



M H

WELLNESSBROSCHÜRE

04

Unsere
Kosmetiklinien

06

Bäder

07

Körperpackungen

08

Körper-
behandlungen

11

Gesichts-
behandlungen

14

Massagen

18

Wohlbefinden
für Hände und Füße

19

Einzel-
behandlungen

20

Verwöhnpakete

22

Spa-Etikette

24

Sauna und
Fitness

26

Nützliche
Informationen

Herzlich willkommen in unserer Wellnessoase „Marienbad“!

Treten Sie ein in die Welt des Wohlbefindens und vergessen Sie für eine Weile den Alltag.

Auf 1300 m² erstreckt sich Ihnen ein großzügiger und abwechslungsreicher Wellnessbereich. Darin steht Ihnen u. a. ein 120 m² großes, wohltemperiertes Hallenbad zur Verfügung – mit Whirlpool und wundervollen Duschgrotten bietet es pure Erholung.

Zum Ausruhen und Zurücklehnen lädt unsere Panorama-Ruhegalerie mit einzigartigem Ausblick auf die Stubaier Bergwelt ein.

So einzigartig wie Sie ist auch die Pflege, die Ihr Körper braucht. Begeben Sie sich in professionelle Hände und lassen Sie sich bei diversen Behandlungen von Kopf bis Fuß verwöhnen.

In unserer Beautyabteilung verwöhnen wir Sie mit hochwertigen Kosmetikprodukten der Qualitätsmarken alpienne, BABOR und Ligne St Barth.

Wir wünschen Ihnen viele erholsame Stunden und eine harmonische Verwöhnzeit in unserem Marienbad. Lassen Sie es sich gut gehen!

Ihre Familie Hofer mit dem Milderer-Hof-Verwöhnnteam

Familie Hofer



Unsere Kosmetiklinien

Unsere Kosmetiklinien

BABOR

BABOR ist eine international führende Marke der professionellen Kosmetik. Die Produkte werden aus regionalen Grundstoffen hergestellt – das Beste aus der Natur wird mit den neusten Erkenntnissen der Wissenschaft verbunden.

Jedes Produkt, von der Idee bis zum fertigen Tiegel, ist ein Qualitätsversprechen und steht für Wissenschaft, Präzision und Wirkung „made in Germany“.

ALPIENNE – KRAFT DER ALPEN

100 % naturreine Wirkstoffkosmetik aus den Alpen.

In jedem alpienne-Produkt finden Sie ausschließlich wildwachsende und pflanzliche Aktivstoffe der Bergwelt. Die Kräuter werden sorgfältig von Hand geerntet, schonend durch die Kraft der Sonne getrocknet und ohne chemische Zusatzstoffe zu einzigartigen Pflegeprodukten mit natürlicher Wirkung weiterverarbeitet.

LIGNE ST BARTH

Alle Öle, Lotionen und Cremes der Ligne St Barth werden in der eigenen Manufaktur im Herzen der Karibikinsel Saint-Barthélemy hergestellt. Jedes einzelne Produkt ist ein Elixier aus dem Paradies.



Bäder und Körperpackungen

Entspannung pur erwartet Sie in unserem Kaiserin-Sissy-Bad. Ob alleine oder zu zweit: Ein Wohlfühlbad schenkt Erholung für Körper, Geist und Seele. Ihr Körper wird dabei mit einer Unterwassermassage verwöhnt, wodurch sich die Blutzirkulation erhöht und somit die Pflegewirkstoffe optimal von der Haut aufgenommen werden.

Schönheitsbad mit Kokosöl und Vanillecreme ca. 25 Min. | **35 €**

Rückfettendes Pflegebad

Milchbad mit Avocadoöl ca. 25 Min. | **35 €**

Schützt die Haut vor dem Austrocknen und wirkt regenerierend

Rosenbad ca. 25 Min. | **30 €**

Aphrodisierend und harmonisierend

Anti-Stress-Bad (mit Lavendel) ca. 25 Min. | **30 €**

Ausgleichend und beruhigend

Zirbenbad ca. 25 Min. | **38 €**

Beruhigend und harmonisierend

Bäder für zwei Personen **50 €**

Erleben Sie einen nahezu schwerelosen Zustand in unserer beheizten Wasser-Schwebeliege und genießen Sie die wohlige Wärme und ein perfektes Körpergefühl.

