



MEIN SEIN

## **Liebe Gäste,**

am Feuerberg zu sein bietet die Möglichkeit, sich über den Alltag aufzuschwingen. In schnelllebigen Zeiten mit ständiger Erreichbarkeit, in der Termine drängen und viele verschiedene Anforderungen an uns gestellt werden, fühlen wir uns des Öfteren zerrissen. Wir spüren uns vielleicht kaum mehr, verfallen in einen Modus des „Funktionierens“ und kommen an unsere Grenzen – das Lebendige in uns, das Fühlen, bleibt auf der Strecke. MEIN SEIN nennen wir deshalb unser Wellnesszentrum und unterstützen Menschen, wieder in ihr SEIN zu kommen.

**Ich sein – im Hier und Jetzt sein – frei zu sein.**

**Feuerberg – ein Ort der Transformation – der Echtheit – der Inspiration – ein Kraftplatz.**

**Ein Energietor zum ganzheitlichen Wohlbefinden und zur seelischen Ausgeglichenheit.**

**Von mir berührt sein – vom Himmel berührt sein.**

**Vom Tun zum Sein – Fühlendes SEIN.**

**MEIN SEIN**

Massagen wirken weit über das körperliche Wohlbefinden hinaus. Durch sorgsame und liebevolle Berührung kommen wir mit uns selber wieder in tiefen Kontakt und sind von uns selbst wieder berührt. Eine bewusste Achtsamkeit auf unseren Körper und eine gute Selbstwahrnehmung bilden ein wichtiges Fundament für einen bewussten und liebevollen Umgang mit uns selbst, für Gesundheit, Wohlbefinden, Harmonie, Zufriedenheit und einer Verbesserung der Lebensqualität.

Alle MitarbeiterInnen unseres MEIN SEIN Teams haben eine fundierte und vertiefte fachliche Ausbildung mit Erweiterung in Spezialbereichen der Massage und Energiearbeit.

**Inhalt:** Meine Massage 4 | Meine Reise mit allen Sinnen 8 | Meine Energie 12 | Mein Genuss aus der Ferne 16 | Meine Schönheit 20 | Mein gepflegter Körper 24 | Meine Zeit mit Dir 28 | Meine Verwöhnzeit als werdende Mutter 30 | Kinder aufgepasst 34 | Allgemeine Informationen 36



# Meine Massage

Zur Entspannung der Muskulatur, Förderung der Durchblutung und Beweglichkeit von Muskeln und Gelenken, Steigerung von Wohlbefinden und Vitalität, Lösen von Ver-Spannungen, Regeneration und Entschlackung.



**loslassen - klären**



**stabilisieren - balancieren**



**nähren - aufladen**



## Ganzheitliche Ganzkörperluxusmassage

Angenehm warm und tiefgehend gelockert sein



Eine durchblutungsfördernde Moorteilpackung mit genau auf die Körperzone abgestimmtem Blütenessenz-Jojobaöl ist die ideale Vorbereitung auf eine nachfolgende Ganzkörpermassage. Die vorher gewählte Essenzmischung kann zusätzlich harmonisierend auf den feinstofflichen Körper wirken und ganzheitlich das allgemeine Wohlbefinden fördern.



65 Minuten ..... € 103,00



## Ganzheitliche Ganzkörpermassage

Fließend gelöst und genussvoll gestärkt sein



Eine individuell ausgesuchte Essenzmischung wirkt zusätzlich harmonisierend auf den feinstofflichen Körper und fördert ganzheitlich das allgemeine Wohlbefinden.

50 Minuten ..... € 79,00

65 Minuten ..... € 103,00



## Teilmassage

Entspannen und wohlfühlen

20 Minuten ..... € 40,00



## Rückenmassage intensiv

Tief und wohltuend befreit sein



Bei dieser tiefgehenden und entspannenden Rückenmassage wird bei Intensität und Technik besonders auf die individuellen Bedürfnisse eingegangen.

35 Minuten ..... € 60,00



## Kopf-Nacken-Massage

Leicht und frei sein



35 Minuten ..... € 60,00



## Fußreflexzonenmassage

Verbunden und geerdet sein



Die Reflexzonen des Fußes sind ein Abbild des ganzen Körpers. Deshalb kann bei dieser Massageart eine gute Wirkung auf physischen und energetischen Ebenen der Gewebe und Organsysteme erzielt werden.



20 Minuten ..... € 40,00

35 Minuten ..... € 60,00



## Lymphdrainage

Sanft im Fluss sein



Eine sanfte Massageart, die durch Streich-, Zieh- und Pumptechnik das Lösen von Stauungen im Lymphsystem anregt und tiefe Entspannung und Balancierung des vegetativen Nervensystems, die Stärkung der Immunabwehr und eine allgemeine Regeneration fördert.

20 Minuten ..... € 40,00

50 Minuten ..... € 79,00



## Gesichtslymphdrainage

Zart fließend sein

20 Minuten ..... € 40,00



## Kopf- und Gesichtsmassage

Wie Samt und Seide sein



Kann Spannungszustände im Kopfbereich und der mimischen Muskulatur harmonisieren. Der sanfte Weg zu Entlastung und Gedankenfreiheit.

20 Minuten ..... € 40,00

## MEINE MASSAGEKOMBINATION



### Kombi-Massage

Synergie von zwei wirkungsstarken Klassikern

Ganzkörpermassage und Fußreflexzonenmassage werden ergänzt mit einer hochwertigen Essenzmischung und individuell ausgeführt nach gewünschtem Schwerpunkt.

80 Minuten ..... € 125,00



### Teilkombi-Massage

Angenehm belebt sein

Synergie von Teilmassage und Fußreflexzonenmassage.

50 Minuten ..... € 79,00



### Lymphkombi-Massage

Ganz in mir angekommen sein

Kopf-Nackentherapie mit Gesichtslymphdrainage können zu tiefer Entspannung im ganzen Körper, Entstauung im Gesichts-, Kopf- und Nackenbereich führen und verspannungsbedingten Kopfschmerz lindern.

