

DEUTSCH



**HAUS HIRT**

ALPINE SPA HOTEL  
BAD GASTEIN

## TERMINVEREINBARUNG

Buchen Sie einfach und schnell direkt an der Rezeption oder von Ihrem Zimmertelefon (DW 20). Natürlich können Sie uns Ihre Wünsche bereits von zuhause mitteilen:

### AVEDA SPA

im 2. Stock

spa@haus-hirt.com

0043-6434-2797 20

## SPA ÖFFNUNGSZEITEN

### > Dampfbad & Pool:

07:00 – 20:00

### > Sauna:

09:00 – 20:00 (auf Wunsch auch gerne länger, bitte melden Sie sich unter DW 45)

### > Kids-Splash Time:

Für unsere kleinen Gäste zum Austoben im Pool.

An der Rezeption informieren wir Sie gerne über die genaue Uhrzeit.

### > Unser Spa Team ist täglich für Sie da:

09:00 – 20:00

Unsere Spa Etikette finden Sie am Ende des Folders.

Der Folder als pdf-Dokument auf: [www.haus-hirt.com/de/aveda\\_spa](http://www.haus-hirt.com/de/aveda_spa)

## UNSERE PRODUKTE

In unserem Spa-Bereich legen wir großen Wert auf Qualität und Nachhaltigkeit. Deshalb verwenden wir bei unseren Massagen und Kosmetikanwendungen ausschließlich ausgewählte und hochwertige Produkte von renommierten Marken. Unsere Partner sind Aveda, Kurland/Haslauer und Ayurveda Rhyner, die für ihre natürlichen und effektiven Inhaltsstoffe bekannt sind. So können wir Ihnen ein einzigartiges Wohlfühlerlebnis bieten, das Körper und Geist in Einklang bringt.

## WILLKOMMEN IM HAUS HIRT AVEDA SPA

Klein und fein. Alpine Spa mit magischem Jungbrunnen, ganzheitlicher Philosophie und einem Ausblick der staunen lässt. Eine Brücke zur Natur mit einer wunderbaren Dosis Ruhe und Gespür. Durchdacht und mit den kundigen Händen engagierter Therapeuten angereichert.

Ein Refugium in privilegierter Lage auf 1.000 Metern Meereshöhe. Die Kraft der Berge und die kristallklare Luft stärken spürbar die Lebensenergien.

Im HAUS HIRT verbinden wir die kraftvolle, heilende Energie des Gasteiner Thermalwassers mit der ganzheitlichen Philosophie der AVEDA Kosmetik.  
Willkommen!

---

## INHALTSVERZEICHNIS

> Heilendes Gasteiner Thermalwasser	05
> Aveda Philosophie	07
> Aveda Facials	09
> Beauty Extras	11
> Hand & Foot Care	13
> Massagen	15
> Spezial Massagen	16
> Body Treatments	17
> Body Treatments Detoxing & Slimming	19
> Prenatal – Wellness für werdende Mütter	21
> Men's Favourites	23
> Spa Etikette	27



## HEILENDES GASTEINER THERMALWASSER

Was vor mehr als 3000 Jahren als gewöhnliches Regenwasser in die Tiefen der Tauern sickerte, steigt heute als heilendes Wasser an die Oberfläche. Täglich quellen 5 Millionen Liter frisches Thermalwasser hervor. Im Laufe der Jahrtausende mit natürlichem Radon angereichert, wird es in der ganzen Welt als wertvolles Heilmittel geschätzt. Das magische Wasser wirkt regenerierend, entzündungshemmend, vitalisierend, schmerzstillend für Gelenke und Muskeln, zellerneuernd und entschlackend. Übrigens: Dass das Gasteiner Thermalwasser auch Männer stärkt und die Fruchtbarkeit bei Frauen fördert, ist kein Gerücht....

### Thermalquell-Ritual:

Hüllen Sie sich nach dem Thermalbad - noch nass - in ein großes Handtuch. Rein in den Bademantel und dann 1 Stunde wunderbare Ruhe. Die belebende Wirkung des Radons wird Sie belohnen.

---

### THERMAL BÄDER

- > Gasteiner Thermalbad 20 Minuten € 25
- > Paar-Thermalbad für Zwei (2 Wannen) € 45

---

### > DIE KLASSISCHE GASTEINER THERMALKUR

Bei einer idealen Kur werden die Thermalbäder durch Massagen und Salzburger-Heilmoor an den spezifischen Schmerzstellen ergänzt.



