



ZillergrundRock

LUXURY MOUNTAIN RESORT

SPABOOK
EDITION
2026/27

FIND YOUR PLACE AND RELAX



A MOMENT FOR YOU!

Unsere Therapeutinnen und Therapeuten arbeiten mit regionalen Naturprodukten, handverlesenen Techniken und einem Anspruch, der sich nicht mit dem Standard begnügt. Was sie verbindet: Aufmerksamkeit für Sie als Gast auf der Liege – nicht nur für die gebuchte Behandlung. Ob klassische Massagen, Tiefenentspannung oder Body-Treatments vom Feinsten. Das ZillergrundRock bietet ein breites Spektrum, das auf die Bedürfnisse einzelner Gäste abgestimmt ist.

Massagen und Treatments empfehlen wir frühzeitig zu reservieren – besonders in der Haupt- und Feriensaison. Reservierungen nehmen wir gerne entgegen: direkt an der Rezeption, bei der Buchung Ihres Aufenthalts oder unter +43 5285 62377.



#klassiker

Klassische Vollmassage

Gönnen Sie sich eine Auszeit voller Entspannung und Wohlbefinden und tun Sie Ihrem Körper und Geist etwas Gutes. Die Ganzkörpermassage ist eine Behandlung, um müde Muskeln zu entspannen und die Durchblutung zu verbessern. Diese Massage hilft, den Stress zu reduzieren und Ihr Wohlbefinden zu fördern.

50 Min. | € 94

Wellnessmassage

Fingerspitzengefühl & Erholung für Ihr Wohlbefinden. Körperschlankbehandlung mit verschiedenen Ölen zur Wahl. Sie dient zur Entgiftung, Reduzierung und Straffung des Bindegewebes. Außerdem dient diese Massage zur Reaktivierung des Stoffwechsels.

50 Min. | € 98 25 Min. | € 55

Sportler Massage

Entspannung pur! Spüren Sie die positive Wirkung auf Ihren Körper. Ideal nach einem sportlich aktiven Tag. Kräftigt Ihren Rücken und die müden Beine, damit Sie wieder fit und gestärkt sind für den nächsten Wander- und Urlaubstag.