50 Minuten ..... € 79,00



## Energiekombi-Massage



Ganzheitlicher Energiespender



Wunderbar leicht und im Hier und Jetzt sein

Die effektive Kombination einer befreienden manuellen Rückenmassage mit Mikropressur aus Biokybernetik nach Smit – ausgeführt mit einem feinen Metallstäbchen.

50 Minuten ..... € 79,00

## MEIN FEUERBERG SPEZIAL



### Wirbelsäulen-Vitalmassage



In kraftvoller Balance und stabiler Leichtigkeit sein



Hier werden auf verschiedenen Ebenen zuerst intensive reflektorisch ansetzende Techniken individuell auf Ihre Bedürfnisse hin angewendet, um Spannungen und Blockaden zu lösen und die Selbstheilungskräfte anzuregen. Auf sanftem Wege wird dann die Entspannung des ganzen Organismus gefördert und die Wirbelsäule energetisiert.

65 Minuten ..... € 103,00

# Meine Reise mit allen Sinnen

Einzigartige genussvolle Momente...  
Spüren... Erleben... Genießen... Sein...



loslassen - klären



stabilisieren - balancieren



nähren - aufladen

## ALLSENSE ELEMENTEAUSGLEICH

Das Allsense-System wurde von Dokuho J. Meindl nach jahrelanger Praxiserfahrung in Traditioneller Chinesischer Medizin entwickelt. Wissen aus dem Osten wurde mit der Effizienz des Westens verbunden, um neue Wege für Gesundheit und Entspannung zu öffnen.



### Elementeausgleich

#### In meinem Element sein

Sie dürfen sich in die Welt Ihres Elementes (Feuer-Wasser-Holz-Erde-Metall), welches mittels Fragebogen ermittelt wird, einschwingen und mentale und körperliche Tiefenentspannung in weniger als 30 Minuten auf der speziellen Allsense-Liege erfahren. Alle fünf Sinne werden gleichzeitig angeregt – mit dem Duft von Aromaessenzen, Farblicht und einer speziell entwickelten Elementemusik, die eine Klangliege in Vibration versetzt. Ihr Geist kann zur Ruhe kommen und Ihre Sinne schöpfen neue Energie, wodurch die Immunabwehr gestärkt und Stress aktiv abgebaut werden kann. Eine anschließende Tasse Elementetees lässt die Anwendung ausgeglichen, stimuliert und zentriert nachwirken.

30 Minuten ..... € 37,00



### Elementeausgleich plus

Gemeinsam buchbar mit jeder anderen Massage-Anwendung.

30 Minuten ..... € 29,00

## ENERGIE TURBO IM „QI-QUANTAS“

Der „Qi-Quantas“ ist eine Spezialliege, die nach neuesten technischen, physikalischen und energetischen Erkenntnissen von Dr. Harald Granzer entwickelt wurde, um mit einem Feld natürlicher Frequenzen und Unterstützung von Tiefenwärme durch stimulierendes, wohltuendes Sonnenlicht ohne UV-Strahlen perfekte energetische Bedingungen für Entspannung und Regeneration, Harmonisierung von Körper, Seele und Geist, Beseitigung von energetischen Blockaden und Förderung des Energieflusses zu schaffen. Immer mehr Menschen vertrauen auf die Regulationsfähigkeit des eigenen Körpers und können diese so stabilisieren und weiter ausbauen. Der Benutzer bemerkt meist innerhalb von wenigen Minuten einen sanften Energieschub und ein Gefühl mentaler Leichtigkeit und Entspannung.



### Energie Turbo

Mit energetischer Vorbereitung

Energieausgleich ca. 45 Minuten ..... € 62,00

## WW „KLANGVOLLES SCHWINGEN“ AUF DER WAVEBALANCE®

### Schwebendes Sein

Ein Bewegungs-, Berührungs- und Klangerlebnis zur Revitalisierung, Harmonisierung und Energetisierung.

Manuela Sonntag hat diese wavebalance®-Liege auf Basis tiefgreifenden inneren Wissens, neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse und tiefer Überzeugung als wertvollen Beitrag zu einem harmonischen Ganzen entwickelt:

„Die Welle ist die Urbewegung des Wassers – Erleben Sie den sinnlichen Rhythmus der Schwingung. Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren sich selbsttätig – kehren Sie zurück zu Ihrer natürlichen Balance. Wenn das Urelement Wasser in sanften Wellen schwingt, kann sich heilsame und erneuernde Wirkung entfalten und zu tiefer Regeneration und stabiler Nachhaltigkeit beitragen. Es berührt alle Aspekte des Menschseins und führt zu einem harmonischen Zusammenspiel von Körper, Seele und Geist – ein uralter Weg zu Regeneration und Ganzheit.

Schallwellenübertragung im Wasser bringt jede einzelne Zelle in eine sanfte Schwingung. Gleichzeitiges Fühlen und Hören verbunden mit der Berührungskunst der TherapeutInnen können zu einem einzigartigen Erlebnis verschmelzen. Berührende Momente des Ankommens und Aufgehobenseins.

Wenn die Antennen der Wahrnehmung feinfühlicher werden, tauchen Sie ein in einen Raum der Stille und des Vertrauens, der Weg zum inneren Frieden und der Liebe zum eigenen SEIN.“



### WaveCare-Ritual

#### Locker und leicht sein

Die neue Dimension der Ganzkörper-Behandlung für mehr Bewegungsfreiheit und Wohlfühl.

Bei dieser Ganzkörper-Lockerungsbehandlung in Resonanz mit dem schwingenden warmen Wasser und dem Klang, können Sie erleben, wie Ihr gesamter Organismus in kürzester Zeit mehr und mehr entspannt und beweglich wird. Fließend-rhythmische Grifftechniken und Berührungsabfolgen bringen den gesamten Körper dabei in seinen ganz persönlichen Eigenschwung, Faszien und Gelenke können spürbar gelockert und entspannt werden.

**35 Minuten – in bequemer Kleidung ..... € 60,00**



### WaveMoving-Ritual

#### Grenzenlos im Fluss sein

Dieses Erlebnis für mehr Beweglichkeit, Wohlfühl und Leichtigkeit wirkt optimal auf sanftem Wege auf die Flexibilität aller Gelenke und Bindegewebe untereinander und wird individuell auf Sie und Ihren Körper ausgerichtet.

