



SEELEITEN

LAKE SPA HOTEL

26 | 27
DE

Die Formel für ein langes Leben

Gesundheit und Schönheit gehen im SEELEITEN
Hand in Hand. Ob Wellnessmassagen oder
therapeutische Behandlungen, medizinische oder
Naturkosmetik oder eigens kreierte Signature
Treatments – jedes Erlebnis folgt einem Ziel:
Ihnen Zeit, Ruhe und Kraft zu schenken.



Kälte trifft Wellness

KRYOTHERAPIE

1 Besuch | 49 Euro

5 Besuche | 190 Euro

10 Besuche | 300 Euro

Drei Minuten bei -140°C – intensiv, aber wirkungsvoll! Kryotherapie aktiviert den Stoffwechsel, hemmt Entzündungen und setzt Endorphine und Serotonin frei – für eine positive Wirkung auf den gesamten Körper.

DIE TOP-VORTEILE

- Schmerzlinderung & Regeneration – Ideal bei Rheuma, Gicht und nach OPs
- Mehr Leistung & Energie – Schnellere Muskelregeneration und höhere Belastbarkeit
- Wellness & Anti-Aging – Straffere Haut, mehr Kollagen, Unterstützung der Fettverbrennung

Regelmäßige Anwendungen in der Kryo-Kabine verstärken die positiven Effekte nachhaltig.

Neue Energie für Ihre Zellen

IHHT

45 min | 149 Euro

3 Sitzungen | 390 Euro

10 Sitzungen | 1100 Euro

Die Intervall-Hypoxie-Hyperoxie-Therapie (IHHT) revitalisiert die Mitochondrien durch den gezielten Wechsel zwischen sauerstoffarmer und sauerstoffreicher Luftzufuhr. Das stärkt das Immunsystem, steigert die Durchblutung und fördert den Fettstoffwechsel – ohne körperliche Anstrengung.

ZELLEN NEU BELEBEN

Die bahnbrechende Forschung zur zellulären Sauerstoffanpassung, die die positive Wirkung der Intervall-Hypoxie erklärten, wurden 2019 mit dem Nobelpreis für Medizin ausgezeichnet. Obwohl die Therapie bereits lange vor dieser Anerkennung Anwendung fand, bestätigen die Erkenntnisse ihre Wirksamkeit eindrucksvoll. Ob bei chronischer Müdigkeit, bei Long Covid oder zur Leistungssteigerung im Sport: In nur 45 Minuten kann IHHT Stress reduzieren, Glückshormone freisetzen und die Zellen mit neuer Energie versorgen. Erleben Sie eine gesteigerte Lebensqualität – einfach, effektiv und nicht-invasiv.



KOSMETIK

Strahlende Haut, natürlich schön

Unser Konzept vereint die zarte Kraft alpiner Natur und fortschrittliche Wirkstofftechnologie. Heilende Pflanzen und Mineralien verleihen Lebendigkeit und Frische, hochwirksame Substanzen regenerieren die Haut. Mit Art of Care, einer alpinen Bio-Naturkosmetik, setzen wir auf die Kraft natürlicher Heilpflanzen. Die Kosmetiklinie Mesoestetic hingegen überzeugt mit medizinisch-epigenetischen Wirkstoffen, die gezielt auf die Bedürfnisse Ihrer Haut eingehen. So entsteht ein facettenreiches Pflegerlebnis, das Ihre individuelle Schönheit auf einzigartige Weise betont.

GESICHTSBEHANDLUNGEN

Mesoestetic

Mesoestetic ist eine wissenschaftlich fundierte Kosmetiklinie, die gemeinsam mit Hautärzten und Wissenschaftlern auf Basis modernster Bio- und Nanotechnologie entwickelt wurde. Hochwirksame Aktivstoffe in Kombination mit innovativer apparativer Technologie wirken gezielt in den tieferen Hautschichten, aktivieren die Zellregeneration und stärken die Haut nachhaltig.

AGE ELEMENT

75 min | 179 Euro

Ein innovativer und exklusiver Wirkstoffkomplex, der die Auswirkungen von Genexpressionsmarkern aufhebt und den Zeichen des Alterns entgegenwirkt. Freuen Sie sich auf eine aktivierende Lifting Massage und ein überraschendes Ergebnis.