50 Min. | € 94 25 Min. | € 52

Entspannende Ohrmassage

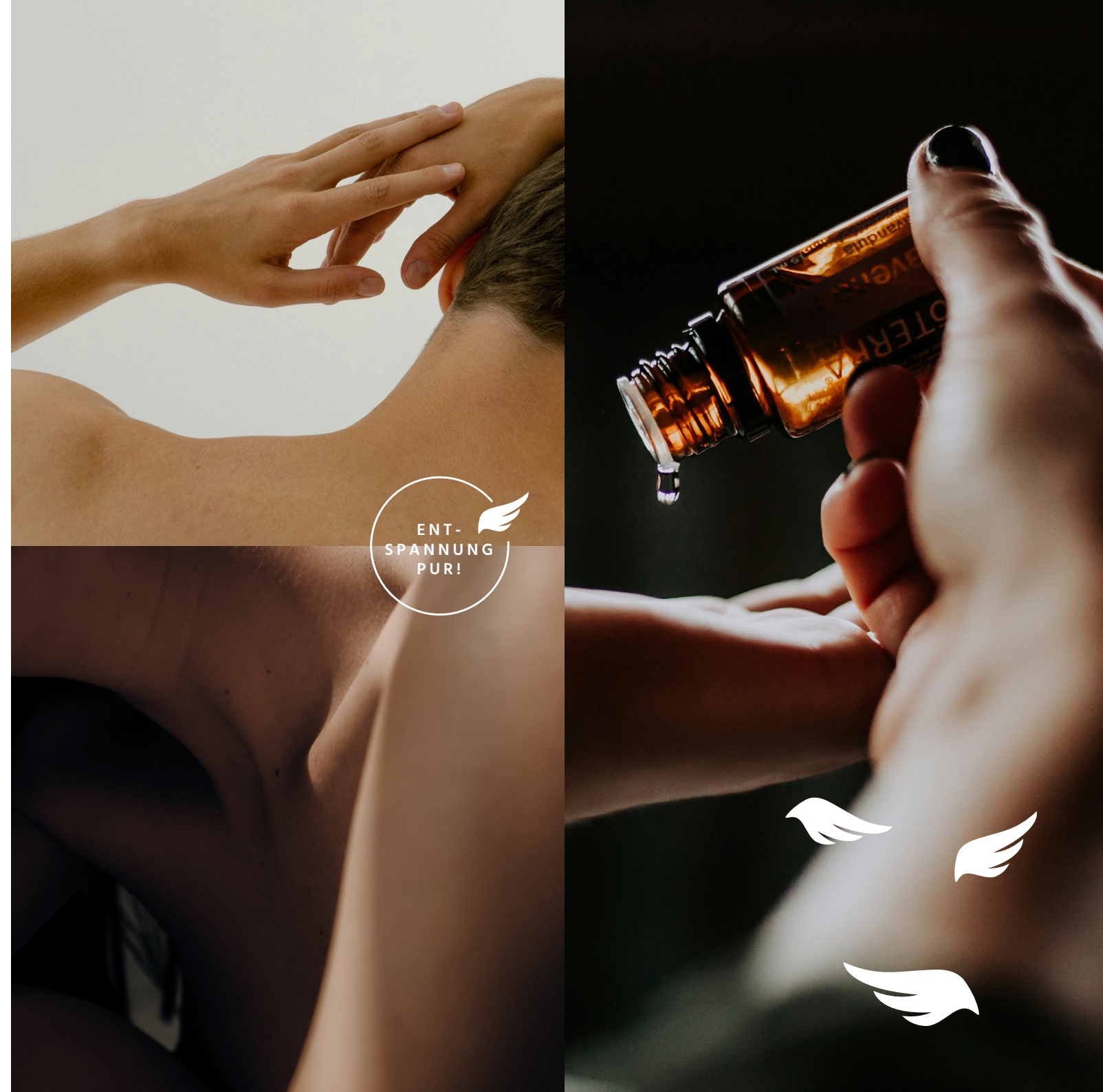
Vollkommene Entspannung durch eine besondere Massage! Auf der kleinen Fläche des Ohres spiegeln sich die Organe. Knochen, Gelenke, Muskulatur und innere Organe können so auf kleinstem Raum positiv aktiviert werden.

50 Min. | € 94 25 Min. | € 52

Sport & Vitaly Body Massage

Vitale Muskelenergie – Sportmassage
Diese gezielte Massage aktiviert und mobilisiert die Muskulatur und löst auch tiefe, hartnäckige Verspannungen. Die Leistungsfähigkeit verbessert sich, Ihr Körper gewinnt neue Vitalität. Alpine Arnika-Aktivstoffe wirken zusätzlich anregend.

50 Min. | € 99 25 Min. | € 55



KLANG- SCHALEN- THERAPIE



UNWIND WITH US!



#klangschalen

Die Klangschaalenmassage/Klangschaalenthherapie ist keine Massage im herkömmlichen Sinn, sie ist eine Entspannungsmethode, bei der die Schwingungen der speziell angefertigten tibetischen Klangschaalen tief in den Körper eindringen, Blockaden lösen und den Energiefluss fördern.

Die harmonischen Klänge entspannen Körper und Geist. Die Klangschaalen werden auf bestimmte Punkte am Körper aufgesetzt und behutsam angeschlagen bzw. angerieben oder direkt über den Körper gehalten.

Die Schwingungen der Schale übertragen sich auf den Körper und werden als Vibrationen wahrgenommen. Diese übertragen sich von Zelle zu Zelle über die Flüssigkeiten des Körpers, über die Mus-

keln, Sehnen, Knochen und Organe, sie wirken wie eine innere Massage und beleben den gesamten Körper. Spannungen lösen sich und eine tiefe, wohltuende Entspannung tritt ein.

Die Klangschaalenthherapie basiert auf dem alten Wissen, das schon seit mehr als 5000 Jahren in der indischen Heiltherapie angewandt wird. Dort wird der Klang als der Ursprung des Seienden gesehen: Körper und Geist sind Klang. Durch die Vibrationen, wird der Organismus wieder in Ein-Klang gebracht.