Mit fließenden dreidimensionalen dynamischen Grifftechniken und Streichungen können tiefliegende Verspannungen und Blockaden im sanften Fluss gelöst werden, insbesondere die der Wirbelsäule.

**50 Minuten – in bequemer Kleidung ..... € 79,00**



## WaveTouch-Ritual

### Im Einklang mit mir Selbst sein

Schwingen in Resonanz mit Wasser, Klang und achtsamer, sanfter Berührung mit pflegendem, **warmem Öl** kann Sie in ein weiches und entspanntes Körperempfinden, tiefe Regeneration und ein Gefühl der Nähe zu sich selbst führen. Ruhend im eigenen Zentrum breiten sich harmonische, natürliche Bewegungen über den gesamten Körper aus und ermöglichen eine inspirierende Erfahrung, die tiefen inneren Frieden spürbar werden lässt.

65 Minuten..... € 103,00

# Meine Energie

Verbindung von Himmel und Erde... Ganz sein...  
Ins Innere eintauchen... Fließen...



**loslassen - klären**



**stabilisieren - balancieren**



**nähren - aufladen**



## Reiki

**Kosmisch gestärkt und in Harmonie sein**



Energetisieren mit kosmischer Energie kann zum Ausgleich von energiereduzierten und blockierten Bereichen führen. Tiefe Entspannungszustände zwischen Schlaf- und Wachbewusstsein werden ermöglicht. Harmonisierung von Kreislauf, Stoffwechsel und Verdauung, Regenerationsfähigkeit und die Stärkung des Immunsystems werden gefördert. Diese Anwendung wird z.T. in Kombination mit den Qi-Quant Energieplatten durchgeführt.

**50 Minuten ..... € 80,00**



## Mein Flow

**Ganzheitlich individuell**



Ganz auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt können sich hier Techniken aus dem energetischen Bereich je nach Bedarf mit der Unterstützung von Qi-Quant Energieplatten, Edelsteinen, Energiesteinen, hochwertigen Essenzen oder Aromaölen entfalten. Willkommen auf einer gemeinsamen Reise zu Wohlbefinden, Harmonie und Einklang.

**65 Minuten ..... € 103,00**



## Qi-touch

**Stabil und beweglich sein**

Diese, von Hans Peter Steindl in jahrelanger Forschungsarbeit entwickelte Methode, regt durch sanfte Berührung an bestimmten Stellen am Körper über die fascialen Strukturen die Selbstregulationsmechanismen im Körper an – kann Stabilität, Balance und Beweglichkeit auf allen Ebenen fördern.

**35 Minuten ..... € 60,00**



## Biokybernetik nach Smit mit AMM

**Befreit und leicht sein**



Ein wirkungsvoller Ausgleich von Dysbalancen über körpereigene Regel- und Funktionskreise. Durch Micropressur mit einem feinen Metallstäbchen werden die körpereigenen Regelkreise aktiviert und die Wiederherstellung der optimalen Balance und Ausgeglichenheit, körperliche Lockerung und Aufrichtung unterstützt. Ein Gefühl von Leichtigkeit und Freiheit kehrt zurück. Die Gesundheit wird aus physikalischen Grundlagen heraus gefördert, die naturgegebene Regelung des Körpers wird in höchstem Grad stimuliert und der Energiefluss angeregt. In Kombination mit den Grundsätzen aus der Akupunkturmeridianmassage kann diese Anwendung ganz auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt werden. Im Rahmen dieser Anwendung sind auch energetische Narbenentstörungen möglich.

**50 Minuten ..... € 79,00**



## Klangmassage

**In Einklang und Harmonie sein**



Tibetische Klangschalen werden auf oder nahe an den bekleideten Körper gestellt und zum Klingen gebracht. Die Schwingungen der Klangschalen berühren Körper, Geist und Seele und führen zu innerer Ruhe und tiefer Entspannung. Der menschliche Organismus wird durch die harmonischen Schwingungen angeregt, sich auf allen Ebenen in sein ureigenes Schwingungsmuster einzuschwingen. Gongklänge bereichern erdend und erweiternd individuell die Wirkung der tibetischen Klangschalen.

**60 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 103,00**

Verfügbarkeit auf Anfrage



## Seelenklänge

**Auf allen Ebenen von mir Selbst berührt sein**



Diese intensive Energiearbeit mit unseren besonderen Alchemie-Kristallklangschaalen kann Ausgewogenheit und Zentriertheit, Klärung, Reinigung und Stärkung des Energiefeldes fördern, innere Entwicklung unterstützen und die Selbstheilungskräfte aktivieren. Der feine Kristallklang überträgt zusätzlich die Energie von Edelmetallen, Mineralien und Farben auf den ganzen Organismus.



**60 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 103,00**



## Sonnenton

**Sanft schweben**

Sie schwingen im sanften Oberton-Klangraum eines Klangbets – einem echten Saiteninstrument. Es entsteht eine Mikromassage des Körpers und eine Resonanz im Energie- und Emotionalkörper. Zusätzlich dienen Farbfolien, die in der Schwingungsfrequenz der Noreia-Essenzen entsprechend der Körperzonen platziert werden, als Energietankstelle und regulieren das Gleichgewicht der Entsprechungsebenen. Wie die Sonne gibt der Klang Vitalität, eröffnet neue Dimensionen und lässt unseren Horizont weiter, heller und leuchtender werden.

**20 Minuten ..... € 50,00**



## Energiecheck



In Übereinstimmung mit dem analytischen Unterbewusstsein wird mittels kinesiologischer Testung ein aktueller Energiestatus eruiert, der Hinweise darüber geben kann, wo mögliche Hindernisse in Ihrem Energiesystem verborgen sind, die es Ihnen erschweren, Ihr Leben in emotionaler Ausgeglichenheit, Wohlbefinden und vollkommener Gesundheit zu leben. Je nach zeitlichem Verlauf sind auch ausgleichende Maßnahmen möglich.

