

MEDICAL & WELLNESS 2025

Gesundheit ganzheitlich erleben

SO LEICHT SO SCHÖN



04 Die ROSENALP Philosophie

08 Übersicht Behandlungen

12 Schroth- & Fastenkur

16 Ernährung



20 Bewegung

24 Mentale Balance

28 Ernährungstherapie

30 Physiotherapie & Osteopathie

34 Medical Center

42 Med Spa

46 Sense Spa

54 Spa-Etikette

56 Zimmerimpressionen



WEIL WIR KINDER LIEBEN!

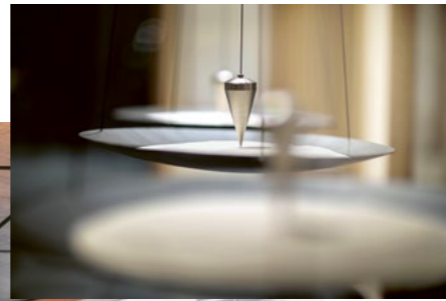
ADULTS ONLY

Me-Time. Quality-Time. Nichts ist so wertvoll wie Zeit. Im durchgeplanten Familienalltag kommen deshalb die Bedürfnisse der Eltern oftmals zu kurz. In unserem Resort schenken wir Ihnen die ungeteilte Aufmerksamkeit. Erholen Sie sich, schöpfen Sie neue Kraft, hören Sie auf die Signale Ihres Körpers – für Ihr persönliches Wohlbefinden und neue Energie für Ihre Lieben!



loslassen

DIE FÜNF SÄULEN



Unser Erfolgskonzept

Seit über 50 Jahren begleiten wir unsere Gäste dabei, einen gesunden Lebensstil zu erlernen und auch nach der Abreise zu leben. Die fünf Säulen sind die Basis unserer Arbeit und bilden unser Angebotsspektrum für eine ganzheitliche Gesundheit ab. Sie werden sehen: Nach einem Aufenthalt bei uns fühlen Sie sich so leicht, so schön!



Möchten Sie sich von den Altlasten eines ungesunden Lebensstils befreien, das Immunsystem stärken und den Stoffwechsel in Schwung bringen? Oder ist Ihr Ziel, zum Wohlfühlgewicht zu finden und Ihrer Gesundheit Gutes zu tun? Die ROSENALP bietet mit der Original Oberstauferer Schrothkur, der Basenfastenkur nach Wacker® und der Heilfastenkur gleich drei besonders wirksame Kuren an, die Ihnen innewohnenden Heilkräfte stärken und Ihnen neue Energie spenden.



Fühlen Sie sich rundum wohl! Eine gesunde und ausgewogene Ernährung hat daran maßgeblichen Anteil. Wird der Körper mit den Nährstoffen versorgt, die er braucht, hat das viele positive Auswirkungen: Mehr Energie und Wohlbefinden, bessere Gesundheit und das persönliche Wohlfühlgewicht gehören dazu. Die ROSENALP ist spezialisiert auf gesunde Ernährung und bietet Ihnen mit der ROSENALP Leichtküche ein vielseitiges Ernährungsangebot.



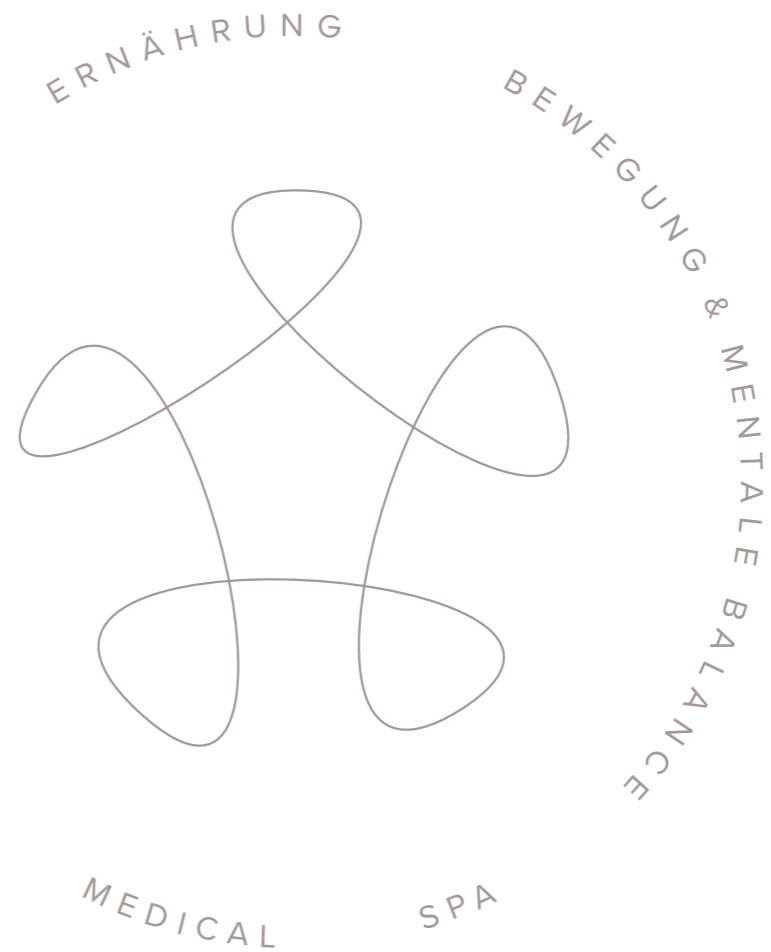
Um sich in seinem eigenen Körper wohlfühlen, wirkt Bewegung wahre Wunder. Ob sanfte Bewegungen, um die Vitalität zu steigern, oder schweißtreibender Kraft- und Ausdauersport – wir haben für jedes Fitness-Level das passende Angebot. Für einen ganzheitlich gesunden Lebensstil haben Sie die Möglichkeit an Kursen wie Yoga, Meditation und Achtsamkeitsübungen teilzunehmen.



Erleben Sie eine etwas andere Art von Urlaub. Einen Urlaub, in dem Sie sich Ihrem Körper und Ihrer Gesundheit zuwenden. Lassen Sie sich zum Beispiel in unserer haus-eigenen Arztpraxis einmal von Kopf bis Fuß durchchecken oder gehen Sie Ihren körperlichen Beschwerden in unserer Physiotherapie- und Osteopathie-Praxis auf den Grund. Gerne steht Ihnen unser Medical-Team auch präventiv oder für Reha-Maßnahmen unterstützend zur Seite.



Genießen Sie die großzügige Wellnesslandschaft mit einem Innen- und Außenpool, Saunen, Ruheinseln und dem Wellnessgarten. Im Sense Spa warten verwöhnende Erlebnismassagen, Wohlfühlbäder und pflegende Kosmetikbehandlungen auf Sie. Im Med Spa wird unter anderem der natürlichen Hautalterung mithilfe modernster Technik und hochwirksamer Produkte sanft entgegenwirkt.



VON HERZEN GERNE

*Ihre Gastgeberfamilien
Schädler & Burkhart*

*Drei Generationen für Ihr Wohlbefinden:
Gibt es etwas Schöneres, als Menschen
glücklich zu machen? Für uns, Ihre Gast-
geber in der ROSENALP, ist genau das die
größte Freude und Leidenschaft. Seit über
50 Jahren sind wir – die Familien Schädler
und Burkhart – mit ganzem Herzen für Sie
da und möchten Ihnen eine wohltuende
Auszeit ermöglichen, die Körper und Geist
belebt. Gemeinsam arbeiten wir daran,
Ihnen ein Zuhause auf Zeit zu bieten, das
Sie dabei unterstützt, gesund und glück-
lich zu leben.*

*Drei Generationen Gastgeber mit Herz –
unterstützt von einem engagierten Team
aus 70 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern:
Das ist die große ROSENALP-Familie, die
sich darauf freut, Ihnen eine besondere
Auszeit zu bereiten.*



*„Familie heißt, ein Teil von
etwas Wunderbarem und
Einmaligem zu sein.“*



**Jetzt
buchen!**

Sichern Sie sich
Ihre Behandlung.

UNSERE BEHANDLUNGEN AUF EINEN BLICK

HEALTH TREATMENTS	Seite
Bewegung	
Personal Training	21
Bioimpedanz-Analyse ^{2,3,4,5}	21
Power Plate®	21
Ernährungstherapie	
Wohlfühlgewicht erreichen	28
Physiotherapie	
Physio-Check mit Erstbehandlung ¹	31
Physiotherapie ¹	31
Krankengymnastik ¹	31
Manuelle Therapie ¹	31
Manuelle Wirbelsäulentherapie ¹	31
Gerätegestützte Krankengymnastik ¹	31
Anpassung funktioneller Schuheinlagen ¹	31
Alternative Behandlungen der Physiotherapie	
Osteopathie ¹	32
Craniosacral-Therapie ¹	32
Akupunktmassage nach Penzel ¹	32
Kinesio-Taping	32
Colon-Hydro-Therapie ¹	32
Fußreflexzonenmassage ¹	32
Matrix-Rhythmus-Therapie ¹	32
Thermo-Anwendungen der Physiotherapie	
Naturmoorpackung ¹	33
Infrarotlichtbestrahlung ¹	33
Elektrotherapie ¹	33
Ultraschalltherapie ¹	33
Medizinische Therapie	
Infusions-Therapie NEU	35
<i>Detox</i> ^{2,3}	35
<i>Fatigue (Long COVID)</i>	35
Sauerstoff-Ozontherapie ²	35
Schmerztherapie	35

Medizinische Gesundheits-Checks	Seite
Basis Check-up	36
Check-up Plus	36
Check-up-Plus-Krebsvorsorge	36
Reha-Betreuung	36
FACE TREATMENTS	Seite
Ästhetische Medizin (minimalinvasiv)	
Gesichtsanalyse/Beratung	36
Faltenbehandlung mit Botulinumtoxin	36
Migränebehandlung	36
Hyperhidrosis-Therapie	36
Bruxismus-Therapie	36
Filler-Therapie	36
Lippenmodellierung mit Hyaluron-Filler	36
Liquid Lifting Sculptra® oder Radiesse®	36
Biorevitalisation	36
Nasenkorrektur ohne OP	36
Mesotherapie	36
Plasma-Therapie	36
„Fett weg“-Spritze ⁵	36
PDO-Fadenlifting	34
Premium-Facelifting	36
Med Spa (nicht invasiv)	
Medical Beauty Ritual - Face NEU	44
Visia®-Hautanalyse	43
Hydrafacial™	43
<i>Hydrafacial™ Express</i>	43
<i>Hydrafacial™ Deluxe</i>	43
<i>Hydrafacial™ Platinum</i>	43
Jetpeel™	43
<i>JetPeel™ Light</i>	43
<i>JetPeel™ Professional</i>	43
<i>JetPeel™ Intense Plus</i> NEU	43
Dermadrop® TDA-System/-Infusion	43
<i>TDA Premiumbehandlung BIOBTX</i>	43
<i>TDA - Oxygene</i>	43
<i>TDA Glow to go</i>	43

LPG®	43
<i>LPG® Face</i>	43
Medical Spa Signature Treatment NEU	44
Feather Touch™	44
<i>Feather Touch™</i>	44
Environ NEU	44
<i>Environ Moisture Boost</i>	44
<i>Environ Vitamin Touch</i>	44
Sense Spa (wohltuend & pflegend)	
Shiseido® Ladies	49
<i>Shiseido® Classic</i> ^{2,5}	49
<i>Shiseido® Yutaka - Wrinkle Lifting</i>	49
Shiseido® Men	49
<i>Shiseido® Classic Men</i>	49
<i>Shiseido® Time Fighting Facial</i>	49
Clarins® Ladies	50
<i>Clarins® Beauty Flash</i>	50
<i>Clarins® Anti-Age</i>	50
<i>Clarins® Leuchtkraft & Anti-Spot</i>	50
<i>Clarins® SOS & Feuchtigkeit</i>	50
Clarins® Men	50
<i>Clarins® Men Power & Energie</i>	50
Clarins® Spa für Sie & Ihn ²	50
<i>Clarins® Auszeit - Hydrating pure</i>	50
<i>Clarins® Auszeit - Classic</i>	50
<i>Clarins® Auszeit - Relaxation</i> ^{3,4}	50
BODY TREATMENTS	Seite
Med Spa	
Medical Beauty Ritual - Body NEU	44
Slimyonik® ^{2,3,4,5}	43
<i>Slimyonik® - Air Bodystyler</i>	43
<i>TDA Slimyonik®</i>	43
LPG ^{2,3,4,5}	43
<i>LPG Body</i>	43
Sense Spa	
Thalasso-Packung ³	48
Solepackung ^{2,4}	48
Nachtkerzenölpackung ²	48
Hydrojet-Bad	48
Basenbad ⁴	48
ROSENALP Signature-Wickel	48
<i>Fatburn- & Slim-Wickel</i> ^{2,3}	48
<i>Detox-Basenwickel</i> ^{4,5}	48
<i>Straffungswickel</i> NEU	48
Körperpeeling ^{2,3,4}	48
Sisalbürstenmassage ⁴	48

Rituale im Paket	49
<i>Anti-Cellulite</i>	49
<i>Detox & mehr</i>	49
<i>Thalasso zum Kennenlernen</i>	49
Hände & Füße	
Spa-Maniküre	52
Sense-Spa-Maniküre	52
Spa-Pediküre	52
Sense-Spa-Pediküre	52
MASSAGES	Seite
Physiotherapeutische Massagen	
Klassische Massage ¹	32
Kopf-Nacken-Spezialbehandlung ¹	32
Manuelle Lymphdrainage ¹	32
Erlebnismassagen	
ROSENALP Wellnessmassage	47
Sculpting Treatment NEU	47
Kräuterstempel-Massage „Pantai Luar“ ³	47
Vulkansteinmassage „Hot Stone“	47
Bergsalzstempel-Massage ^{2,4}	47
Ayurveda-Massagen	
Abhyanga	47
Shiroabhyanga	47
Padabhyanga	47
Pristabhyanga	47
Shiseido	
Shiseido Relaxing-Massage	49
Shiseido Metabolic Body Firming	49

Legende: 1. Rezeptpflichtig | *Empfehlung während* 2. Schrothkur 3. Heilfasten 4. Basenfastenkur 5. Leichtküche



Schroth- &
Fastenkur



SCHROTH- & FASTENKUR

Befreien Sie sich von den Altlasten eines ungesunden Lebensstils und lassen Sie körpereigene Heilkräfte wirken. Für ein stärkeres Immunsystem, ein neues Wohlfühlgewicht und mehr Energie!