## AVEDA

Die Wurzeln von Aveda liegen im Ayurveda, der traditionellen indischen Heilkunst, die das Leben und unser Wohlbefinden auf ganzheitliche Weise betrachtet und deren Ziel es ist, Körper, Geist und Sinne ins Gleichgewicht zu bringen.

### PRODUKTE AUS REINEN BLUMEN- UND PFLANZENESSENZEN

Durch unser ganzheitliches Verständnis von Schönheit und Gesundheit sind wir überzeugt, dass pflanzliche Wirkstoffe die natürlichen Heilkräfte des menschlichen Körpers zur vollen Entfaltung bringen.

### INDIVIDUELLER SERVICE

Unsere Treatments werden durch eine individuelle Beratung auf Ihr körperliches und seelisches Befinden abgestimmt. Produkte für die Anwendung zuhause garantieren Schönheit und Wohlbefinden auch nach der Behandlung.

### HERKUNFT UNSERER INHALTSSTOFFE

Wo immer möglich, beziehen wir Pflanzen, die biologisch oder biodynamisch angebaut wurden. Aveda hat sich zum Ziel gesetzt, sorgsam und respektvoll mit der Umwelt umzugehen. Diese Philosophie kommt sowohl in unseren Produkten als auch in unserem Bemühen um das Wohlergehen der Mitmenschen zum Ausdruck.

### DAS GLEICHGEWICHT WIEDERHERSTELLEN

Die Grundlage der Elemental Nature Philosophie ist das Gleichgewicht der fünf Elemente. Dieses kann sich auf Haut, Körper und in den Emotionen bemerkbar machen.

Die fünf Elemente der Natur – Unendlichkeit, Luft, Feuer, Erde und Wasser – sind Symbole für die Kräfte, die das Leben im Universum dirigieren. Die Aveda Produkte wie auch die Treatments wirken auf alle Sinne und sollen das Gleichgewicht der Elemente wiederherstellen.



Unendlichkeit



Luft



Feuer



Wasser



Erde



## AVEDA FACIALS

### > TULASARA FACIAL TREATMENT

für sichtbar schöne Haut

„Die richtige Balance finden“ – das bedeutet Tulasara in Sanskrit. Inspiriert von der ayurvedischen Heillehre hat sich die neue Skin Care Linie von Aveda zum Ziel gesetzt, die Haut durch wirkungsvolle Inhaltsstoffe wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Nach der Reinigung folgt ein intensives Thermopeeling zur Vorbereitung der Hautoberfläche. Mit der Tulasara Radiant Facial Dry Brush wird die Haut sanft in massierenden Bewegungen von abgestorbenen Hautzellen befreit und die Hautoberfläche stimuliert. Das Tulasara Radiant Oleation Oil wird nach dem Trockenbürsten in die Haut einmassiert. Es unterstützt die Mikrozirkulation der Haut und bringt sie zum Strahlen. Danach folgt das Hydrating Treatment Lotion als Feuchtigkeitsspender. Abgerundet wird das Facial mit einer Massage und einer auf Ihren Hauttyp abgestimmten Maske.

Mit den drei wirkungsstarken und revolutionären Tulasara Concentrates, wird traditionelle ayurvedische Heilkunst mit modernster Wissenschaft vereint:

**Calm Concentrate** – hilft die natürliche Hautbarriere zu stärken.

**Firm Concentrate** – hilft das natürliche Kollagen der Haut zu unterstützen und sie somit zu straffen.

**Bright Concentrate** – hilft dabei die Zellerneuerung zu beschleunigen, um einen ebenmäßigen Teint zu erschaffen.

Um Ihrer Haut den perfekten Schutz zu bieten wird zum Abschluss der Behandlung eine unserer Botanical Kinetics Cremes inklusive Augencreme aufgetragen.

60 Minuten

€ 94

90 Minuten

€ 115

## AVEDA FACIALS

60 Minuten - beinhaltet Peeling, Massage und Maske  
90 Minuten - Gesichtsbehandlung mit rundum Verwöhnprogramm

---

### > ELEMENTAL NATURE FACIAL

Ausgleichende Gesichtsbehandlung

Durch den Einsatz individuell abgestimmter Produkte, mit reinen, duftenden Pflanzen- und Blütenessenzen und verschiedener Massage-techniken wird gezielt auf die Bedürfnisse Ihrer Haut eingegangen.

