



ERIKA

BOUTIQUEHOTEL

KITZBÜHEL



SPA, TREATMENTS & MASSAGEN



## NATÜRLICH WOHLFÜHLEN

Wohlig warmes Verwöhnprogramm – herzlichen willkommen in der Wellness-Landschaft des ERIKA Boutiquehotels. Wenn Sie bereits für sportlich aktive Erholung gesorgt haben, können Sie gleich zum Verwöhnprogramm übergehen. In unserem Spa Bereich finden Sie dazu eine großzügige Bade- und Saunalandschaft. Noch entspannter wird es, wenn aus dem Verwöhnen ein Verwöhnt werden wird und Sie sich den geübten Händen unserer MitarbeiterInnen überlassen.

Ihr Wohlbefinden ist uns eine Herzensangelegenheit! Wir haben uns bewusst dazu entschieden, Sie ausschließlich mit hochwertiger Naturkosmetik aus Österreich zu versorgen. Die von uns ausgewählte Kosmetiklinie NATURE vereint wertvolle, rein pflanzliche, Wirkstoffe mit natürlichem Bergquellwasser und modernem Design. Spüren Sie die Natur hautnah in all ihren Facetten und verwöhnen Sie sich mit hochwertigen Inhaltsstoffen aus kontrolliert biologischem Anbau.

### UNSER VERSPRECHEN:

- 100% Made in Austria
- Hautverträglichkeit dermatologisch bestätigt
- aus kontrolliert biologischem Anbau
- mit wertvollem Tiroler Bergquellwasser
- vegan & tierversuchsfrei

RUHEPOL PAR EXCELLENCE



## GESICHTSBEHANDLUNGEN

### REGENERATION & REINIGUNG

#### Pure ANTI AGE

Sie erleben eine biologische Anti-Aging Behandlung mit einer sichtbaren Wirkung.  
*Welcome/ Reinigung/ Hyaluronic Elixir / Crememaske / Abschlusspflege*

**ca. 30 Minuten** **45 €**

#### Pure DETOX

*Welcome / Reinigung / Hyaluronic Elixir / Maske / Abschlusspflege*

**ca. 30 Minuten** **45 €**

### REGENERATION & GLÄTTUNG

#### Earth & Wind DETOX

Detox Anti-Pollution Behandlung  
Das einzigartige „Detox – Ritual“ aktiviert mit der natürlichen Kraft konzentrierter Heilkräuter ganzheitliche Entschlackungsvorgänge und setzt neue Impulse für den optimalen Energiefluss in allen Körpersystemen. Spüren Sie die tiefen-wirksame Reinigung, die Sie von Belastungen befreit, und lassen Sie sich mit allen Sinnen auf einen Erneuerungsprozess ein.

*Welcome / Tiefenreinigung / Peeling / Lymphe aktivieren / Hyaluronic Elixir / Maske / Handmassage / Abschlusspflege*

**ca. 60 Minuten** **75 €**

#### Stone & Water HYDRA

Intensive Straffung  
*Welcome / Reinigung/ Peeling / Tiefenreinigung / Lymphe aktivieren / Hyaluronic Elixir / Maske / Abschlusspflege*

**ca. 60 Minuten** **75 €**

#### Fire & Ice VITALITY

Vitalisierende Gesichtsbildung  
*Welcome / Peeling / Tiefenreinigung / Augenbrauen fassionieren / Lymphe aktiveren / Massage der Sinne / Hyaluronic Elixir / Maske / Body Scrub / Abschlusspflege Q10 Vitality Day Care und Eye Care*

**ca. 90 Minuten** **110 €**



#### Pure MEN

*Welcome / Reinigung / Peeling / Tiefenreinigung / Lymphe aktivieren / Massage / Hyaluronic Elixir / Maske / Abschlusspflege*

**ca. 60 Minuten** **75 €**

### DAS BESONDERE EXTRA

Ohrkerzenbehandlung  
Reinigung des Gehörgangs

**ca. 30 Minuten** **40 €**

Augenbrauen färben **15 €**

Augenbrauenkorrektur **10 €**

Wimpern färben **15 €**

Augenbrauen und Wimpern färben **30 €**

#### Spa Maniküre

*Peeling / Nagelhaut entfernen, zurückschieben / Nägel in Form feilen / kleine Handmassage / Nagellack nach Wahl*

**45 – 55 Minuten** **65 €**

#### Spa Pediküre

*Fußbad / Hornhaut entfernen / Nagelhaut entfernen, zurückschieben / Nägel kürzen / kleine Fußmassage / Nagellack nach Wahl*

**50 – 60 Minuten** **70 €**

#### Waxing

Nase **8 €**

Oberlippe **10 €**

Kinn **8 €**

Oberarme oder Unterarme **15 €**

Arme komplett **22 €**

Achseln **12 €**

Ober oder Unterschenkel **19 €**

Beine, komplett **30 €**



#### Kräuterstempelmassage Pantai Luar

Ostasiatische Massagetechnik mit duftenden Kräuterstempeln und heißem Pflanzenöl (130 Grad). Durch die kurzen Berührungen mit heißen Stempeln wird über Thermozeptoren der Haut ein Selbstheilungsprozess aktiviert.

