



Spa Minera

Plunhof

Zum Ursprung

... in Plunhofs Spa Minera



„Ankommen“ Eine Reise in das „eigene Ich“ erleben. Zurück zum Ursprung kommen. Eine ehrliche Auszeit vom Alltagsstress nehmen. Aktivität und Ruhe stehen in natürlicher Einheit mit Tag und Nacht, Licht und Dunkelheit und in Verbundenheit mit Erde und Stein sowie der Kraft und Energie aus Sonne, Pflanzen und Wasser.

Spa Minera – „über“ Tage und „unter“ Tage – eine Symbiose aus dem Wertvollsten der Natur. Ein Spa, der mit wirkungsvoller Regionalität die Natur und ihre Elemente von außen nach innen und von innen nach außen fließen lässt. Ein Ort für Wellbeing, wo sich Menschen in ihrer persönlichen Befindlichkeit einfach wohlfühlen.

Wir freuen uns, Sie im Spa Minera auf eine besondere Zeit willkommen zu heißen!

Zeit ist relativ, aber eines steht fest: Zeit, die wir in uns selbst investieren, ist die beste und sicherste Investition!

Ihr Spa-Minera-Team



Minera
Behandlungen Gesicht

„Über“ Tage

Behandlungen Körper

„Unter“ Tage

Behandlungen

Dr. Spiller

6-11

Biomimetic skincare Gesichtsbildhandlungen 7
Body 8-9
MAN AGE your skin 11

!QMS Medicosmetics

12-15

Anti-Aging-Gesichtsbehandlungen 13-14

Mary Cohr Paris

16-19

Gesichtsbehandlungen 17
Apparative Gesichtsbildhandlungen 18

Horst Kirchberger

20-21

Dekorative Kosmetik – Make-up 21

Basics

22-23

Pflege à la carte
Depilation
Gepflegte Hände und FüÙe 23

Chill & Care

24-25

Wohlfühlzeit für Teenies 25

Fuß-Wellnesskonzept

26-27

Phytomassopodia® 27

Inspirierende Bäder

& Packungen 28-31

Natur-Duft 29
Natur-Tradition 30

Behandlungsrituale

32-39

Silberquarzit-Treatments 33-34
Die Steinkraft 37
Das Lebenssalz | Zirben Vital 38
Ultner Schafwollritual – Bergauf 39

Massagen

40-41

Klassische Massagen
und Spezialmassagen 41

SPA-Bereich

Acqua Minerale

42-47

Übersicht 46-47

Spa Minerale

48-57

Übersicht 56-57

Spa-Etikette

58-59

Nehmen Sie unsere Vielfalt als einzigartig wahr

Die Einzigartigkeit und Besonderheit besteht in einer innovativen und aufwendig entwickelten Vielfalt von Behandlungskombinationen im ganzheitlichen Sinn und dem Zusammenspiel von Natur und fachkundigen Händen. Diese inspirierenden Rituale stehen in ihrer effektiven und harmonischen Zusammenstellung für eine unvergessliche Wohlfühlzeit im Spa Minerale. Tageslicht und Dunkelheit, das Leben in der blühenden Natur und das kraftvolle Innerste des Berges im harmonischen Zweiklang begleiten Sie im Spa Minerale auf verzaubernde Art in eine neue Spa-Ära.

Schönheit als Philosophie

Für eine innovative Schönheitspflege auf höchstem Niveau bietet die Kosmetik im Spa Minerale individuelle Lösungen für unterschiedliche Hauttypen. Präventive Pflegelinien mit Hightech-Naturkosmetik, zertifizierte Biokosmetik sowie exklusive Solutions zur Unterstützung der Haut, wo die Natur ihre Grenzen erreicht. Anti-Aging-Behandlungen mit Kollagenen, zukunftsweisender Peelingtechnologie und energetisierendem Sauerstoff sorgen für beeindruckende Ergebnisse und lassen die Haut gestraffter, strahlender und jugendlicher aussehen.



Dr. Spiller Facials

Seit vielen Jahrzehnten konzentriert sich Dr. Spiller auf nachhaltige Hautgesundheit. Ein Weg, bei dem Tradition und Innovation Hand in Hand gehen. Das Qualitätsmerkmal ist die akribische Entwicklung und Herstellung im hauseigenen Labor. Es werden Inhaltsstoffe von biologisch höchster Reinheit verwendet. Charakteristisch für Dr. Spiller ist das Bewusstsein für regionale Herkunft: Klares Chiemgauer Quellwasser und natürliche Essenzen bilden die anspruchsvolle Basis der Produkte.

CELLTRESOR Exclusive Solution

Das Exklusivkonzept für entspannte Gesichtszüge und ultimatives Hautvolumen: Geübte Handgriffe verleihen dem Behandlungsprogramm, bestehend aus Intensivierung, Entspannung und Aktivierung, ein Höchstmaß an Hautverjüngung. Gezielte Muskelrelaxation sorgt für tiefgreifende Glättung und entspannt die Gesichtszüge. Dank intensiver Hautdurchfeuchtung und massivem Volumenaufbau hinterlässt das Treatment einen ebenmäßigen, jugendlich glatten Teint.

80 Minuten € 125,00 (mit Tiefenreinigung und Augenbrauen-Fassonieren)

ALPENRAUSCH Biocosmetic

In der zertifizierten Biocosmetik stecken die konzentrierten Naturkräfte von Bergen und Tälern. Pflanzliche Auszüge alpiner Klassiker wie Enzian und Edelweiß verbinden sich mit den aktivierenden Essenzen wilder Kräuter. Gönnen Sie Ihrem Gesicht das tiefenwirksame Alpenrezept aus schonender Reinigung, regenerierender Maske und intensiver 24-Stunden-Feuchtigkeitspflege – abgestimmt auf Ihren Hauttyp.

50 Minuten € 68,00

80 Minuten € 99,00 (mit Tiefenreinigung und Augenbrauen-Fassonieren)



Spa Minera

Dr. Spiller

Pure skincare solutions

Dr. Spiller Body

Körper in Harmonie

Auf Tuchföhlung mit alpiner Balance. Während man von duftenden Bergwiesen träumt, laufen die alpinen Ingredienzen zur Hochform auf. Eine Körperbehandlung – eine Kombination aus wohltuendem Kräuterbad und sanfter Massage – hinterlässt ein geschmeidiges Hautgeföhl und gleicht den Feuchtigkeitsverlust aus.

50 Minuten € 65,00

Körper in Vollendung

Die ganzheitliche Form der Neubelebung. Lassen Sie Ihren Körper die Höhepunkte einer feinsinnigen Auszeit erfahren. Beginnend mit einem tiefenreinigenden Körperpeeling – die anschließende Körperpackung versorgt die Haut intensiv mit Nährstoffen und hinterlässt ein samtig weiches Hautgeföhl. Vollendet wird diese Behandlung durch eine anregende Ganzkörpermassage mit aktivierenden Cremes und geschmeidig pflegenden Ölen.

