CONSULENZA CON DR. MED. A. ANGERER**

Analisi dettagliata della composizione corporea a 360° con l'aiuto della tecnologia medica più avanzata. La misurazione è seguita da una consulenza medica.

ca. 50 min. ..... € 196,-

## **PREIDL CONTOURING**

Rimodellamento indolore e non invasivo della silhouette, grazie all'utilizzo di onde ultrasoniche e tecnologia avanzata.

Riduzione del grasso e rimodellamento della silhouette senza intervento. Trattamento medico che si basa su un nuovo approccio per rimuovere sgradevoli, ostinati depositi di grasso senza dolore e in poche ore. La giusta combinazione di un'apparecchiatura ad alte prestazioni ed un'esperienza consolidata permette di ottenere risultati impressionanti.

Specialisti in chirurgia plastica e scienziati hanno sviluppato questo sistema di rimodellamento che utilizza le onde ultrasoniche per distruggere selettivamente le cellule adipose, solo dove serve ed in modo definitivo.

..... da € 750,-

#### Colloquio

Consulenza gratuita con il medico per valutare le aree da trattare secondo gli obiettivi individuali e per effettuare le necessarie misurazioni (ca. 25 min.).

#### VELASHAPE

Grazie alla combinazione degli effetti fisici della corrente a radiofrequenza, del vuoto, della manipolazione dei tessuti e degli infrarossi, le principali cause della cellulite vengono trattate in un'unica sessione di trattamento: proliferazione del grasso locale, perdita di elasticità del tessuto connettivo, riduzione della microcircolazione locale e linfedema.

Velashape è l'unico sistema terapeutico approvato dalla FDA (Food and Drug Administration) per il trattamento della cellulite e la riduzione delle circonferenze, grazie alla sua comprovata efficacia scientifica. Gli studi clinici dimostrano una riduzione media della circonferenza corporea: 5,93 cm sui glutei – 2,50 cm sulla coscia – 7,37 cm sull'addome

Si tratta di un semplice metodo di trattamento, confortevole e assolutamente indolore, senza interventi chirurgici né tempi morti, che assomiglia a un delicato massaggio dei tessuti profondi.

ca. 15 min. (per area da trattare) ..... € 58,-









## DEEP SEA RELAX & EXPAND

Esperienza che fonde astrazione e forma, la vibrazione del suono e l'energia del colore, in un luogo dove la mente non deve fare nulla, non può interpretare e si può quindi rilassare e dare spazio alla creatività.

Deep Sea, premiata innovazione tecnologica, unica al mondo nel suo genere è uno spazio a sé, creato in ogni minimo dettaglio da Daniel Lathan, visionario e originale audiologo e genio creativo dal background interessante; per creare questa stanza sospesa nel tempo e nello spazio vi si è immerso per settimane, ha costruito riproduttori di suono, ha isolato la stanza facendola fluttuare, ha fuso le sue conoscenze in psicologia, meditazione, creatività, rilassamento, design, sviluppo personale in un'unica meraviglia:

### DEEP SEA ROOM (Sauna Tower, 1. piano)

Dopo aver scelto il programma più adatto, tutti frutto di un algoritmo e sempre leggermente diversi, si entra nella stanza, ci si accomoda e si viaggia tra mente e materia. Al termine si resta nell'anticamera finché la luce riprodurrà l'effetto del sorgere del sole aiutandoti a tornare "coi piedi per terra."

ca. 15 min. (2 ingressi) .... € 19,-



# SPA ETIQUETTE



## **CONSULENZA**

Le Spa Manager Alessandra e Sabrina, ti aspettano in Spa, tutti i giorni dalle ore 8.30 alle 19.30. La consulenza con il Dr. Med. A. Angerer è prenotabile durante e dopo la tua permanenza in modo che tu possa proseguire la terapia anche a casa.

## **PRENOTAZIONE DEI TRATTAMENTI**

Data l'alta affluenza ti preghiamo di prenotare i trattamenti desiderati prima del tuo arrivo. Per prenotazioni all'ultimo minuto puoi rivolgerti alla reception della Spa.

## **CONSULENZA PERSONALIZZATA**

La cura dei nostri ospiti è molto importante per noi. Richiediamo alcune informazioni in anticipo in modo da poter adattare i nostri trattamenti alle vostre esigenze individuali.

## **ABBIGLIAMENTO E PREPARAZIONE**

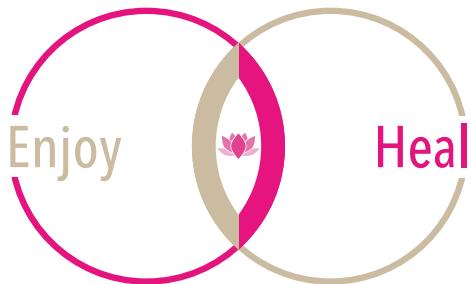
Suggeriamo di presentarsi ai trattamenti in accappatoio, ciabattine. Prima di quasi ogni trattamento, verrà consegnato uno slip monouso da indossare in tutti i massaggi e trattamenti corpo. Nel nostro Team operano Terapisti uomini e donne di provata professionalità, serietà e di grande esperienza e in base alle specializzazioni richieste verranno assegnati gli operatori più indicati. Per i trattamenti Shiatsu e Sound & Quartz ti preghiamo di presentarti in tuta da ginnastica o abbigliamento sportivo comodo e di cotone. Per i trattamenti terapeutici è richiesto un abbigliamento specifico che verrà indicato dalla Spa Reception o fornito in caso di necessità.

Ti preghiamo inoltre di lasciare gli oggetti di valore nella cassetta di sicurezza della tua camera. L'uso del telefono cellulare non è consentito in tutta l'area Spa.

Presentati al ricevimento Spa 5 minuti prima dell'inizio del trattamento per evitare di dover ridurre la durata del trattamento in cabina.

## **CANCELLAZIONI**

Le cancellazioni e spostamenti effettuate entro le 24 ore precedenti al trattamento non prevedono alcuna penale, in caso contrario viene addebitato il 100 % del costo del trattamento.



## AUFBLÜHEN · FIORIRE · FLOURISH THE PREIDLHOF WAY



Famiglia Ladurner · Via San Zeno, 13 · 39025 Naturno/Italia

Tel.: 0039 0473 666251 · E-mail: [info@preidlhof.it](mailto:info@preidlhof.it)

**[www.preidlhof.com](http://www.preidlhof.com)**

**DOLCE VITA**  
HOTELS®  
FIRST CHOICE IN SÜDTIROL

**Belvita**  
LEADING WELLNESSHOTELS SÜDTIROL

**PREMIUM  
SELECTION®**

**VINUM HOTELS**  
WIRKSAM

**LIFESTYLE®**  
*Profession*  
HOTELS & RESORTS

mehr erleben  
**naturns**  
bei Meran

**südtirol**  
SÜDTIROL