

APFELHOTEL

TORGGLER  
HOF



# Spa Menu

ITALIANO



## Orari d'apertura

### **Infinity Pool**

07:00 - 20:00

### **Silence Pool**

10:00 - 20:00

### **Sauna\***

14:00 - 20:00

\*in caso di maltempo 11:00 - 20:00





## Immergetevi nel nostro Brunnehaus e non fatevi distrarre

La nostra zona benessere Brunnenhaus, avvolta dalla Madre Terra ed accuratamente adagiata nella natura. All'ingresso il vecchio portone in legno è il simbolo della resistenza e ci porta a vedere l'interno. Da una fontana di pietra scorre l'acqua della sorgente, pareti d'argilla, un camino scoppiettante e molti angoli accoglienti rendono l'ambiente unico. Gli spazi luminosi e aperti rivolgono lo sguardo nel verde. In ogni stagione, sia all'interno che all'esterno vi sentirete a contatto con la natura. Ed è proprio lei, che ispira tutti noi e il Torgglerhof. Non solo oggi, da sempre.



## Arrivare per restarci

Nuotare all'esterno nella piscina a sfioro, farsi del bene con un trattamento e un rituale di bellezza o semplicemente leggere un libro nella piccola biblioteca. Soltanto 24 scalini che vi separano da un luogo di tranquillità, sauna e bagno turco con vista. Inspirate l'aria fresca della valle o andate a piedi nudi sull'erba fino alla Biosauna e godetevi il silenzio nella piscina "Silence". Dedicatevi allo yoga e al movimento nello "spazio per me" circondato dai meletti oppure andate a scoprire la nuova sala fitness.



LA NOSTRA LINEA COSMETICA

## Welcome nel TEAM DR JOSEPH

HIGHTECH NATURAL COSMETICS  
**TEAM D<sup>R</sup> JOSEPH**  
SÜDTIROL

Nei nostri prodotti si ritrovano due mondi: l'antica saggezza della medicina popolare insieme alle moderne scoperte scientifiche, le sostanze più pure insieme alla tecnologia più raffinata, il genio della natura insieme a un know-how altamente sofisticato. Per noi "qualità" significa collegare questi due mondi nel massimo rispetto per l'equilibrio naturale della pelle per ottenere prodotti armonio-si e sinergici. Per questo motivo ogni confezione di TEAM DR JOSEPH contiene hightech natural cosmetics. Rappresenta il nostro impegno nei confronti della curiosità e dell'esperienza, all'insegna della tradizione e del futuro al tempo stesso. Li colleghiamo con passione e rispetto, con logica e intuizione, per ottenere il meglio di entrambi i mondi.





# Massaggi classici

## MASSAGGIO INTEGRALE

Che meraviglia! Durante il massaggio classico integrale, tutti i blocchi vengono liberati e la circolazione sanguigna viene stimolata. Una pelle radiosa e una sensazione piacevole sono il risultato di questo momento di relax.

CA. 50 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO 75,00 €

---

## MASSAGGIO PARZIALE

Cosa preferite: schiena o gambe? Durante un massaggio parziale intensivo del corpo scioglieremo le vostre tensioni.

CA. 25 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO 45,00 €

---

## MASSAGGIO INTENSIVO PER LA SCHIENA

Questo speciale trattamento offre benessere e relax alle schiene stressate. Aiuta a mantenere la postura e ad alleviare la tensione muscolare. Infine, la schiena viene massaggiata con un balsamo e fatta riposare in tutto relax.

CA. 50 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO 85,00 €

---

## MASSAGGIO CON OLIO AROMATICO

Oli aromatici caldi e rilassanti e un delicato massaggio per un vero rilassamento.

CA. 50 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO 85,00 €

---

## MASSAGGIO SPORTIVO

Chi cerca un massaggio un po' più energico è nel posto giusto. Con picchiettamenti, impastamento e trattamento dei punti di pressione, i muscoli e i tessuti vengono allentati. Perfetto per rigenerarsi nel migliore dei modi dopo, o anche prima, dell'attività sportiva.

CA. 50 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO 85,00 €

---

## COMBI: MASSAGGIO SCHIENA E PIEDI

Per chi vuole rilassarsi completamente. Combinare un massaggio rilassante ai piedi e alla schiena.