80 Minuten € 99,00

Detox-Körperbehandlung

in der Softpackliege

Durch die Synergie dreier verschiedener Algen fördert diese Thalassobehandlung die Entschlackung der Haut. Das Bindegewebe wird gefestigt und die Silhouette insgesamt verfeinert. Das Körperpeeling regt im ersten Schritt die Durchblutung an – die anschließende Körperpackung fördert die Entgiftung und Festigkeit des Gewebes. Nach der Behandlung empfehlen wir eine drainierende Beinmassage, damit die Gewebeflüssigkeit leichter abfließen kann.

50 Minuten € 65,00

80 Minuten € 99,00 (mit drainierender Beinmassage)



„Weltenreise“

Körperpflegeprogramm für ganzheitliches Wohlbefinden

Fremde Welten hautnah spüren und erleben! Die „Weltenreise“ entführt Sie in die schönsten Gegenden dieser Erde: nach Asien, Afrika, in die Südsee und an den Amazonas. Im Mittelpunkt stehen verführerische Duftkomponenten und wirkungsvolle pflanzliche Ingredienzen aus der jeweiligen Region. Ein Kurztrip mit intensivem Peeling und einer Massage, die durch warmes Öl zu vollkommener Entspannung führt. Mit geheimnisvollen Wirkstoffen wie Marulaöl, Buritiöl, Litschi- und Monoiöl wird die Haut rundum verwöhnt.

50 Minuten € 65,00

80 Minuten € 99,00 (mit Ganzkörpermassage)

Dr. Spiller *MAN AGE your skin*



MAN AGE your skin

Ein hochmodernes Pflegesystem, das den besonderen Ansprüchen der Männerhaut folgt. Natürliche Inhaltsstoffe und jahrzehntelange Forschungsarbeit berücksichtigen deren spezifische Eigenschaften und Erfordernisse. Das Ergebnis sind innovative Rezepturen mit effektiver Wirkung.

Skin Boost Treatment

Abschalten auf die schnelle Tour? Die gezielte Zufuhr von Feuchtigkeit beseitigt unangenehme Trockenheit und versorgt die Haut erstaunlich effizient mit wertvollen Energiereserven. Tiefenwirksame Substanzen aktivieren und beruhigen zugleich.

45 Minuten € 59,00

Intensive Face Treatment

Diese Intensivbehandlung bringt Haut und Seele in ein gesundes Gleichgewicht. Die Aktivierung des Zellstoffwechsels stärkt alle Schutzfunktionen und eine gezielt stimulierte Kollagensynthese verzögert den Alterungsprozess. Regenerierende Fleece-Maske für neue Widerstandskraft – gestresste Haut wird wieder lebendig und glatt.

75 Minuten € 99,00

!QMS Medicosmetics

Award winning excellence – das vielfach preisgekrönte, hocheffiziente Hautpflegesystem ging nicht nur bei „World’s Best Spa Brand“ 2015, 2016 und 2017 als Sieger hervor. Die von Dr. med. Erich Schulte entwickelte und in Deutschland hergestellte Hautpflegekollektion erfreut sich weltweit einer begeisterten Fangemeinde. Die wirksamen Anti-Aging-Produkte für Gesicht und Körper kombinieren revolutionäre Techniken mit wertvollsten Wirkstoffen. Für die maßgeschneiderte Verjüngung der Haut.

Deep Cleansing Treatment

Diese intensiv reinigende Gesichtsbehandlung wurde speziell entwickelt, um Unreinheiten und abgestorbene Hautzellen zu entfernen. Durch den Einsatz der beruhigenden und feuchtigkeitsspendenden !QMS Medicosmetics Signature Algen Modelage wird die natürliche Balance der Haut wieder hergestellt und der Feuchtigkeitsgehalt gesteigert.

50 Minuten € 69,00

Beauty-Topping mit Oxygen Boost!

98 % reines Sauerstoff-
Konzentrat für frische,
strahlende und gesunde Haut.

15 Minuten € 32,00

Collagen Rejuvenation

Verjüngend, revitalisierend, begeisternd: Anti-Aging-Behandlung mit einem einzigartigen System aus hochwertigen, natürlichen und löslichen Kollagenen, kombiniert mit zukunftsweisender Peelingtechnologie. Tiefenreinigung & Peeling, Augenbrauen-Fassonieren, Algenmodellage, innovatives Day oder Night Collagen Serum, Gipsmodellage für die Erneuerung und Abschlusspflege mit Augen-creme & Moisturizer. Strafft selbst schlaffe Haut!

80 Minuten € 129,00



Spa Minera

!QMS MEDICOSMETICS

*Beauty-Topping
mit Oxygen Boost!*

98 % reines Sauerstoff-
Konzentrat für frische,
strahlende und gesunde Haut.