SCHROTHKUR

Die Original Schrothkur aus Oberstaufen ist eine vegane Detoxkur nach Johann Schroth. Eine Schrothkur ist eine mehrwöchige Kur zur Entschlackung des Körpers und Zellerneuerung. Ziel der Schrothkur ist es, den Körper zu entgiften und zu entsäuern. Hierfür stützt sich die Schrothkur auf vier Säulen: eine eigene Schroth'sche Diät, den Stoffwechsel anregende Schroth'sche Schwitzpackungen, rhythmischen Wechsel von Trink- und Trockentagen sowie einem Mix aus Ruhe und Bewegung. Die Schrothkur ist zur Prävention geeignet, kann aber auch bei bestehenden Krankheiten die Genesung unterstützen. Die wichtigen Indikationen für die Schrothkur sind unter anderem Stoffwechselstörungen, Rheuma, Bluthochdruck, Schilddrüsenunterfunktion, Migräne und Magen-Darm-Störungen. Speziell für Diabetiker ist die Schrothkur empfehlenswert, um die Einnahme von Medikamenten und das Spritzen von Insulin zu reduzieren.



BASENFASTEN NACH WACKER®

Basenfasten ist eine Form des Fastens, bei der man ausschließlich Obst, Gemüse, Salate, frische Keimlinge und Nüsse zu sich nimmt. Es eignet sich für alle Menschen, die etwas für sich und ihre Gesundheit tun oder dauerhaft Gewicht reduzieren möchten. Wer gesund ist, kann seine Gesundheit erhalten – wer krank ist, kann mithilfe des Basenfastens seine Gesundheit wiedererlangen. In der Naturheilkunde weiß man schon seit Jahrzehnten, dass die meisten chronischen Erkrankungen mit einer Übersäuerung des Körpers einhergehen. Setzt man bewusst auf eine gesunde Ernährung und hält den Anteil säurebildender Lebensmittel entsprechend gering, lässt sich der Säure-Basen-Haushalt auf vollkommen natürliche Weise regulieren. Entsäuern Sie Ihren Körper gründlich mit Basenfasten nach der original Wacker®-Methode.



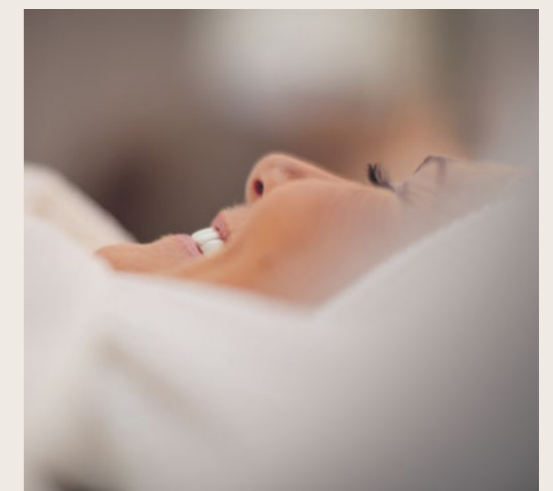
HEILFASTENKUR

Für Sie und Ihren Körper ist die Heilfastenkur mit einigen Vorteilen verbunden. Die körperliche Verfassung wird bei einer Heilfastenkur deutlich gestärkt und Ihre Abwehr- und Selbstheilungskräfte werden beim Heilfasten direkt angesprochen. Durch den Verzicht auf feste Nahrung setzen Sie in Ihrem Körper einen Reinigungsprozess in Gang: Schlacken und Giftstoffe werden gelöst und ausgeschieden. Selbst seelischen Ballast können Sie beim Heilfasten loswerden. Ganz nebenbei purzeln auch die Kilos! Das ist erfreulich, aber nur einer der Gründe für Ihr gesteigertes körperliches Wohlbefinden bei einer Heilfastenkur. Denn obwohl Ihrem Körper weniger Energie zugeführt wird, dürfen Sie sich über mehr Energie freuen! Das Fasten bewirkt, dass Sie sich ausgeglichener und leistungsfähiger – eben rundum wohler – fühlen.

Natürlich leicht

Herr Dr. med. Benedikt Fink und Frau Dr. Aliia Fink begleiten Sie vom Beginn Ihres Aufenthalts bis zur Abschlussuntersuchung. Daneben bieten unsere Schrothpackerinnen die original Schroth'schen Schwitzpackungen zur Unterstützung der Entgiftung an, die übrigens nicht nur bei der Schrothkur, sondern auch bei einer Heilfastenkur empfehlenswert sind.

Mit der Original Oberstaufener Schrothkur und Heilfasten zählen zwei Kurangebote der ROSENALP zu den hypokalorisch bilanzierten Diäten. Für diese gilt laut EU-Verordnung Arztpflicht!





Ernährung



ERNÄHRUNG

*Gesund, leicht und vor allem lecker!
So schmeckt die ROSENALP Leichtküche, in der aus
hochwertigen Zutaten und frischen Kräutern
köstliche Kreationen für Sie entstehen.*

ROSENALP LEICHTKÜCHE

Starten Sie Ihren Tag in der ROSENALP mit einem vielfältigen, vitaminreichen Frühstücksbuffet, das keine Wünsche offenlässt. Genießen Sie frisch gebackenes Brot, frisch gepresste Säfte, vollwertige Müslivariationen, hausgemachte Aufstriche und köstliche Eierspeisen, die Ihnen einen gesunden und genussvollen Start in den Tag garantieren.

Für den weiteren Tag bietet unsere kohlenhydratarme **Leichtküche** eine genussvolle Möglichkeit, den Körper mit allen notwendigen Nährstoffen zu versorgen. Der Fokus liegt auf gesunden Zutaten und schonenden Zubereitungsarten, die den vollen Geschmack erhalten. Mit einer ausgewogenen Mischung aus Gemüse, Obst, eiweißhaltigen Nahrungsmitteln wie Fisch, Fleisch, Milchprodukten, Nüssen und Hülsenfrüchten zaubert unser Küchenteam um Chefkoch Helmut Beng leichte, bekömmliche Gerichte.

Ob als **Halbpension** mit einem köstlichen Vier-Gänge-Menü am Abend oder als **Vollpension**, bei der Sie zusätzlich ein Drei-Gänge-Menü am Mittag und ein Zwei-Gänge-Menü am Abend genießen – die ROSENALP Leichtküche bietet Ihnen gesunden Genuss auf höchstem Niveau. Täglich können Sie zwischen Fleisch, Fisch und einer vegetarischen Alternative wählen und sich von unserer kreativen Küche überraschen lassen.



„Es braucht nicht viel, um köstlich zu sein. Wer bewusst genießt, entdeckt Genuss neu.“



ERNÄHRUNGSFORMEN & UNVERTRÄGLICHKEITEN

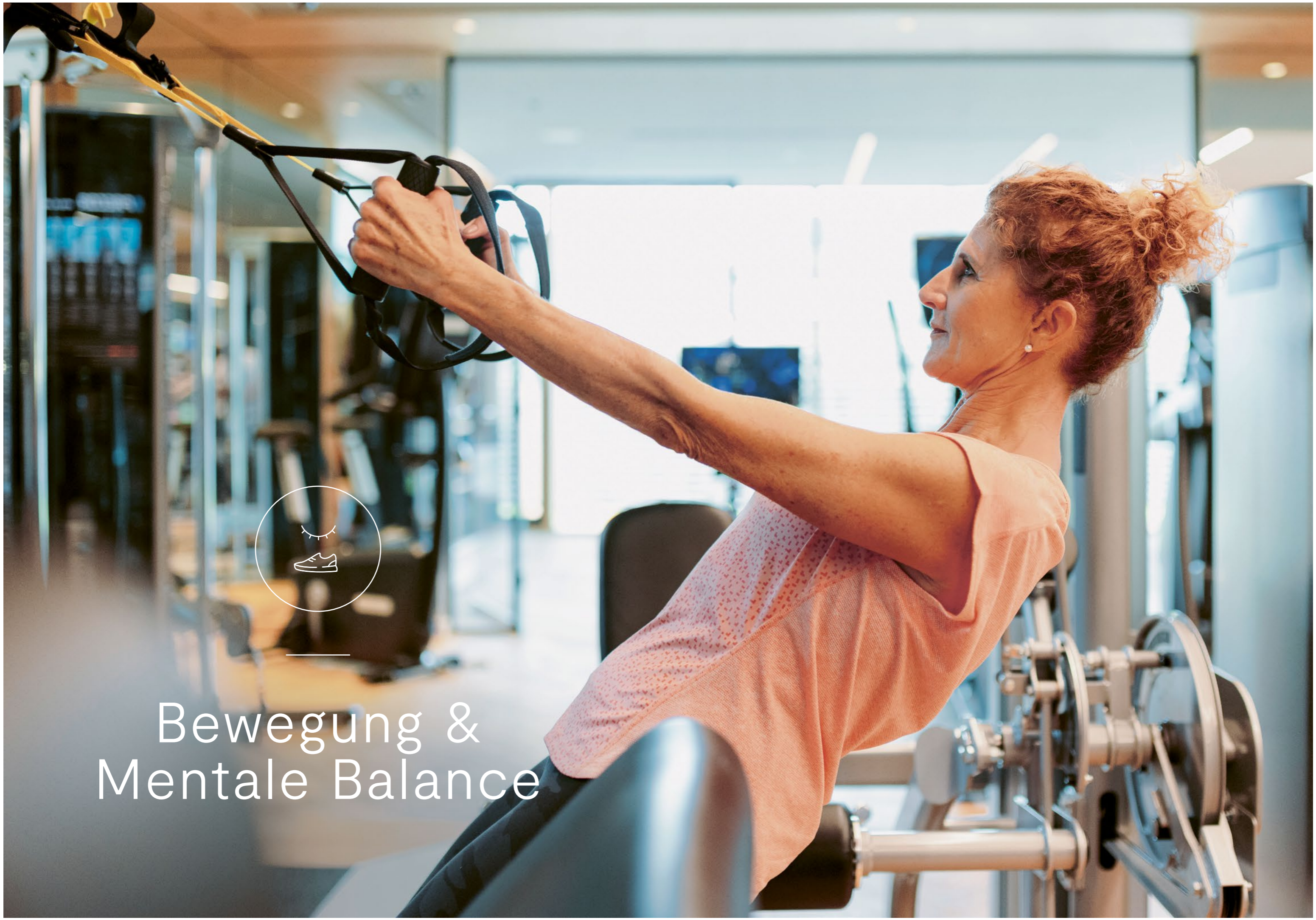
Bei uns in der ROSENALP können Sie sich auch vegetarisch sowie vegan ernähren. Sollten Sie an Allergien oder Nahrungsmittelunverträglichkeiten leiden, bieten wir Ihnen zu jeder Mahlzeit gesunde Alternativen an. Bitte teilen Sie uns Ihre Unverträglichkeiten und Wünsche vor Ihrer Anreise mit.



HELMUT BENG
ROSENALP Küchenchef



Bewegung & Mentale Balance





BEWEGUNG

Ein gesunder Geist wohnt in einem gesunden Körper. Deshalb bieten wir Ihnen während Ihres Aufenthalts ein abwechslungsreiches Sportprogramm an. Wählen Sie selbst aus, was am besten zu Ihnen passt – vom Personal Training über sanfte Gymnastik bis hin zum fordernden Ausdauersport ist alles möglich.



BEHANDLUNGEN

AKTIV & GESUND

AKTIV-&-FIT-PROGRAMM

Von Montag bis Samstag (im Übernachtungspreis enthalten)

- Gymnastikkurse, z. B. Pilates, Aquafitness, Faszien-Pilates, Stretch & Relax, Rückentraining, Yoga etc.,
- geführte Wanderungen und Nordic-Walking-Touren

AUF SIE INDIVIDUELL ABGESTIMMT

PERSONAL TRAINING

Personal Training ist ein individuelles Trainings- und Gesundheitsprogramm, bei dem Ihre ganz persönlichen Ziele im Vordergrund stehen. Dazu gehören Figurverbesserung und Gewichtsabnahme, Entspannung, Steigerung der Fitness und Aufbau von Muskelkraft, Erweiterung der Beweglichkeit und Verbesserung der Ausdauer. Somit werden Ihre persönlichen Fitnessziele schnell und effektiv erreicht.