**65 Minuten ..... € 103,00**



## Reset intensiv



**Vom funktionierenden zum (er)lebenden Sein**



Die Anforderungen des modernen Lebens bringen uns oft an den Rand der Belastbarkeit, was unseren Körper schwächen und die innere Ausgeglichenheit bedrohen kann. Verschiedene energetische Zugänge ebnen auf effektive Weise den Weg, um Spannungen und Blockaden erkennen und loslassen zu können, in die eigene Mitte zurück zu finden und mit innerer Ruhe und Kraft wieder in Berührung kommen zu können. Dabei werden auch Lebensprinzipien vermittelt und einfache Hilfsmittel erarbeitet, die auch im Alltag dazu dienen können, mit unseren Energieressourcen konstruktiv umzugehen und die innere Ausgeglichenheit immer wieder bewahren zu können.



**95 Minuten ..... € 149,00**



## CranioSacraleImpulsRegulation

Nachhaltig energetisch

Die CSIR ist eine rein energetische Anwendung, die an der Schaltstelle zwischen dem grobstofflichen und feinstofflichen Körper ansetzt. Der Cranialrhythmus, als Sinnbild unserer Vitalität, wird in seinem Fluss gefördert und die Selbstregulierung angeregt. Die Behandlung erfolgt in einer tiefen Körpermeditation und ist auf allen Seinsebenen wirksam. Die Selbstregulierung findet meist innerhalb eines Zeitraums von 14 Tagen statt.

50 Minuten ..... € 80,00

# Mein Genuss aus der Ferne

Inspiration aus anderen Kulturen... Sanftes Lösen von Blockaden... Tiefe Entspannung... Fließen der Lebensenergie... Wohlige Wärme...



loslassen – klären



stabilisieren – balancieren



nähren – aufladen



## Kräuter-Zeremonie

### Freudvolle Wärme für den ganzen Körper

Nach einer einstimmenden Salbung mit warmen, erlesenen und duftenden Kräuterölen folgt eine Massage mit heißen Kräuterstempeln. Das körpereigene Repairsystem wird aktiviert, wodurch Zellregeneration, Zellerneuerung und der Stoffwechsel angeregt werden. Sie können ein wunderbar warmes Gefühl von Genuss, Entspannung und Regeneration im ganzen Körper erfahren.

Bitte wählen Sie:

Kräuter-Zeremonie – Genussvoll Exotisch

**65 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 111,00**

Kräuter-Zeremonie – Kraftvoll Alpin

**65 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 111,00**



## Lapiscal

### Wärmende Naturkraft

Heiße Basaltsteine und Sandsäckchen kommen hier zur Anwendung. Die wohltuend wärmende Massage und das Auflegen der Steine an besonderen Energiepunkten bewirken eine allgemeine Entspannung, der Energiefluss kann sich harmonisieren und Blockaden und Verspannungen können sich lösen.

**70 Minuten ..... € 121,00**



## LomiLomi

### All-ein-sein



Viele Aspekte von Körperarbeit vereinen sich in dieser traditionellen hawaiianischen Tempel-Massage. Die innere Haltung ist dabei genauso wichtig wie das Ritual aus Bewegung, Rhythmus, Dehnung, Mobilisierung und Streichung, um Spannung zu vermindern und die Durchblutung und den Fluss der Lebensenergie anzuregen.



Ein ganzheitliches Körperritual, das die Gesundheit fördert.

Lomi drückt den Respekt vor der Essenz des lebendigen Geistes in jedem Wesen aus.

**65 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 111,00**

**90 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 141,00**



## Balinesische Massage

### Tiefgehende Momente



Diese ganzheitliche, aus Bali stammende Massage entstand aus einer langen Tradition heraus. Sie kombiniert eine intensive Stimulation der fascialen Strukturen und der Muskulatur an den Beinen mit angenehmen Streichungen am ganzen Körper, um den ganzen Organismus zu einer neuen Harmonie zu führen.

65 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 111,00



## Ost-West-Massage

### Inneres Fließen



Wissen aus dem asiatischen Raum und dem Westen wird hier mit warmem Sesamöl zu einer Entspannungs- und Ausgleichsmassage kombiniert. Sie aktiviert die körpereigenen Heilkräfte, fördert das allgemeine Wohlbefinden und regt Energie- und Lymphfluss im Körper an.

65 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 111,00



## Bharatia – Indische Ausgleichsmassage

### Nährende Balance



Nach alter indischer Tradition sind Schönheit und Gesundheit Ausdruck innerer Balance. Diese wohltuende Ölmassage stimuliert Energiebahnen und -punkte und fördert ein Gleichgewicht von Vata, Pitta und Kapha, den 3 Grundprinzipien der indischen Heilkunde. Das warme Sesamöl wirkt pflegend und entgiftend und unterstützt intensive Entspannung und Ausgleich.

80 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 129,00



## Indasia

### Kraft im Rhythmus



In dieser besonderen rhythmischen und fließenden Massage vereint sich Heilkunst aus Indien, China und Tibet. Warmes Sesamöl fördert die Entgiftung und pflegt die Haut. Durch Aktivierung der Energiebahnen und Energiezentren können tiefgreifende Entspannung, Stärkung des Immunsystems und Ausgleich im ganzen Energiesystem gefördert werden.

95 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 141,00



## Lotosblüte

### Reise nach Innen



Der betörende Duft exotischer Öle begleitet Sie durch eine Zeremonie beginnend mit einem sanften Peeling und einer fließenden indischen Entspannungsmassage, um mit einer genussvollen Kopf- und Gesichtsmassage abzuschließen und zu einer Reise in innere Welten einzuladen.

95 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 141,00





# Meine Schönheit

Schönheit liegt auch darin sich selbst das Beste zu gönnen.



Manufaktur für liposomale Hautpflege.  
Garantiert einzigartig – natürlich – frisch –  
vegan – antiallergen – individuell.

Unser Kosmetikteam unter der Leitung von Melanie Mitter bietet Ihnen ein reichhaltiges Programm und freut sich auf Ihren Besuch.

Seit vielen Jahren ist die spezielle Pflegeserie völlig natürlichen Ursprungs von CA&LE ein fester Bestandteil im Mountain Resort Feuerberg. Um Qualität auf höchstem Niveau jederzeit zu garantieren, wird die Pflegelinie ausschließlich in Österreich hergestellt und zu 100% in Kärnten verarbeitet.