Algenpackung 40 Min. | 50 €

Naturbelassene Algen, in denen noch alle Wirkstoffe enthalten sind, werden bei dieser Packung verwendet. Sie wirken entschlackend, entwässernd, entgiftend und feuchtigkeitsspendend und sorgen für ein glattes, straffes Hautbild.

Cleopatrpackung 40 Min. | 50 €

Ein frisch zubereitetes Milch-Öl-Gemisch wirkt intensiv pflegend, rückfettend und hautschützend. Schon Cleopatra profitierte von der positiven Wirkung dieser Pflegestoffe.

Repair-Packung 40 Min. | 50 €

Murmelöl, gelber Enzian und Weizenkleie fördern die Durchblutung und den Regenerationsprozess der Haut, reduzieren Entzündungen und lösen Verspannungen und Verkrampfungen der Muskulatur.

Entschlackungspackung 40 Min. | 50 €

Birkenblätter, Wacholder und Orangenöl helfen dem Körper dabei, sich von Schadstoffen zu befreien, entgiften, entschlacken und stärken das Gewebe.

Moorpackung 40 Min. | 50 €

Moor gilt seit Jahrhunderten als bewährtes Therapiemittel gegen Schmerzen, rheumatische Beschwerden und Verspannungen. Speziell in Kombination mit Wärme entfaltet es seine volle Wirkung.

Körperbehandlungen alpienne

Bleib aktiv und belebt



Natursalzpeeling mit Honig und Zirbenmehl 25 Min. | 40 €

Rein natürliche Wirk- und Inhaltsstoffe sorgen für eine effektive Tiefenreinigung, die der Haut zu neuer Elastizität und Geschmeidigkeit verhelfen.

Natursalzpeeling mit Bergarnika und Rosmarin 25 Min. | 40 €

Ein hautverfeinerndes und belebendes Peeling, welches die Durchblutung fördert und die Haut wunderbar zart pflegt.

Süße Belebung 70 Min. | 85 €

Zu Beginn erhalten Sie ein Honig-Zirbenmehl-Peeling, welches Ihr Hautbild auf sanfte Weise reinigt und von abgestorbenen Hautschüppchen befreit. Eine anschließende Ganzkörpermassage mit Propolislotion stärkt das Immunsystem und nährt die Haut.

Ritual „fürs Madl“ ca. 90 Min. | 105 €

Bestehend aus:

- einem Natursalzpeeling mit Honig und Zirbenmehl
- einer Entschlackungspackung mit Birkenblättern, Wacholder und Orangenöl
- einer Entspannungsmassage mit Johanniskrautlotion

Ritual „fürn Buam“ ca. 90 Min. | 105 €

Bestehend aus:

- einem Natursalzpeeling mit Bergarnika und Rosmarin
- einer Repair-Packung mit Murmelöl, gelbem Enzian und Weizenkleie
- einer Entspannungsmassage mit Arnika-lotion

Körperbehandlungen

St Barth

Ruhe finden und
Reinheit genießen



Softness

25 Min. | 50 €

Eine fruchtige Ganzkörper-Peeling-Massage, die Körper und Sinne mit Schätzen der tropischen Natur verwöhnt. Entfernt auf sanfte Weise abgestorbene Hautschüppchen und versorgt Ihren Körper mit wertvollen Nährstoffen.