Die Vorteile des Personal Trainings

Sie erreichen Ihre Ziele schneller und effektiver mit einem zielorientierten Training unter Anleitung sowie mit kompetenter Beratung, um wieder mehr Lebensqualität und Wohlbefinden zu gewinnen. Unsere Trainer erstellen einen ganz auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittenen Trainingsplan für die Zeit Ihres Aufenthalts und geben Tipps für das weiterführende Training zu Hause bzw. für den Alltag. Es kann sowohl Indoor- als auch Outdoor-Training mit einem unserer Trainer gebucht werden.

30 Min. EUR 49

60 Min. EUR 89

BIOIMPENDANZ-ANALYSE

Die Messung Ihrer persönlichen Körperzusammensetzung (Muskelzellmasse, Körperfettanteil, Viszeraalfett und Wasserhaushalt) BIA genannt, gibt Ihnen Aufschluss darüber, wie effektiv Ihr Training und Ihre Ernährungsumstellung sind. Oder sehen Sie sie als Startschuss für einen aktiveren Lebensstil.

1 BIA-Messung EUR 65

2 BIA-Messungen EUR 95

(2 Wochen Mindestabstand zwischen den Messungen)

POWER PLATE®

Das Geheimnis der Power Plate® liegt in ihren multidimensionalen Schwingungen. Durch die unterschiedlichen Bewegungsrichtungen werden im menschlichen Körper Muskeln und Sehnen reflexartig aktiviert, wodurch die äußere und auch die beim normalen Training kaum geforderte innere Muskulatur effizient trainiert werden.

POWER PLATE® – ZITTERN, BIS DAS FETT SCHMILZT

Die Wirkung im Vergleich: Werden von einem Hobbysportler beim konventionellen Training etwa 40 % der Muskelfasern angesprochen, sind es beim Training auf der Power Plate® ganze 97 %. In sehr kurzen Trainingsintervallen von maximal 60 Sekunden pro Übung lassen sich so alle Körperbereiche wirklich effizient trainieren. Weiterhin eignet sich die Power Plate® hervorragend zur Massage, z. B. der Problemzonen oder nur zur Entspannung und Dehnung der Muskulatur. Sie ist eine ideale Ergänzung für den Hobby- oder Leistungs-

sportler, z. B. für Golfer. Durch das Power-Plate®-Training formen Sie Ihren Körper. Für ein perfektes Ergebnis unterstützen unsere Trainer Sie gerne.

10 Min. EUR 19

20 Min. EUR 38

(Fortgeschrittene)

„Wer sich bewegt, bringt etwas in Bewegung. Wir unterstützen Sie gerne dabei, sich durch Sport aktiv und ausgeglichen zu fühlen.“



CHRISTIAN VILSMEIER

Fitnesscoach



RAUM DER KRAFT

PRECOR®

Der ROSENALP Partner steht für modernste Fitnessgeräte und individuelle Fitnessstrategien. Einfach im Gebrauch und effektiv in der Wirkung, sind unsere neuen Kraft- und Kardiogeräte perfekt ausgewählt, um Sie in Ihren persönlichen Ansprüchen optimal zu unterstützen. Ergonomische und flüssige Bewegungen stehen bei den Precor®-Geräten im Mittelpunkt, sowohl im Kraft- als auch im Kardiobereich.

PRECOR®-GERÄTE

Kraft

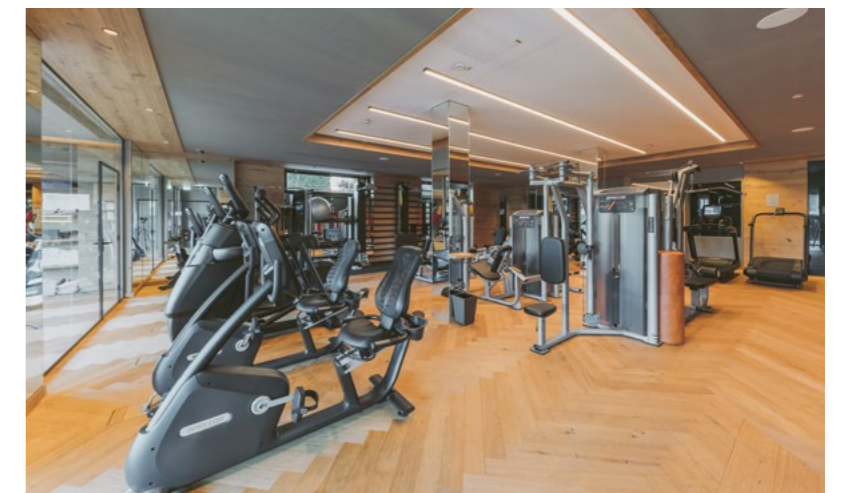
- Vitality®-Bauchmuskelmaschine/
-Rückenstrecker
- Vitality®-Kombi-Butterfly
- Vitality®-Latzugmaschine/
-Rudermaschine
- Vitality®-Beinpresse/
-Wadenmaschine
- Vitality®-Beinstrecker/-Beinbeuger
- Vitality®-Adduktor-/-Abduktor-
maschine
- Rückenstrecker
- Queenax W325 Functional
Training Unit
(angepasst für die ROSENALP)
- FTS Glide (Seilzuggerät)
- Kurzhantel-Rack
- Multifunktionsbank
- Shoulder Press
- Chest Press
- Biceps Curl/Triceps Extension

Ausdauer

- Laufband (Assault-AirRunner)
- Rudergeät
(Assault-AirRower Elite)
- Spinner® (Chrono™ Power)
- Sitzergometer
- Liegeergometer
- Crosstrainer
- Adaptive Motion Trainer



Ob Goethe sportlich war,
wissen wir nicht. Aber
er wusste, dass Erfolg drei
Buchstaben hat: TUN!



Fitness-Etikette

GUT ZU WISSEN



BEKLEIDUNG
Sportbekleidung und
-schuhe benutzen



HANDTUCH
Bitte mit Handtuch
trainieren



DESINFEKTION
Nach dem Training die
Geräte desinfizieren



MENTALE BALANCE

Stress und Sorgen können zur psychischen Belastung werden. Wenn sich Ihr Gedankenkarussell immer weiterdreht, sind Atemtechniken, Entspannungsübungen und Meditation tolle Möglichkeiten, wieder zur Ruhe zu kommen.

ENTSPANNUNG

FREI ATMEN

Bewusstes Atmen als Schlüssel zu Achtsamkeit, Besinnung, Gedankenkontrolle, Zentrierung, Kreativität und Leistungssteigerung.

YOGA UND ATEMÜBUNGEN

Altindische philosophische Lehre, in deren Zentrum die Vereinigung von Körper, Geist und Seele steht.

MENTALE ENTSPANNUNG

Den ständigen Gedankenstrom im Kopf unterbrechen, die Herz- und Atemfrequenz sowie den Muskeltonus reduzieren und den Blutdruck senken.

KÖRPERREISE/PHANTASIEREISE

Gelenkte Tagträume, in denen wir lernen, Vorstellungen in unserer Fantasie zum Leben erwecken zu lassen.

PROGRESSIVE MUSKELRELAXATION

Abwechselnde Spannung und Entspannung einzelner Muskelgruppen, um ein vertieftes Ruhegefühl zu erlangen.

ENTSPANNUNGSTRAINING

Still liegen und über gedankliche Konzentration zur Ruhe und Entspannung kommen.

MEDITATION

Eine mentale Technik, um die unweigerlich ankommenden Gedanken zum Schweigen zu bringen und um sich mit seinem eigenen Wesen und dem Universum verbinden zu können.

WAS IST MEDITATION EIGENTLICH?

Als Meditation wird eine Reihe von Achtsamkeits- und Konzentrationsübungen bezeichnet. Deren Ziel

ist es, einen Zustand innerer Ruhe zu erreichen. Diesen Zustand können wir uns als gedankenlose Bewusstheit vorstellen. Unser Geist ist dabei wach und nimmt bewusst wahr, ist allerdings in unser Inneres gerichtet und vom Außen abgewandt.



MELANIA WOPPERER-JARA

Fitnesscoachin





Medical



ERNÄHRUNGSTHERAPIE

Unsere Ernährung hat einen großen Einfluss auf unsere Gesundheit. Gerne beraten wir Sie ausführlich, wie Sie durch eine medizinisch orientierte Ernährungstherapie Ihrem Körper zu mehr Vitalität verhelfen können.

EAT GOOD. FEEL GOOD.

Eine Ernährungstherapie kann sowohl die Heilung als auch die Linderung einer Erkrankung begünstigen. Maßgebend ist hierbei die medizinische Notwendigkeit. Darüber hinaus erhält oder verbessert eine Ernährungsumstellung die eigene Lebensqualität.

BERATUNGSSPEKTRUM

ERNÄHRUNG BEI STOFFWECHSELERKRANKUNGEN

- Diabetes mellitus
- Fettstoffwechselstörungen
- Erhöhte Harnsäurewerte
- Bluthochdruck

BESCHWERDEN ODER ERKRANKUNGEN IM MAGEN-DARM-TRAKT

- Nahrungsmittelunverträglichkeiten: Laktose, Fruktose, Sorbit, Histamin
- Reizdarm-Symptomatik
- Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (Morbus Crohn und Colitis ulcerosa)
- Divertikulose/Divertikulitis
- Obstipation
- Sodbrennen
- Zöliakie
- Gastritis

SONSTIGES

- Ernährung bei Osteoporose
- Antientzündliche Ernährung (Rheuma)

WOHLFÜHLGEWICHT ERREICHEN

Es gibt viele verschiedene Ansätze, um zum individuellen Wohlfühlgewicht zu gelangen. Gemeinsam können wir den für Sie richtigen Weg abseits von strengen Diätvorschriften finden.

Ernährungstherapie

60 Min. EUR 85

Folgegespräch

30 Min. EUR 49

„Am Anfang einer Ernährungsumstellung ist alles neu. Gemeinsam entwickeln wir realistische Ernährungs-Routinen, die Sie auch im Alltag gut umsetzen können.“





PHYSIOTHERAPIE & OSTEOPATHIE KLARMANN

Unterstützen Sie Ihre gesundheitlichen Ziele mit individuellen Behandlungen und entdecken Sie alternative Therapieformen, die Ihrem Körper besonders gut tun werden.



BEHANDLUNGEN NATÜRLICH & GESUND

PHYSIO-CHECK

mit Erstbehandlung

Unsere umfangreiche Kompetenz fließt in den Physio-Check mit ein. Nach einer ausführlichen Anamnese benutzen wir ein eigenes, aus verschiedenen Techniken zusammengesetztes ganzheitliches Befundsystem. Erst kommt die Analyse und dann unsere Therapieempfehlung mit individueller Erstbehandlung.

ca. 50 Min. EUR 108*

PHYSIOTHERAPIE

Wir zielen darauf ab, die Schmerzsituation und die Funktionen des Bewegungsapparats durch manuelle Mobilisationen und andere Behandlungstechniken zu verbessern. Begeben Sie sich vertrauensvoll in die Hände unserer Physiotherapeuten; diese wählen aus ihrem reichen Fundus, darunter manuelle Therapie, Krankengymnastik, Massage, Lymphdrainage, das Beste für Sie aus.

ca. 25 Min. EUR 56*

ca. 50 Min. EUR 108*

KRANKENGYMNASTIK

Mit der Krankengymnastik werden gestörte und/oder schmerzhafte Bewegungsabläufe durch gezielte aktive oder passive Therapien sowie gymnastische Anleitung zur Selbsthilfe behandelt.

ca. 25 Min. EUR 53*

MANUELLE THERAPIE

Die Manuelle Therapie ist ein bewegungstherapeutisches Verfahren, das dem Auffinden und der Behandlung von Funktionsstörungen an der Wirbelsäule und den Gelenken dient. Spezielle Handgriffe werden zur Mobilisation und Schmerzlinderung bei Bewegungseinschränkungen eingesetzt.

ca. 25 Min. EUR 56*

MANUELLE

WIRBELSÄULENTHERAPIE

Ähnlich der Wirbelsäulentherapie nach Dorn, behandeln wir auf der Grundlage der chinesischen Akupunktur und Meridianlehre. Die Therapie ist eine ganzheitliche, effiziente Methode zur Ermittlung und Korrektur von Fehlstellungen der Gelenke, besonders der Wirbelsäulengelenke. Dies dient zur Behandlung von Erkrankungen und Linderung von Schmerzen, die direkt oder indirekt mit der Wirbelsäule zusammenhängen. Die Arbeit an der Wirbelsäule wirkt sich häufig positiv auf die Funktion der dazugehörigen Organe aus. So setzen wir die Therapie bei Gelenkblockaden ein, aber auch bei Problemen oder Beeinträchtigungen im Bereich des Magens, des Herzens oder der Atemwege sowie bei Migräne und bei Tinnitus.

ca. 25 Min. EUR 60*

GERÄTEGESTÜTZTE KRANKENGYMNASTIK

Die gerätegestützte Krankengymnastik ist ein unverzichtbarer Bestandteil der Rehabilitation nach Gelenkverletzungen, Knochenbrüchen und Operationen. Der Physiotherapeut kann hier die motorische Kontrolle und die Stabilität ebenso zielgerichtet und individuell mit dem Patienten einüben wie die Kraft und Ausdauer. Je nach Krankheitsbild und Befund wird ein individueller Trainingsplan erstellt.

ca. 45 Min. EUR 73*

„Zuhören, nachfragen, der Ursache auf den Grund gehen. Bei uns sind Sie in den besten Händen.“

ANPASSUNG FUNKTIONELLER SCHUHEINLAGEN

Wenn Sie Schmerzen im Rücken, in der Hüfte, im Knie oder Fuß spüren, könnte eine Unterstützung Ihrer Füße zur Linderung Ihrer Beschwerden beitragen. Die individuelle Anpassung von Schuheinlagengesohlen durch einen speziell dafür ausgebildeten, erfahrenen Therapeuten kann die begleitende Physiotherapie unterstützen, Komfort und Lebensqualität steigern und dafür sorgen, dass Bewegung wieder Freude macht. Sprechen Sie uns gerne an!