FLOW FACE

50 min | 145 Euro - Gesicht

75 min | 189 Euro - Gesicht, Hals und Dekolleté
Eine apparative Behandlung kombiniert transkutane Wirkstoffeinbringung, Radiofrequenz und Muskelstimulation für messbare Hauterneuerung. Durch gezielte Aktivierung der Kollagenproduktion und Stärkung der Gesichtsmuskulatur entsteht bereits nach der ersten Anwendung ein strafferes, jugendlicheres Hautbild.

GESICHTSBEHANDLUNGEN

Art of Care

Die Südtiroler Bio-Naturkosmetik Art of Care nutzt belebende Heilpflanzen aus dem Alpenraum, um innere und äußere Schönheit zu schaffen.

Die Philosophie dieser Linie beruht auf der Verbindung von Mensch und Natur – von der Wurzel bis zur Blüte.

BALANCE FACE CARE

50 min | 109 Euro - Gesicht

75 min | 149 Euro - Gesicht, Hals, Dekolleté und Augenbrauenkorrektur
Das fein abgestimmte Ritual aus nachhaltiger Pflege mit erlesenen Kräutern und tiefenwirksamer Kristallmassage wirkt tief in der Haut. Die Selbstregeneration wird aktiviert, die Gesichtszüge entspannen sich und ein frisches, strahlendes Hautbild entsteht.

Ergänzung **Balance Eyes** innerhalb gebuchter Zeit nur 25 Euro Aufpreis.

LOVE YOUR AGE

75 min | 160 Euro

Eine ganzheitliche Well-Aging-Gesichtsbehandlung zur sichtbaren Reduktion von Falten und zur Revitalisierung des Hautbildes. Sanfte Reinigung, feuchtigkeitsspendende und antioxidative Pflege mit Löwenzahnhonig und gezielte Anti-Aging-Techniken lassen die Haut straffer, frischer und ebenmäßiger wirken.



Schöne Augen

BALANCE EYES

25 min | 49 Euro

Diese Behandlung belebt und vitalisiert die Augenpartie und bewirkt eine Glättung der Augenfältchen. Hochwertige Wirkstoffe wirken Tränensäcke und Augenringen entgegen und vitalisieren die sensible Augenpartie.

LIFTING VON WIMPERN UND AUGENBRAUEN

Schon morgens mit dem ersten Augenaufschlag ein strahlender Blick. Veganes Wimpernlifting verhilft Ihrem Gesicht zu großer Ausstrahlung. Die professionelle Korrektur und Färbung von Augenbrauen schafft volle, dichte Brauen mit langanhaltendem gepflegten Look. Die Behandlung hält 6-8 Wochen.

Wimpernlifting

50 min | 95 Euro

Augenbrauenlifting

50 min | 95 Euro

Wimpern- und Augenbrauenlifting

75 min | 145 Euro

FORMEN UND FÄRBN

25 min | 59 Euro

Styling für schöne Augen und einen dauerhaft gepflegten Look. Augenbrauen und Wimpern erleben eine Veränderung im Farbton, Ihre natürliche Schönheit wird unterstrichen. Augenbrauen formen und färben, Wimpern färben.





Maniküre und Pediküre

MANIKÜRE

25 min | 49 Euro

Quick to go: schneiden, feilen und formen.

50 min | 75 Euro

Zusätzlich: Nagelhaut entfernen und mit Lack oder Handmassage.

LUXURY MANIKÜRE

75 min | 110 Euro

Umfassende Wohltat für Ihre Hände und Nägel: Handpeeling, Maniküre mit oder ohne Lack, Handmassage und nährnde Handpackung.

Entfernung des Lackes | 30 Euro

PEDIKÜRE

50 min | 75 Euro

Mit Lack oder Eincrememassage.

LUXURY PEDIKÜRE

75 min | 110 Euro

Die Pflege für Füße, die sich sehen lassen können: Fußbad, Fußpeeling, Pediküre mit Lack, Fußmassage und nährnde Fußpackung.