Elasticity

40 Min. | 55 €

Eine Körperpackung, die Sie in die Leichtigkeit und Intensität der karibischen Natur eintauchen lässt. Tonerde, die reich an Mineralien, Vitaminen und Spurenelementen ist, klärt, reinigt, und regt die Zellerneuerung an. Während Efeu-Gel strafft und das Kampfer-und-Menthol-Öl die Muskulatur lockert, versorgen reines Kokosöl und kaltgepresstes Avocadoöl die Haut mit Feuchtigkeit.

Harmony

70 Min. | 85 €

Zu Beginn entfernt ein mildes Papaya-Peeling abgestorbene Hautschüppchen, außerdem verbessert es die Hautatmung und macht Ihre Haut aufnahmefähiger. Einen weiteren Wohlfühlmoment schenkt die nachfolgende Körperpackung, welche festigend, regenerierend und feuchtigkeitsspendend wirkt.





Gesichtsbehandlungen

St Barth

Für Sie und Ihn



Freshness

85 Min. | **115 €**

Tauchen Sie in die tropische Pflanzenwelt ein, deren Produkte behutsam auf die Bedürfnisse Ihrer Haut abgestimmt sind.

Bestehend aus: Reinigung, sanftem Peeling mit Dampf, Tiefenreinigung, Augenbrauen formen, Gesichts- und Dekolleté-Massage, Fruchtmaske und Pflegecreme.

Pureness

55 Min. | **85 €**

Inspiriert von duftenden Blüten und Früchten tropischer Gärten umsorgen diese Inhaltsstoffe Gesicht, Hals und Dekolleté.

Bestehend aus: Reinigung, sanftem Peeling mit Dampf, Augenbrauen formen und Fruchtmaske. Anschließend erhält Ihre Haut Schutz für den Tag oder Regeneration für die Nacht.

Relax & Care

25 Min. | **55 €**

Genießen Sie eine verwöhnende Behandlung, die Ihre Haut optimal nährt.

Bestehend aus: Reinigung und wohltuender Gesichts- und Dekolleté-Massage.

Gesichtsbehandlungen

BABOR



HSR-Lifting für Sie 100 Min. | **120 €**

Ein Wohlfühl-Lifting der Extraklasse! Es reduziert alle Zeichen der Hautalterung mit außergewöhnlichen Resultaten. Ihre Haut wirkt sichtbar glatter, straffer, ebenmäßiger und feinporiger. Zudem werden die Gesichtskonturen fühlbar gefestigt. Bestehend aus: Reinigung, Peeling mit Dampf, Augenbrauen formen, HSR-Wirkstoffkonzentrat, Lifting-Massage, HSR-Maske und Abschlusspflege.

Vitality für Sie und Ihn 85 Min. | **98 €**

Jede Haut ist einzigartig und verdient es, genügend gepflegt und genährt zu werden. Professionelle Anwendungen und geschulte Hände machen dies möglich. Bestehend aus: Reinigung, Peeling mit Dampf, Tiefenreinigung, Augenbrauen formen, Wirkstoffkonzentrat, Gesichts- und Dekolleté-Massage, Maske und Abschlusspflege.

Beauty-Flirt für Sie 55 Min. | **68 €**

Abgestimmt auf die Bedürfnisse Ihrer Haut verwöhnen wir Sie mit Produkten der Skinovage-Linie.

Bestehend aus: Reinigung, Peeling mit Dampf, Augenbrauen formen, Maske und Abschlusspflege.

Energy-Release für Ihn 55 Min. | **80 €**

Speziell auf Männerhaut abgestimmte Produkte. Absolut maskulin und überzeugend durch innovative Texturen.

Bestehend aus: Reinigung, Peeling mit Dampf, Tiefenreinigung, Wirkstoffkonzentrat, Gesichts- und Dekolleté-Massage, Maske und Abschlusspflege.

Beauty-Crash-Kur für Sie und Ihn

3 Ampullen: **40 €**

6 Ampullen: **55 €**

Individuell, hochwirksam und professionell: Ampullen beinhalten hochkonzentrierte Wirkstoffe und sorgen für Soforteffekte für jedes Hautbedürfnis.