Preis nach Aufwand ab EUR 185*



MORITZ KLARMANN

Physiotherapeut, Manualtherapeut, Osteopath & Heilpraktiker (Physiotherapie)

STEFAN KLARMANN

Physiotherapeut & Manualtherapeut



** Diese Preise gelten bei Behandlungen, die durch einen Arzt oder Heilpraktiker verordnet wurden.*

PHYSIOTHERAPEUTISCHE MASSAGEN

KLASSISCHE MASSAGEN

Die klassische Massage dient zur manuellen Beeinflussung von Muskulatur, Haut und Bindegewebe durch Dehnungs-, Zug- und Druckreize. Die Wirkung der Massage erstreckt sich von der behandelten Stelle des Körpers über den gesamten Organismus und schließt auch die Psyche mit ein.

Rücken ca. 25 Min. EUR 52*

Ganzkörper ca. 50 Min. EUR 100*

KOPF-NACKEN-SPEZIALBEHANDLUNG

Eine Behandlung der Kopf-, Nacken- und Schulterregion. Sie wirkt entlastend, schmerzlindernd, mobilisierend bzw. stabilisierend. Ganz individuell für Sie wenden wir eine Kombination verschiedener Techniken an. Wir empfehlen diese Behandlung bei Kopfschmerzen, Migräne oder beim sogenannten „steifen Nacken“.

ca. 50 Min. EUR 104*

MANUELLE LYMPHDRAINAGE

Hervorragend geeignet zum Abtransport gestauter Gewebsflüssigkeiten. Die Lymphdrainage wirkt entschlackend und stärkt somit Ihr Immunsystem. Diese entspannende Behandlung unterstützt nachhaltig die Wirkung der Schrothkur.

Teilbehandlung ca. 25 Min. EUR 52*

Ganzkörper ca. 50 Min. EUR 100*

ALTERNATIVE BEHANDLUNGSMETHODEN

OSTEOPATHIE

Die Osteopathie ist eine sanfte Heilmethode für nachhaltige Gesundheit. Im Idealfall kommunizieren die Gewebe des menschlichen Körpers über ihre Bewegung harmonisch miteinander. Wird die Beweglichkeit einzelner Körperstrukturen wie

Knochen, Muskeln, Sehnen oder Organe eingeschränkt, kann dies zu Störungen, Schmerzen, Beschwerden und Erkrankungen führen. Mit sanften Grifftechniken ertastet und löst der Osteopath diese Fehlfunktionen, bringt den Körper wieder in Fluss und reaktiviert die selbstregulierenden Kräfte des Patienten.

ca. 50 Min. EUR 145*

CRANIOSACRAL-THERAPIE

Die Craniosacral-Therapie behandelt vorrangig den Schädel (Cranium), die Wirbelsäule, das Kreuzbein (Sacrum) und das Nervensystem. Störungen in diesen Bereichen werden mit sanften Techniken behoben, sodass die knöchernen, bindegewebigen, neuronalen und flüssigen Strukturen wieder ins Gleichgewicht kommen und die Harmonie von Körper, Geist und Seele wiederhergestellt wird. Die Craniosacral-Therapie verbindet energetische und manuelle Techniken, das heißt, der Therapeut arbeitet auf der körperlichen Ebene wie auch im emotionalen Ausgleichsfeld des Patienten.

ca. 50 Min. EUR 125*

AKUPUNKTMASSAGE NACH PENZEL

Behandlung des gestörten Energiekreislaufs auf der Grundlage der chinesischen Energielehre. Mit der APM-Behandlung werden nicht nur die Krankheitssymptome, sondern der gesamte Organismus beeinflusst. Zur Therapie gehört auch die Behandlung von Störfeldern (z. B. Narben).

ca. 50 Min. EUR 99*

KINESIO-TAPING

Bei dieser Behandlung wird ein atmungsaktives, hoch elastisches, wasserfestes Tape auf verspannte oder schmerzhafte Muskeln geklebt. Das Tape erleichtert Bewegungen, entlastet den Muskel und verhindert Schonhaltungen. Kinesio-Taping wird in Kombination

mit anderen Behandlungen, zum Beispiel der Manuellen Therapie, empfohlen.

ca. 10 Min. EUR 25*

COLON-HYDRO-THERAPIE

Ein Naturheilverfahren zur intensiven Reinigung des Dickdarms – gewissermaßen eine innere Kneippkur für den Darm. Der Körper wird von Gift- und Abfallstoffen befreit, wodurch der Darm wieder in Schwung gebracht und das Immunsystem gestärkt wird. Unterstützend bei Schroth- und Fastenkuren.

ca. 50 Min. EUR 110*

FUSSREFLEXZONENTHERAPIE

Zu jedem Organ und Gewebe unseres Körpers gibt es eine reflektorisch verbundene Zone an den Füßen. Bei Störungen kann diese auf Druck sehr schmerzempfindlich reagieren. Dem wird durch verbesserte Durchblutung, Aktivierung der Abwehr und Verbesserung der Regenerationsfähigkeit des Gewebes entgegengewirkt.

ca. 25 Min. EUR 54*

MATRIX-RHYTHMUS-THERAPIE

Unsere Körperzellen schwingen rhythmisch – solange sie gesund sind. Funktioniert dies nicht mehr richtig, kommt es in der Matrix – das ist die Zellumgebung – zu Verlangsamung und Stauungen. Dadurch können die betroffenen Körperpartien zum einen nicht mehr ausreichend versorgt werden, zum anderen können Giftstoffe nicht abtransportiert werden. Zunächst entstehen leichte Irritationen, die der Betroffene kaum wahrnimmt. Bald kommt es jedoch zu ernsthaften – und vor allem schmerzhaften – Störungen, die sich nach und nach auf das gesamte Muskel-, Knochen-, Knorpel-, Gefäß- und Nervengewebe auswirken können. Diesen Prozessen wirkt die Matrix-Rhythmus-Therapie entgegen.

ca. 25 Min. EUR 60*

ca. 50 Min. EUR 120*

THERMOANWENDUNGEN

NATURMOORPACKUNG

Die angenehme Wärme der Naturmoorpackung breitet sich langsam im Körper aus. Diese stark durchblutungsfördernde Wirkung entspannt die Muskulatur.

ca. 20 Min. EUR 29*

INFRAROTLICHTBESTRAHLUNG

Wärmestrahlendes Licht regt den Stoffwechsel an und fördert die Durchblutung. Die Anwendung wirkt entspannend und schmerzlindernd.

ca. 15 Min. EUR 13*

ELEKTROTHERAPIE

Als Elektrotherapie bezeichnet man die medizinische Anwendung des elektrischen Stroms. Ausgehend von der Erkrankung, behandelt der Physiotherapeut einen oder mehrere Körperteile mit unterschiedlichen Stromformen. Die Wirkung des elektrischen Stroms ist vielfältig: Förderung der Durchblutung, Anregung von Muskelaktivität und Stoffwechselprozessen sowie Schmerzlinderung.

ca. 15 Min. EUR 15*

ULTRASCHALLTHERAPIE

Ultraschall ist eine Anwendung, die im weitesten Sinne auch zur Elektrotherapie zählt. Hierbei wird Strom in hochfrequente Schallwellen umgewandelt. Als Wirkungen sind ein verbesserter Zellstoffwechsel und eine verstärkte Durchblutung im tiefen Gewebe bekannt. Außerdem wird die Schmerzschwelle angehoben. Somit können Verletzungen in Muskel- und Sehngewebe schneller heilen, Wirbelsäulen- und Gelenkprobleme können gelindert werden.

ca. 15 Min. EUR 19*

* Diese Preise gelten bei Behandlungen, die durch einen Arzt oder Heilpraktiker verordnet wurden.



Es geht nichts über ein gutes Bauchgefühl

Der Darm ist ein sehr starkes und intelligentes Organ in unserem Körper. Er ist nicht nur für unsere Verdauung und Aufnahme wichtiger Nährstoffe verantwortlich, sondern auch für unser Immunsystem. Denn 80% des Immunsystems sind im Darm angesiedelt. Außerdem verfügt unser Darm über ein selbstständiges Bauchhirn mit 100-200 Millionen Nervenzellen.

Stress, schlechte Ernährung, Bewegungsmangel und Umwelteinflüsse, die sich in der heutigen Zeit leider kaum mehr vermeiden lassen, können unsere Darmflora auf Dauer negativ beeinflussen. Dies wiederum kann zu Stoffwechselstörungen, Verstopfung oder Durchfall, Allergien, Hautproblemen, wiederkehrenden Infekten und Müdigkeit bis hin zu Depressionen führen.

Um unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden aufrecht zu erhalten und zu unterstützen, sollte die Darmgesundheit ganzheitlich gefördert werden.

Unsere Empfehlung für einen optimalen Behandlungserfolg und mehr Vitalität:

Darm-Gesundheits-Paket

1x Colon-Hydro-Therapie ca. 50 Min.

1x Matrix-Rhythmus-Therapie ca. 25 Min.

1x Fußreflexzonentherapie ca. 25 Min.



MEDICAL CENTER FAMILIE DRES. FINK

Die meisten Menschen gehen nur zum Arzt, wenn sie Beschwerden haben. Doch Gesundheit bedeutet mehr als „nicht krank zu sein“. Lassen Sie Ihren Körper bei uns umfassend durchchecken und bei Bedarf individuell therapieren. Denn frühzeitig erkannte Risiken können schwere Krankheiten verhindern.



BEHANDLUNGEN

DIAGNOSE & THERAPIE

LEISTUNGEN

Wir sind für Sie da! Denn zum einen begleiten wir Sie während Ihrer Schroth- oder Fastenkur, zum anderen bieten wir Ihnen umfassende Diagnosen und Therapien an, die wir an Ihre Bedürfnisse anpassen.

DIAGNOSTISCHES PROFIL

- Anamnesegespräch/Risikofaktorenidentifizierung/Prävention
- Vorsorgeuntersuchungen und Check-Ups
- Nachsorgeuntersuchungen
- EKG, Belastungs-EKG
- Lungenfunktionsprüfung
- Langzeit-EKG und Langzeit-Blutdruckmessung
- Mobiles Schlaflabor (Schlafapnoe-Screening)
- Herzratenmessung VAS – das Tool, um Stress sichtbar zu machen
- Ultraschalldiagnostik mit einem High-End-Gerät (Bauch/Gefäße/Schilddrüse/Halsschlagader/Herz)
- Bestimmung des Knöchel-Arm-Index (ABI-Messung)
- Klinisch-chemisches Labor
- Longevity Labor

LONGEVITY | ORTHOMOLEKULARE MEDIZIN

- Ozon-Sauerstoff-Therapie
- Injektionstherapien
- Infusionstherapien
- Eigenbluttherapie
- Coaching (Stoffwechsel/Herz)

INFUSIONS- THERAPIEN

NEU

Stärken Sie Ihr Immunsystem und reduzieren Sie die Folgen von körperlicher und seelischer Belastung wie Stress und Müdigkeit. Anders als bei der Einnahme von Tabletten

profitiert Ihr Körper durch die intravenöse Verabreichung ausgewählter Vitamine und Nährstoffe von der höchstmöglichen Blutkonzentration – und Sie von einem spürbaren und schnellen Effekt.

DETOX

- Reinigt den Körper und entgiftet den Organismus von Pestiziden, Farbstoffen und Schwermetallen
 - Verbessert die psychische und physische Leistungsfähigkeit
 - Bekämpft Müdigkeit und intensiviert den Schlaf
- als Paket ab EUR 1.100

FATIGUE (ERSCHÖPFUNG/LONG COVID)

- Vitamin C aktiviert körpereigene Abwehrstoffe und stimuliert das Immunsystem
 - Antioxidative Wirkung in Kombination mit Aminosäuren
 - Beschleunigt körpereigene Selbstheilung
 - Fördert die normale Kollagenbildung und den Energiestoffwechsel
- als Paket ab EUR 1.300

SAUERSTOFF-OZONTHERAPIE

- Aktivierung der körpereigenen Antioxidantien und Radikalfänger sowie des Stoffwechsels der roten Blutkörperchen – dadurch verbesserte Sauerstoffabgabe in das Gewebe
 - Anregung des Immunsystems
 - Empfohlen bei Rheuma, Neurodermitis, entzündlichen Darmerkrankungen, Arthrose, Chronischer Erschöpfung und Muskelschmerzen.
- ab EUR 120

Gerne beraten wir Sie und erstellen Ihren persönlichen Infusionstherapie-Plan!