Vorteile: Stressabbau, Auflösung von Blockaden, Verbesserung des Schlafs, Muskelverspannungen lockern, Angst und Depressionen lindern, Förderung der Konzentration und Kreativität, neue Kraft und Lebensenergie schöpfen, tief entspannen, Selbstheilung aktivieren, Chakren energetisieren.

NUR AUF ANFRAGE MÖGLICH.

#massagen

RELAX AND ENJOY

Fußreflexmassage

Die Fußreflexzonenmassage ist eine manuelle Behandlungstechnik, bei der Sie mit der Hand, den Fingern oder Stäbchen, sogenannte "Deuter Stäbchen" spezielle Griffe am Fuß durchführen und auf diese Art und Weise Reize an den sogenannten Reflexzonen ausüben. Der menschliche Körper wird für diese Massagetechnik in 10 senkrechte und 3 waagerechte Körperzonen unterteilt. Alle Linien enden am Fuß, der in einer Wechselbeziehung zum Körper und insbesondere dessen Organen steht und somit die Möglichkeit bietet, über die Massage an den Punkten der Fußreflexzonen therapeutisch auf den Ursprung der Beschwerden einzuwirken.

50 Min. | € 99 25 Min. | € 55

Schlüsselzonen Massage

Therapie mit ganzheitlichem Behandlungskonzept, die direkt und reflektorisch wirkt. Sie eignet sich vor allem bei orthopädischen Erkrankungen zur Mobilisation und Schmerzlinderung bei chronischen und akuten Gelenk- und Wirbelsäulenerkrankungen, bei Bewegungseinschränkungen, zur Behandlung vor und nach Operationen.

50 Min. | € 99 25 Min. | € 55

Rücken intensiv

40 Minuten klassische Massage & 10 Minuten Schröpfen

50 Min. | € 99

Energie mit Edelsteinen

Durch den Einsatz von Edel- oder Halbedelsteinen wird Ihr energetischer Ausgleich gefördert. Hier wird der energetische Ausgleich gefördert, indem das persönliche Potenzial angeregt wird und ein ganzheitliches Gleichgewicht erzielt wird. Die Behandlung dauert 20 Minuten, gefolgt von 20 Minuten Nachruhen.

40 Min. | € 74

Massage Bindegewebe

Diese sanfte Massage hilft gegen Verklebungen und Dysbalancen, so dass Sie sich fit und vollkommen frei fühlen werden! Diverse Verklebungen und Verwachsungen von Narben oder Hautschichten werden hier durch zupfende Bewegungen sanft massiert und evtl. lösen sich diese nach einigen Behandlungen sanft auf.

50 Min. | € 99 25 Min. | € 55

Schwangerschaftsmassage

Eine Schwangerschaft stellt außergewöhnliche Anforderungen an den mütterlichen Organismus. Anforderungen, auf die der weibliche Körper zwar naturgemäß vorbereitet ist, die aber trotz allem eine zusätzliche Belastung darstellen. Rückenschmerzen, Muskelverspannungen, Kopfschmerzen bis hin zu Wassereinlagerungen können den Alltag ziemlich beschwerlich machen.

Die Massage bietet sowohl die Möglichkeit, den Körper in diesem Wandlungsprozess zu unterstützen als auch eine innere Entspannung von Mutter und Kind zu bewirken.

50 Min. | € 99 25 Min. | € 55

Deep Relax Stone Massage

Zu Beginn dieser tiefenentspannenden Anwendung stimulieren warme Basaltsteine die 7 Energiezentren Ihres Körpers. Die nachfolgende sanfte Aromaölmassage regt den Lymphfluss an, wirkt entlastend und beruhigend auf das Nervensystem. Tiefenentspannung mit warmen Basaltsteinen

Anti-Stress-Behandlung
Stimulation der 7 Energiezentren
Einzigartiges Duft- und Wärmeerlebnis

50 Min. | € 109



Relax for 2

Weil Massage entspannt und zu zweit doppelt schön ist, während Sie entspannen, genießt Ihr Partner das Treatment und umgekehrt.

inkl.