Buchbar in Verbindung mit einer Gesichtsbehandlung:

Collagen-Vliesmaske 25 €

Die Feuchtigkeitsdepots füllen sich wieder und kräftigen die Hautelastizität.

Algenmaske 25 €

Straffende Maske mit beruhigendem Kühleffekt.

Sensational Eyes 25 €

Zur spürbaren Pflege der sensiblen Augenpartie.

Augenfluid, Augenpads und Augencreme.

Wirkstoffkonzentrat 12 €

Spürbar, sichtbar und anhaltend.

Massagen

Schenken Sie sich eine Auszeit. Für ein tiefgreifendes, positives Lebensgefühl.

Ganzkörpermassage 50 Min. | **68 €**

Durch tiefgehendes, intensives Bearbeiten der Muskulatur werden Blockaden gelöst.

Teilkörpermassage 25 Min. | **40 €**

Ideal bei Verspannungen im Nacken- und Rückenbereich.

Fußreflexzonen- massage 25 Min. | **40 €** 40 Min. | **60 €**

Eine Druckpunktmassage über die Reflexzonen an den Fußsohlen.

Jeder Teil des Körpers besitzt am Fuß eine entsprechende Zone. Durch den Druck an diesen speziellen Stellen lassen sich viele Körperfunktionen positiv beeinflussen. Ob Rücken-, Kopf-, Nacken- oder Verdauungsprobleme – die Fußreflexzonenmassage hilft, auch Ihre körpereigenen Abwehr- und Selbstheilungskräfte wieder zu stärken. Mit Ganzkörperwirkung auf Nervensystem, Organe und Gelenke.

Lymphdrainage 25 Min. | **40 €**

50 Min. | **68 €**

Eine angenehm sanfte Massagetechnik, die die Lymphzirkulation anregt, was zu einer intensiven Entschlackung führt. Einlagerungen im Gewebe werden abtransportiert, und Schwellungen sowie Stauungen werden vermieden.

Sportmassage 25 Min. | **42 €**

Eine intensiv lockernde Beinmassage mit belebendem Arnika-Tonikum.

Ideal vor und nach dem Sport, um Ihre Muskeln wieder fit zu machen sowie Krämpfen und Muskelkater vorzubeugen.

Kombimassage 50 Min. | **70 €**

Ein Mix aus Rücken- und Fußreflexzonenmassage.

Verspannungen werden gelöst und der gesamte Organismus aktiviert.

Hot-Stone-Massage 50 Min. | **70 €**

Eine Kombination aus Massage und Energiearbeit.

Warme Basaltsteine regen die Durchblutung und den Stoffwechsel an und bringen die Energie wieder zum Fließen.

Ohrkerzenbehandlung 25 Min. | **35 €**

Mit Gesichts-Lymphdrainage: 40 Min. | **50 €**

Ein hochwirksames, einfach einsetzbares Wärme- und Druckausgleichsmittel, das vielfach auch bei Kopf- oder Ohrenschmerzen und Gleichgewichtsstörungen eingesetzt wird.

Shiatsu-Massage 60 Min. | **85 €**

Ziel dieser japanischen Massagetechnik ist es, die Körperenergie wieder in Fluss zu bringen und Energiestauungen zu lösen. Sie wirkt besonders effektiv auf das vegetative Nervensystem (bitte bequeme Kleidung tragen).

Honigmassage 40 Min. | **60 €**

Eine anregende Behandlung für das Bindegewebe am Rücken. Verklebungen werden gelöst und die einzelnen Gewebeschichten besser genährt.

Kindermassage 25 Min. | **35 €**

Mit ausgewählten Massagegriffen und warmen Ölen tauchen Kinder in Wohlbefinden ein und spüren Wärme und Geborgenheit.

alpienne- Aromamassagen

Eine wohltuende und entspannende Massage, die mit verschiedenen Griffen durchgeführt wird. Wählen Sie Ihren Favoriten aus den folgenden Aromen:

Arnika

Teilkörper: 25 Min. | **42 €**
Ganzkörper: 50 Min. | **70 €**

Fördert die Wundheilung, wirkt entzündungshemmend, hilft bei strapazierter Haut, das Gewebe zu regenerieren und wirkt positiv bei rheumatischen Beschwerden.