60 Minuten € 84  
90 Minuten € 105

---

### > AVEDA TEENAGER FACIAL

Reinigende Gesichtsbehandlung

Eine intensive Tiefenreinigung mit dem Schwerpunkt auf Exfoliation und sichtbarer Linderung von Rötungen. Das Erscheinungsbild der Haut wird verbessert und Hautunreinheiten werden reduziert.

45 Minuten – Teenagervariante € 65

---

### > ELEMENTAL NATURE FACIAL FOR MEN

Reinigende Gesichtsbehandlung

Individuelle Gesichtsbehandlung für den Mann. Wir verwöhnen Sie mit einer auf Ihre Haut abgestimmten Geschichtsbehandlung, sowie einer Nacken- und Schultermassage.

60 Minuten € 84  
90 Minuten € 105

## BEAUTY EXTRAS

---

### BEAUTY ROUTINE

- > Brauen faconieren 10 Minuten € 15
  - > Brauen färben 10 Minuten € 15
  - > Wimpern- und Brauenbehandlung 25 Minuten € 25
  - > Wimpern färben 25 Minuten € 21
- 

### > GESICHTSMASSAGE

mit Aveda Wedding Masque Produkten und kostbaren Ölen, inspiriert durch das „Haldi“ Hochzeits-Ritual aus Indien  
25 Minuten € 45

---

### > KRÄUTERSTEMPEL GESICHTSMASSAGE

Ganzheitliche Entspannung mit Anti-Aging-Effekt

Genießen Sie die einzigartige und entspannende Gesichtsmassage mit Tiefenwirkung. Wasserdampf und Kräuterstempel öffnen die Poren, wodurch die Aufnahme der hautpflegenden Öle und die Wirkstoffe des Stempels beschleunigt wird. Die Behandlung wirkt durchblutungsfördernd, ausgleichend und zellregerierend.

Entspannung pur plus Anti-Aging-Effekt.

- > 20 Minuten, zubuchbar zu einem Facial € 39
- > 45 Minuten € 65



## HAND & FOOT CARE

---

### > MANIKÜRE BASIC

Ihre Nägel oder die Nagelhaut werden in Form gebracht und gepflegt.

25 Minuten € 43

> mit Lack + € 15

---

### > SPA MANIKÜRE

Sie erhalten ein Handbad mit Öl, danach werden Ihre Nägel in Form gebracht und die Nagelhaut gepflegt. Den glänzenden Abschluss bilden der Klarlack und eine entspannende Handmassage.

50 Minuten € 70

> mit Lack + € 15

---

### > PEDIKÜRE BASIC

Ihre Nägel und die Nagelhaut werden in Form gebracht und gepflegt.

35 Minuten € 43

> mit Lack + € 15

---

### > SPA PEDIKÜRE

Nach einem Fußbad mit Peeling werden Ihre Nägel in Form gebracht, die Nagelhaut gepflegt und die Hornhaut entfernt. Die Vollendung bilden der Klarlack und eine entspannende Fußmassage.

50 Minuten € 70

> mit Lack + € 15

---

### > FUSSBAD

Entspannung für die Füße mit Peeling und Fußmassage.

25 Minuten € 35

---

### > WAX

pro 10 Minuten € 13



## MASSAGEN

---

### > AVEDA ELEMENTAL NATURE MASSAGE

Eine speziell auf Sie abgestimmte Massage mit Ihrem bevorzugten Aveda Aroma. Abhängig von Ihren momentanen Bedürfnissen genießen Sie unterschiedliche Massagetechniken mit anregender oder beruhigender Wirkung.

50 Minuten

€ 73

---

### > AVEDA CHAKRA BALANCING MASSAGE

Eine ganzheitliche Behandlung die Tiefengewebsmassage, Chakra Fußreflexzonenmassage und Chakra Energiearbeit verbindet. Die Energiezentren des Körpers werden ausbalanciert und Stress reduziert.

55 Minuten

€ 75

---

### > AVEDA FUSION STONE MASSAGE

Diese Behandlung mit kalten und warmen Steinen regt auf angenehme Weise die Durchblutung an und löst sanft Blockaden und Verspannungen.