15 Minuten € 32,00

Neo Tissudermie

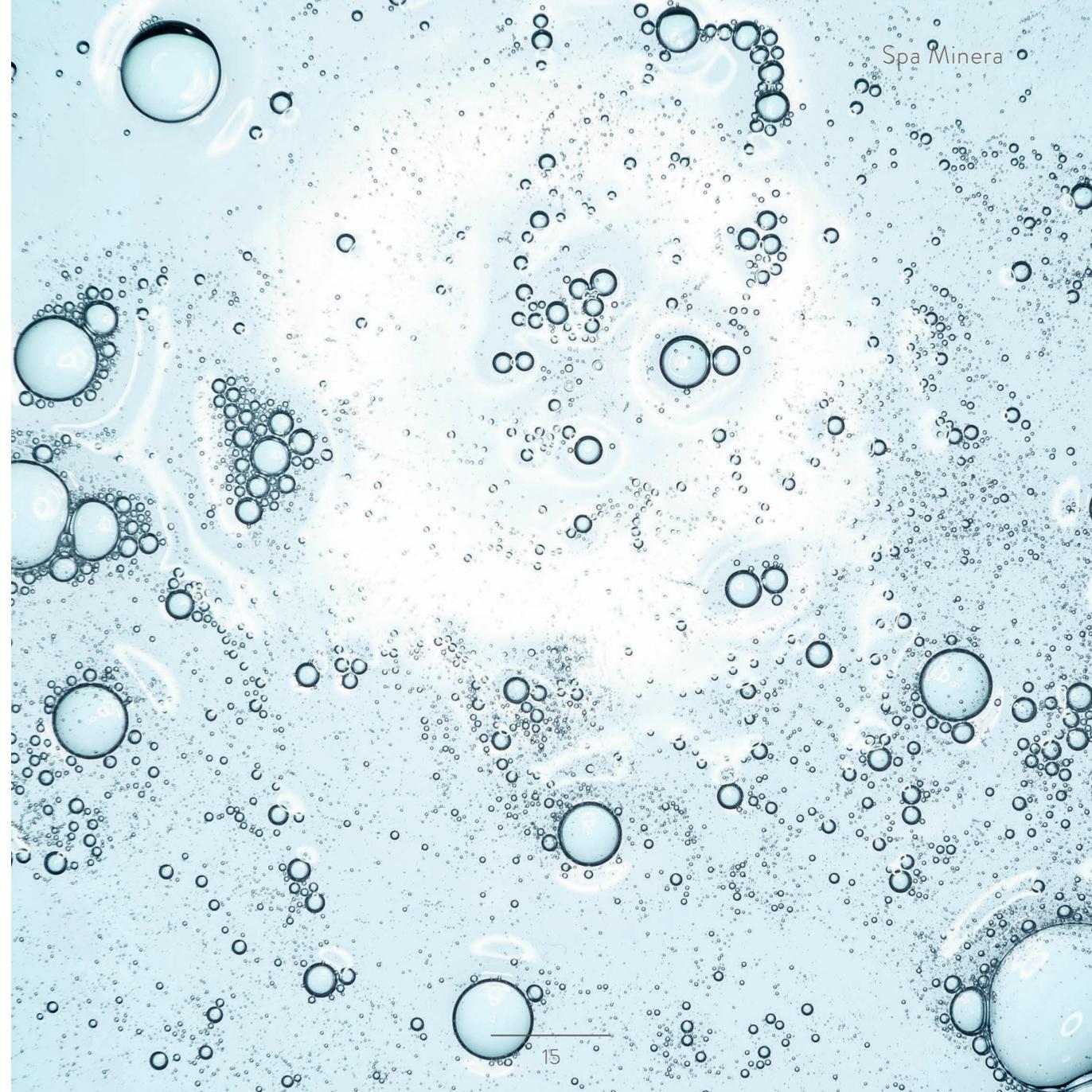
Ein Gewebe – wie neu. Effektiv gestrafft und gekräftigt. Die hochregenerative Wirkung festigt und stabilisiert müde, schlaffe Haut und bekämpft die Zeichen der Hautalterung. Tiefenreinigung & Peeling, Augenbrauen-Fassonieren, Algenmodellage, um zu beruhigen und zu hydratisieren, Liftingmassage mit Co-Lectine 3, Hydro Foam Mask plus Abschlusspflege mit Augencreme & Moisturizer. Samt Pflege für den empfindlichen Hals-, Dekolleté- und Brustbereich!

80 Minuten € 129,00

Pure Oxygen Energy

Die einzigartige, energetisierende Gesichtsbehandlung mit Sauerstoff. Die Wirkstoffe werden mit dem Oxygen Concentrator Advanced tief und effektiv in die Haut eingearbeitet. Verjüngend, durchblutungsfördernd, regenerativ und straffend. Tiefenreinigung & Peeling, Augenbrauen-Fassonieren, Algenmodellage, Oxygen Boost mit HO2 Hyaluron Oxygen Serum, Activator Mask, Hals- & Dekolleté-Massage und Abschlusspflege mit Augencreme & Moisturizer.

80 Minuten € 145,00





Spa Minera

Mary Cohr

Apparative Kosmetik

Mary Cohr Paris

Die exklusive Pflegelinie zeichnet sich durch bahnbrechende Forschung und wissenschaftlich fundierte Hautpflege aus. Die Innovationen beruhen auf einzigartigen Pflegemethoden, die patentierte Technologien und professionelle Aromatherapie kombinieren.

Beauté Aromatique Gesichtsbehandlung

Diese einzigartige Behandlung kombiniert die pflegenden Kräfte der ätherischen Öle mit sanften, präzisen Massagegriffen. Die maßgeschneiderte Schönheitsmaske mit fünf Pflanzenkonzentraten lässt Ihr Gesicht völlig entspannt aussehen.

50 Minuten € 69,00

Age Firming Gesichtsbehandlung

Mit hochwirksamer Technologie und manuellen Techniken bekämpft Age Repair die Anzeichen der Hautalterung und erzielt sofort sichtbare Ergebnisse. Eine spezielle Anti-Aging-Massage fördert das tiefe Eindringen des Serums mit Hyaluronsäure, eine hochwirksame Maske verleiht der Haut junge Ausstrahlung.

50 Minuten € 85,00

Eye Repair Augenbehandlung

Komplettbehandlung gegen Falten, geschwollene Tränensäcke und dunkle Augenringe. Konzentrierte Pflegestoffe fördern die Zellerneuerung der Haut, die Augenmaske hat eine sofortige Liftingwirkung und strafft die Haut.

25 Minuten € 38,00

CatioVital Anti-Aging-Gesichtsbehandlung

Mit voranschreitendem Alter nimmt die Zellaktivität der Haut ab. Die Zellen verlieren ihre ursprüngliche Energie und erneuern sich langsamer. Mit dieser patentierten Technologie der Iontophorese werden verjüngende Wirkstoffe in die Haut eingeschleust, die dem Gesicht ein jüngeres Aussehen verleihen. Die Haut ist sichtbar schöner, geschmeidiger, fester und strahlender.

80 Minuten € 105,00 (mit Tiefenreinigung und Augenbrauen-Fassonieren)

CatioLift Lifting-Gesichtsbehandlung

Bei dieser speziellen Liftingbehandlung werden die Gesichtsmuskeln durch Stimulierung gestärkt und trainiert sowie die Gesichtszüge durch den Muskeltonus gestrafft. Energiespendende ätherische Öle festigen die Haut und sorgen für einen strahlenden Teint. Gönnen Sie sich diese Anti-Aging-Behandlung mit Soforteffekt – wirkt schon nach einer Anwendung!

80 Minuten € 105,00 (mit Tiefenreinigung und Augenbrauen-Fassonieren)

CatioSuperior Gesichtsbehandlung

Kombination von CatioVital und CatioLift.

110 Minuten € 155,00 (mit Tiefenreinigung und Augenbrauen-Fassonieren)





Spa Minera

Horst Kirchberger

Dekorative Kosmetik

Spa Minera

Horst Kirchberger Exclusive Make-up Collection

Make-up ist mehr als nur Farbe, es wird im Wesentlichen durch die Gesichtsform bestimmt. Das ist die wichtigste Erkenntnis, die Horst Kirchberger in seiner jahrelangen Praxis als Visagist gewonnen hat. Darauf aufbauend hat er eine eigene Produktlinie mit unkompliziertem Beratungsschema entwickelt, die völlig neue Dimensionen für ein perfektes Make-up eröffnet.