Johanniskraut

Teilkörper: 25 Min. | **42 €**
Ganzkörper: 50 Min. | **70 €**

Besonders bei gereizter und empfindlicher Haut geeignet, Intensivpflege bei Narben und Verbrennungen, beruhigt nervöse Beschwerden.

Murmelöl

Teilkörper: 25 Min. | **42 €**
Ganzkörper: 50 Min. | **70 €**

Bei Gelenksproblemen, Verkrampfungen, Hexenschuss, Neurodermitis sowie Gicht empfohlen. Durch einen hohen Anteil an natürlichem Cortison hat Murmelöl hervorragende entzündungshemmende und schmerzlindernde Eigenschaften.

Propolis

Teilkörper: 25 Min. | **42 €**
Ganzkörper: 50 Min. | **70 €**

Natürliches Antibiotikum aus dem Bienenvolk zur Stärkung des Immunsystems. Entzündungshemmend, antibakteriell und kräftigend für den gesamten Organismus.

Ayurveda- Behandlungen

Ayurveda ist eine traditionelle indische Heilkunst und bedeutet so viel wie „Wissen vom Leben“.

- Verbessert die Blutzirkulation und den Lymphfluss
- Stärkt das Immunsystem
- Beruhigt das Nervensystem
- Harmonisiert Körper, Geist und Seele
- Verbessert den Schlaf

Abhyanga

70 Min. | **100 €**

Diese traditionelle Ganzkörper-Ölmassage wird in Indien auch „Königin der Massagen“ genannt. Warmes Öl umhüllt Ihren Körper. Sie fallen in den Zustand der völligen Entspannung und Leichtigkeit.

Art Reum

50 Min. | **80 €**

Eine entspannende und stresslösende Behandlung für den Rücken-, Nacken- und Schulterbereich.

Wohlbefinden für Hände und Füße

Unsere Hände sagen unglaublich viel über uns aus – umso wichtiger ist es, sie zu pflegen und ihnen besondere Aufmerksamkeit zu schenken. Auch unsere Füße verdienen intensive Pflege, denn sie sind es, die uns täglich durch das Leben tragen.

Maniküre

Mit Peeling, Packung
und Handmassage

Lackierung

45€

70€

5€

Pediküre

Mit Peeling, Packung
und Fußmassage

Lackierung

50€

75€

5€

Unser Spa-Tipp:

Kombinieren Sie unsere Active Eye Pads als Zusatzbehandlung zur Maniküre oder Pediküre für eine schnelle Feuchtigkeitszufuhr und Glättung der sensiblen Augenpartie.

10€

Einzelbehandlungen

Haarentfernung mit Warmwachs

| | |
|-----------------------|------|
| Oberlippe oder Kinn | 15 € |
| Achseln | 20 € |
| Rücken | 40 € |
| Bikinizone | 25 € |
| Unteres Bein bis Knie | 30 € |
| Ganzes Bein | 45 € |

Augenbrauen & Wimpern

| | |
|--|------|
| Wimpern färben | 15 € |
| Augenbrauen färben | 15 € |
| Wimpern und Augenbrauen färben und formen | 28 € |
| Augenbrauen formen | 12 € |

Tages- oder Abend-Make-up 40 €

Verwöhnpakete

Sportler-Paket

(buchbar ab 2 ÜN)

- 1 Repair-Körperpackung
- 1 Sportmassage
- 1 Teilkörpermassage

118 €

- 40 Min.
- 25 Min.
- 25 Min.

Anti-Stress-Paket

(buchbar ab 2 ÜN)

- 1 Aromamassage
- 1 Anti-Stress-Bad
- 1 Fußreflexzonenmassage

132 €

- 50 Min.
- ca. 25 Min.
- 25 Min.