CA. 50 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO 80,00 €

---

## MASSAGGIO PER IL VISO E TESTA

Un massaggio calmante, liberatorio e rilassante. Ha un effetto positivo per lo stress, l'affaticamento e la tensione.

CA. 50 MINUTI 40,00 €

---

CA. 50 MINUTI INCLUSO MASCHERA 80,00 €

---

## Massaggi energetici

### ABHYANGA

„Con abbondante olio, con mani amorevoli“ - l'Abhyanga è uno dei massaggi più benefici ed efficaci della disciplina salutistica ayurvedica. Tutto il corpo viene trattato con oli caldi di origine vegetale, in modo armonioso, con un ritmo costante, con movimenti specifici, piani e circolari. Il massaggio completo del corpo offre un rilassamento profondo, vitalizza, pulisce e nutre la pelle e i tessuti. Benefico per la mente, l'anima e il sistema immunitario.

CA. 75 MINUTI INCLUSO IL RIPOSO 130,00 €

---

### LOMI LOMI NUI

„Lasciare andare il vecchio ed essere aperti e liberi per il nuovo che deve arrivare“ - questo è l'obiettivo del trattamento di benessere Lomi Lomi Nui, secondo la tradizione hawaiana. Con olio di cocco caldo e una speciale tecnica che sfrutta l'avambraccio, il corpo viene massaggiato delicatamente con lunghi movimenti e completamente rilassato. Inoltre, il sistema nervoso viene rafforzato e il flusso linfatico, la circolazione sanguigna e il processo metabolico vengono attivati.

CA. 75 MINUTI INCLUSO IL RIPOSO 130,00 €

---

### HOT STONE

Questo tipo di massaggio ha un effetto calmante sul cuore, la circolazione e il benessere con l'aiuto di pietre calde e oli di alta qualità. Si induce uno stato di rilassamento profondo. Il calore ha anche un effetto rilassante sui muscoli.

CA. 50 MINUTI INCLUSO IL RIPOSO 89,00 €

CA. 75 MINUTI INCLUSO IL RIPOSO 130,00 €

---

## Rituali dinamici

### TRATTAMENTO PER LA SCHIENA

In Questo trattamento per la schiena, la tecnica e l'intensità sono adattate alle sue esigenze. La combinazione di oli essenziali, bicchieri per coppettazione e campane tibetane favorisce lo sblocco delle tensioni e migliora la dinamica della spina dorsale.

CA. 50 MINUTI INCLUSO IL RIPOSO 80,00 €

---

### MASSAGGIO PER LA TESTA, COLLO E SPALLE

Con questo massaggio vengono curati la testa, il collo, le spalle e anche la schiena. Lo stress quotidiano scompare e il massaggio ha un effetto profondamente rilassante. Le tensioni vengono alleviate con speciali tecniche di massaggio e ricchi estratti di piante. Inoltre, si favorisce la microcircolazione e si rafforzano i vasi, gli organi sensoriali e i nervi.

CA. 50 MINUTI INCLUSO IL RIPOSO 75,00 €

---

### MASSAGGIO AI PIEDE E ALLE GAMBE

La combinazione di massaggio con guanto di rame e massaggio manuale modellato ravviva e tonifica le gambe stanche, permettendoti di affrontare attraverso la giornata in modo più rilassato e sollevato.

CA. 50 MINUTI INCLUSO IL RIPOSO 80,00 €

---

## Peeling & Impacchi

### SCRUB RASSODANTE PER IL CORPO

Uno scrub corpo con polvere di caffè e fito-squalano rassoda i contorni e lascia la pelle morbida e vellutata. Infine, la pelle viene massaggiata delicatamente con una crema corpo tonificante e rassodante per rassodare la pelle e contrastare l'aspetto della cellulite.

CA. 50 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO

70,00 €

### COMBINAZIONE: PEELING E IMPACCO

Lo scrub corpo con fiori di fieno e noccioli di albicocca deterge delicatamente la pelle e stimola la microcircolazione. La pelle è preparata in modo ottimale per il successivo assorbimento dei principi attivi da parte dell'impacco in crema.