SCHMERZTHERAPIE

Chronische Schmerzen bedeuten eine große Belastung für Betroffene. Wir stellen für Sie ein individuelles Behandlungskonzept zur nachhaltigen Schmerzbehandlung durch Infusionen, Akupunktur, Neuraltherapie und Injektionen zusammen.

als Paket ab EUR 980

„Wer nicht jeden Tag etwas für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern.“



DR. ALIIA FINK

Ärztin für:
· Allgemeinmedizin
· Anti-Aging und Prävention
· Ästhetische Medizin
· Kurmedizin
· Orthomolekulare Medizin

DR. BENEDIKT FINK

Facharzt für:
· Innere Medizin
· Notfallmedizin
· Ernährungsmedizin (DAEM/DGEM)
· Hypertensiologie (DHL)
· Kurmedizin

ÄSTHETISCHE MEDIZIN

Beratungsgespräch/
Gesichtsanalyse
EUR 60 (wird mit den u. g.
Leistungen verrechnet)

Faltenbehandlung
mit Botulinumtoxin
ab EUR 380

Migränebehandlung
ab EUR 500

Hyperhidrosis-Therapie
ab EUR 500

Bruxismus-Therapie
ab EUR 400

Filler-Therapie
(Hyaluronsäure, 1 ml)
ab EUR 400

Lippenmodellierung
mit Hyaluron-Filler
ab EUR 400

Liquid Lifting durch
Sculptra® oder Radiesse®
1 ml, je Produkt ab EUR 500

Biorevitalisation
1 ml, je Produkt ab EUR 350

Nasenkorrektur, ohne OP,
mittels Botox, Hyaluron oder Fäden
ab EUR 500

Mesotherapie
je verwendete Substanz
ab EUR 200

Plasma-Therapie
(Eigenblut/Vampirlift)
je Sitzung EUR 350

Injektionslipolyse
(„Fett weg“-Spritze)
je Region ab EUR 800

PDO-Fadenlifting (10 Stk.)
ab EUR 380

Premium-Fadenlifting (4 Stk.)
ab EUR 850

MEDIZINISCHE GESUNDHEITS-CHECKS

Das wertvollste Gut: Ihre Gesundheit! Nutzen Sie Ihren Aufenthalt in der ROSENALP und lassen Sie sich in unserer hauseigenen Praxis gründlich durchchecken. Egal, ob Ihr Fokus auf Stressprävention, Longevity, Sport- und Bewegungsmedizin oder personalisierter Lebensstil- und Ernährungsmedizin liegt – dank einer ausführlichen Anamneseerhebung und klinischen Untersuchungen mit modernster Technik sind wir in der Lage, Ihre persönlichen Risikofaktoren zu identifizieren und passende Lösungskonzepte zu erarbeiten.

BASIS-CHECK-UP

(ab 5 Übernachtungen buchbar)
Ausführliches ärztliches Eingangsgespräch, Erfassung individueller Risikofaktoren, körperliche Untersuchung, Blutdruckmessung, Ruhe-EKG und Sauerstoffsättigung, Blutanalyse, ärztliches Abschlussgespräch, schriftlicher Befundbericht mit Empfehlungen.
ca. 60 Min. EUR 390
zzgl. Fachlaborkosten*

CHECK-UP PLUS

(ab 5 Übernachtungen buchbar)
Check-up, zusätzlich: Belastungs-EKG auf dem Fahrradergometer, Blutanalyse, Ultraschall des Herzens, Ultraschall der hirnversorgenden Gefäße (Carotis), Lungenfunktionsprüfung, Ultraschall der Bauchorgane, Ultraschall der Schilddrüse.
ca. 100 Min. EUR 990
zzgl. Fachlaborkosten*

CHECK-UP PLUS KREBSVORSORGE

(ab 5 Übernachtungen buchbar)
Check-up, zusätzlich: ausführliche Risikofaktorenanalyse und sinnvolle Krebsvorsorge; bei Männern: urologische Krebsvorsorge (Ultraschall Nieren, Harnblase, Prostata) Tumormarker in Blut und Urin, Urinuntersuchung.
ca. 120 Min.
Frauen: ca. EUR 1.050
zzgl. Fachlaborkosten*
Männer: ca. EUR 1.380
zzgl. Fachlaborkosten*

REHA-BETREUUNG

Ärztliche Betreuung nach chirurgischen, orthopädischen und kardiologischen Eingriffen.

**Die Abrechnung erfolgt direkt zwischen dem Labor und Ihnen.
Preise laut Antikorruptionsgesetz*

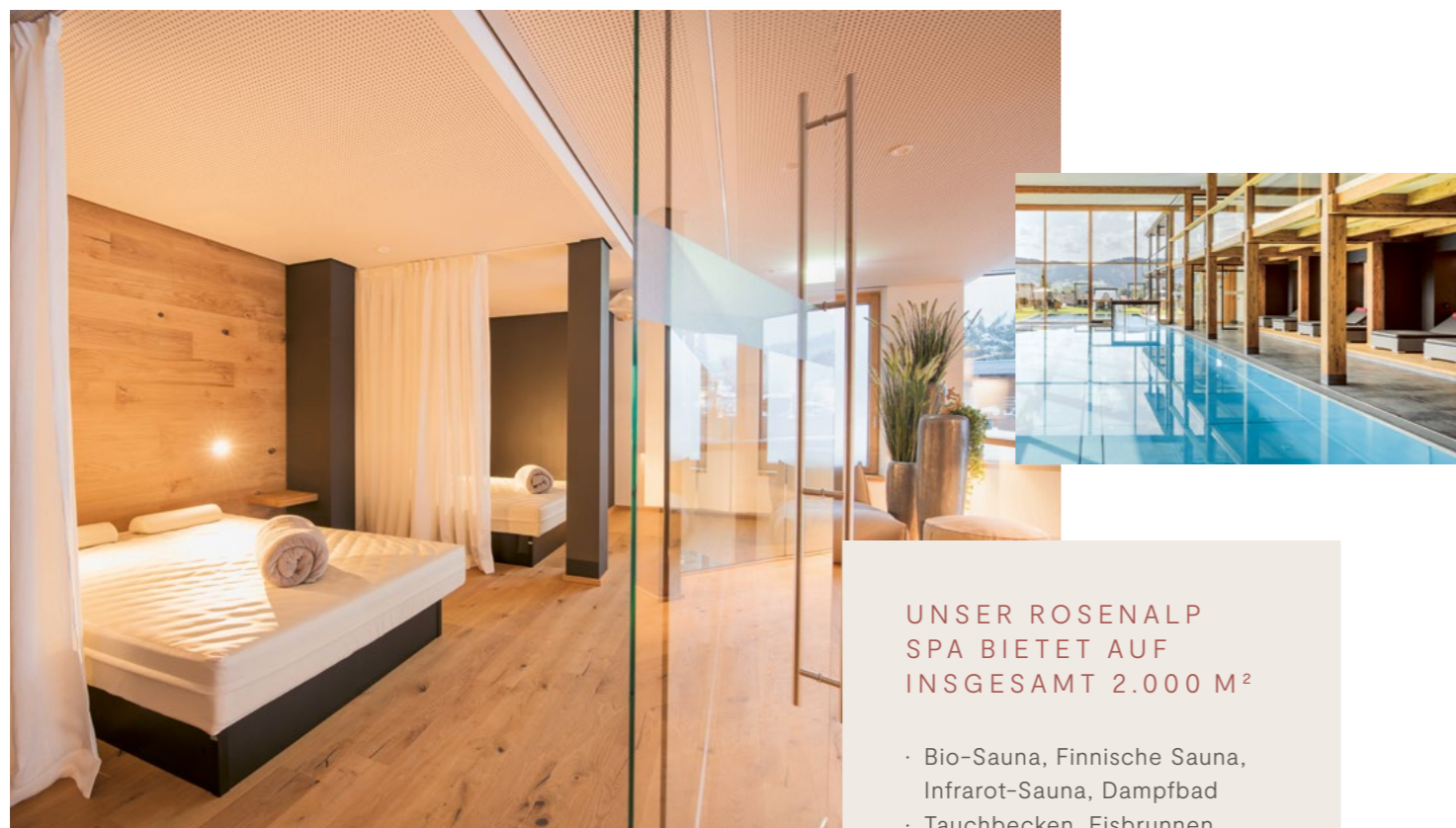
Unser Medical Center ist von Montag bis Freitag für Sie geöffnet.

Individuelle Terminvereinbarungen sind nach Absprache möglich.





Spa



UNSER ROSENALP
SPA BIETET AUF
INSGESAMT 2.000 M²

- Bio-Sauna, Finnische Sauna, Infrarot-Sauna, Dampfbad
- Tauchbecken, Eisbrunnen, Saunafußbäder
- Innen-Schwimmbad (18 x 6 m), verbunden mit einem ganzjährig beheizten Außenpool (8 x 7 m) mit Sprudelliegen
- Kneippgang für Kneipp'sche Fußgüsse und Armbäder
- Lichttherapie mit UV-Licht und Kollagen-Licht – mehr als nur Bräunung
- Galerie und Rückzugsorte
- Wasserbetten
- Ruheräume und -zonen

Willkommen in der ROSENALP Wohlfühl-Oase! Legen Sie Ihr Wohlbefinden in unsere Hände und genießen Sie wertvolle Zeit für sich selbst. Zum Loslassen, Auftanken und Schönfühlen.

Kraft der Ruhe und Entspannung

Wenn der Alltag Sie zu erdrücken scheint, der Terminkalender den Tag bestimmt und die Verpflichtungen überhandnehmen, ist es höchste Zeit für eine Auszeit: den Kopf freibekommen, um der Entspannung Raum zu bieten. Die Ruhe, Schritt für Schritt und ganz bedacht, wieder Einzug halten lassen. Der inneren Stimme, die doch eigentlich genau weiß, was guttut, Gehör schenken und dem Verwöhnprogramm für Körper, Geist und Seele alle Zeit der Welt geben. Zumindest für die Zeit der Auszeit, die Sie in der ROSENALP genießen.

Lichttherapie auf höchstem Niveau –

Anti-Aging & Bräunung

Die Lichttherapie im ROSENALP Spa ist mehr als nur ein Solarium. Sie regt durch Nah-Infrarot die hauteigenen Zellen zur Kollagen-, Hyaluron- und Elastin-Bildung an und löst dadurch einen Anti-Aging-Effekt aus. Falten werden reduziert, die Haut gestrafft, und Altersflecken verblassen. Die Lichttherapie wirkt außerdem stimmungsaufhellend sowie entspannend für die Muskulatur – nebenbei sorgt sie für eine ganz natürliche Bräune und samtweiche Haut. Probieren Sie es selbst! Empfehlenswert sind zwei bis drei Anwendungen pro Woche. Die Marken (je zwölf Minuten für EUR 15) sind an der Spa-Reception und der Hotel-Reception erhältlich.

Unser Spa-Team





MED SPA

Wellness mit Wirkung. Das sind die Medical-Beauty-Anwendungen, mit denen Sie ganz ohne operativen Eingriff teilweise direkt sichtbare Ergebnisse erzielen können. Das Geheimnis? Innovative Technologien, hochwertige Produkte und die langjährige Expertise unserer Mitarbeitenden. So können Sie einen erholsamen Urlaub mit einem verjüngenden Beauty-Treatment verbinden und wunderschön nach Hause fahren.



BEHANDLUNGEN TECHNOLOGIE & ÄSTHETIK

VISIA®-HAUTANALYSE

Mit hocheffizienter Technik wird Ihre Haut bis in die tiefen Schichten gescannt und analysiert. So ist es uns möglich, Ihnen die optimalen Behandlungen für Ihren persönlichen Hauttyp zu empfehlen.

40 Min. EUR 79

HYDRAFACIAL™

HydraFacial™ ist die Beauty-Behandlung für porentief reine, strahlende Haut. Mit der Vortex-Technologie reinigt HydraFacial™ Ihre Haut tiefgehend und versorgt sie mit Antioxidantien, Vitaminen, Mineralien und Hyaluronsäure, die die Hautregeneration stimulieren und einen frischen Glow verleihen.

HYDRAFACIAL™ EXPRESS

Reinigung | Extraktion | Hydratation
30 Min. EUR 159

HYDRAFACIAL™ DELUXE

Reinigung | Extraktion | Hydratation | Booster
50 Min. EUR 199

HYDRAFACIAL™ PLATINUM

Reinigung | Extraktion | Hydratation | Booster | Dekolleté
70 Min. EUR 249

JETPEEL™

Sauerstoff, Vitamine und Nährstoffe werden mit 720 km/h tief in die Haut eingeschleust. Die Kollagenproduktion wird angeregt, die Gesichtsmuskeln tonisiert, Schlacken entfernt und die Feuchtigkeit zurückgewonnen. Kleinere Falten werden geglättet, die Haut wirkt deutlich frischer und jünger.

JETPEEL™ LIGHT

Gesicht
50 Min. EUR 199

JETPEEL™ PROFESSIONAL

Gesicht | Hals | Dekolleté
70 Min. EUR 265

JETPEEL™ INTENSE PLUS

Gesicht | Hals | Dekolleté
70 Min. EUR 299

NEU

Bei 3 JetPeel™ Behandlungen
1 x Visia®-Hautanalyse gratis.

DERMADROP®-TDA-SYSTEM/-INFUSION

Durch die angenehme und nadelfreie Applikation von Wirkstoffen werden zelluläre Strukturen erreicht und mit wichtigen Aktivstoffen versorgt. Das strahlende Ergebnis: sichtbar glattere Haut, ein ebenmäßiges Hautbild und schön definierte Gesichtskonturen.