PERMANENT LACK

+ 20 Euro

Der spezielle Nagellack wird wie klassischer Lack aufgetragen, unter der UV-Lampe gehärtet und ist sofort trocken.

Körper- behandlungen

THALASSO NINFEA RITUAL

75 min | 145 Euro

Verwöhnendes Körperritual mit Peeling und nährnder Packung. Schwerelos auf einem warmen Wasserbett entspannen, während Meeresextrakte die Haut regenerieren und revitalisieren.

LIGHT LEGS

50 min | 95 Euro

Die Kombination aus Massage und Wickel belebt und regeneriert müde Beine — mit Birke, Löwenzahn, Brennnessel und Rosskastanie für eine nachhaltige Vitalisierung.

SHAPE PERFORMANCE

50 min | 130 Euro

Die mesoestetic Einzelzonen-Körperbehandlung aus 6 wählbaren Zonen kombiniert Peeling und Wirkstoffmassage für straffere Konturen ideal bei lokalen Fettansammlungen, Wassereinlagerungen und schlaffer Haut.

DEPILATION MIT WARMWACHS

Halbes Bein, Bikinizone

und Achseln 80 Euro

Ganzes Bein 60 Euro

Halbes Bein 49 Euro

Rücken 49 Euro

Bauch und Brust 49 Euro

Gesicht 49 Euro

MASSAGEN

Sanfte Berührung für Körper und Seele

Fachkundige Massagetechniken öffnen den Raum für tiefe Entspannung und innere Balance. Sanfte, präzise Berührungen befreien den Körper von Anspannungen. Liebevoll abgestimmte Techniken schenken neue Energie und hinterlassen ein Gefühl der Harmonie.

 Alle unsere Wellnessmassagen sind auch als Paarmassage geeignet.

SEELEITEN Signature

POWER OF VINEYARDS

75 min | 180 Euro 

Dieses Ritual vereint die regenerierende Kraft der Rebe mit tiefenwirksamen Entspannungstechniken und wurde speziell entwickelt in Zusammenarbeit mit Spa-Experten.

Wie ein edler Wein entfaltet sich auch tiefe Erholung in fein abgestimmten Phasen. Ein Fußbad mit Weinlaubtee leitet das Ritual ein und bereitet den Körper auf die folgenden Anwendungen vor.

Dazu gehört eine tiefenwirksame Faszienmassage, die mithilfe von warmen Rebhölzern Verspannungen sanft löst. Ein mineralstoffreicher Wickel mit Heilerde und Traubenkernöl versorgt die Haut mit wertvollen Nährstoffen. Eine Gesichtsmassage sorgt für entspannte Züge, während warme Steine Geborgenheit und Wohlbefinden schenken.



Vier-Elemente-Massagen

Unsere Vier-Elemente-Massagen haben wir gemeinsam mit Art of Care Südtirol entwickelt. Die Wirkung der Elemente Feuer, Wasser, Erde und Luft zieht sich durch die Produkte des Südtiroler Familienbetriebs. Heilpflanzen werden den Elementen zugeordnet und unterstützen gezielt die Wirkung der Behandlungen.

FEUER: ENERGIE UND AKTIVIERUNG

75 min | 145 Euro 

Diese Behandlung aktiviert die Energie des Feuers. Zirbelholz aus Südtirol regt die Durchblutung von Bindegewebe und Muskulatur an. Die tiefenwirksame Massage löst Verspannungen und fördert die Regeneration. Das Ergebnis: Ein gestärkter Rücken und neue Bewegungsfreude.

WASSER: RUHE UND ENTSPANNUNG

75 min | 145 Euro 

Sanfte, fließende Bewegungen in Kombination mit Edelsteinen reduzieren Stress und harmonisieren die körpereigene Energie. Diese Behandlung beruhigt die Sinne, löst emotionale Blockaden und verleiht Ihrer Haut eine frische, reine Ausstrahlung.