Mit diesen Produkten erhalten Sie eine Pflege, die nur ausgesuchte Wirkstoffe aus biologischem Anbau enthält und mittels innovativer modernster Verfahren hergestellt wird. Es werden grundsätzlich nur natürliche pflanzliche Rohstoffe verwendet, ohne Mineralöle, Konservierungsmittel oder chemische Emulgatoren.

Die natürliche Hautfunktion wird angeregt, Hautzellen revitalisiert und die optimale Ernährung der Haut sichergestellt.

## Zeremonie „Haut, Geist und Seele“

Diese Kosmetikanwendung enthält bei 50 Minuten wirkungsvollem Verwöhnen:

Sanfte Vorreinigung von Gesicht, Hals und Dekolleté / Analyse des Hautbildes / sanftes Peeling / auf den Hauttyp individuell abgestimmtes Wirkstoffkonzentrat / wohltuende Gesichtsmassage / hauttypgerechte CA&LE Maske nach Wirkungsschwerpunkt / Abschlusspflege für Augen, Gesicht und Dekolleté

50 Minuten ..... € 95,00

Bei 80 Minuten Intensivpflege genießen Sie zusätzlich:

Wimpern und Augenbrauen färben / Augenbrauenkorrektur / **Tiefenreinigung** / sorgfältiges und intensives Einarbeiten des Wirkstoffkonzentrates **mit Ultraschall** / eine genussvolle Massage von **Gesicht, Hals, Nacken und Dekolleté**

Aus den folgenden Pflegeschwerpunkten wählen wir direkt vor der Anwendung mit Ihnen gemeinsam die individuelle Maximalpflege für Ihre Zeremonie:

**Feuchtigkeit spenden & beruhigen**

**Klären & reinigen**

**Vitalisieren & sättigen**

**Revitalisieren & aufbauen**

80 Minuten ..... € 144,00

## Zeremonie „Anti Age & Regeneration mit OXYJET“

Natürlich schön mit Hyaluron und gepulstem Sauerstoff...  
Sichtbar glatter und straffer nach nur einer Anwendung...  
Anregung der Hauterneuerungsprozesse...

Analyse des Hautbildes und Auswahl der passenden Wirkstoffe für eine individuelle Maximalpflege / sanfte Vorreinigung von Gesicht, Hals und Dekolleté / hautbildgerechtes Peeling / effektives und intensives Einarbeiten eines speziellen Hyaluroncocktails mit 95% reinem molekularem Sauerstoff in die tiefen Hautschichten und epidermalen Zellzwischenräume, zur Anregung der Hauterneuerungsprozesse / wohltuende Gesichtsmassage / wertvolle Spezialmaske mit höchst wirkungsvollem biologischem Phytokollagen sorgt für mehr Volumen und Spannkraft der Haut, Milderung von Fältchen und intensive Feuchtigkeit der Haut / hauttypgerechte CA&LE Abschlusspflege

50 Minuten ..... € 105,00

## Zeremonie „Deep clean – Teenie special“

Für junge und pubertierende Haut von ca. 10 bis 18 Jahren

Hautbildbestimmung / sanfte Vorreinigung / klärendes Peeling / Tiefenreinigung / individuelle beruhigende Spezialmaske / hauttypgerechte CA&LE Abschlusspflege für jugendliche Haut

Clearing für 40 Minuten ..... € 72,00

## Zeremonie „Reinigung der Porentiefe mit Ultraschall Abrasion“

Reinigen, klären, verfeinern, harmonisieren...  
Geeignet für jeden Hauttyp in jedem Lebensalter...

Sanfte Vorreinigung / auf das Hautbild individuell abgestimmtes Peeling / intensive, antiseptische Tiefenreinigung mit Ultraschall Abrasion, wodurch Durchblutung, Lymphfluss und Abtransport von Giftstoffen angeregt werden / beruhigendes Wirkstoffkonzentrat / klärende Lehmmaske / hauttypgerechte CA&LE Abschlusspflege

50 erfrischende Minuten ..... € 95,00

## Zeremonie „Man Power“

Vitalisierende Gesichtspflege für den Herrn jeden Alters...  
Auch für Barträger geeignet...

Sanfte Vorreinigung / Hautbildbestimmung / Tiefenreinigung der Haut / Augenbrauenkorrektur / hauttypgerechtes Serum mit hochwertigsten Wirkstoffen / entspannende Gesichtsmassage / individuell abgestimmte Lehm-Maske / CA&LE „Every day Man“ Abschlusspflege

Vitale Männerpflege für 50 Minuten ..... € 95,00

## EXTRAS FÜR MEINE SCHÖNHEIT

### Zeremonie „Strahlendste Augenblicke“

Sanfte Reinigung / färben von Wimpern und Augenbrauen / Augenbrauenkorrektur / hochwertige Wirkstoffe zum Glätten und Straffen der Augencontour / Augenmassage / Augenmaske mit weißem Lehm und Edelweißextrakt / Augencreme von CA&LE

40 Minuten ..... € 72,00

Wimpern färben

15 Minuten ..... € 26,00

Augenbrauen färben

15 Minuten ..... € 26,00

Augenbrauen fassonieren

15 Minuten ..... € 26,00

Haarentfernung – Waxing

Oberlippe oder Kinn ..... € 20,00

## MEINE HÄNDE & FÜSSE

### Maniküre

Genuss für meine Hände

Handbad / Nagelfassion / Entfernen der Nagelhaut / Lackierung mit Standard-Farblack nach Wahl / Handmassage mit Hand Repair Pflege

Wir möchten Sie darauf aufmerksam machen, dass wir generell keine Kunstnägel behandeln!