Leichtes Tages-Make-up

Ein typgerechtes Make-up verleiht Ausstrahlung und Selbstbewusstsein – es kann und soll schnell aufgetragen werden, möglichst lange halten und dezent wirken.

€ 32,00

Freches Abend-Make-up

Ob Ball, Party oder einfach, um einen wunderbaren Abend zu genießen – Sie erreichen Ihren ganz persönlichen Wow-Effekt.

€ 45,00

Pflege à la carte

Wimpern färben € 15,00

Augenbrauen färben €10,00

Augenbrauen fassonieren €12,00

Depilation mit Honigwachs

Depilation Gesicht – Beine – Inguinal – Achsel – Brust – Rücken – ab € 15,00

Gepflegte Hände und Füße

Maniküre € 49,00

Pediküre € 59,00

Pediküre de luxe inkl. Fußpeeling, Fußpackung und Fußmassage € 85,00

Wussten Sie, dass wir im Spa Minera eigene *Nagellacke* verwenden, die wir exklusiv für Sie öffnen? Nach der Behandlung geben wir Ihnen diesen Nagellack als Geschenk mit nach Hause. Damit garantieren wir einmal mehr Hygiene weit über die gesetzlichen Anforderungen hinaus und bieten einen Mehrwert, den Sie spüren.



Spa Minera
Basics



Spa Minera
Chill & Care

Teenies' pflegende Wohlfühlzeit

Wohlfühlzeit für Teenies

Flexibel, kombinierbar und individuell!
Eine spannende Auswahl an pflegenden und informativen Wohlfühlminuten.

First Beauty – Gesichtsbehandlung

... wie pflege ich meine spezielle Hautsituation in der Pubertät

Soft touch of Make-up

... wie schminke ich mich dezent, typgerecht und stilvoll

Hands up – Maniküre

... wie forme, lackiere und pflege ich meine Nägel und Hände

Fit for young feet – Pediküre

... wie pflege ich meine jugendlichen Füße

Teenies' Massage

... denn entspannen und genießen ist keine Frage des Alters

Wähle frei und kreierte dein Wohlfühlprogramm mit deinen persönlichen Wünschen und Zielen!

25 Teenies' Wohlfühlminuten € 35,00

50 Teenies' Wohlfühlminuten € 57,00

80 Teenies' Wohlfühlminuten € 95,00



Spa Minera

Fuß-Wellnesskonzept



Phytomassopodia®

Ein „spürbares“ Erlebnisritual für die Füße

Das erste Fuß-Wellnesskonzept

Ein minutiös koordiniertes und einzigartiges Behandlungsprogramm für ein nachhaltiges Wohlbefinden der Füße. Eine wohltuende Kombination aus Bewegung, Massage und Packung in einer spannenden Reihe von abgestimmten einzigartigen Techniken, begleitet von hochwertigen Pflanzenextrakten, verleiht den Füßen Flügel.

50 Minuten € 70,00

Die *Phytomassopodia*®-Methode ist die wissenschaftliche Antwort auf das allgemeine Wohlbefinden des gesamten Körpers, weil sie ein „Zugangstor“ von einzigartiger Bedeutung verwendet: unsere Füße.

Natur-Duft

Bäder, die verzaubern ...

Wir entführen Sie auf eine Reise in die Zeit der Kaiser und Könige. Ein Gefühl von Nostalgie in einer Wanne aus massiver Glockenbrunze, begleitet von einem „passenden“ Getränk, lässt Sie dieses sinnliche Bad auch zu zweit genießen. Wohltemperiert mit unterschiedlichen Themen „abtauchen“.

Kräuterbad Alpenrausch

Das alpine Zusammenspiel von frischem Rosenwasser, pflegendem Edelweiß und purem Gebirgsblütenhonig spendet intensive Feuchtigkeit. Verfeinert mit Heublumen zur Stimulierung und Beruhigung.

Honig-Zirben-Bad

Dieses wohltuende Entspannungsbad mit den wertvollen Nährstoffen von reinem Bienenhonig und den beruhigenden Kräften des ätherischen Öls der Zirbe wirkt glättend und feuchtigkeitsregulierend, beruhigt und verbessert das Allgemeinbefinden.

Basenbad

Genießen Sie das Basenbad in seiner reinsten Form. Es bringt den pH-Wert Ihrer Haut wieder ins Gleichgewicht, entsäuert und entschlackt den Körper.

pro Person 30 Minuten € 38,00 | für 2 Personen 30 Minuten € 48,00

... begleitet von einem Glas Prosecco



Spa Minera

Inspirierende Bäder & Packungen

Natur-Tradition

Schweben in der Softpackliege

Südtiroler Heupackung

Die Kräfte des Alpenheus sind seit über 100 Jahren bekannt und belegt. Getrocknete Gebirgsblumen, Gräser und Kräuter wie Arnika, Fingerkraut, Schafgarbe sowie Steinklee ergeben einen hohen Anteil an ätherischen Ölen und ein besonders duftendes Erlebnis – entschlackend, entgiftend & stoffwechsellanregend.

Moorpackung

Moor kann sehr vielseitig eingesetzt werden. Es wirkt bei Rheuma, Muskelverspannungen und Gelenksabnützung. Dabei ist es krampflösend, entzündungshemmend, hormonell ausgleichend und hat eine besondere Tiefenwirkung.

Algenpackung

Durch die Synergie dreier verschiedener Algen fördert diese Ganzkörperpackung die Entgiftung und Entschlackung der Haut. Das Bindegewebe wird gefestigt und die Silhouette insgesamt verfeinert.

20 Minuten € 45,00

Tipp

Kombinieren Sie Ihre Körperpackung mit einer Teil- oder Ganzkörpermassage.



Spa Minera

Behandlungsrituale



Silberquarzit-Treatments

Inspirierende Kombinationen

„In unserer hochentwickelten Welt, getrieben von Stress und Leistungsdruck, sind wir Menschen auf der Suche nach Ruheinseln, die uns auffangen, einhüllen, spüren lassen, dass wir wichtiger Teil eines Ganzen sind. Wir orientieren uns bei dieser weltweit einzigartigen Wellnesszeremonie an den Ressourcen aus der Natur. Wir schöpfen unsere Energie aus den Schätzen, die uns umgeben, wir machen uns die versteckten Zauberkräfte der Natur zunutze.“