55 Minuten

€ 85

---

### > RÜCKENMASSAGE

Der Klassiker zur Lockerung von Nacken, Schultern und Rücken.

25 Minuten

€ 45

---

### > FUSSREFLEXZONEN MASSAGE

Von den Fußreflexzonen werden durch Druck anregende oder beruhigende Impulse über Nerven- und Energiebahnen an die zugehörigen Organe übertragen. Es können Blockaden behoben, Verspannungen gelindert und der Organismus energetisiert werden.

25 Minuten

€ 45

---

### > RÜCKEN- UND FUSSREFLEXZONEN KOMBIMASSAGE

Eine beliebte und belebende Kombination.

50 Minuten

€ 73

*Unsere Massagen inkludieren eine Nachruhephase für Ihr Wohlbefinden.*



## SPEZIAL MASSAGEN

---

### > AYURVEDA ABHYANGA ÖLMASSAGE

Die Abhyanga-Massage gilt im Ayurveda als die Königin der Massagen. Warmes typen(dosha)gerechtes Sesamöl fließt gleichmäßig über den Körper, um in langen, wellenförmigen Ausstreichungen in die Haut zu gelangen. Diese Massageform wirkt entschlackend, befreit den Körper von Schadstoffen, regt die Lymphe an, strafft Haut und Gewebe, wirkt regenerierend und entspannend auf Nerven und Organe – ein absolut meditatives, stilles Erlebnis.

50 Minuten € 85

---

### > AYURVEDA ÖLMASSAGE FÜR KINDER (bis 12 Jahre)

Diese sanfte Massage lieben die Kinder! Sie reagieren besonders sensibel auf die warmen Öle und die sanften Berührungen. Auf der physiologischen Ebene wird das lymphatische System angeregt, die Abwehrkräfte werden gestärkt und die Nerven beruhigt.

45 Minuten € 57

---

### > AVEDA STRESS-FIX MASSAGE

Entspannungstechniken perfekt vereint. Für dieses Treatment wird die Stress-Fix Aromamischung mit Lavendel, Lavandin und Muskatellersalbei verwendet, deren stresslindernde Wirkung klinisch belegt ist. Die Aveda Ganzkörpermassage beginnt mit einem entspannenden Fußbad.

50 Minuten inkl. Fußbad € 74

---

### > INNOVATIVE DRUCKPUNKTMASSAGE

Diese Tiefendruck-Massage hat ihren Ursprung in der alten slawischen Massage namens „Weißer Bär“ und wird mit Elementen aus Shiatsu und der Thai Massage kombiniert. Die Behandlung wird unter anderem mit den Füßen des Therapeuten durchgeführt. Dadurch werden Spannungen in den Muskeln und Faszien gelöst, die Durchblutung in den Extremitäten und den inneren Organen angeregt, der lymphatische Ablauf gefördert. Die Massage verhilft zu einer natürlichen Körperhaltung und stimuliert den Körper zur Selbstheilung.

50 Minuten € 85

## BODY TREATMENTS

*Wir verwenden für alle Rezepturen Thermalwasser.*

---

### > AVEDA BODY SCRUB

Eine exfolierende Behandlung für den ganzen Körper mit Meer- und Himalaya Salz, ausgewählten Aveda Ölen und einem Aveda Aroma Öl Ihrer Wahl. Verfeinert das Hautbild und glättet raue Körperstellen.

25 Minuten € 42

50 Minuten inkl. Massage zur zusätzlichen Entspannung € 74

---

### > SALZBURGER HEILMOOR PACKUNG

Die im Moor enthaltene Huminsäure wirkt entzündungshemmend. Dabei kommt es zu einer Tiefenentspannung und verbesserten Durchblutung von Gewebe und Muskulatur und der Linderung von Gelenkschmerzen. Sehr empfehlenswert vor einer Massage.

25 Minuten € 42



## BODY TREATMENTS - DETOXING & SLIMMING

---

### > ALPEN HEU- UND KRÄUTERPACKUNG

Wärmende Wiesenkräuter in Verbindung mit HEU aktivieren die Zirkulation des Körpers und fördern so die Entgiftung. Erfrischend und belebend.