40 Minuten ..... € 59,00

### Pediküre

Genuss für meine Füße

Ausgleichendes Heublumen-Fußbad / reinigendes Bergkristall-peeling / Nagelfassion / entfernen von Nagelhaut und Hornhaut / lackieren mit Standard-Farblack nach Wunsch / sanfte Nachpflege mit Ringelblumenfußbalsam und Astaxanthin

50 Minuten ..... € 79,00

### „Footcare for men“

Genuss für Füße und Beine

Aktivierendes Zirben-Fußbad / Nagelfassion / entfernen von Nagelhaut und Hornhaut / sanfte Nachpflege mit Ringelblumenfußbalsam

40 Minuten ..... € 60,00

# Mein gepflegter Körper

Wirkungsstarke Kompositionen für den Körper – wärmende Pflegerituale und Körperpeelings.



loslassen – klären



stabilisieren – balancieren



nähren – aufladen

## „GESUND UND SCHÖN“

Seidenweich und geschmeidig

**Unsere Pflegerituale** werden mit einem Ganzkörper-Peeling eröffnet, welches optimal auf die dann folgende spezielle Körperpackung mit wertvollen ätherischen Ölen und hochwertigen Pflanzenextrakten vorbereitet. Die besonderen Pflege-Kompositionen unterstützen ein klares, gepflegtes Hautbild, Entspannung und Wohlbefinden.

Bitte wählen Sie nach Ihrem Wirkungsschwerpunkt aus:



### **Aromapackung**



Entschlackung und Entgiftung, Verschönerung des Hautbildes, tiefe Entspannung und Wohlbefinden für den ganzen Körper werden gefördert. Den Ausklang bildet eine wohltuende Kopf-Gesichtsmassage.



### **Cellcontour**



Stoffwechselaktivierung, straffende und wärmende Wirkung an Oberschenkeln, Beckenbereich, Bauch und Oberarmen. Eine wohltuende Kopf-Gesichtsmassage rundet die Anwendung angenehm entspannend ab.



### **Silhouette**

**Rundum contourstark gepflegt**

Das „Special“ für Damen mit dem Schwerpunkt auf Hals, Dekolleté und Brustbereich sowie zusätzlich straffend und intensiv wärmend an Oberschenkeln, Beckenbereich, Bauch und Oberarmen.

65 Minuten ..... € 89,00

## „SANFT KLÄREND“

**Sanfte Körperpeelings** für ein klares Hautbild – die anregende Pflegevorbereitung.



### Himalaya-Bergkristall-Peeling

Ein belebendes und besonders reinigendes Peeling mit feinstem Bergkristall-Himalaya-Salz und einem Pflegecocktail an erlesenen Ölen bringt Klarheit auf allen Ebenen.

**30 Minuten (inkl. Nachruhe)..... € 50,00**



### Himalaya-Bergkristall-Peeling-Luxus

Das belebende und besonders reinigende Peeling mit feinstem Bergkristall-Himalaya-Salz und einem Pflegecocktail an erlesenen Ölen wird mit einer klärenden Gesichtsmassage mit Jojoba-Kokos-Öl und Bergkristall vervollständigt.

**45 Minuten ..... € 71,00**



### Himalaya-Almkräuter-Peeling

Warme Öle, Himalaya-Almkräuter-Salz – ein harmonisierendes Körperpeeling mit Pflegeeffekt.

**30 Minuten (inkl. Nachruhe)..... € 50,00**



### Himalaya-Almkräuter-Peeling-Luxus

Nach dem Körper-Peeling mit warmen Ölen und Himalaya-Almkräuter-Salz werden Sie warm eingepackt, um die Entschlackung optimal zu unterstützen. Die Anwendung wird mit einer für den ganzen Körper entspannenden und ausgleichenden Gesichtsmassage mit Jojoba-Öl und Basalt abgerundet.

**45 Minuten ..... € 71,00**



### Himalaya-Rosen-Peeling

Warme Öle, Himalaya-Rosen Salz – ein sinnesbelebendes Körperpeeling mit Pflegeeffekt.

**30 Minuten (inkl. Nachruhe)..... € 50,00**



### Himalaya-Rosen-Peeling-Luxus

Nach dem Körper-Peeling mit warmen Ölen und Himalaya-Rosen-Salz werden Sie warm eingepackt, um die Entschlackung optimal zu unterstützen. Die Anwendung wird mit einer für den ganzen Körper entspannenden und ausgleichenden Gesichtsmassage mit Jojoba-Öl und Rosenquarz abgerundet.

**45 Minuten ..... € 71,00**





Zeit füreinander nehmen  
und Zweisamkeit genießen.

# Meine Zeit mit DIR



loslassen – klären



stabilisieren – balancieren



nähren – aufladen

## Partnermassage

Folgende Massagen können bei gleicher Anwendungszeit zu zweit gebucht werden: Ganzheitliche Ganzkörperluxusmassage, Ganzheitliche Ganzkörpermassage, Teilmassage, Rückenmassage intensiv, Kopf-Nacken-Massage, Fußreflexzonenmassage.

Zeit zu zweit ..... Preise laut Wellnessfolder x2



## „Spüren – Genießen – Erleben“ in der SALVE IN TERRA



Ein sinnlich reinigendes und pflegendes Ritual für ungezwungene Verspieltheit und den Zauber samtiger Berührung

Erschließen Sie sich gemeinsam durch diese Erlebnispackung mit feinsten Mineralerde auf der Salve in Terra Liege wieder unmittelbaren Gefühlen wie Lebensfreude und Ungezwungenheit.... lassen Sie sich von sich selbst überraschen. Dieses System wurde speziell auf diese tiefen inneren Bedürfnisse hin von dem Wellness-Pionier Paul Haslauer entwickelt. Die Mineralerde-Aroma-Körperpackung aktiviert das Lösen von Schad- und Schlackenstoffen aus der Haut, Wirkstoffe können optimal aufgenommen werden. Ätherische Öle wirken wohltuend auf Ihr Nervensystem und Ihre Gefühlswelt

25 Minuten Zeit zu zweit ..... € 69,00



## Two for Two

Entspannung im Duett

Ganzheitliche Ganzkörper-Partnermassage mit darauffolgendem romantischem Klangerlebnis auf der wavebalance®-Liege.

80 Minuten Zeit zu zweit ..... € 190,00



## WaveDance

Schwungvoll fließend frei

Diese sanfte Ganzkörperlockerung im Rhythmus der mitschwingenden Wellen beginnt mit spielerischen Bewegungsübungen auf der warmen Wasserliege. Durch gemeinsames Fühlen und Hören während einer einfühlbaren, dreidimensionalen Stretching-Anwendung kommen Sie im Einklang mit der Welle in den Fluss, verbessern die Beweglichkeit von Gelenken und Bindegewebe und lösen Blockaden auf sanftem Wege. Gemeinsam geht's dann weiter mit neuem Schwung zu mehr Vitalität und Lebenskraft. .