**ca. 60 Minuten** **110 €**

#### RELAX Macadamia-Zirbe

Entspannungs- und Ganzkörpermassage

**50 – 60 Minuten** **75 €**

Klassische Rücken-, Nacken- und Schultermassage

**30 Minuten** **50 €**

#### Shape & Harmony

Anti-Cellulite Behandlung (Beine & Po), intensive Straffung

*Peeling / Tiefenmassage mit Massagerolle / Lymphe mit dem Schröpfglas / entspannende Massage*

**ca. 60 Minuten** **72 €**

#### Fußreflexzonen-Massage

Stimulation der Reflexzonen an den Füßen zum Lösen von Blockaden.

**ca. 25 Minuten** **45 €**

In Kombination mit einer Rückenmassage

**ca. 55 Minuten** **95 €**

#### Kieferbalance R.E.S.E.T.

Entlastung und sanfte Entspannung des Kiefergelenkes und der Kiefermuskulatur.

**60 Minuten** **85 €**

#### KOBIDO Gesicht

Eine professionelle Ostasiatische Massagetechnik, die wie ein natürliches Lifting wirkt. Stärkt intensiv den Muskelapparat, definiert Gesichtskonturen neu und strafft die Gesichtszüge.

**75 Minuten** **70 €**

## MASSAGEN

#### DELIGHT Alpenkräuter

Ganzkörpermassage

Die NATURE Sportmassage arbeitet gezielt als Entspannungsmethode vor oder nach sportlicher Betätigung.

**ca. 60 Minuten** **85 €**

#### Body & Soul Scrub

Ganzkörper-Peeling (Pure Green-Behandlung) zur geschmeidigen Glättung der Haut.

**ca. 40 Minuten** **60 €**

#### Ganzkörper Drainage

Anregung des Lymphflusses für ein glatteres Gewebe und zur Reduktion von Schwellungen und Lypödem.

**ca. 60 Minuten** **72 €**



## FÜR DIE JUNGEN WILDEN

(bis 16 Jahre)

#### Sanfte Rückenmassage

**30 Minuten** **35 €**

#### Sanfte Ganzkörpermassage

**60 Minuten** **70 €**

## SPORT UND BEWEGUNG

Tägliche Sport- und Freizeitaktivitäten mit dem hoteleigenen Sportguide, entweder im Freien oder im Hause. Das Aktivprogramm wird wöchentlich der Witterung und Jahreszeit entsprechend und nach den Wünschen und Bedürfnissen unserer Gäste ausgerichtet. Dabei legen wir großen Wert auf sportliche wie attraktive Betätigungen in freier Natur, verbunden mit angenehmer Geselligkeit.



### Morgen Yoga

„Raus aus den Federn und ab zum Morgenyoga.“ Diese Yogaeinheit belebt Körper, Geist und Seele! Aktivieren Sie Ihren Körper. Mit verschiedenen Yoga-, Atem-, Entspannungs- und Dehnübungen bereiten wir uns gemeinsam auf den bevorstehenden Tag vor.

**ca. 30 Minuten**

### Pilates Retreat

Das Programm ist in zwei Sitzungen pro Tag unterteilt: morgens geht es um die Atmung und unterschiedliche Techniken, welche in den Nachmittags-Workouts wiederholt und intensiviert werden. Pilates, ob auf einer Matte oder an einem Gerät, erfordert Präzision und Konzentration.

**ca. 45 Minuten**

### After Skiing stretching

Mit unserem Stretch-Training bringen Sie verkürzte Muskelpartien wieder ins Gleichgewicht und verhelfen Ihrem Körper zu neuer Flexibilität. Unsere TrainerInnen zeigen Ihnen, wie Sie durch gezielte Dehnungsübungen Ihre Muskulatur besser durchbluten können und Ihre Körperwahrnehmung dauerhaft verbessern.

**ca. 30 Minuten**



### Aquagymnastik

Aquagymnastik eignet sich hervorragend dazu, um muskuläre Defizite auszugleichen und Körper und Muskulatur nach Verletzungen wieder zu stärken. Außerdem hat Wasser einen äußerst entspannenden Effekt auf den ganzen Körper.

