



SPA MENU

KÜGLER
HOF

YOGA
PILATES
MASSAGGI & TRATTAMENTI

MORNING WALK & STRETCHING
MASSAGGI & TRATTAMENTI

YOGA
PILATES
MASSAGGI & TRATTAMENTI

DOG - WALK CON I PROPRIETARI
MASSAGGI & TRATTAMENTI

MASSAGGI & TRATTAMENTI

MARTEDÌ

08:00 - 08:50
09:00 - 09:50
14:00 - 19:00

MERCOLEDÌ

08:30 - 10:00
13:00 - 19:00

GIOVEDÌ

08:00 - 08:50
09:00 - 09:50
14:00 - 19:00

VENERDÌ

08:30 - 10:00
13:00 - 19:00

SABATO

11:00 - 19:00

PROGRAM WEEKLY

INFO & SPA ETIQUETTE

ABBIAMO CREATO UN'AREA DI BENESSERE
E TRANQUILLITÀ DOVE POTRETE
RILASSARVI IN UN'ATMOSFERA
PIACEVOLE.

Nel nostro reparto saune vi aspettano una sauna
finlandese, una sauna bio, una sauna al fieno e
una cabina ad infrarossi, completata da un
percorso Kneipp e una vasca idromassaggio.

Le saune sono accese tutti i giorni dalle 15:00,
mentre nei giorni di pioggia già dalle 13:00.

La zona relax invita a rilassarsi su comodi
letini, con libri e riviste e la consueta vista
spettacolare.

Nel nostro grande prato prendisole si trova la
nostra piscina riscaldata con vista su Merano e
sulle montagne circostanti.

LA NOSTRA MASSAGGIATRICE ANAMARIA
È UNA TERAPISTA CERTIFICATA E
ALLENATRICE SPORTIVA ED È PRESENTE
IN STRUTTURA DAL MARTEDÌ AL SABATO.

Insieme a lei, abbiamo creato un programma
giornaliero di attività fisica, per cui potrete
iscrivervi alla reception entro le 16:00 del
giorno precedente.

In aggiunta alle attività di gruppo, potrete
prenotare Anamaria anche per una sessione privata.

MASSAGGIO CLASSICO CORPO INTERO

Il massaggio classico corpo intero è un trattamento piacevole che coinvolge l'intero corpo con diverse tecniche di massaggio come sfioramenti, impastamenti e pressioni. Favorisce la circolazione sanguigna, allevia le tensioni, riduce lo stress e induce un profondo rilassamento del corpo e della mente.

50 Min.	90,00 €
80 Min.	120,00 €

MASSAGGIO PARZIALE CORPO

Il massaggio parziale corpo si concentra su specifiche aree del corpo, come schiena, collo, spalle o gambe. Con tecniche mirate, vengono sciolte le tensioni, stimolata la circolazione e alleviati i disturbi nelle zone trattate. È ideale per chi ha dolori localizzati o stress.

30 Min.	50,00 €
---------	---------

MASSAGGIO DEEP TISSUE

Il massaggio deep tissue è un trattamento intenso che agisce sugli strati più profondi dei muscoli. Aiuta a sciogliere le tensioni croniche, stimola la circolazione sanguigna e allevia i dolori. Particolarmente efficace per tensioni muscolari causate da stress o sforzi fisici.

50 Min.	95,00 €
80 Min.	125,00 €

Con Olio di Arnica + 10,00 €
L'olio di arnica ha proprietà anti-infiammatorie e analgesiche e favorisce la rigenerazione dopo uno sforzo fisico o in caso di infortuni.

MASSAGGIO SPORTIVO

Il massaggio sportivo è un trattamento mirato alle esigenze degli sportivi. Favorisce la circolazione, scioglie le tensioni muscolari, allevia il dolore muscolare e supporta il recupero dopo l'allenamento. Può anche essere utilizzato in modo preventivo per evitare infortuni e migliorare la flessibilità.