50 Minuten

Zeit zu zweit – in bequemer Kleidung ..... € 85,00



## WaveFeeling

Berührt durch liebevolle Zuwendung

Fließende Ausstreichungen mit warmem Öl in Verbindung mit den zarten Schwingungen und Vibrationen der Töne entschleunigen, harmonisieren und öffnen für ein tiefes Gefühl von vertrautem Einklang miteinander.

Eine sanfte harmonisierende energetische Anwendung intensiviert das gemeinsame fühlende Sein und wird durch eine meditative- klangvolle Nachruhe abgerundet.

75 Minuten Zeit zu zweit ..... € 121,00



# Meine Verwöhnzeit als werdende Mutter

Herzlichste Gratulation, dass Sie neues Leben unter Ihrem Herzen tragen.



loslassen – klären



stabilisieren – balancieren



nähren – aufladen

Wir freuen uns, dass Sie einen kleinen Teil dieser kostbaren Zeit in unserem Haus verbringen, um diese neue Lebenssituation ganz besonders zu genießen und Zeit ganz für sich und Ihr Baby zu haben.

Falls wir Sie noch zusätzlich mit einer Anwendung im Wellnesszentrum verwöhnen dürfen, können Ihnen diese Informationen bei der Auswahl behilflich sein.

Hier werden Anwendungen angeführt, die für eine natürlich verlaufende Schwangerschaft geeignet sind – wenn Sie sich vollkommen gesund und auch in der Höhenlage wohl fühlen.

Bei einer Risikoschwangerschaft sollte unbedingt Rücksprache mit einem Arzt gehalten werden. In jedem Fall bitten wir Sie, bei der Reservierung und vor Beginn jeder Anwendung unsere MitarbeiterInnen vom Vorliegen der Schwangerschaft zu informieren, da dies immer mitberücksichtigt werden muss.



## Massage „baby moon“

### Wohliges Loslassen



Sanfte Massage mit warmem Öl auf der LadyMary-Spezialliege – es tut gut, wieder einmal gemütlich in Bauchlage zu entspannen.

35 Minuten ..... € 60,00

50 Minuten ..... € 79,00



## Biokybernetik nach Smit mit AMM

### Angenehme Leichtigkeit

Der Ausgleich des Energiesystems, das Wohlbefinden und die Harmonisierung von Mutter und Kind werden gefördert.

35 Minuten ..... € 60,00



## WaveDream

### Tiefenentspannte Harmonie auf der wavebalance®-Liege

Entspannt und schwerelos gebettet werde ich auf der großen warmen Wasserliege sanft gewiegt. Ich schwingen in Resonanz mit Wasser, Klang und achtsamer, sanfter Berührung mit pflegendem, warmem Öl und genieße ein Gefühl von Nähe und Verbundenheit.

50 Minuten (inkl. Nachruhe) ..... € 79,00

## **Weitere Informationen für werdende Mütter zum gesamten MEIN SEIN Programm:**

Mögliche Anwendungen in den ersten 12 Schwangerschaftswochen: Elementeausgleich, Kosmetik, Kopf-Nackenmassage, Kopf-Gesichtsmassage, Gesichtslymphdrainage

### **Zusätzliche mögliche Anwendungen im 4.-7. Schwangerschaftsmonat:**

- Wenn Sie noch am Rücken liegen können: Massage „baby moon“, Reiki, CSIR, Lymphdrainage, sanftes Peeling und Indische Ölmassagen, Ost-West-Massage, Biokybernetik nach Smit mit AMM, Kosmetik, Klangwelle für werdende Mütter, WaveDream.
- Wenn die Rückenlage schon beschwerlich ist: Massage „baby moon“, Reiki, Biokybernetik nach Smit mit AMM, WaveDream.

*Diese Informationen erfüllen nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Sollte Ihre Wunschanwendung nicht vermerkt sein, wenden Sie sich bitte zur Abklärung an die MEIN SEIN Wellnessrezeption.*



# Kinder aufgepasst!

Neues entdecken für Kinder im Alter von  
ca. 3-12 Jahren.



loslassen – klären



stabilisieren – balancieren



nähren – aufladen



## Kindermassage

Entspannt sein



Sanfte Massage mit warmem Öl für junge Genießer. Buchbar bis zu einem Alter von 12 Jahren.

20 Minuten ..... € 36,00



## Elementeausgleich

Verträumt sein

Träumen mit Farblicht, Klang, Duft und Vibration auf der Allsense-Liege.

30 Minuten ..... € 36,00



## Familien-Spaß in der Salve in Terra

Lustiges Zusammensein



Ein gemeinsames Erlebnis mit Mama oder Papa in duftender Mineralerde für 1 Erwachsenen und max. 2 Kinder bis zu einem Alter von 10 Jahren.

25 Minuten ..... € 76,00



## WaveCare-Ritual

...voll cool...

Die neue Dimension der Ganzkörper-Behandlung für mehr Bewegungsfreiheit und Wohlfühl.

Manuelle, fließend-rhythmische Grifftechniken und Berührungsabfolgen bringen den gesamten Körper dabei in seinen ganz persönlichen Eigenschwingung, Faszien und Gelenke können spürbar gelockert und entspannt werden.

35 Minuten – in bequemer Kleidung ..... € 58,00



# Allgemeine Informationen

## **Beratung und Terminvereinbarung**

Hotelrezeption: DW 100 (07:30-22:00 Uhr)

MEIN SEIN Wellnessrezeption im

Badehaus: DW 180

E-Mail: [wellness@feuerberg.at](mailto:wellness@feuerberg.at)

**Zu Ihrem Behandlungstermin** empfehlen wir Ihnen ein paar Minuten vorher in das „MEIN SEIN“ zu kommen – wenn nicht anders angeführt, gerne im Bademantel. Trinken Sie ein Glas Wasser oder Kräutertee, kommen Sie in Ruhe an.