TDA-PREMIUMBEHANDLUNG BIOBTX

50 Min. EUR 199
Als Kur 3 x 50 Min. EUR 552

TDA – OXYGENE

60 Min. EUR 169

TDA GLOW TO GO

· Gesicht | Hals | Dekolleté
30 Min. EUR 85
· Eye | Lip
20 Min. EUR 59
3 x 30 Min. EUR 235

LPG ALLIANCE® - ENDERMOLOGIE®

LPG® endermologie aktiviert die Hautzellen auf natürliche Weise, um unerwünschte Zeichen der Hautalterung wie Falten, schlaffe Haut, hartnäckige Rundungen und Cellulite schmerzfrei zu bekämpfen.

LPG® FACE

Glättung | Straffung | Zellstimulation | Maske
50 Min. EUR 149

LPG® BODY

Glättung | Straffung | lokaler Fettabbau | Detox
50 Min. EUR 155
3 x 50 Min. EUR 430
6 x 50 Min. EUR 830

SLIMYONIK® AIR BODYSTYLER

Mobilisiert sanft Ihr Lymphsystem, entstaut und regt den Stoffwechsel sowie die Durchblutung von Haut und Fettgewebe an.

40 Min. EUR 65
3 x 40 Min. EUR 179

TDA – SLIMYONIK®

Der "Body Beauty Styler" für ein schönes Hautrelief. Das THERMOREPAIR TDA wirkt intensiv feuchtigkeitsspendend, durchblutungsfördernd und sorgt für strafferes Bindegewebe und eine glattere Hautoberfläche.

60 Min. EUR 119
3 x 60 Min. EUR 350

Zubuchbare Add-ons

DERMADROP®:
TDA Eye- & Liptreatment
10 Min. EUR 39

TDA Shine & Glow
10 Min. EUR 39

LIP VOLUME TREATMENT
10 Min. EUR 39

HALS | DEKOLLETÉ
20 Min. EUR 49



SPECIAL TREATMENT

MEDICAL SPA SIGNATURE TREATMENT

Diese spezielle Anwendung vereint die Synergie von Entspannung und effektiven Wirkstoffen zu einem einzigartigen Erlebnis.

Durch das Zusammenspiel von warm und kalt sowie der Anwendung von Schröpfen und LED-Licht-Therapie wird die Haut intensiv stimuliert und gepflegt. Eine wohltuende Gesichtsmassage rundet die Behandlung ab und sorgt für tiefe Entspannung und ein revitalisiertes Hautbild.

80 Min. EUR 189

FEATHER TOUCH™

Der FEATHER TOUCH™ regt die Regenerationsprozesse und die Zellkommunikation an und aktiviert die Kollagen- und Elastinsynthese. Mithilfe der patentierten Trans Dermal Delivery System (TDDS) Nano-Technologie werden hochkonzentrierte Wirkstoffe gezielt in tiefere Hautschichten transportiert. Die Haut wird erneuert und insbesondere die Bildung der wichtigen Proteine Elastin und Kollagen angeregt. Sie sind Hauptakteure einer glatten und gesunden Haut.

Das Ergebnis ist ein jugendliches, vitales Erscheinungsbild der Haut.

FEATHER THOUCH™ Lymphdrainage | Peeling | Nanoporation

NEU

- Arocell™ Botulcare Ex
- Cellular Renewal
- Collagen Hydrating Mask

60 Min. EUR 199

ENVIRON SKIN CARE

Medizinische Hautpflege für sichtbare Resultate.

Mit der Kraft von Vitaminen und AHA's - für eine dauerhaft gesund aussehende schöne Haut!

Environ basiert auf wissenschaftlichen Studien, die die außergewöhnlichen Vorteile von Vitamin A für die Haut belegen. Vitamin A ist so vielseitig, dass es zur Behandlung verschiedenster Hautprobleme eingesetzt werden kann.

Environ legt großen Wert darauf, gezielt auf individuelle Hautbedürfnisse und -probleme einzugehen, was sich in der breiten Palette an Produktlinien widerspiegelt. Diese können je nach Bedarf kombiniert werden, sodass bereits nach kurzer Zeit sichtbare Verbesserungen des Hautbildes erzielt werden können - mit einer auf Sie abgestimmten Pflegeroutine.

ENVIRON MOISTURE BOOST

NEU

Diese klassische Behandlung zielt auf die Revitalisierung trockener, müder Haut ab. Sie erhält wieder einen lebendigen Glow. Eine Kombination aus leistungsstarken Peptidkomplexen und Hyaluronsäure sorgt für ein rundum erfrishtes und hydratisiertes Aussehen.

60 Min. EUR 108

ENVIRON VITAMIN TOUCH

Eine entspannende, manuelle Gesichtsbildung, die essenzielle Vitamine liefert und die Haut sichtbar revitalisiert. Die kraftvolle Kombination aus Vitamin A, C, E und AHAs sorgt für einen gepflegten, frischen Teint.

40 Min. EUR 89

Rituale im Paket

MEDICAL BEAUTY - FACE

NEU

- 1 x Visia Hautanalyse
- 1 x Hydrafacial Express
- 1 x Feather Touch Treatment
- Präsent: Arocell™ Botoki V Shaping Mask

Paketpreis EUR 369

MEDICAL BEAUTY - BODY

NEU

- 1 x BIA-Messung
- 1 x TDA - Slimyonik
- 1 x LPG Detox
- Präsent: Environ Body Contouring Cream

Paketpreis EUR 319



UPGRADE

ZU JEDER MEDICAL ANWENDUNG ZUBUCHBAR

FEATHER TOUCH: Zonenbehandlung

10 Min. EUR 39

ganzes Gesicht

20 Min. EUR 79

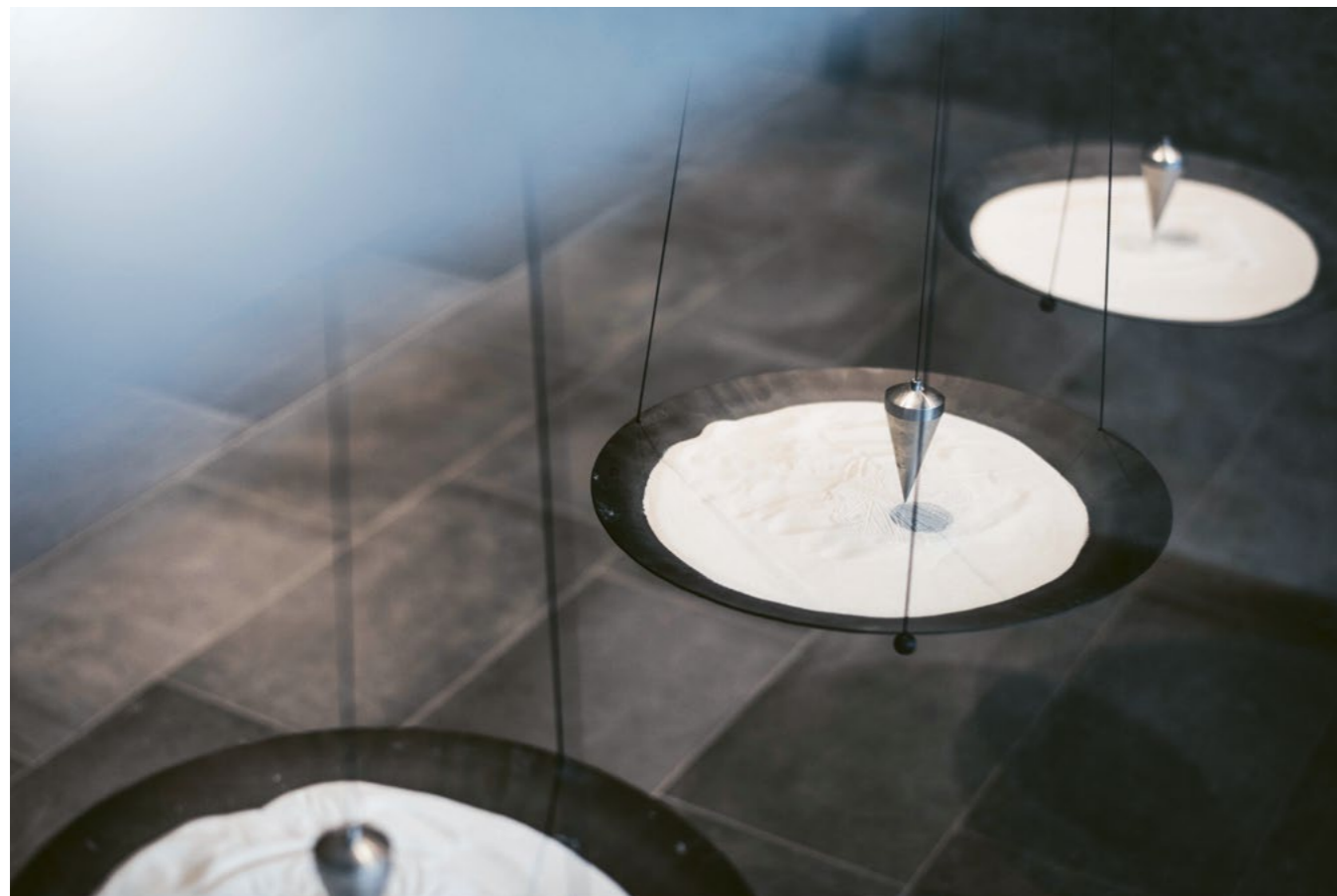


strahlend schön



SENSE SPA

Unser professionelles Spa-Team lässt Sie jede Behandlung tiefenentspannt genießen. Erleben Sie persönliche Wohlfühlmomente, die Ihnen Leichtigkeit schenken. Massagen, die Verspannungen und körperliche Belastungen lösen. Entspannen Sie während einer sanften Gesichtsbildung, die Sie strahlen lässt. In unserem Sense Spa werden Sie ganzheitlich betreut und die Anwendungen werden individuell auf Sie abgestimmt.



BEHANDLUNGEN

ENTSPANNT & SCHÖN

MASSAGEN

WELLNESSMASSAGE

Körpermassage mit den Signature-Ölen des ROSENALP Spa. Der Klassiker für Ihre „Wohlfühlmomente“!

25 Min. EUR 58
50 Min. EUR 98

SCULPTING TREATMENT NEU

Problemzonenorientiert werden individuell nach Hautbeschaffenheit die Konturen definiert – mit der wirksamen Faszien-Massage, um das Bindegewebe zu stärken und Kollagenbildung und Spannkraft zu fördern. Diese Behandlung schenkt ein jugendliches, straffes und elastisches Körpergefühl. Das perfekte Anti-Aging-Konzept, bei dem der „Wellness-Wohlfühlmoment“ nicht zu kurz kommt.

50 Min. EUR 112

Für eine effektivere Wirksamkeit als Kuranwendung zu empfehlen.

3 x 50 Min. EUR 315
inklusive einem Faszien Cup für Zuhause

KRÄUTERSTEMPEL-MASSAGE „PANTAI LUAR“

Es handelt sich um eine vitalisierende Heißölmassage (120 °C) für den gesamten Körper mit Gewürz-Frucht-Stempeln. Muskelverspannungen und Verhärtungen lösen sich, die Zellaktivierung und -erneuerung werden angeregt. Die Kräutermischungen wirken entgiftend und entschlackend.

30 Min. EUR 65
60 Min. EUR 119

VULKANSTEINMASSAGE

„HOT STONE“

Stoffwechsellanregende Massage zur Tiefenentspannung mit wechselnden Reizen durch warme und kalte Vulkansteine. Ein Massageritual für Körper, Geist und Seele, das Blockaden im gesamten Körper löst und ein unvergleichliches Gefühl von Ruhe und Geborgenheit spendet.

80 Min. EUR 165

BERGSALZSTEMPEL-MASSAGE

Diese Salzstempel-Massage hat eine stark entgiftende und entschlackende Wirkung. Durch den hohen Bergsalzanteil der Stempel wirkt sie unterstützend bei Hautproblemen wie Neurodermitis, Schuppenflechte, trockener Haut – und ist herrlich entspannend!

60 Min. EUR 119

AYURVEDA-MASSAGEN

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt dieser alten indischen Heilkunst. Fließende, streichende Bewegungen machen eine Ayurveda-Massage zu einem ganz besonderen Erlebnis. Einem Erlebnis der Sinne. Eingehüllt in warmes Öl, gehen Körper, Geist und Seele auf Reisen.

ABHYANGA

Die wohl bekannteste Massageform im Ayurveda. Eine besondere Reise der Sinne ins Innere. Lassen Sie sich tragen von erfahrenen Händen. Warmes Öl umhüllt Ihren Körper und sanfte Bewegungen bringen neue Energien zum Fließen. Ein Gefühl von Gehalten- und Getragensein lässt seelischen Ballast abfallen.

80 Min. EUR 168

SHIROABHYANGA

Entlastende Kopf-, Nacken-, Schulter-, Arm- und Rückenmassage. Ideal, um ayurvedische Behandlungen kennenzulernen und ein erstes Gefühl für deren herausragende Wirkung zu bekommen.

50 Min. EUR 115

PADABHYANGA

Harmonisierende Fuß- und Beinmassage, besonders geeignet bei Nervosität und Schlafstörungen. Spüren Sie, wie fest sich der Boden unter Ihren Füßen anfühlt und wie Mutter Erde Ihnen Kraft und neue Stabilität gibt.

50 Min. EUR 115

PRISTABHYANGA

Wohltuendes Rücken-, Schulter- und Nackentreatment, das mit fließenden Massagegriffen und warmen Ölen stressbedingte Blockaden und Verspannungen löst.

30 Min. EUR 69



JACQUELINE HÄUSSLER

Leiterin des ROSENALP Sense Spa & Fachkosmetikerin



Perfekt aufeinander abgestimmte Wohlfühlmomente für sichtbare Ergebnisse.