**ca. 30 Minuten**

*Treffpunkt für die jeweiligen Sportangebote ist die Spa-Rezeption. Die Preise werden aktuell im Haus ausgewiesen.*

### Personaltraining

Mit uns lernen Sie die für Sie idealen Übungen kennen und vermeiden falsches Training. Sie werden feststellen, wie anders sich eine Übung anfühlt, wenn Ihr Ihr/e Personal TrainerIn Sie betreut.

<b>ca. 45 Minuten (1 Einheit)</b>	<b>75 €</b>
<b>3 Einheiten</b>	<b>180 €</b>

### Noch mehr für die Gesundheit

Unser Fitnessstudio hat 24 Stunden lang geöffnet. Es stellt einen hoch modernen Trainings- und Gerätepark zur Verfügung.



## WAS SIE IM SPA, SAUNA UND POOLBEREICH WISSEN SOLLTEN

Der Entspannungsbereich ist ein Ort der Ruhe und Erholung. Aus diesem Grund bitten wir Sie, die nachfolgenden Hinweise zu beachten. Für einen angenehmen Aufenthalt im Spa finden Sie in Ihrem Zimmer Ihre persönliche Wellness-tasche mit Bademantel. Weitere Handtücher finden Sie direkt im Spa, Sauna und Poolbereich. Bitte seien Sie so rücksichtsvoll, Liegen nicht mit Handtüchern zu „reservieren“.

Das Gym sollte nur in funktioneller Kleidung und mit sauberen Turnschuhen genutzt werden. Im Badebereich denken Sie bitte an rutschfeste Badeschuhe.

Der Saunabereich ist die einzige textiltfreie Zone. Wir bitten Sie, im gesamten Poolbereich Bade-kleidung zu tragen und vor dem Schwimmen zu duschen. Bitte beachten Sie auch die Badeord-nung. Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren dürfen den Pool wie auch die Sauna und unser Gym nur in Begleitung eines Erziehungsberech-tigten benutzen.

Der gesamte Entspannungsbereich ist eine Nicht-raucherzone und überdies ein Ruheort. Seien Sie so freundlich, Ihr Mobiltelefon auszuschalten. Vielen Dank!

Da manche Anwendungen einmal ausgebucht sein können, möchten wir Ihnen ans Herz legen, Reservierungen so früh wie möglich vorzuneh-men. Gerne auch schon vor der Anreise. Eine Bestätigung der reservierten Termine sende wir Ihnen gerne zu. Eventuelle Änderungen können natürlich vorkommen, aber wir schreiben Zuver-lässigkeit groß. Ihren verbindlichen Terminplan erhalten Sie bei Ihrer Anreise.

Der Anreisetag ist übrigens auch der ideale Tag, um uns alle weiteren Wünsche mitzuteilen. Dann haben wir die besten Chancen, sie zu erfüllen.

Um den optimalen Behandlungserfolg zu sichern, geben Sie unseren Mitarbeitern bei der Reservierung Ihrer Anwendung bitte einen Hinweis auf Ihren Gesundheitszustand. Kontraindikatoren können zum Beispiel sein: hoher Blutdruck, Allergien, Schwangerschaft oder die Einnahme von Medikamenten. Bitte wenden Sie sich vertrauensvoll an unsere Mitarbeiter.

Wir empfehlen Ihnen, sich frühzeitig vor Ihrer Anwendung am Spa-Empfang anzumelden, da-mit Sie schon beim Check-In und beim Anlegen von bequemer Kleidung oder des Bademantels ganz entspannt sein können.

Wenn Sie kurzfristig Ihre gebuchte Anwendung nicht in Anspruch nehmen können, seien Sie bitte so freundlich, uns dies bis zu 12 Stunden vor Beginn wissen zu lassen. Wir stornieren Ihren Termin dann kostenfrei. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir bei späteren Stornierungen 100% des Behandlungspreises berechnen müssen. Ebenfalls bitten wir Sie um Verständnis dafür, dass wir Ihre Wohlfühl- oder Entspan-nungszeit nicht nach hinten verschieben oder verlängern können, sollten Sie sich verspäten.

### Öffnungszeiten Pool, Spa und Sauna:

Schwimmbad / Pool	7.00 Uhr bis 21.00 Uhr
Spa	9.00 Uhr bis 19.00 Uhr
Sauna*	12.00 Uhr bis 20.00 Uhr

\* Bei Bedarf vor Ort auch länger möglich.

Änderungen der Öffnungszeiten vorbehalten. Mit Erscheinen dieser Preisliste verlieren alle vorherigen Preislisten ihre Gültigkeit. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

ERIKA Boutiquehotel Kitzbühel  
Josef-Pirchl-Straße 21  
6370 Kitzbühel/Österreich  
Tel. +43 5356 64 885  
office@erika-kitz.at

**ERIKA-KITZ.AT**

Ein arcona Sehnsuchtsort