Der Stein aus dem Küstenstreifen des Urmeeres Thethys

Sie sind fürs Auge unsichtbar und doch existieren sie: Urkräfte in Form von Schwingungen. Der gesamte Kosmos ist durch diese universelle Energie miteinander verbunden. Diesem Universalprinzip folgt die neu entwickelte Ursteinmassage aus Südtirol. Mittelpunkt dieser Wellnessneuheit ist der Silberquarzit aus den Bergen des Pfitschtales. Dieser faszinierende Stein wird in einem kleinen Steinbruch im geologisch interessanten Tauernfenster abgebaut. Seine silbern schimmernde Oberfläche macht ihn zum Juwel für Mineraliensammler, seine inneren Werte kommen nun dem Menschen zugute: Der hohe Anteil an Kieselsäure (Silizium) hebt den Urstein in die Kategorie der Heilerden. Die Ursubstanz besitzt die Eigenschaft, das Bindegewebe zu straffen, die Knochen zu stärken und den Körper zu entsäuern. Diese ur-reine Verbindung hat die Fähigkeit, für den Menschen spürbare Signale zu erzeugen. Zudem verfügt der Stein über seltenes Biotit, Muskovit und Zirkon – wertvolle Edelmetalle, die eine nachgewiesene antibakterielle und stark wärmeleitende Wirkung aufweisen. Diese Komposition macht den Silberquarzit einmalig und als ersten Stein im Alpenraum zum idealen Instrument für energetische Massagen.

Silberquarzit Ursteinmassage

Bei der Ursteinmassage wirkt die enorme Kraft des Silberquarzits in Verbindung mit kraftvollen Kräutern und wärmenden Baumölen. Eine Räucherung aus reiner Kohle und Ursteingesänge begleiten diese rituelle, hochwirksame Behandlung. Sie schenkt Ihnen Kraft, entsäuert Ihren Körper, löst Verspannungen und wirkt allgemein befreiend. Über die Sinne erfährt die Seele neue Leichtigkeit und ein Gefühl des Geerdetseins.

75 Minuten € 129,00

Silberquarzit Urkraft Rücken

Diese rituelle Silberquarzit-Rückenmassage löst tiefe muskuläre Verspannungen und innere Anspannungen, gibt neue Kraft und tiefe Stärke. Für alle, die das Gefühl haben, an einer eigenen Grenze im Leben angelangt zu sein und etwas verändern möchten. Die Altes, Belastendes abstreifen möchten, um wieder eine größere Leichtigkeit zu erfahren.

50 Minuten € 85,00

Silberquarzit Reinigungsritual

Man „wird meditiert“, während der Körper behandelt wird ... Tiefenentspannung und gleichzeitig stark entgiftende Ganzkörperbehandlung, die ganzheitlich wirkt und naturheilkundlich ausgearbeitet wurde. Die Quintessenz der Silberquarzit-Rituale liegt darin, den Parasympathikus zu aktivieren und das Vegetative Nervensystem zu entlasten.

75 Minuten € 129,00

Mineral Detox-Behandlung

Dieses wohltuende Massageritual stellt die naturheilkundlich nachgewiesene, entsäuерnde Wirkung der äußerst siliziumreichen Südtiroler Heilerde aus dem Pfitschtal in den Mittelpunkt. Muskeln und Bindegewebe werden über die Haut von Säuren befreit und der Körper wird remineralisiert und regeneriert. Elemente wie eine spezielle Räucherung und warme Wildkräuterkissen auf Leber und Nieren aktivieren den inneren Alchemisten. Sie werden nach der Behandlung Kraft und neue Lebensenergie spüren.

75 Minuten € 129,00



Die Steinkraft

Wie die Urkraft der Steine Sie in tiefe Entspannung versetzt ...

Wie die Generationen im Leben und ganz besonders im Hotel Plunhof miteinander wirken, so ist dieses Behandlungsritual eine Folge von Behandlungsschritten, die eine vollendete Symphonie ergeben. Das „Generationen-Behandlungserlebnis“ ist ein Fest der Sinne, das ein Gefühl von Leichtigkeit verleiht und Sie innere Harmonie und Balance spüren lässt.

Steinkraft

Zeit für mich ...

Zu Beginn genießen Sie die Kraft der Erde: Eine Packung aus sonnetrockneter Naturerde in Kombination mit reinen Blütenwässern versorgt Ihre Haut intensiv mit wichtigen Mineralstoffen und Spurenelementen und wirkt beruhigend, kühlend und entspannend. Sie stärkt das Immunsystem, reinigt den Körper und verleiht im Zusammenspiel mit der Wirkung von Farbenergieölen ein ganzheitliches Wohlbefinden.

Es folgt eine wohltuende Fußmassage mit duftender Körperbutter, bei der Ihre Füße mit gezieltem Daumen- und Fingerdruck massiert werden. Im Anschluss verwöhnen wir Sie mit einer Nacken-Kopf-Massage, die mit kraftvollen Massagegriffen Verspannungen löst und Sie in tiefe Entspannung versetzt.

Den krönenden Abschluss dieses einzigartigen Behandlungsrituals bildet eine Massage mit der Kraft der Steine: Der prickelnde Warm-Kalt-Effekt vom heimischen Glimmerschiefer-Stein bringt Ihren Körper in energetisches Gleichgewicht. In der Verbindung mit ätherischen Ölen regt diese Massage den Stoffwechsel an, wirkt stressabbauend, schenkt Vitalität und verbindet Körper, Geist und Seele.

Ein einzigartiges Spa-Minera-Behandlungserlebnis!

110 Minuten € 139,00

... inklusive eines Präsentes: Ihr persönlicher Farbenergie-Spray für zu Hause!



Die Kraft der Steine

Spa Minera Signature Treatment

Das Lebenssalz

Dieses ganzheitliche Ritual für Gesicht und Körper basiert auf der ursprünglichen heilenden Kraft des Salzes. Naturbelassenes Steinsalz, wertvolle Pflanzenöle, feine Kräuter und der Duft ätherischer Öle – reinste Zutaten, die Sie in Einklang mit sich selbst und der Vielfalt der Natur bringen. Körperpeeling & -packung: Wählen Sie aus den Duftwelten von belebender Rose, beruhigendem Lavendel, erfrischenden Alpenkräutern und spritziger Limone das Salz für Ihr Körperpeeling samt -packung, welche durch eine pflegende Gesichtsmassage ergänzt wird. Danach folgt die wohltuende Salzsteinmassage: eine faszinierende Verbindung aus Massage und Energiearbeit mit entspannender Tiefenwirkung. Die echten Salzkristalle wirken auf energetische Blockaden und versorgen die Haut mit Spurenelementen und Mineralien – eine Kombination für Körper, Geist und Seele mit der Kraft des Salzes. Die Salzsteine bekommen Sie nach der Behandlung mit nach Hause und können damit noch ein entschlackendes Salzbad genießen.