CA. 50 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO

75,00 €

### TRATTAMENTO DISINTOSSICANTE DELLA CELLULITE

Questo efficace trattamento della cellulite ottimizza l'aspetto della pelle. La combinazione di prodotti naturali altamente efficaci e la tecnica della coppettazione ha un effetto decongestionante sul tessuto corporeo e attenua visibilmente la cellulite. Un pediluvio attivante, uno scrub stimolante per il corpo e un massaggio speciale supportano questo trattamento. In combinazione con un impacco alle alghe, è possibile migliorare e ottimizzare i risultati.

CA. 50 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO

85,00 €

CA. 80 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO

100,00 €

### CONSIGLIO PACCHETTO

Combinare un impacco o un peeling con un massaggio parziale o completo del corpo!

CA. 50 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO

80,00 €

CA. 75 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO

100,00 €





# Trattamenti viso

## TEAM DR JOSEPH

### TRATTAMENTO INTENSIVO DI PULIZIA DEL VISO

Pulizia profonda specifica per il tipo di pelle secondo il metodo "TEAM DR JOSEPH". Questo trattamento del viso si concentra sulla pulizia profonda della pelle. La pelle viene pulita in profondità nei pori con squisiti principi attivi di origine vegetale. I blocchi vengono delicatamente sciolti e la produzione diurna viene normalizzata. Il rituale di trattamento è completato da un impacco tonificante per il viso e dalla maschera peel-off per un'idratazione ottimale. Per una carnagione visibilmente fresca, pulita e uniforme.

CA. 50 MINUTI 90,00 €

---

### CURA DELLA BELLEZZA PROFONDAMENTE EFFICACE

Un trattamento a base di principi attivi meravigliosamente naturali, studiato appositamente per le esigenze della vostra pelle con un effetto immediato e un programma profondamente rilassante secondo il metodo "TEAM DR JOSEPH": diagnosi della pelle, impostazione delle sopracciglia, massaggio linfostimolante, impacchi di vapore alle erbe, peeling, pulizia profonda con coppettazione, siero Spezia, massaggio modulato del viso, maschera intensiva e un trattamento finale individuale da giorno. I principi attivi naturali altamente efficaci assicurano una pelle sana e intensamente curata.

CA. 80 MINUTI 120,00 €

---

### LIFTING VISO OCCHI SUPREMO

Questo trattamento intensivo di lifting con massaggio Gua Sha assicura un contorno occhi visibilmente più tonico, un contorno viso più compatto e un effetto luminoso. Le borse e la secchezza del contorno occhi si riducono. La pelle diventa visibilmente più soda, luminosa e uniforme.

CA. 80 MINUTI COMPRESO IL RIPOSO 110,00 €

---

### CURA EFFICACE PER GLI UOMINI

Metodo "TEAM DR JOSEPH" per lui. Potente, naturale, efficace: diagnosi della pelle, massaggio linfostimolante, impacchi di vapore alle erbe, peeling, pulizia profonda, siero speciale, maschera intensiva con massaggio al viso e una cura finale individuale. Potenza naturale high-tech per un aspetto potente e curato.

CA. 50 MINUTI 90,00 €

---

# Trattamenti cosmetici

## MANICURE

Anche se le vostre mani sono sempre indaffarate, possono comunque essere belle. Con una manicure con prodotti nutrienti e un piccolo massaggio le vostre mani diventeranno morbide e vellutate.

|                                    |         |
|------------------------------------|---------|
| CA. 50 MINUTI   SENZA SMALTO       | 55,00 € |
| CA. 50 MINUTI   CON SMALTO         | 65,00 € |
| CA. 75 MINUTI   CON SMALTO SHELLAC | 80,00 € |

## PEDICURE CON PEDILUVIO

Godetevi un pediluvio seguito eseguito a regola d'arte da un'abile pedicure. Infine, lasciatevi coccolare con un piccolo massaggio ai piedi.

|                                    |         |
|------------------------------------|---------|
| CA. 50 MINUTI   SENZA SMALTO       | 55,00 € |
| CA. 50 MINUTI   CON SMALTO         | 65,00 € |
| CA. 75 MINUTI   CON SMALTO SHELLAC | 80,00 € |