Vor jeder Anwendung erfragen wir Ihre ganz individuellen Behandlungsziele und -wünsche. Daher bitten wir Sie die Zeit vor Ihrer ersten Behandlung zu nutzen, um den Gastdatenbogen auszufüllen. Kompetente Beratung ist ein Bestandteil der Anwendung und liegt uns sehr am Herzen.

Gesundheitliche Besonderheiten: Wir bitten Sie, uns chronische oder akute Beschwerden (Fieber, Diabetes, Operationen in den letzten 2 Jahren, Wirbelsäulenverletzungen, Bandscheibenvorfälle, Knochenbrüche, Herz-Kreislaufkrankungen, Implantate, Tumorerkrankungen, Allergien oder Unverträglichkeiten) schon bei der Buchung bzw. jedenfalls vor dem Anwendungstermin mitzuteilen. Dies gilt auch für die regelmäßige Einnahme von Medikamenten und für den Fall, dass Sie ein Baby unter Ihren Herzen tragen.

**Nach den Anwendungen** empfehlen wir Ihnen eine Ruhezeit von ca. 30 Minuten und viel – wenn möglich – warmes Wasser oder Kräutertee, um die volle Wirkung der Anwendung genießen zu können. Nach Ölanwendungen bitte etwa zwei Stunden direkte Sonnenbestrahlung vermeiden.

## Stornobedingungen

Sollten Sie einen vereinbarten Termin nicht wahrnehmen können, bitten wir Sie, uns bis spätestens 24 Stunden vor der Anwendung zu informieren – Hotelrezeption DW 100, MEIN SEIN Wellnessrezeption DW 180. Reservierte jedoch nicht in Anspruch genommene Anwendungen werden sonst mit 90% des Normalpreises verrechnet.

## WISSENSWERTES

**Geomantie:** Alle Anwendungen finden dank einer Geomantischen Entstörung, Energetisierung wie auch einer speziellen Imprägnatur der Anwendungsräume in einem Feld statt, das perfekte energetische Bedingungen für Entspannung und Regeneration, Harmonisierung von Körper, Seele und Geist, Beseitigung von energetischen Blockaden und Förderung des Energieflusses schafft.

**Farbschwingungen** haben einen großen Einfluss auf die seelische Stimmung und auf das allgemeine Wohlbefinden eines Menschen. Sie unterstützen den Organismus zum harmonischen Ausgleich und veranlassen diesen zu deutlich nachweisbaren Reaktionen. Wir können Farben auch empfinden. Über die Haut werden Farbschwingungen aufgenommen, die über elektromagnetischen Schwingungen im Biophotonenfeld mit dem Inneren des Körpers kommunizieren und biochemische Vorgänge im Organismus beeinflussen. Weiteres wurde erkannt, dass der Schwingungsbereich der Cytochrome, welche Teile der Atmungskette darstellen, genau jenem bestimmter Spektralfarben entspricht.

**Klänge**, die auf unser Ohr auftreffen, werden ins Gehirn weitergeleitet und beeinflussen unser Bewusstsein. Wenn sie auf den Körper auftreffen, pflanzen sie sich in den Körperflüssigkeiten fort und versetzen das Gewebe in Vibration. Sie bewirken eine zarte Massage auf molekularer Ebene. Wenn man davon aus-

geht, dass jedes Gewebe eine Eigenfrequenz hat, so ist eine körperliche Störung wie ein falscher Ton an diesem Ort. Wird die jeweilige Stelle in Vibration versetzt, so wird sie dazu angeregt, in ihre eigene Frequenz zurückzukehren.

**Ätherische Öle** sind die Seele der Heilpflanzen und werden über Destillation gewonnen. Ihr Duft entspricht ihrer seelischen Qualität, ihrem inneren Wesen. Geruchswahrnehmungen lösen außerordentlich komplexe Vorgänge im Gehirn aus und haben seelische, stoffliche und bewusstsensverändernde Wirkung. Wohlgerüche werden immer schon mit Göttlichem gleichgesetzt und als Mittler zwischen Seele und Körper verstanden. Jeder Duft löst in uns Empfindungen und Gefühle aus und beeinflusst Motivation, Kreativität und Konzentration.

**Essenzen** aus Blüten oder Edelsteinen beinhalten den reinen geistigen Anteil ohne jede stoffliche Komponente, dessen Schwingung in Wasser gespeichert wird. „Blüten sind strahlende Gesichter Gottes, Edelsteine sind kristallene Gedanken Gottes“. Blütenessenzen wirken über unseren Energiekörper auf den physischen Körper aber auch auf den Emotional- und teilweise auf den Mentalkörper. Sie ermöglichen ein „ganzheitliches Wohlfühlen“ und können die Wirkung von Anwendungen intensivieren.

**Edelsteine** wirken im physischen Körper durch die Anregung der Molekularstruktur, in Essenzen wirken sie auf den Mentalkörper, wo festgefahrene Gedankenmuster erkannt und verändert werden können.

### Du musst das Leben nicht verstehen

Du musst das Leben nicht verstehen,  
dann wird es werden wie ein Fest.  
Und lass dir jeden Tag geschehen  
so wie ein Kind im Weitergehen von jedem Wehen  
sich viele Blüten schenken lässt.

Sie aufzusammeln und zu sparen,  
das kommt dem Kind nicht in den Sinn.  
Es löst sie leise aus den Haaren,  
drin sie so gern gefangen waren,  
und hält den lieben jungen Jahren  
nach neuen seine Hände hin.

Rainer Maria Rilke



## Impressum

Bergeralp Hotelbetriebsgesellschaft mbH, 9551 Bodensdorf, Kärnten, Österreich. Konzeption und Text: Erwin Berger. Kreation und Gestaltung: [www.wf-design.at](http://www.wf-design.at), Walter Fröhlich. Bildnachweis: Mountain Resort Feuerberg, Gernot Gleiss, CA&LE, shutterstock. Preise gültig ab September 2023, Änderungen vorbehalten. Für den Inhalt verantwortlich: Erwin Berger, vorbehaltlich Satz- und Druckfehler. Gerichtsstandort: Klagenfurt.

Mountain Resort Feuerberg | +43 4248 2880 | [wellness@feuerberg.at](mailto:wellness@feuerberg.at) | [www.feuerberg.at](http://www.feuerberg.at)