Einfach loslassen

(buchbar ab 2 ÜN)

- 1 Moorpackung
- 1 Zirbenbad
- 1 Fußreflexzonenmassage

125 €

- 40 Min.
- ca. 25 Min.
- 40 Min.

Wie neu geboren

(buchbar ab 2 ÜN)

- 1 Beauty-Flirt-Gesichtsbehandlung
- 1 Kombimassage
- 1 Algenpackung

169 €

- 55 Min.
- 50 Min.
- 40 Min.

Beauty & Slim

(buchbar ab 2 ÜN)

- 1 Softness-Körperbehandlung
- 1 Entschlackungspackung
- 1 Lymphdrainage

150 €

- 25 Min.
- 40 Min.
- 50 Min.

Wie Samt und Seide

(buchbar ab 2 ÜN)

- 1 Schönheitsbad mit Kokosöl und Vanillecreme
- 1 Natursalzpeeling mit Honig und Zirbenmehl
- 1 Cleopatra-Körperpackung
- 1 Pureness-Gesichtsbehandlung

188 €

- ca. 25 Min.
- ca. 25 Min.
- 40 Min.
- 55 Min.

Beauty-Vital-Tag für Damen 205 €

(buchbar ab 1 ÜN)

| | |
|--|-------------|
| 1 Vitality-Gesichtsbehandlung | 85 Min. |
| 1 Wimpern und Augenbrauen färben und formen | 15 Min. |
| 1 Rosenbad | ca. 25 Min. |
| 1 Ganzkörpermassage | 50 Min. |

**Entspannung
für Sie und Ihn 330 €**

(buchbar ab 2 ÜN)

| | |
|---|-------------|
| 1 Energy-Release- Gesichtsbehandlung für Ihn | 55 Min. |
| 1 Vitality-Gesichtsbehandlung für Sie | 85 Min. |
| 1 Kaiserin-Sissy-Bad nach Wahl für zwei | ca. 25 Min. |
| 2 alpienne-Aromamassagen | je 50 Min. |

Spa-Etikette

Um Ihren Spa-Aufenthalt in unserem Haus noch angenehmer zu gestalten, möchten wir Ihnen nachfolgend noch einige Hinweise geben und uns schon im Voraus bei Ihnen bedanken, dass Sie sich an unsere Spa-Etikette halten. In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen erholsamen Urlaub und eine harmonische Verwöhnzeit in unserem Marienbad.

Bekleidung im Marienbad

Kommen Sie am besten in Unterwäsche oder Badekleidung, eingehüllt in Ihren Bademantel, zur Behandlung, ohne Schmuck oder andere Wertgegenstände.
Im Schwimmbereich bitten wir Sie, Badekleidung zu tragen.
Unsere Saunen sind gemischt und textiltfrei.

Pünktliches Erscheinen

Eine harmonische Anwendung beginnt mit einem pünktlichen und stressfreien Start.
Bitte melden Sie sich daher fünf bis zehn Minuten vor Ihrer Anwendung an unserer Spa-Rezeption. Aus Respekt gegenüber nachfolgenden Gästen bitten wir um Verständnis, dass sich die Behandlungszeit bei Verspätung Ihrerseits verkürzt.

Stornierungen

Bis 24 Stunden vor Anwendungsbeginn ist eine kostenfreie Stornierung möglich.
Bitte haben Sie Verständnis, dass wir Ihnen danach 70 % des Behandlungspreises in Rechnung stellen.

Gesundheit

Teilen Sie uns bitte gesundheitliche Einschränkungen, Allergien oder Sonstiges vor der Buchung Ihrer Anwendung mit.

Schwangerschaft

Anwendungen können auch während dieser wunderbaren Zeit in Anspruch genommen werden. Wir beraten Sie gerne, um die für Sie passende Behandlung zu finden.

Snacks und Getränke

Für eine kleine Stärkung zwischendurch steht Ihnen unsere Teebar jederzeit zur Verfügung.