50 Min.	100,00 €
80 Min.	130,00 €

Con Olio di Magnesio + 10,00 €
Il magnesio supporta il rilassamento muscolare, allevia crampi e tensioni e favorisce il recupero dopo uno sforzo fisico. Questo olio è particolarmente efficace per le tensioni muscolari, la stanchezza e il recupero.

TRATTAMENTO DEI PUNTI TRIGGER

Il massaggio ai punti trigger è una tecnica che agisce su punti dolorosi e induriti nei muscoli. L'obiettivo è alleviare il dolore e rilassare la muscolatura.

20 Min.	40,00 €
---------	---------

LINFODRENAGGIO

Il linfodrenaggio è una tecnica di massaggio delicata che stimola il flusso linfatico, favorendo così la disintossicazione del corpo. Aiuta a eliminare i liquidi in eccesso, riduce i gonfiori e supporta il recupero.

50 Min.	90,00 €
---------	---------

Se non può partecipare a un appuntamento prenotato, la preghiamo di annullare almeno 24 ore prima dell'orario previsto. In caso contrario, saremo costretti ad addebitare comunque il trattamento.

MASSAGGIO AROMATERAPEUTICO

Il massaggio aromaterapico combina l'effetto rilassante di un massaggio con oli essenziali scelti in base alle necessità. I profumi agiscono su corpo e mente, riducendo lo stress, favorendo il rilassamento e migliorando il benessere emotivo.

50 Min.	90,00 €
80 Min.	120,00 €

MASSAGGIO HOT STONE

Il massaggio con pietre calde utilizza pietre lisce e calde che vengono posizionate su determinate aree del corpo e fatte scorrere delicatamente sulla pelle. Il calore penetra nei muscoli, stimola la circolazione, scioglie le tensioni e induce un profondo rilassamento. È particolarmente indicato per lo stress e le tensioni muscolari.

50 Min.	90,00 €
80 Min.	120,00 €

MASSAGGIO LOMI LOMI

Il massaggio Lomi Lomi è una tradizionale tecnica hawaiana che utilizza ampi movimenti fluidi. Favorisce un profondo rilassamento e offre una sensazione di leggerezza e armonia. Questo massaggio unisce corpo, mente e spirito, ed è ideale per ridurre lo stress e migliorare il benessere.

50 Min.	100,00 €
---------	----------

MASSAGGIO PRENATALE

Il massaggio in gravidanza è un trattamento delicato e rilassante, appositamente pensato per le future mamme. Allevia tensioni a livello di schiena e collo, riduce il gonfiore e favorisce il benessere generale.

50 Min.	80,00 €
---------	---------

MASSAGGIO VISO

Il massaggio viso stimola la circolazione della pelle, scioglie le tensioni facciali e potenzia l'efficacia dei trattamenti per la cura della pelle. Favorisce il rilassamento, migliora l'incarnato e dona una sensazione di freschezza e distensione.

30 Min.	60,00 €
---------	---------

MASSAGGIO CRANIOSACRALE

Il massaggio craniosacrale è un trattamento delicato che stimola il sistema craniosacrale, composto dal cervello e dal midollo spinale. Con tocchi leggeri, viene attivato il flusso energetico nel corpo, alleviando tensioni e favorendo l'autoguarigione. Aiuta a ridurre stress e dolore, migliorando il benessere generale.

20 Min.	40,00 €
---------	---------

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

La riflessologia plantare è una tecnica terapeutica che agisce su punti specifici dei piedi, collegati a vari organi e zone del corpo. Stimolando queste aree, si favorisce la circolazione, si aumenta il benessere e si attivano le capacità di autoguarigione del corpo.

30 Min.	50,00 €
---------	---------

TAPING

Il taping è una tecnica che consiste nell'applicare strisce elastiche sulla pelle per stabilizzare muscoli, articolazioni e legamenti. Favorisce la guarigione, allevia il dolore e migliora la mobilità senza limitare i movimenti. Viene spesso utilizzato per infortuni sportivi o disturbi muscolari.

20 Min.	20,00 - 50,00 €
---------	-----------------