80 Minuten € 99,00

Zirben Vital

Ein harmonisches Übereinstimmen von unterschiedlichen Massagetechniken mit den warmen Zirben-Vital-Stäben, Handschmeichlern und der Zirben-Massagemilch (Zirben-Arnika- oder Zirben-Honig-Massagemilch) sorgt für innere Ruhe und Entspannung. Die Wärme des Zirben-Vital-Stabes und der Zirben-Massagemilch dringt tief in die Muskelschicht ein und verbessert die Durchblutung des gesamten Körpers, fördert den Energiefluss und führt zur Lockerung bei Verspannungen und Blockaden. Für das Rundum-Wohlbefinden dient die Gesichtsmassage mit den Zirbenholzschmeichlern. Die zur Entspannung führende Zeremonie erleichtert den Zugang zu unserer inneren Welt und unserer Seele. Eine wirksame und gesundheitsfördernde Methode, die auch die Selbstheilungskräfte aktiviert.

80 Minuten € 99,00



Ultner Schafwollritual – Bergauf

Reine Schafwolle vermittelt nicht nur Ruhe, sondern umhüllt den Körper mit natürlicher Wärme und Lanolin, das sanft in die tieferen Hautschichten eindringt und für ein besonderes Wohlbefinden sorgt. Begleitet wird dieses Ritual von einer Räucherung mit Zirbe und Alpenrose, die den Geist klären und die Entspannung tiefer gehen lassen. Entschleunigen Sie Ihren Lebensrhythmus in Stille, eingehüllt in eine flauschige Woldecke, während Ihr Körper mit Wollbäuschen sanft massiert wird.

50 Minuten € 119,00

Ihr persönliches Schafwollvlies bekommen Sie nach der Behandlung mit nach Hause!



Spa Minera
Massagen

Klassische Massagen & Spezialmassagen

mit der Kraft der Natur

Murmelöl, Johanniskraut, Latschenkiefer, Arnika, Propolis, Südtiroler Honig ... Die Wirkung dieser Naturschätze sorgt für eine bessere Durchblutung, stärkt das Immunsystem, verhilft zu schneller Regeneration nach jeder körperlichen Aktivität, pflegt und strafft die Haut, sorgt für Abkühlung oder auch wohlige Wärme, für Entspannung und Wohlbefinden ...

Klassische Massagen

Rücken-Nacken-Massage mit Wärmepackung – 50 Minuten € 60,00
Rückenmassage – 25 Minuten € 39,00 | Rücken-Intensivmassage – 45 Minuten € 60,00
Ganzkörpermassage – 50 Minuten € 65,00 | Sportmassage – 50 Minuten € 65,00

Spezialmassagen

Aromamassage – 50 Minuten € 65,00 | Honigmassage – 50 Minuten € 65,00
Antistress-Massage – 50 Minuten € 65,00 | Kräuterstempelmassage – 50 Minuten € 70,00
Lymphstimulierende Massage – 50 Minuten € 65,00
Fußzonenmassage – 25 Minuten € 40,00 | 50 Minuten € 65,00

Dies ist nur ein kleiner Auszug aus unserem Massage-Angebot.
Für weitere Empfehlungen wenden Sie sich bitte direkt an unsere Therapeuten im Spa Minera!



Das Acqua Minera

... das mächtigste Element



Acqua Minera

Ein- & abtauchen

Wasser – das wohl mächtigste Element und wertvollste Gut gleichermaßen.
Wir in den Südtiroler Bergen wissen dieses Element besonders zu schätzen:
Herrlich frisch aus dem Berg sprudelt es zu uns herab, trinkbereit und voll wertvoller Mineralien.

„Das Prinzip aller Dinge ist Wasser. Aus Wasser ist alles, und ins Wasser kehrt alles zurück.“
Thales von Milet

Magische Wasserwelt

4.000 m² „Wellness über und unter Tage“

Quell des Wohlbefindens

- 20-m-Indoor-Becken
- Indoor-Relaxpool, direkt verbunden mit dem Außenpool
 - Ganzjährig beheizter 17-m-Außenpool
 - Außen-Whirlpool
- 173-m²-Naturteich mit Relaxliegen im Wasser

Frischlucht

- Großzügiges Relax-Areal rund um den Naturteich
- Panorama-Dachterrasse – harmonische Balance in einem Ambiente aus Holz und Flora
- Yoga- & Meditations-Dachterrasse mit Panoramablick

Erdende Ruhe

- Relaxgalerie mit Doppelliegen, Bibliothek & Feuerstelle
- Panorama-Ruheraum

Feurige Energie & der Weg zur Mitte

- Panorama-Fitnessraum
- Panorama-Yoga- & Meditationsraum

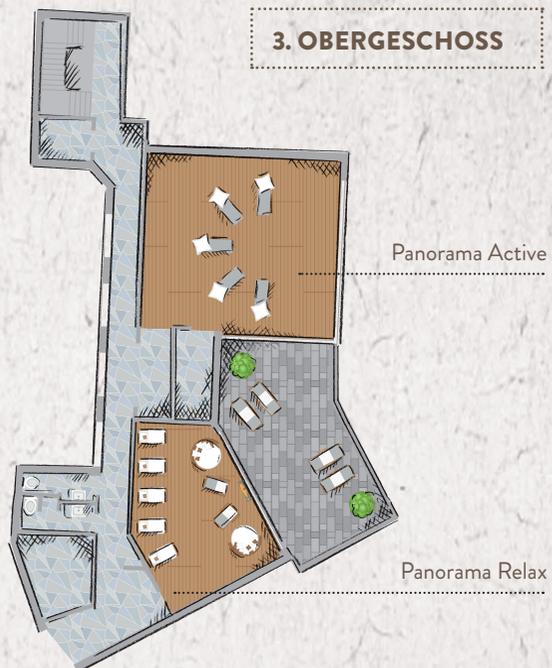
Kraft der Elemente

- Pure Natur auf der Haut mit reiner Naturkosmetik
- Anti-Aging mit Hightech-Wirkstoffkosmetik
- Spa Minera Signature Treatments – die Kraft der Berge
 - Alpine Rituale für Körper & Seele



Acqua Minera

3. OBERGESCHOSS





Das Spa Minera

Zeit der Erholung



Spa Minera

Der Beginn einer spannenden Reise ...

Wir entführen Sie auf eine erlebnisreiche Reise in vergangene Zeiten. Den Begriff „Spa“ in einer neuen Vision erleben – im einzigartigen Spa Minera. An unterschiedlichen Plätzen, zu unterschiedlichen Themen, wo es viel zu erfahren und zu erleben gibt!