Schwimmbad und Saunabereich

Jeder Gast sollte respektieren, dass andere Gäste in einem Wellnesshotel vor allem Ruhe suchen. Wir bitten Sie, vor der Nutzung des Schwimmbads und der Saunen zu duschen.

Verwenden Sie in den Saunen die Handtücher, die Sie vor den Kabinen finden. Kinder unter 14 Jahren haben keinen Zutritt zum Saunabereich.

Beratung

Nutzen Sie die Möglichkeit, sich von unseren Spa-Mitarbeitern persönlich und kompetent beraten zu lassen.



Sauna

In unserer abwechslungsreichen Saunawelt ist für jeden Besucher etwas dabei.

Finnische Sauna

Die klassische Saunaform ist besonders bei erprobten Saunagängern beliebt. Die Temperatur beträgt hier 85 Grad, in Kombination mit einer hohen Luftfeuchtigkeit.

Biosauna

Die „light Version“ der finnischen Sauna mit einer milderer Temperatur von 65 Grad und einer gemäßigten Luftfeuchtigkeit macht Saunagänge besonders verträglich.

Solebad

Eine milde und kreislaufschonende Inhalationskabine bei 42-45 Grad mit feinstäubtem Solenebel, der besonders die Atemwege unterstützt.

Aroma-Dampfbad

Sanft, aber sehr wirkungsvoll, mit wohltuenden 42-45 Grad, angereichert mit ausgesuchten Aromen.

Laconium

Ein trockenes Schwitzbad, in dem die Temperatur sehr langsam gesteigert wird, wodurch längere Aufenthalte bis zu einer Stunde möglich sind.

Infrarotkabine

Kreislaufschonende Wärmeanwendung bei ca. 35 °C. Infrarotwärme wirkt sich positiv auf die unterschiedlichsten gesundheitlichen Beschwerden aus.

Fitness

Zu Wellness gehört neben dem Entspannen auch aktive Bewegung. Nutzen Sie unseren hausinternen Fitnessraum mit abwechslungsreichen Trainingsmöglichkeiten.



Cardiogeräte

- Multiturn mit vier Stationen
- Laufband
- Liegeergometer
- Crosstrainer
- Spinningrad

Kinesis – effektives Funktionstraining

Ein dreidimensionales Trainingskonzept. Das spezielle Seilzugsystem ermöglicht unbegrenzte und natürliche Bewegungen in jede Richtung und verbessert Koordination, Haltung, Beweglichkeit, Gleichgewicht u. v. m.

Weitere Informationen

In unserem Wellness & Relax Hotel dürfen Sie sich entspannen und den Alltag hinter sich lassen. Am besten lassen Sie erst gar keinen Terminstress aufkommen.

Gern informieren wir Sie hierüber schon im Vorfeld.

Wellness-Anwendungen, die Ihnen wichtig sind, sollten Sie schon bei der **Zimmerreservierung mitbuchen**.

Wellness-Pakete werden von uns automatisch berücksichtigt.

Unser Marienbad-Team steht Ihnen **täglich von 9.00 bis 12.00 Uhr** und **von 14.00 bis 19.00 Uhr** unter der Telefonnummer **+43 (0)5226 2219 600** zur Verfügung.



MILDERER-HOF-VERWÖHNGUTSCHEINE

FREUDE SCHENKEN

Bereiten Sie mit unseren **Verwöhngutscheinen** Menschen, die Ihnen ganz besonders am Herzen liegen, unvergessliche Freude. Schenken Sie Wohlbefinden und Schönheit.

Gerne können Sie sich über unsere Website **www.mildererhof.at** Ihren individuellen Gutschein erstellen.



Familie Hofer | Franz-Senn-Straße 166 | 6167 Neustift im Stubaital | Österreich
Tel: +43 (0)5226 2219 | Fax: +43 (0)5226 2819 211
office@mildererhof.at | www.mildererhof.at