25 Minuten

€ 42

---

### > LYMPHDRAINAGE

Für Vitalität, zur Entschlackung und Nachbehandlung von Verletzungen. Die Behandlung erfolgt mit sanft kreisendem Druck und wirkt gegen Wasseransammlungen, Blutergüsse und ergänzt perfekt die Beauty Line Behandlungen.

25 Minuten

€ 42

50 Minuten

€ 70

---

### > BEAUTY LINE DETOX AROMA WRAP

Die ätherischen Wirkstoffe der Körperbandagen bewirken in Verbindung mit der Wickeltechnik eine starke Entschlackung, Straffung, Festigung und Durchblutung des Gewebes. Messbare Zentimeter verschwinden dauerhaft. Gegen Fettablagerung und Cellulite. Wir empfehlen 3-5 Behandlungen.

45 Minuten

€ 53

---

### > THALASSO DETOX WRAP

Schönheitskräfte aus dem Meer - Algen, Meersalz, Jod und Spurenelemente - schenken Ihrem Körper neue Vitalität. Sie ruhen eingestrichen mit Algenschlamm wohltuend im Softbett, während die Packung ihre Wirkung tut: Anticellulite, Abbau der Fettpölsterchen und Hautstraffung. Sie sehen und fühlen ein deutlich verbessertes Hautbild.

45 Minuten

€ 54

50 Minuten mit Meersalz, Body Scrub

€ 73



## PRENATAL - WELLNESS FÜR WERDENDE MÜTTER

Wenn Sie ein Baby erwarten, dann ist das Haus Hirt ein ganz besonderer Ort für ein paar Tage wunderbare Vorbereitung auf das große Ereignis, als Paar, Alleinreisende oder mit der besten Freundin.

Zu Ihrer Rund-um-Entspannung gehören Musik, Spezialkissen und Schwangerschaftstee am Zimmer.

Genießen Sie diese Zeit, die sich gänzlich um Sie und Ihr Baby dreht. Lassen Sie sich einfach fallen, verwöhnen und von Experten betreuen.

---

### PRENATAL

- > 1 Aveda Elemental Nature Facial 60 Minuten
- > 1 Spa Pediküre 50 Minuten
- > 1 Lymphdrainage für leichte Beine 25 Minuten
- > 1 Rückenmassage 25 Minuten € 210

---

### PRENATAL DE LUXE

- > 1 Aveda Elemental Nature Facial 60 Minuten
  - > 1 Spa Pediküre 50 Minuten
  - > 1 Rückenmassage 25 Minuten
  - > 1 Lymphdrainage für leichte Beine 25 Minuten
  - > 1 Ayurveda Abhyanga Ölmassage 60 Minuten € 295
- > Im Spa Shop erhalten Sie eine Auswahl an Produkten von Ingeborg Stadelmann, der Autorin von „Die Hebammensprechstunde“.



## MEN´S FAVOURITES - MASSAGE

Willkommen! Rein in ein Meer voller Entspannung und Pflege.  
Hier unsere Men´s Favourites:

---

### > KOPF- UND NACKENMASSAGE

Einfach abschalten und entspannen.

25 Minuten

€ 45

---

### > RÜCKENMASSAGE

Der Klassiker zur Lockerung von Nacken, Schultern und Rücken.

25 Minuten

€ 45

---

### > RÜCKEN- UND FUSSREFLEXZONEN KOMBIMASSAGE

Eine beliebte und belebende Kombination.

50 Minuten

€ 73

---

### > AVEDA ELEMENTAL NATURE MASSAGE

Eine speziell auf Sie abgestimmte Massage mit Ihrem bevorzugten Aveda Aroma. Abhängig von Ihren momentanen Bedürfnissen genießen Sie unterschiedliche Massagetechniken mit anregender oder beruhigender Wirkung.

50 Minuten

€ 73

---

### > AYURVEDA ABHYANGA ÖLMASSAGE

Die Abhyanga-Massage gilt im Ayurveda als die Königin der Massagen. Der pure Luxus. Warmes typengerechtes Sesamöl wird gleichmäßig über Ihren Körper fließen, um dann in langen wellenförmigen Ausstreichungen in Ihre Haut zu gelangen. Diese Massageform wirkt entschlackend, befreit den Körper von Schadstoffen, regt die Lymphe an, strafft die Haut und das Gewebe, wirkt regenerierend und entspannend auf die Nerven und Organe – ein absolut meditatives, stilles Erlebnis.