Die Reise beginnt

Spa-Rezeption „Informationsquelle“

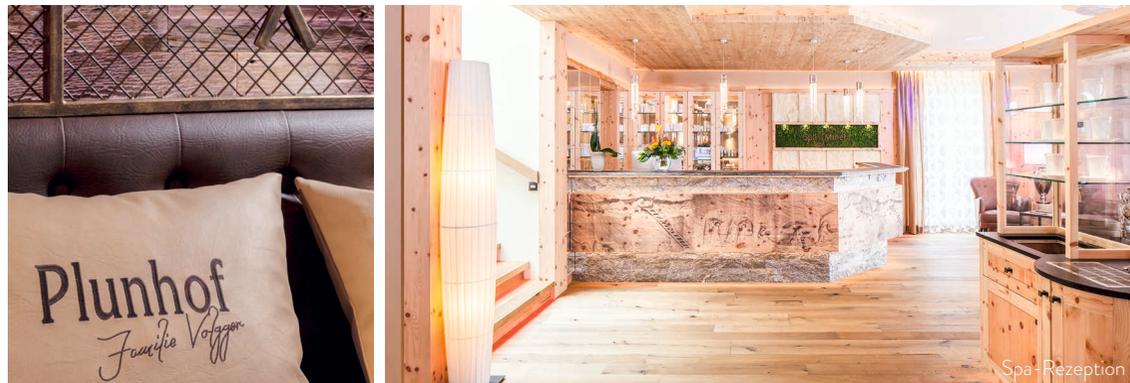
Die Spa-Rezeption gibt Ihnen gerne alle Informationen über den Spa-Bereich und reserviert Ihnen Ihre persönliche Verwöhnzeit in den Behandlungsräumen – zu den Schwerpunkten Regeneration, Vitalität, Detox, Entspannung usw.

Spa-Lounge „Schichtwechsel“

Der Wartebereich zum „Ankommen“ und „Einstimmen“.

Getränketheke mit Erfrischungen „Trink Bar'es“

Hier genießen Sie Teevariationen aus heimischen Kräutern in besonderer Atmosphäre.



Über die „Knappenwiese“ führt unsere Reise weiter zur „Grottenwelt“ – ein Erholungsabenteuer beginnt ...

Knappenwiese

Unter freiem Himmel sind hier natürliche Elemente wie Holz, Stein und Wasser zu einer einzigartigen Symbiose vereint. Der „sprudelnde“ Salzsee in einer verzaubernden Gartenatmosphäre lädt zum Entspannen und „Lichttanken“ ein.

Grottenwelt

Ein mystischer Stollensee ermöglicht ein entspanntes „Eintauchen“ in die Welt der Sinne.

Stollensauna

Mit 80 bis 100 °C wird dem Körper in dieser Sauna mit besonderem Stollencharakter so richtig eingheizt, um sich von Altlasten zu befreien, den Kreislauf in Schwung zu bringen und den Blick aus dem von außen nicht einsehbaren Panoramafenster zu genießen. Schöner kann Schwitzen nicht sein ...

Grottenreich

Auf dem Weg von der Stollensauna zum Stollensee lädt dieser Ort zum Rasten ein.



Knappenhaus mit Salzsee



Stollen im Grottenreich

Das Knappenreich

Wo Wasser, Wärme und Ruhe zueinander finden

Wasserreich

Ein Duschtempel, der Ihre Intimsphäre wahrt. Frisches Quellwasser und natürliche Duschtensilien ermöglichen in funktionellen Erlebnisduschen ein herrliches Körpergefühl. Kühnendes Natureis in einem Trog aus Stein und ein beeindruckender Wasserfall sorgen für traumhafte Duschkomente. Drei Kneippbecken für ein Spiel der Temperaturen, welches Leichtigkeit und Frische verleiht.

Kleines Ruhe Reich

In privater Atmosphäre mit nur vier Liegeplätzen kuschelig auf unseren äußerst komfortablen Relaxliegen die Seele baumeln und den Blick in die Ferne schweifen lassen ...

Trinkreich

Mit kühlem Bergquellwasser und warmen Kräutertees den Durst löschen ...



Wärmereich

Feuerlöchl

Regenerierende Auszeit nach körperlichen Aktivitäten oder auch nur Zeit zum Entspannen findet man auf ergonomischen Komfort-Holzliegen in den Infrarotkabinen. Zu zweit gesunde Zeit im Liegen genießen und den Tag Revue passieren lassen ...

Silber-Dampfkessel

Ein Dampfbad, das mit der Kraft des einzigartigen Südtiroler Silberquarzits® zu einem ausgleichenden Energiebad wird. Der Dampf am warmen Stein umspielt Ihren Körper.

Bio-Ofenkammerl

Hier wird Körper, Geist und Seele bei sanften 60 °C entspannt eingeheizt. Ein „softes“ Saunaerlebnis.



Das Knappenhaus

Wahre Bergstimmung erleben

Knappensauna

Auf gemütlichen 45 m² im Erdgeschoss des Block-Bergwerkshauses breitet sich bei heißen Temperaturen von 80 bis 100 °C hinter einem nicht einsehbaren Panoramafenster ein einzigartiges Ambiente zum Saunieren aus. Zur Abkühlung gibt es einen direkten Weg nach draußen zu einem geschützten Nacktbereich auf der Knappenwiese.

Knappenkaue

Ganz oben im Bergwerkshaus angekommen, finden Sie das Reich der Ruhe mit natürlichem Licht – ein Ort, der Ausblicke gewährt, jedoch keinen Einblick zulässt und an dem natürliche Materialien harmonisch aufeinandertreffen.

Kraft aus Erde und Stein

Im Spa Minera findet der heimische Naturstein in seiner einzigartigen silbrig schimmernden Optik seinen gebührenden Platz.



Knappensauna

Hier haben Sie genug

Zeit zum Ausruhen

... dies wirkt sich positiv auf das Kurzzeitgedächtnis aus.