SOFTPACKLIEGE

Wie auf einem aufgeheizten Wasserbett liegen Sie schwebend, bei wohliger temperierten 38 °C. Durch die gleichbleibende Temperatur werden die Poren der Haut geöffnet, die Wirkstoffe so um Vielfaches besser aufgenommen. Eine sanfte Wasserstrahlmassage unterstützt diesen Wohlfühleffekt.

THALASSO-PACKUNG

Die frisch angerührte, warme Algenpackung wirkt entgiftend, entzündungshemmend, mineralisierend und stark stoffwechsellagernd.

25 Min. EUR 72

3 x 25 Min. EUR 195

SOLEPACKUNG

Ein wirkungsvolles Treatment, das die Entwässerung und Entsäuerung des Körpers effektiv fördert. Eingehüllt in angenehm warme Solevliese, unterstützen Sie so Ihre Kur und entlasten Ihren Organismus.

25 Min. EUR 72

NACHTKERZENÖLPACKUNG

Entspannend durch die stark rückfettende und befeuchtende Pflege. Geeignet für extrem trockene Körperhaut.

20 Min. EUR 68

WICKEL

ROSENALP SIGNATURE-WICKEL

Die thermoaktiven Körper-Treatments beginnen mit einer Sisal-Körpermassage. Mit den mit effektiven Natursubstanzen, Koffein und Basensalz getränkten Bandagen werden die Problemzonen Bauch, Beine, Po sowie Oberarme straff gewickelt. Nach einer 30-minütigen Einwirkzeit entsteht ein starker thermischer oberflächlicher Reiz. Ihr Körper wirkt diesem entgegen und geht an seine „Fettreserven“: Power pur! Empfohlen werden drei Wickel pro Woche.

Fatburn- & Slim-Wickel
zur Gewichtsreduzierung

Detox-Basenwickel
zur Entschlackung und Mobilisierung des Lymphflusses

Straffungswickel
Anti-Cellulite und zur Anregung der Kollagensynthese

1 Wickel 55 Min. EUR 99
3 Wickel je 55 Min. EUR 297
inklusive Thermo-Gel (150 ml)

Bitte beachten Sie, dass thermoaktive Behandlungen für Gäste mit Krampfadern, Besenreisern und niedrigem Blutdruck ungeeignet sind.

BÄDER

HYDROJET – DIE SANFTE KRAFT DES WASSERS

Bad im Hydrojet: Die Massagewanne verfügt über 100 Düsen, die den Körper im warmen Wasser pulsierend massieren. Das Gewebe wird durchblutet, gestrafft, die Muskulatur gelockert, entspannt und der Stoffwechsel dadurch angeregt.

20 Min. EUR 62

BASENBAD

Durch die intensive Bürstenmassage wird die Wirkung des Bades verstärkt – die Körperbürste für zu Hause motiviert, dieses Ritual beizubehalten. Für einen entsäuerten Körper und eine angenehm weiche, zarte Haut. Bürstenmassage und Basenbad. Inklusive Sisalhandschuh.

50 Min. EUR 88

PEELINGS

Für eine samtweiche und glatte Haut, die die nachfolgende Pflege besser aufnehmen kann.

SISALBÜRSTENMASSAGE

Inklusive Basenlotion für zu Hause
25 Min. EUR 58

KÖRPERPEELING

mit basischem Salz und anschließender warmer Ölsalbung
50 Min. EUR 98



Rituale im Paket

ANTI-CELLULITE

(ab 7 Übernachtungen buchbar)

- 1 x Detox-Basenwickel
- 2 x Straffungswickel
- Körperpeeling mit Basensalz
- Slimyonik® Air Bodystyler
- Präsent: Straffungsgel für zu Hause

Paketpreis EUR 388

DETOX & MEHR

(ab 4 Übernachtungen buchbar)

- Thalasso-Packung/-Algenbad
- Detox-Basenwickel
- Bergsalzstempel-Massage (Ganzkörpermassage)

Paketpreis EUR 299

THALASSO ZUM KENNENLERNEN

- Thalasso-Packung in der Softpackliege
- Algenbad in der Hydrojet-Wanne

Paketpreis EUR 120

BEHANDLUNGEN

SHISEIDO
GINZA TOKYO



SHISEIDO® MASSAGEN

Die Shiseido® Body Care Linie besteht aus traditionell japanischen Wirkstoffen wie Yuzu-, Weißdorn- und Reisextrakten. Diese Essenzen pflegen Ihre Haut seidenweich, festigen, straffen und befeuchten intensiv.

RELAXING-MASSAGE

Wohltuende Ritualmassage für Momente der Ruhe und Erholung. Erleben Sie den reinen Genuss für alle Sinne!

90 Min. EUR 156

METABOLIC BODY FIRING

Metabolic Body Firming Care verbindet in dieser exklusiven Behandlungsmethode auf besondere Weise Entspannung, Festigung und Entschlackung. Durch eine stark anregende Körpermassage wird Ihr Stoffwechsel aktiviert. Zur Intensivierung der Wirkstoffe entspannen Sie in der Softpackliege – das kühlende Straffungsgel macht dieses Treatment so effektiv.

90 Min. EUR 168

3 x 90 Min. EUR 459

Tipp: Gehen Sie vor der Behandlung in die Biosauna oder in die Infrarotkabine, um die Wirkung zu verstärken.

SHISEIDO® LADIES

Shiseido®-Lifestyle-Treatments für Körper, Geist und Seele finden zu neuer Harmonie.

SHISEIDO® CLASSIC

Basisbehandlung inklusive Enzympeeling | Tiefenreinigung | Brauenkorrektur | Massage | Maske | Abschlusspflege

60 Min. EUR 108

YUTAKA® – WRINKLE LIFTING

Die mit dem SPA-Award prämierte Future-Solution-LX-Linie maximiert die Schönheit Ihrer Haut. Die Facial Ceremony mit der wohliger warmen Yutaka®-Porzellan-Stein-Massage gibt den Kick zur Regeneration.

80 Min. EUR 169

SHISEIDO® MEN

SHISEIDO® CLASSIC MEN

Basisbehandlung inklusive Enzympeeling | Tiefenreinigung | Brauenkorrektur | Massage | Maske | Abschlusspflege

60 Min. EUR 108

TIME FIGHTING FACIAL

Die Hochleistungsgesichtsbehandlung wirkt gezielt gegen feine Linien sowie umfassend gegen alle Spuren der Hautalterung. Ihre Haut wird intensiv befeuchtet und fühlbar gefestigt.

70 Min. EUR 142

SHISEIDO®-COACHINGS

SHISEIDO®-MAKE-UP-EVENT

Shiseido®-Make-up-Profis bieten mehrmals im Jahr Coachings für unsere Gäste an – die Visagisten setzen Ihren persönlichen „Glanzpunkt“ gekonnt in Szene.

BEHANDLUNGEN MIT

CLARINS



FACE FÜR SIE & IHN MIT CLARINS PRODUKTEN

Gesichtsbehandlung für jeden Hauttyp und jedes Hautbedürfnis. Exklusive Produkte auf Basis von Pflanzenextrakten, professionelle Behandlungstechniken – genießen Sie Ihre Wohlfühlmomente tiefenentspannt!

AUSZEIT – HYDRATING PURE

30 Min. EUR 58

AUSZEIT – CLASSIC

60 Min. EUR 108

AUSZEIT – RELAXATION

90 Min. EUR 162

CLARINS MEN

POWER & ENERGIE

Diese energetisierende Gesichtsbearbeitung wurde speziell für die Haut von Männern entwickelt. Die Behandlung klärt und versorgt die Haut mit Feuchtigkeit. Sie fühlen sich ausgeruht, entspannt, voller Power und Energie!

60 Min. EUR 129

CLARINS LADIES

BEAUTY FLASH

Diese Pflegebehandlung beinhaltet die Cure Eclat Beauté Eclair Ampulle. Diese sorgt durch das hochkonzentrierte Vitamin C für eine natürliche Ausstrahlung und einen gleichmäßigeren Teint.

30 Min. EUR 88

inklusive Clarins Cure Eclat Beauté Eclair-Gesichtspflegekur für die nachfolgenden 6 Tage.

ANTI-AGE

Vom Alter unabhängig, reduziert diese Behandlung sichtbar Fältchen und glättet die Gesichtszüge. Die Haut ist straffer und gestärkt, der Teint erstrahlt.

60 Min. EUR 129

LEUCHTKRAFT & ANTI-SPOT

Die Pflegebehandlung für einen perfekten und gleichmäßigen Teint gibt Ihrer Haut ihre natürliche Ausstrahlung zurück.

60 Min. EUR 129

SOS & FEUCHTIGKEIT

Diese Pflegebehandlung verwöhnt trockene und empfindliche Haut.

60 Min. EUR 129

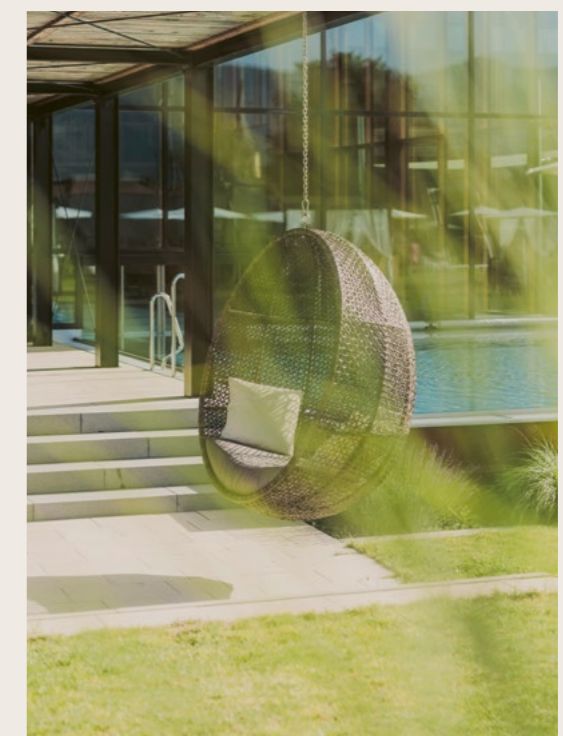
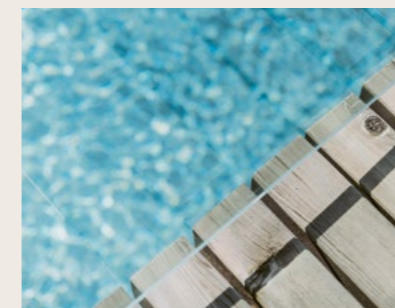
Clarins – das Beste aus 70 Jahren Forschung, Erfahrung und dem Wissen um die Schönheitsgeheimnisse der Natur!

CLARINS BEAUTY BOX

Entdecken Sie unsere Rosenalp Clarins Beauty Box – bestückt mit Clarins Body Expert Produkten individuell für Ihre Bedürfnisse!

Das "SPA Erlebnis" für Zuhause – erhältlich an der Sense Spa Reception!

Freuen Sie sich auf neue Clarins Behandlungen ab Sommer 2025!



so leicht.
so schön.

BEHANDLUNGEN

HÄNDE & FÜSSE



Feinschliff für das
Ich-bin-schön-Gefühl!

SPA-MANIKÜRE

Handpeeling | Kürzen, Feilen und Polieren | Nagelhautkorrektur | kurze Handmassage | Feile für zu Hause

40 Min. EUR 72

SENSE-SPA-MANIKÜRE

Inklusive Nagellackierung und OPI-Lack für zu Hause
ODER
inklusive Handmassage, warmer Handpackung und Handcreme für zu Hause

55 Min. EUR 88

SPA-PEDIKÜRE

Fußbad | Kürzen, Feilen und Polieren | Nagelhautkorrektur | Hornhautentfernung | Fußmassage

40 Min. EUR 72

SENSE-SPA-PEDIKÜRE

Inklusive Nagellackierung und OPI-Lack für zu Hause
ODER
inklusive entspannender Fußmassage und Fußcreme für zu Hause

55 Min. EUR 88

Hinweis: Bitte haben Sie Verständnis, dass wir bei krankhaften Veränderungen der Füße oder Fußnägel aus medizinischen Gründen keine Spa-Pediküre durchführen.



Entdecken Sie unsere BEAUTY BOXEN

Ihr Pflegeritual während und nach Ihrem Aufenthalt bei uns in der Rosenalp!

BASENFASTEN

Unterstützend zu Ihrer Kur

Enthält Produkte, die helfen, säurebedingte Hautprobleme wie Trockenheit, Verhornung und Schuppenbildung zu reduzieren.

SCHROTHKUR

Unterstützend zu Ihrer Kur

Enthält Produkte, die eine ausgleichende Wirkung auf die Haut haben und das Erscheinungsbild der Körperpartien verfeinern.

Alle Beauty Boxen sind an der Sense Spa Rezeption erhältlich.

HEILFASTEN

Unterstützend zu Ihrer Kur

Enthält Produkte zur Verbesserung der Elastizität und Festigkeit der Haut.

ANTI-CELLULITE

Für ein ebenmäßiges und festes Hautbild

Enthält Produkte zur Straffung, Festigung und Verfeinerung der Haut.

SCHÖNE SILHOUETTE

Für eine glatte und straffere Haut

Enthält eine Reihe von Produkten mit doppelter Wirkung – für eine fühl- und sichtbare Straffung der Haut.