ERDE: HARMONIE UND AUSGLEICH

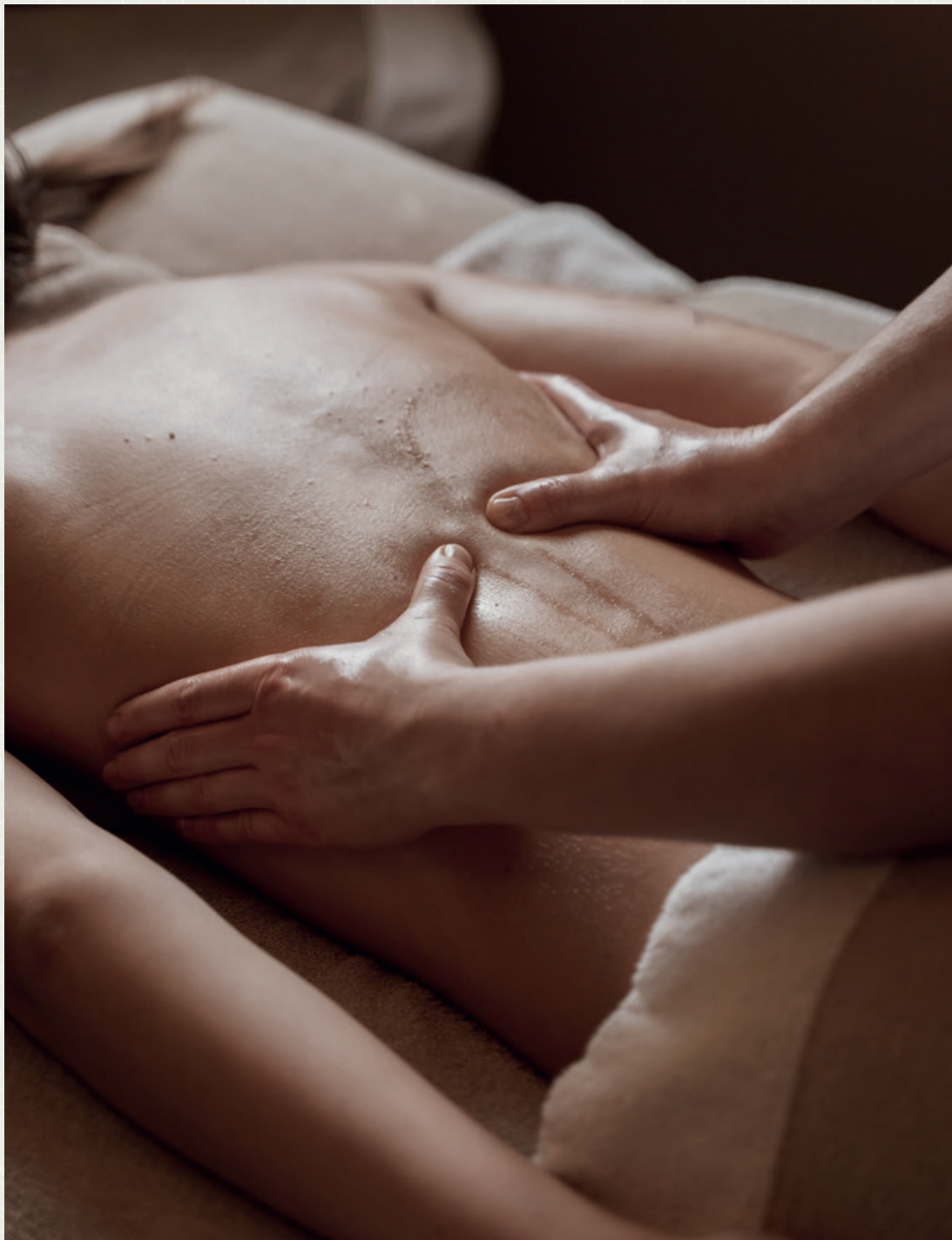
75 min | 145 Euro 

Gezielte Impulse lockern, erden und schaffen Ausgleich bei Stress und Unruhe. Warme Pfunderer Serpentinesteine entspannen den Körper und unterstützen die Regeneration. In Kombination mit dem kühlenden Reiz des Laaser Marmors entsteht ein wohltuender Wechsel, der Verspannungen löst und das innere Gleichgewicht stärkt.