50 Minuten

€ 85

Unsere Massagen inkludieren eine Nachruhephase für Ihr Wohlbefinden.



## MEN'S FAVOURITES - BODY & BEAUTY ROUTINE

---

### > AVEDA BODY SCRUB

Eine exfolierende Behandlung für den ganzen Körper mit Meer- und Himalaya-Salz, ausgewählten Aveda Ölen und einem Aveda Aroma Öl Ihrer Wahl. Verfeinert das Hautbild und glättet raue Körperstellen.

25 Minuten

€ 42

50 Minuten inkl. Massage zur zusätzlichen Entspannung

€ 74

---

### > ALPEN HEU- UND KRÄUTERPACKUNG

Wärmende Wiesenkräuter in Verbindung mit HEU aktivieren die Zirkulation des Körpers und fördern so die Entgiftung. Erfrischend und belebend.

25 Minuten

€ 42

---

### > GASTEINER THERMALBAD - DAS JUNGBRUNNENBAD!

Mehr Details dazu auf Seite 5.

20 Minuten

€ 25

---

### > ELEMENTAL NATURE FACIAL FOR MEN

Individuelle Gesichtsbehandlung für den Mann. Wir verwöhnen Sie mit einer auf Ihre Haut abgestimmten Geschichtsbehandlung, sowie einer Nacken- und Schultermassage.

60 Minuten

€ 84

90 Minuten

€ 105

---

### > PEDIKÜRE BASIC

Ihre Nägel und die Nagelhaut werden in Form gebracht und gepflegt.

35 Minuten

€ 43



## SPA ETIKETTE

### EIN PERFEKTER EINSTIEG:

Wir freuen uns, Sie 10 Minuten vor Ihrem Behandlungstermin im Bademantel begrüßen zu dürfen. Sie können sich dann in aller Ruhe mit einer Tasse Tee auf Ihre Behandlung einstellen. Den Herren empfehlen wir bei einer Gesichtsbildung einige Stunden davor eine Rasur.

### TERMINABSAGE:

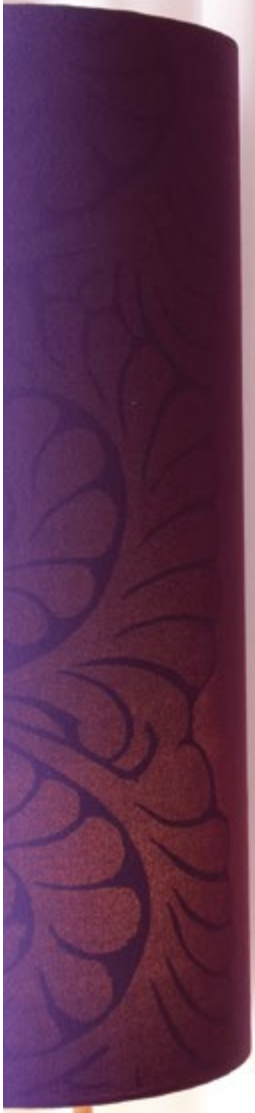
Sollte doch einmal etwas Unerwartetes dazwischen kommen und Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, bitten wir Sie diesen 12 Stunden vor Beginn abzusagen. Anderenfalls müssen wir Ihnen 50% der gebuchten Leistung verrechnen.

### EINE WICHTIGE INFORMATION:

Informieren Sie uns bitte vor Beginn Ihres Spa-Besuches über eventuellen Bluthochdruck, Herz- oder Kreislaufprobleme, Stoffwechselkrankheiten, Allergien, eine Schwangerschaft oder kürzlich durchgeführte Operationen.

### EIN KLARES NEIN:

Um sich und allen anderen Ihre wohlverdiente Ruhe zu gönnen, bitten wir Sie, Mobiltelefone im Zimmer zu lassen. Für unsere kleinen Gäste gibt's zum Austoben die „Splash-Time“ im Pool. Zu allen anderen Zeiten bitten wir um Rücksichtnahme auf die anderen Gäste.



**HAUS HIRT**

Kaiserhofstraße 14  
5640 Bad Gastein  
Österreich

Tel.:(+43)- 6434-2797  
info@haus-hirt.com  
haus-hirt.com