## CORREZIONE DELLE SOPRACCIGLIA

|               |         |
|---------------|---------|
| CA. 20 MINUTI | 20,00 € |
|---------------|---------|

## COLORAZIONE DELLE SOPRACCIGLIA

|               |         |
|---------------|---------|
| CA. 15 MINUTI | 16,00 € |
|---------------|---------|

## COLORAZIONE CIGLIA

|               |         |
|---------------|---------|
| CA. 20 MINUTI | 20,00 € |
|---------------|---------|

## COLORAZIONE SOPRACCIGLIA E CIGLIA

|               |         |
|---------------|---------|
| CA. 20 MINUTI | 30,00 € |
|---------------|---------|

## DEPILAZIONE LABBRO SUPERIORE

|               |         |
|---------------|---------|
| CA. 15 MINUTI | 15,00 € |
|---------------|---------|

## PACCHETTO OCCHI

Correzione delle sopracciglia con colorazione di ciglia e sopracciglia.

|               |         |
|---------------|---------|
| CA. 45 MINUTI | 40,00 € |
|---------------|---------|



## Per i nostri piccoli ospiti

### **MASSAGGIO PER BAMBINI**

Massaggio rilassante con una crema massaggiante benefica.

---

|                                 |         |
|---------------------------------|---------|
| CA. 45 MINUTI INCLUSO IL RIPOSO | 50,00 € |
|---------------------------------|---------|

---

|                                 |         |
|---------------------------------|---------|
| CA. 25 MINUTI INCLUSO IL RIPOSO | 25,00 € |
|---------------------------------|---------|

---

### **TRATTAMENTO VISO JUNIOR**

Trattamento viso detergente e rilassante con maschera idratante, seguito da cure finali.

---

|                                 |         |
|---------------------------------|---------|
| CA. 45 MINUTI INCLUSO IL RIPOSO | 60,00 € |
|---------------------------------|---------|

---

|                                 |         |
|---------------------------------|---------|
| CA. 25 MINUTI INCLUSO IL RIPOSO | 35,00 € |
|---------------------------------|---------|

---

### **MANICURE O PEDICURE CON SMALTO**

Modellare unghie e cuticole, applicazione di smalto.

---

|               |         |
|---------------|---------|
| CA. 25 MINUTI | 30,00 € |
|---------------|---------|

---

*Trattamenti prenotabili fino a 12 anni.*



# Spa etichetta

Chiediamo gentilmente di rispettare la tranquillità di tutti gli ospiti e di spegnere il cellulare nelle aree comuni.

---

Abbiate un occhio di riguardo per l'ambiente e usate con parsimonia gli asciugamani. Dopo l'utilizzo vi chiediamo di riporli nel cesto della biancheria.

---

Vi preghiamo di coprire il vostro lettino nell'area relax utilizzando il telo grigio contenuto nella vostra borsa wellness.

---

Non lasciate sdraio occupate quando uscite dalle zone relax.

---

Nella Spa è vietato mangiare.

---

È vietato immergersi nudi nelle piscine.

## **CONSULENZA & APPUNTAMENTI**

Alla reception dell'hotel potrete prenotare i vostri appuntamenti nella Spa. Se siete indecisi nella scelta dei trattamenti, fateci sapere i vostri desideri. Vi aiuteremo ad individuare le soluzioni più adatte a voi. Inoltre vi preghiamo di comunicare tempestivamente la presenza di eventuali malattie cardiache, ipertensione, allergie, o stato di gravidanza ecc.

---

## **RILASSATEVI E METTETEVI A VOSTRO AGIO**

Vi preghiamo di presentarvi in accappatoio, ciabatte e senza gioielli ca. 5 minuti prima dell'inizio del vostro trattamento. Sorseggiate in tutta tranquillità una deliziosa tisana...

---

## **IN CASO DI CONTRATTEMPI**

Vi preghiamo di comunicarci eventuali cambiamenti di orari o un eventuale disdetta dei trattamenti almeno 24 ore prima. Altrimenti l'intero costo del trattamento verrà addebitato.

APFELHOTEL

TORGLER  
HOF



Torgglerhof Nr. 19  
39010 Saltaus (St. Martin in Passeier)  
Südtirol - Italien  
T +39 0473 645 433  
[apfelhotel.com](http://apfelhotel.com)