Ruhereich

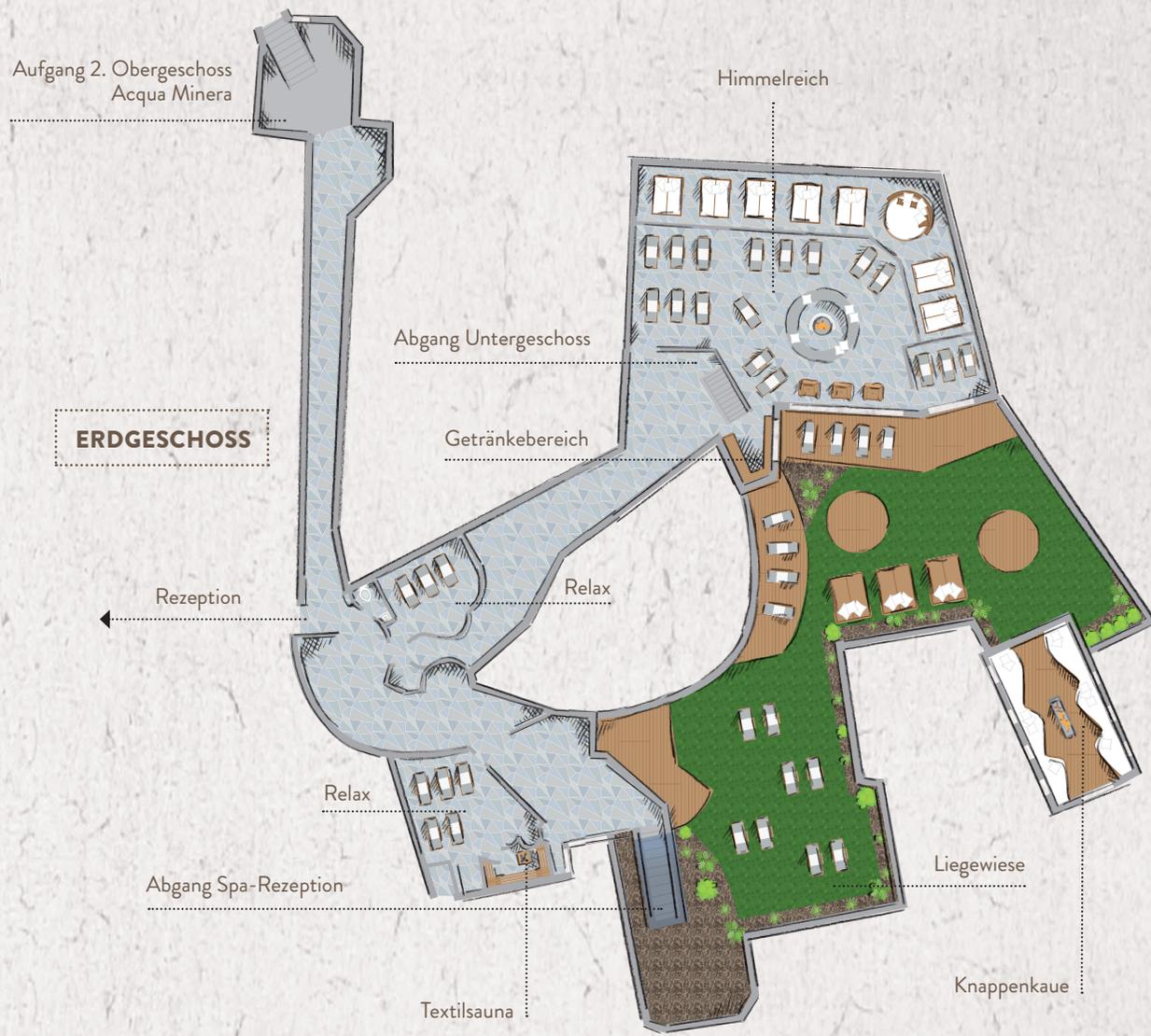
Das Himmelreich

Ruhebringende Atmosphäre

Nach all den Erlebnissen ist das „Himmelreich“ der passende Ort, um zur Ruhe zu kommen, zu entspannen, aufzutanken und loszulassen ... Ein Reich, in dem man sich auf den „Relaxbetten“ wie im siebten Himmel fühlt. Hier beobachtet man die Flammen im Feuer und lauscht den sanften Tönen des Wasserspiels, während es als Wasserfall nach unten gleitet. Für ausreichend Lektüre sorgt die „kleine Bibliothek“, die für jeden Geschmack etwas bietet.

Durch einen Verbindungsgang gelangen Sie direkt vom Saunabereich in das „Reich der Schönheit und Gesundheit“.

Luxuriös ausgestattete Behandlungskabinen mit viel Tageslicht laden zur „Auszeit“ ein – mit einem authentischen Pflegeangebot für Gesichts- und Körperbehandlungen, Massagen und Packungen, kombiniert mit regionalen, natürlichen Produkten. Eine Beratung und Terminvereinbarung für Ihre persönliche Wohlfühlzeit ist an der Spa-Rezeption gerne möglich. Ob Signature Treatment oder Kräuteröl-Massage – tauchen Sie ein in die Vielfalt unseres Angebots.



Spa-Etikette

Damit alle unsere Gäste das Spa Minera im Hotel Plunhof in Ruhe und Entspannung genießen können, bitten wir Sie, Ihre Gespräche entsprechend Ihrer Umgebung anzupassen und Mobiltelefone abzustellen. Der Eintritt ist für Jugendliche ab 15 Jahren gestattet.

Wir sind gerne für Sie da

Lassen Sie uns bitte jederzeit eventuelle Wünsche, Besonderheiten oder Anregungen wissen.

Behandlungen am besten frühzeitig buchen

Bitte beachten Sie, dass an speziellen Tagen Behandlungen schnell ausgebucht sein können. Um Wunschtermine garantieren und auf Ihre Vorlieben eingehen zu können, empfehlen wir daher, bereits vor Ihrer Anreise konkrete Terminwünsche bekannt zu geben. Terminstornierungen bis zu 12 Stunden vorher sind kostenfrei. Danach müssen wir 50 % der Behandlungskosten verrechnen. Auch bitten wir um Ihr Verständnis, dass sich Ihre Anwendungszeit bei Verspätung entsprechend verkürzt.



Ihre Wohlfühlzeit

Um Ihre volle Behandlungszeit genießen zu können, bitten wir Sie, sich 10 Minuten vor Anwendungsbeginn an der Spa-Rezeption einzufinden.

Ihre Gesundheit ist uns wichtig

Teilen Sie uns bitte eventuelle gesundheitliche Beschwerden mit, damit wir Ihre Spa-Anwendungen optimal auf Sie abstimmen können.

Kleidung im Spa-Bereich

Kommen Sie bitte ohne Schmuck und im Bademantel, den wir Ihnen für die Zeit Ihres Aufenthaltes zur Verfügung stellen, zu Ihrer Anwendung.

Handtücher

In Ihrem Zimmer ist ein Badekorb mit Handtüchern für Sie vorbereitet, den Sie für Ihren Besuch im Spa Minera gerne nutzen können.

Öffnungszeiten

Für alle Behandlungen steht das Spa-Minera-Team von 10 bis 19 Uhr gerne zu Ihrer Verfügung.

Wir wünschen Ihnen eine wunderbare Zeit in unserem Spa Minera!

Ihr Spa-Minera-Team

Mit Erscheinen der neuen Preisliste verlieren alle bisherigen Preise ihre Gültigkeit.
Satz- und Druckfehler sowie Änderungen vorbehalten.
Spa-Konzept: marketing-deluxe.at



Plunhof

Heimat der Generationen

Obere Gasse 7 | 39040 Ratschings-Ridnaun / Racines-Ridanna
SÜDTIROL / ALTO ADIGE / ITALIEN
Tel. +39 0472 656 247 | Fax +39 0472 656 249 | info@plunhof.it

www.plunhof.it