LUFT: KRAFT UND VITALITÄT

75 min | 145 Euro 

Neue Energie und frische Leichtigkeit für Körper und Geist: Durch das Inhalieren von alpinem Kräuterdampf öffnen sich die Atemwege sanft, während gezielte Massagen die Durchblutung fördern und Verspannungen im Brust- und Schulterbereich lösen. Das Ergebnis: Mehr Lebenskraft, tiefere Atmung und ein gestärktes Immunsystem.



Klassische Massagen

WOHLFÜHLMASSAGE

50 min | 95 Euro 

75 min | 135 Euro 

Die Ganzkörper-Wohlfühlmassage wirkt entspannend, regenerierend und belebend zugleich. Ein ganzheitliches Erlebnis, das neue Leichtigkeit schenkt und das Wohlbefinden nachhaltig stärkt.

TEILMASSAGE

20 min | 55 Euro 

Ausgleichende Massage gezielt auf Ihre verspannte Muskulatur. Teilmassagen für Rücken | Beine | Gesicht und Kopf.

FUSSREFLEXZONENMASSAGE

50 min | 95 Euro 

In den Füßen spiegelt sich der menschliche Körper wider. Die Stimulation bestimmter Punkte auf der Fußsohle wirkt sich auf die entsprechende Körperzone aus. Dadurch wird das energetische Gleichgewicht wiederhergestellt.

LYMPHDRAINAGE

50 min | 95 Euro 

75 min | 135 Euro - zusätzlich Gesicht 
Diese besonders leichte Massage unterstützt mit sanft pumpenden Bewegungen den Rückfluss der Lymphflüssigkeit.

SCHWANGERSCHAFTSMASSAGE

50 min | 95 Euro 

Eine Massage speziell für schwangere Frauen mit sanften Streichelgriffen. Sinken Sie in einen tiefen und wohligen Zustand von innerer Ruhe und Gelassenheit.

THERAPIE & REGENERATION

Eine Brücke zwischen Sport und Gesundheit

Unser Team vereint modernste Methoden, gezieltes Training und nachhaltige Therapien, um Ihren Körper bestmöglich zu unterstützen. Neben IHHT und Kryotherapie spielen dabei physiotherapeutische Behandlungen und therapeutische Massagen eine zentrale Rolle.

THERAPEUTISCHE MASSAGE

50 min | 130 Euro

Unabhängig von Ihren Beschwerden – ob Verspannungen, Dysbalancen oder Durchblutungsstörungen – lindern unsere Therapeuten mit gezielten Massagen Schmerzen und fördern die Regeneration. Eine wirkungsvolle Methode zur Entspannung und Schmerzlinderung.

PHYSIOTHERAPIE

50 min | 130 Euro

Physiotherapie stellt Beweglichkeit wieder her, lindert Schmerzen und aktiviert die Selbstheilung. Unser Therapeut fördert zudem Ihr eigenverantwortliches Heilungsverständnis.