Spa-Etikette

GUT ZU WISSEN

SPA-Reception

Unser Spa-Team freut sich, Sie individuell beraten zu dürfen, um für Sie eine Spa-Anwendung oder ein maßgeschneidertes Paket ganz nach Ihren Bedürfnissen zu buchen. Des Weiteren erhalten Sie an der Spa-Reception Informationen zu unseren Produkten sowie Münzen für die Lichttherapie.

Terminvereinbarungen

Unsere Anwendungen erfreuen sich großer Beliebtheit, da sehr großer Wert auf professionelle Treatments und Rituale gelegt wird. Wir empfehlen Ihnen, bereits vor Anreise Ihre gewünschten Spa-Behandlungen zu buchen, damit Ihr Aufenthalt von Anfang an entspannt verlaufen kann. Ihren Terminplan bekommen Sie bei Ihrer Anreise an der Hotel-Reception ausgehändigt. Gerne können Sie das Team des ROSENALP Spa telefonisch unter +49 (0)8386 706 447 oder per E-Mail (spa@rosenalp.de) erreichen. Behandlungen, die kurzfristig buchbar sind, ersehen Sie auf dem Bildschirm an der Spa-Reception und können diese unmittelbar dort buchen.

Terminverschiebungen/ Stornierungen

Wir bitten Sie, Terminverschiebungen frühzeitig, bis 24 Stunden vor Beginn der Anwendung, vorzunehmen. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir bei versäumten Terminen 100 % des Behandlungspreises berechnen müssen. Dies gilt auch für eine Stornierung bzw. Terminverschiebung am Tag der Anwendung. Anwendungen, die in einem Paket oder einem Rezept enthalten sind, verfallen.

Ihre Gesundheit ist uns wichtig

Bitte teilen Sie uns vor jeder Behandlung bekannte Unverträglichkeiten, Krankheiten und Allergien mit, damit wir die Anwendung optimal auf Sie abstimmen können. Geben Sie uns bitte auch unbedingt Bescheid, falls Sie Erkältungssymptome oder Husten haben, damit wir für Ihre Behandlung einen Alternativtermin finden können. Um unerwünschte Kreislaufprobleme zu vermeiden, die während einer unterkalorischen und salzfreien Diät auftreten können, raten wir unseren Schrottkur- und Heilfastengästen aufgrund des sinkenden Blutdrucks während der Kur von einem Saunabesuch ab. Achten Sie auf eventuelle Warnsignale Ihres Körpers: Treten Übelkeit oder Schwindel auf, sollten Sie die Sauna unbedingt sofort verlassen.

Körperanwendungen

Zu den Körperanwendungen kommen Sie bitte im Bademantel mit Unterwäsche oder Badebekleidung darunter sowie in Slippers. Unsere Wellnesstherapeuten sind angewiesen, Sie während der Anwendung entsprechend abzudecken. Bitte beachten Sie, dass eine Nachruhezeit in manchen Treatments inbegriffen ist. Die Kombination von Anwendung und Sauna oder Dampfbad kann im Einzelfall Behandlungsergebnisse verstärken oder einschränken. Unsere Therapeuten beraten Sie dazu gerne.

Kosmetikbehandlungen

Wir empfehlen Ihnen, unmittelbar nach der Kosmetikanwendung auf das Benutzen der Lichttherapie zu verzichten. Herren bitten wir, sich ein

paar Stunden vor der Gesichtsbehandlung zu rasieren, um einen optimalen Behandlungserfolg zu erzielen. Hinweis: Bitte beachten Sie, dass wir bei Gel- oder Acryllacknägeln keine Maniküre oder Pediküre durchführen!

Mobiltelefone

Um Entspannung zu gewährleisten und aus Rücksicht auf die anderen Gäste, ist das Telefonieren mit dem Mobiltelefon im gesamten ROSENALP Spa untersagt. Wir bitten Sie, Ihre Mobiltelefone auf dem Zimmer zu lassen oder während Ihres Aufenthalts im Spa auszuschalten.

Sich Zeit nehmen

Um Ihre volle Behandlungszeit genießen zu können, empfehlen wir Ihnen, bereits ca. zehn Minuten vor Anwendungsbeginn im ROSENALP Spa einzutreffen. Stimmen Sie sich in der Wellnesslounge mit einem Glas Tee auf die nachfolgende Behandlung ein. Ein Spa-Mitarbeiter nimmt Sie dort für die nachfolgende Behandlung in Empfang. Aus Rücksicht auf nachfolgende Gäste bitten wir um Verständnis, dass bei Verspätung Ihre Behandlungszeit verkürzt werden muss.

Allgemeine Informationen

Bitte beachten Sie das Duschgebot vor jedem Bad im Außenpool und im Schwimmbad sowie vor Benutzung der Saunen und des Dampfbades. Die Hinweise zum Sauna-Nacktbereich und den Bereichen, in denen Badebekleidung erwünscht ist, bitten wir Sie, zu beachten.



ANKOMMEN & WOHLFÜHLEN

UNSERE ZIMMER





EINZEL- & DOPPELZIMMER

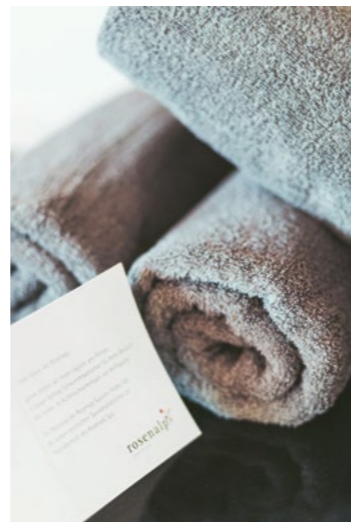
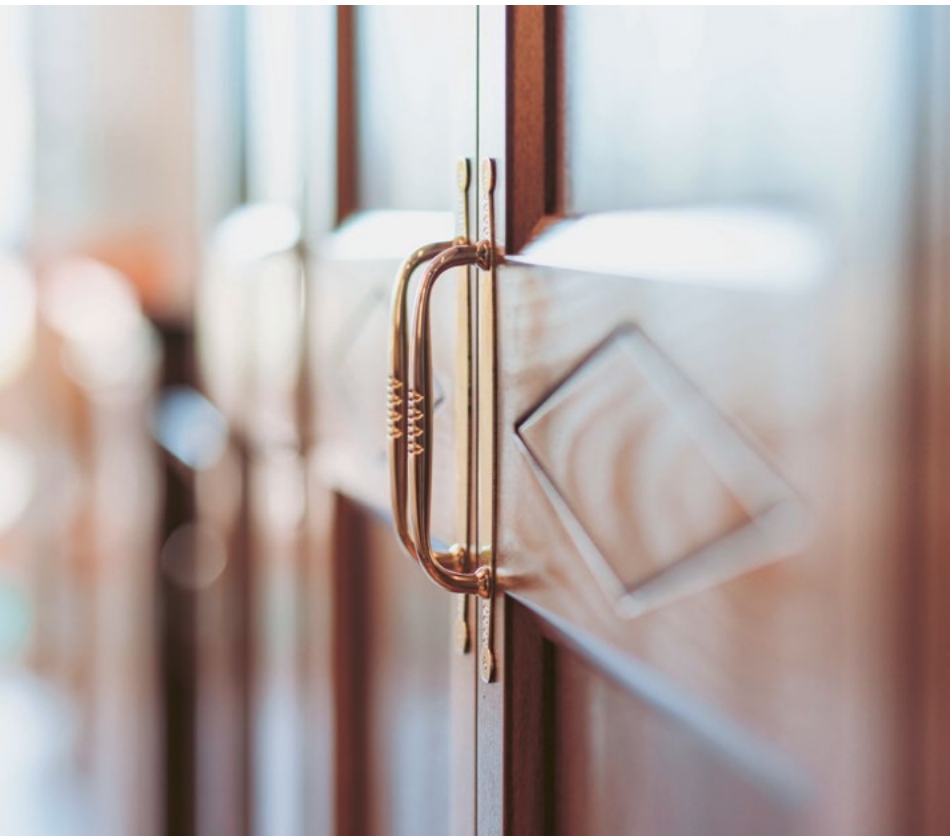
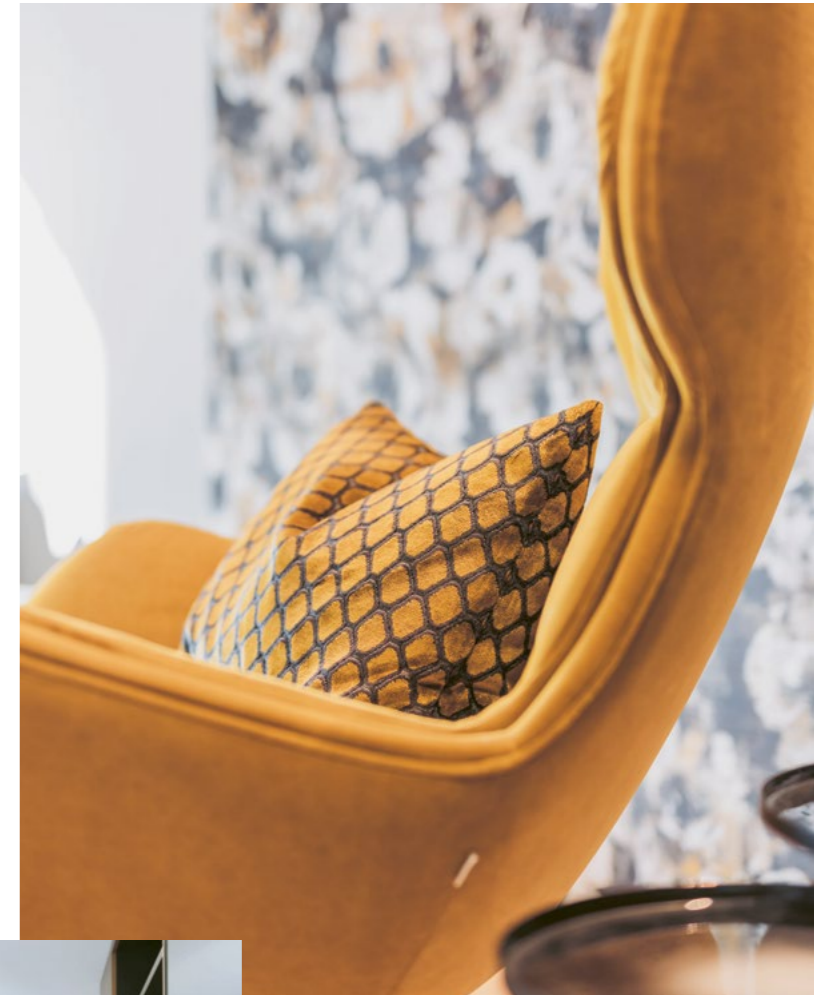


EINZELZIMMER „BACCARA“

Unsere Betten: himmlisch.
Die Aussicht: postkartenschön.
Entspannung: 100 %.
Sie sind ja schließlich im Urlaub.



DOPPELZIMMER
„LA ROYALE“



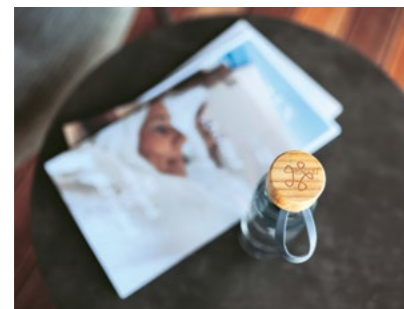
Mehr Infos
und aktuelle
Preise erfahren
sie auf unserer
Website.



JUNIORSUITEN & SUITEN



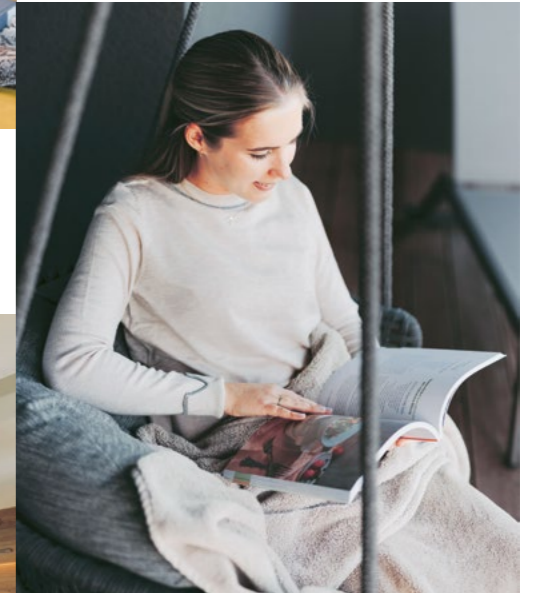
SUITE „BEL AMOUR“



Räume für Träume. Zum Ruhen und Wohlfühlen. Um Kraft zu tanken. Für Gesundheit im Innen und Außen.



JUNIORSUITE „LA NOBLESSE“



SUITE „TIMELESS“

INKLUSIVLEISTUNGEN

- ROSENALP Sense Spa mit Innen- und Außenpool, Ruheräumen, Saunawelt und Wellnessgarten
- Fitnesspark mit Precor®-Geräten
- Aktiv- und Fit-Programm, von Montag bis Samstag
- Oberstaufen-Plus-Karte für kostenlose Leistungen während Ihres Aufenthalts
- kostenfreies Internet
- uvm.



JUNIORSUITE „FLORENCE“

Mehr Infos und aktuelle Preise erfahren sie auf unserer Website.