* reinigendes Meersalz - Ölpeeling
* 30 Minuten Teilmassage

80 Min. | € 139 **SPECIAL PRICE FÜR 2**

Energizing Herbal Stamp Power Treatment

Ein Massageerlebnis, das aktivierend und aufbauend auf Muskulatur und Bewegungsapparat wirkt. Die naturreinen Kräuterstempel werden mit einer sanften Druck- und Klopftechnik über den Körper geführt und erzeugen einen Peeling Effekt auf der Haut.

Belebend und aktivierend
Verbessert die Durchblutung
Erhöht den Stoffwechsel
Dufterlebnis pur

50 Min. | € 109



Aroma Salt Body Scrub

Intensive Zartheit – Ganzkörper Aroma-Salz-Pee-ling. Ein Aromaerlebnis für die Sinne, das aktivie-rend und beleben wirkt. Der Einsatz von Aromaöl und Salz aus dem Toten Meer reinigen intensiv und unterstützen die Regeneration der Haut. Für ein Gefühl wie neugeboren!

50 Min. | € 105

Mind Relaxing Aroma Massage

Berührende Auszeit – Aromamassage. Eine Entspannungsmassage, die beruhigend auf körperliche und mentaler Ebene wirkt. Der Duft ausgewählter Bio-Aromaöle und die sanfte Mas-sagetechnik berühren ganzheitlich.

50 Min. | € 99 25 Min. | € 55

Lymph Stimulating Massage

sanfte Leichtigkeit - lymphstimulierende Massage. Diese besonders leichte Massageanwendung verbessert die Durchblutung, entlastet das Bindegewebe, unterstützt mit sanft-pumpenden Bewegungen den Lymphfluss und stärkt das Im-munsystem. Sanfte Leichtigkeit für den Körper Steigert das Allgemeinempfinden auf ganzer Linie Verbessert die Durchblutung

50 Min. | € 109 25 Min. | € 59

Detoxifying Alpine Fango Body Wrap

Alpine Naturkraft Naturnah und kraftvoll! Der spezielle Alpenfango verbessert die Durchblu-tung, unterstützt den Stoffwechsel und wirkt entlastend auf das Bindegewebe. Ein tiefenstar-kes Paket mit natürlichen Wirkstoffen - außerge-wöhnlich alpin! Entschlackende bindegewebs-s-tärkende Wirkung Verbessert die Durchblutung Erhöht den Stoffwechsel.

50 Min. | € 109



FOR
BODY
AND
SOUL!



ANDREA'S SIGNATURE TREATMENTS

Glow & Flow Ritual

Entspanter Körper, strahlende Haut. Eine entspannende Körperanwendung kombiniert mit einer erfrischenden Mini Gesichtsbehandlung mit Booster – für ganzheitliches Wohlbefinden und strahlende Haut. Ein harmonisches Spa Ritual für Körper und Gesicht. Fließende, tief entspannende Berührungen helfen, körperliche Spannungen zu lösen, während eine gezielte Mini Gesichtsbehandlung mit Booster der Haut neue Frische und natürliche Leuchtkraft verleiht.

50 Min. | € 115 80 Min. | € 159



Energetic Balance – Tiefe Entspannung für Körper und Geist

Eine ganzheitliche Anwendung zur Harmonisierung des Energiesystems des Körpers und zur Förderung tiefer körperlicher und mentaler Entspannung. Energetic Balance ist eine exklusive ganzheitliche Anwendung die über klassische Entspannung hinausgeht. Durch achtsame fließende Berührungen wird das Energiesystem des Körpers sanft harmonisiert, Spannungen können sich lösen und innere Balance entsteht.

75 Min. | € 145

Alpine Relief – Ganzkörper Aromaölmassage

Eine tief entspannende Ganzkörper – Aromaölmassage inspiriert von der klaren Frische und Ruhe alpiner Wälder.

Natürliche ätherische Öle mit waldigen frischen Noten verbinden sich mit ruhigen fließenden Massagegriffen zu einem harmonischen Wohlfühlerlebnis. Sie alpinen Düfte – geprägt von Nadelhölzern frischer Luft und grünen Akzenten – wirken gleichzeitig belebend und beruhigend. Der Körper kann loslassen, die Atmung wird tiefer der Geist kommt zu Ruhe. Ideal nach sportlicher Aktivität, einem Alltag oder einfach dann, wenn neue Leichtigkeit und innere Balance gewünscht wird.