DORN BREUSS

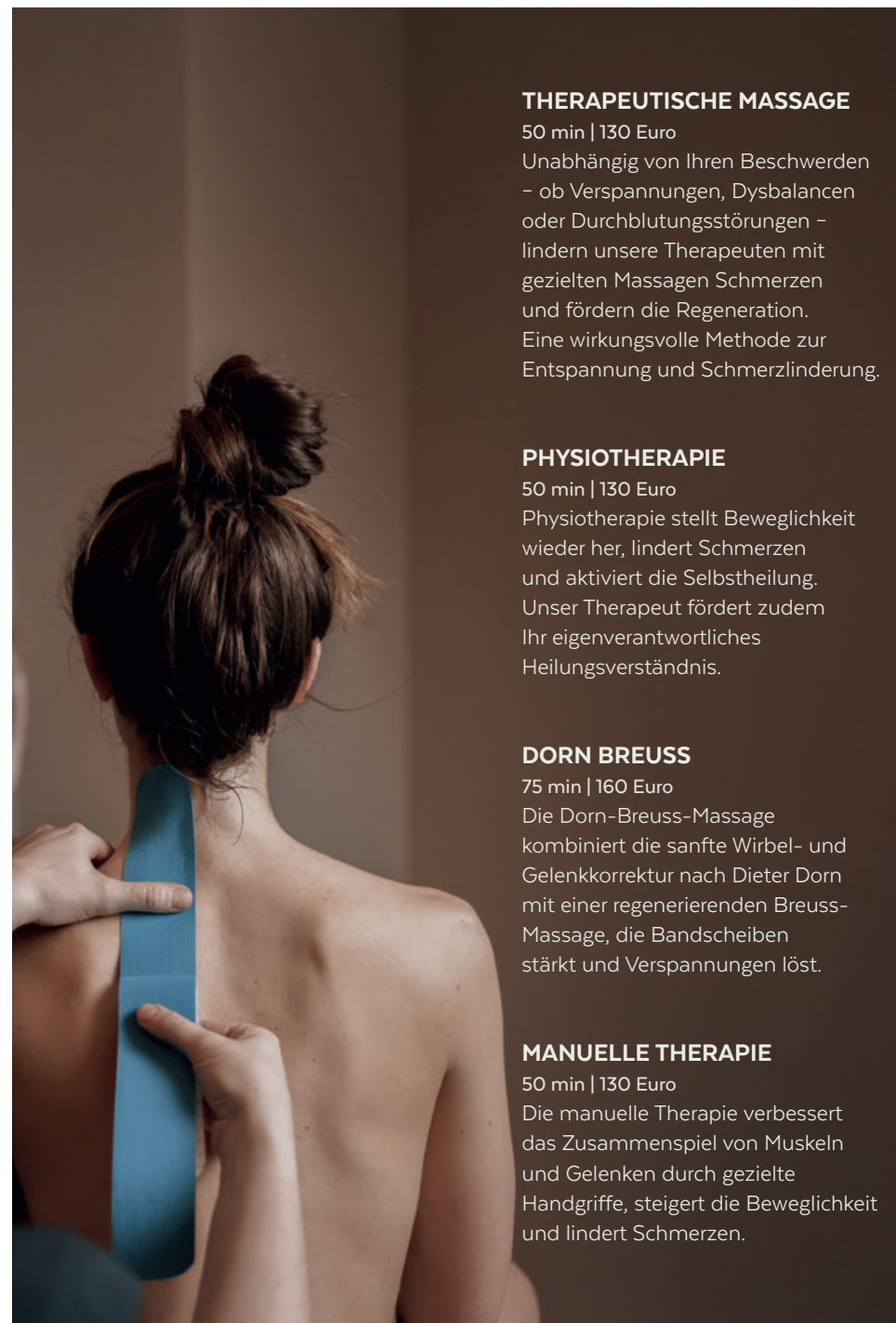
75 min | 160 Euro

Die Dorn-Breuss-Massage kombiniert die sanfte Wirbel- und Gelenkkorrektur nach Dieter Dorn mit einer regenerierenden Breuss-Massage, die Bandscheiben stärkt und Verspannungen löst.

MANUELLE THERAPIE

50 min | 130 Euro

Die manuelle Therapie verbessert das Zusammenspiel von Muskeln und Gelenken durch gezielte Handgriffe, steigert die Beweglichkeit und lindert Schmerzen.



THERAPEUTISCHE MASSAGEN

Ganzheitliches Wohlbefinden

NUAD SEN THAI MASSAGE

75 min | 149 Euro

Kombiniert die Akupressurpunkte mit Dehnungstechniken, wodurch die Energie des Körpers besser fließt. Es verleiht Leichtigkeit, Fluidität und Beweglichkeit. Trockenmassage: Tragen Sie bitte lange und weiche Kleidung!

NUAD SEN KOPFMASSAGE

25 min | 55 Euro

Sanfte Drucktechniken entlang der Sen-Linien lösen Verspannungen, fördern die Durchblutung und harmonisieren den Energiefluss. Die Behandlung hilft bei Kopfschmerzen oder Migräne, verbessert das psychophysische Gleichgewicht und sorgt für Ausgeglichenheit und Beruhigung.

ALPSKURA DEEP FEEL

Ein neues, gesundes Körpergefühl dank spezifischer Massagetechniken und physiotherapeutischen Methoden. Ein kraftvolles Hanfsamenöl mit CBD und Pflanzenextrakten reaktiviert die Muskelregeneration und schenkt Energie.

Teilmassage 50 min | 109 Euro

- Rücken und Beine
- Rücken und Arme
- Rücken, Nacken, Schultern und Kopf

Ganzkörpermassage 75 min | 149 Euro

SPORTMASSAGE

50 min | 115 Euro

Spezielle Massage zur Lockerung von Verspannungen nach sportlichen Aktivitäten und zur maximalen Unterstützung der muskulären Regeneration.

Packungen

Spa-Packungen sind Körperanwendungen, bei denen ausgewählte Wirkstoffe unter Wärmeeinwirkung auf der Haut einwirken, um Muskeln zu entspannen, die Haut intensiv zu pflegen und Stoffwechsel sowie Regeneration zu unterstützen. Alle Packungen werden in Kombination mit einer wohltuenden Eincrememassage in der Wasserschwebeliege durchgeführt. Dabei verwenden wir ausschließlich Produkte von Art of Care Südtirol.

SPORT-PACKUNG

45 min | 99 Euro

Der Bergmoorfango, kombiniert mit Arnika und Rosskastanie, entfaltet zusammen mit den Essenzen der Zirbelkiefer, Weißtanne und des Wacholders eine durchblutungsfördernde, vitalisierende und entspannende Wirkung auf die Muskulatur.

RELAX-PACKUNG

45 min | 99 Euro

Die Kombination aus den Wirkstoffen der Birke, Schafgarbe und Fenchel, ergänzt durch die ätherischen Öle von Weihrauch, Ylang-Ylang und Vanille, verwandelt diese Packung in ein entspannendes und harmonisierendes Erlebnis für Körper und Geist.

DETOX-PACKUNG

45 min | 99 Euro

Löwenzahnhonig in Kombination mit Heilerde unterstützt die Ausleitung von Schlackenstoffen aus dem Bindegewebe und fördert die natürlichen Entgiftungsprozesse des Körpers.

ANTICELLULITE-PACKUNG

45 min | 99 Euro

Die Mischung aus Braunalgen, Hagebutte, Orange und Fenchel stimuliert den Zellstoffwechsel, reinigt das Bindegewebe und trägt zu einer strafferen sowie glatteren Haut bei.

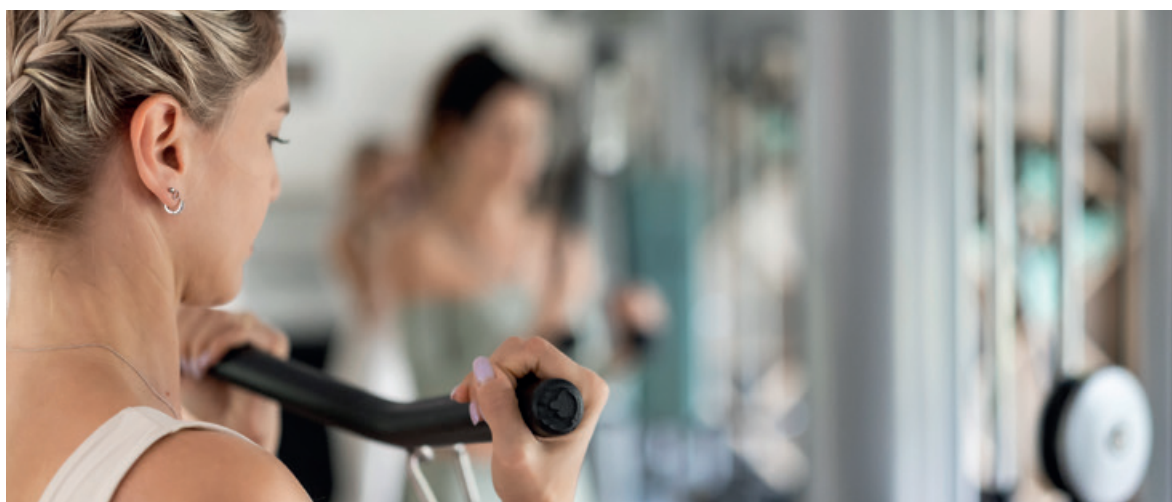


Exklusives Coaching

PRIVATE YOGA SESSION

60 min | 89 Euro

Yoga zum Sonnenaufgang am See oder doch lieber am Abend im Bewegungsraum? Bei einer privaten Yogastunde entscheiden Sie selbst. Yogameisterin Manuela gestaltet eine auf Ihre Wünsche angepasste Session aus Atemübungen, Meditationen oder verschiedenen Yoga-Stilen.