80 Min. | € 129



#sparules

Behandlungen buchen

Um sich Ihre Wunschbehandlung zu sichern, empfehlen wir, die Buchung noch vor Ihrer Anreise bei unserer SPA-Rezeption zu tätigen. Ihre Terminbestätigung erhalten Sie direkt bei Anreise in unserem Hause.

Sich Zeit nehmen

Damit Ihr Behandler sich individuell auf Ihre Anwendung vorbereiten kann und Sie Ihre volle Behandlungszeit genießen können, bitten wir Sie, sich ca. 10 Min. vor Anwendungsbeginn an unserer SPA-Rezeption zu melden. Aus Respekt gegenüber den nachfolgenden Gästen bitten wir um Verständnis, dass bei Verspätung ihrerseits, diese von der Behandlungszeit reduziert wird.

Bekleidung

Bitte kommen Sie zu ihrer Anwendung im Bademantel. Um Ihre Intimsphäre zu schützen, offerieren wir Ihnen bei jeder Behandlung einen Einmalslip und arbeiten mit verschiedenen Abdecktechniken.

Wunscherfüllung

In der Behandlung möchten wir ganz individuell auf Ihre Wünsche eingehen. Deshalb werden wir vor der Behandlung erfragen, was Ihnen besonders wichtig ist. Kompetente Beratung ist ein Bestandteil der Behandlung und liegt uns sehr am Herzen.

Stornierungen

Ihre Terminabsage sollte bitte mind. 24 Stunden vor Behandlungsbeginn stattfinden. Bei späterer Stornierung müssen wir Ihnen den vollen Preis leider in Rechnung stellen.

Kinder und Anwendungen

Der Behandlungsbereich ist ein Ort der Ruhe. Wir bitten um Verständnis, dass Kinder in diesen Bereichen erst ab 14 Jahren zugelassen werden, ausgenommen für speziell ausgewiesene Behandlungen.