PERSONAL FITNESS COACHING

60 min | 89 Euro

180 min | 199 Euro

Ein maßgeschneidertes Training bringt schneller spürbare Erfolge. Ob gezielter Muskelaufbau, bessere Beweglichkeit oder schmerzfreier Alltag – unser erfahrener Triathlon- und Fitnesscoach Helmuth sorgt für die richtige Technik, Motivation und individuelle Anpassung. So trainieren Sie effizient, sicher und mit Freude, ganz nach den eigenen Bedürfnissen und Zielen.



Treatment- Programme

WOMEN LUXURY

225 min | 399 Euro

- Flow Face Mesoesthetic 75 min
- Luxury Maniküre 75 min
- Thalasso Ritual

GENTLEMAN'S DAY

90 min | 179 Euro

- Balance Face Care 50 min
- Maniküre quick to go
- Teilmassage

SCHWANGERSCHAFTSPAKET

150 min | 230 Euro

- Schwangerschaftsmassage
- Pediküre
- Balance Face Care 50 min

ONLY FOR KIDS

Für Kinder bis 13 Jahre

40 min | 90 Euro

- Honig- oder Schokomassage 20 min
- Maniküre 20 min



Gesundheits- Programme

SCHLAF VERBESSERN

270 min | 649 Euro

- 3x IHHT
- 3x Kryotherapie
- Massage LUFT

ANTI-STRESS-PAKET

235 min | 569 Euro

- 3x IHHT
- Nuad Sen Kopfmassage
- Massage ERDE

PERFORMANCE PAKET

115 min | 269 Euro

- Kryotherapie
- IHHT
- Sportmassage

DETOX-PAKET

170 min | 279 Euro

- Thalasso Ritual
- Lymphdrainage
- Packung Detox



Ankommen, abschalten, aufblühen.

Unser Ninfea Spa ist ein Ort der Ruhe und Entspannung. Bitte respektieren Sie diese wohltuende Atmosphäre. Nutzen Sie Pool und Sauna, um Körper, Geist und Seele auf Ihre Behandlungen einzustimmen. Wir empfehlen 10 Minuten vor Ihrem Termin im Spa-Bereich einzutreffen.

Spa Ninfea- Etikette

Unsere Spa-Abteilung Ninfea ist täglich von 8 bis 19 Uhr für unsere Gäste geöffnet.

GESUNDHEIT

Wenn Sie gesundheitliche Beschwerden haben, sollten Sie diese bei der Buchung angeben, da bestimmte Behandlungen unter Umständen für Sie nicht geeignet sind.

BEKLEIDUNG

Mit Bademantel und Badeslippers sind Sie für Ihren Spa-Besuch angemessen bekleidet. Bei Trockenmassagen bitte in langer, warmer Kleidung erscheinen.

THERAPEUTENWUNSCH

Unser Team besteht aus weiblichen und männlichen Therapeuten. Bitte teilen Sie uns eventuelle Präferenzen bei der Buchung mit.

VERSPÄTUNG UND STORNIERUNG

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass ein verspätetes Eintreffen zu einer Verminderung Ihrer Behandlungszeit führen kann. Teilen Sie uns Stornierungen bitte mindestens 24 Stunden vor Behandlungsbeginn mit, andernfalls wird die Behandlung zu 100 % in Rechnung gestellt.



Ihr SPA-Treatment
bequem online buchen.
seeleiten.it/app

SPA NINFEA

Tel. +39 0471 960 200
spa@seeleiten.it | www.seeleiten.it