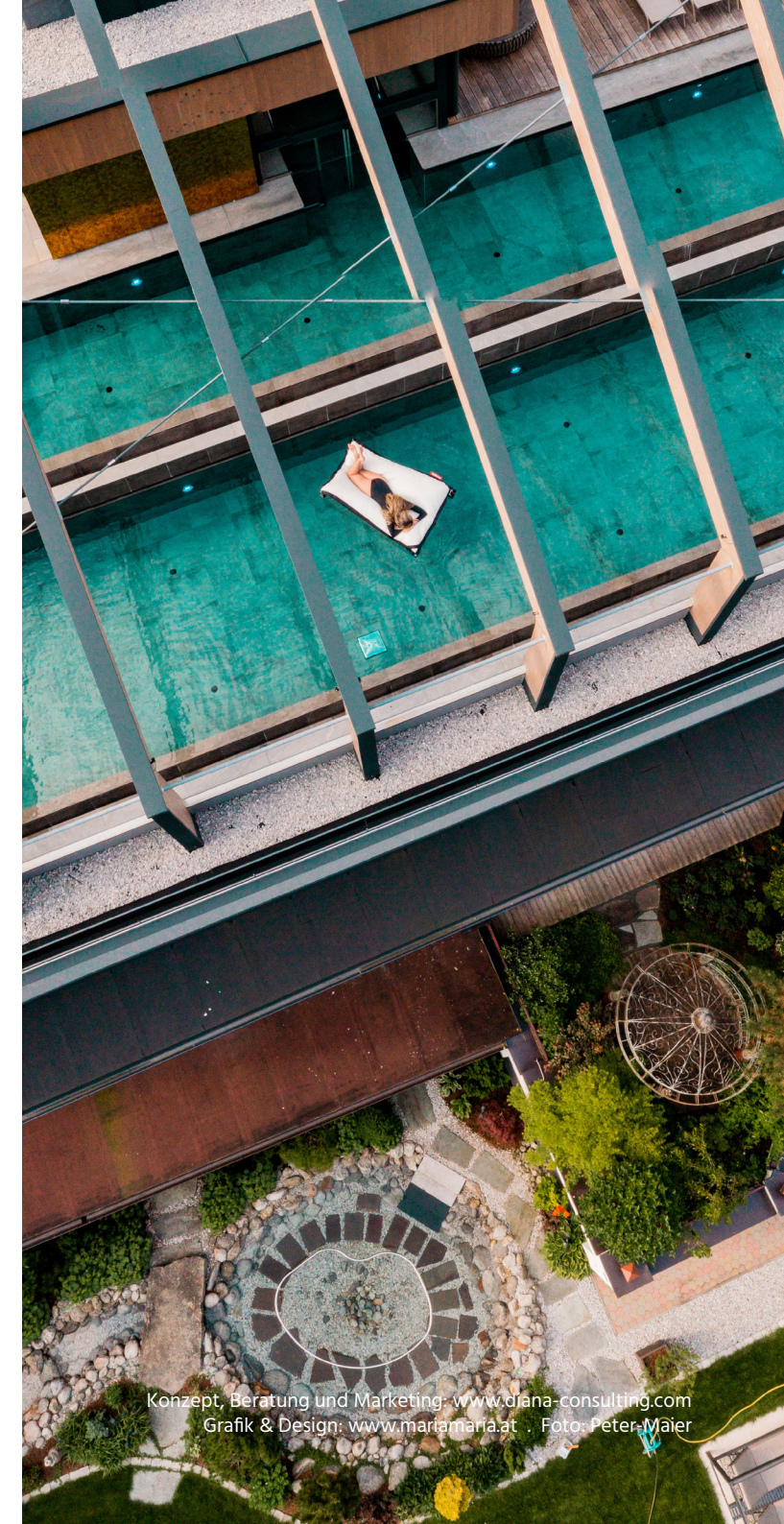
Pool- Saunabereich

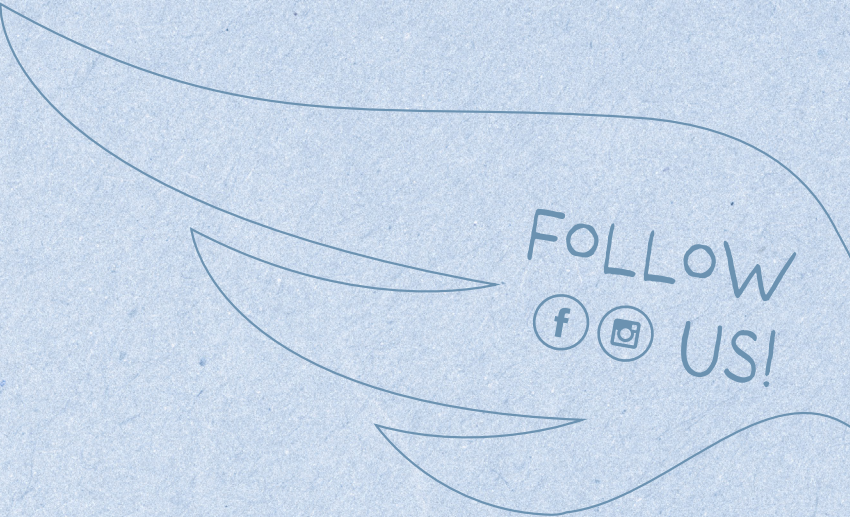
Bitte tragen Sie im Poolbereich Badebekleidung. Im Saunabereich bitten wir Sie aus hygienischen Gründen, keine Kleidung zu tragen. Der Poolbereich ist auch Familienbereich. Wir bitten Sie zu berücksichtigen, in den Ruhebereichen die absolute Ruhe zu respektieren.

Rechnungsstellung für Privatversicherte

Gerne stellen wir Ihnen auf Wunsch für Massagen eine separate Rechnung aus, zur Einreichung an Ihre private Krankenkasse.

MAKE TIME FOR YOURSELF!





FOLLOW
US!



WE ♥ TO
RELAX WITH
YOU!

ZILLERGRUND.AT

Zillergrund 903 . 6290 Mayrhofen . +43 5285 62377 . info@zillergrund.at