

einfach: schön.  
Anwendungen & Pakete

### **Einfach: buchen.**

Unser Spa-Team freut sich auf Ihre Reservierung,  
per Telefon, via E-Mail oder direkt über unsere Webseite.

vigilius mountain spa

spa@vigilius.it

Telefon: +39 0473 556652

Intern: 52

www.vigilius.it

# Pflege fürs Gesicht

### **Gesichtspflege à la carte – Salin de Biosel**

Jede Gesichtsbehandlung kann perfekt auf Sie individuell abgestimmt werden, maßgeschneidert und einzigartig. Die Anteile von Wurzel, Rinde, Blätter und Blüten verschiedenster Pflanzen besitzen eine energetische Identität und wirken entweder beruhigend (Yin) oder anregend (Yang). Dank dieser Eigenschaften kann die Energiebalance im Hautgewebe wiederhergestellt werden.

Luxus: mit besonderen Wirkstoffkonzentraten	80 min	Euro 136,-
Intensiv	80 min	Euro 121,-
Business	50 min	Euro 84,-

### Gesichtspflege von Sodashi – pure Entspannung mit reinen Rohstoffen

Nach einer sanften Reinigung mit Reinigungsmilch und Peeling verwöhnt eine warme Gesichtskompressen Ihre Haut. Die anschließende Gesichtsmassage öffnet die Haut für die individuelle Gesichtspackung. Die hochwertigen Produkte von Sodashi lassen die Haut in einem frischen und klaren Teint neu erstrahlen. Wählen Sie zwischen:

<b>Thermal Modelage:</b> natürliches luxuriöses Facelifting, verleiht Elastizität und versorgt die Haut nachhaltig	80 min	Euro 179,-
<b>Vitalität:</b> starker Anti-Aging-Effekt mit Meeresmineralien, schützt vor Umwelteinflüssen und Alterung	50 min	Euro 122,-
<b>Vitalität intensiv:</b> mit zusätzlicher ausgedehnter Gesichts- und Nackenmassage	80 min	Euro 159,-
<b>Ausstrahlung:</b> eigens für Ihren Hauttyp gewählte Produkte lassen das Gesicht neu erstrahlen	50 min	Euro 114,-
<b>Ausstrahlung intensiv:</b> mit zusätzlicher ausgedehnter Gesichts- und Nackenmassage	80 min	Euro 155,-
<b>Männer spezial:</b> entspannendes Rückenpeeling und neue Frische und Vitalität für Ihr Gesicht	80 min	Euro 159,-

# Hand und Fußpflege

Ein ausgiebiges Pflegeprogramm für zarte Hände, entspannte Füße und gesunde Nägel

<b>Maniküre</b>	50 min	Euro 56,-
<b>Pediküre</b>	50 min	Euro 66,-
<b>Pediküre intensiv für anspruchsvolle Füße</b>	80 min	Euro 98,-
<b>Lack</b>		Euro 12,-

Unser Basisprogramm umschließt selbstverständlich auch Depilation, Augenbrauen und Wimpern färben.

# Körperbehandlungen

## Aroma-Exfoliationsmassage mit Sodashi

Nach der Reinigung mit hochwertigen Produkten von Sodashi atmen Körper und Geist auf und fühlen sich von Stress und Verspannungen befreit. Wählen Sie zwischen:

- Jojoba: feuchtigkeitsspendend und für sensible Haut geeignet
- Vanille: nährend, wärmend, sanft
- Grüner Tee: entschlackend, durchblutungsanregend
- Balance: ausgleichend, ideal bei müden, schmerzenden und sauren Muskeln

Aroma-Exfoliationsmassage mit Pflege	50 min	Euro 114,-
Aroma-Exfoliationsmassage mit Ganzkörpermassage	80 min	Euro 152,-

## Peeling

### Reinheit der Berge

Eine Atempause für die Haut. Ein Peeling befreit die oberste Hautschicht von überschüssigen Schüppchen und regt die Durchblutung an. Die Haut fühlt sich wieder frisch, weich und glatt an und nimmt die anschließende Pflege oder Packung besser auf. Ideal für den Start bei jedem Aufenthalt. Wählen Sie zwischen:

- Latschenkieferpeeling aus getrockneten Latschenzapfen, sehr sanft, und wirkt wärmend und regenerierend
- Apfel-Honig-Polenta-Peeling, frisch zubereitet nach einer Rezeptur des vigilius mountain spa, reich an Vitaminen und sehr feuchtigkeitsspendend
- Heublumenpeeling, wirkt mittelstark vitalisierend und kräftigt den Tonus
- Bergsalzpeeling, ist reich an Mineralien, wirkt kräftigend und sehr anregend

Peeling mit Pflege	45 min	Euro 72,-
Peeling mit Ganzkörpermassage	80 min	Euro 148,-
Peeling mit Packung und Ganzkörpermassage	110 min	Euro 179,-

## Wohltuende Anwendungen

### Sanft eingehüllt: Körperwickel mit Sodashi

Ein Peeling bereitet die Haut auf die Körperpackung vor. Während des wohltuenden Körperwickels wird eine Haarpackung in die Kopfhaut einmassiert. Zum Schluss wird die Haut gepflegt.

Wählen Sie zwischen:

Körperwickel entschlackend: mit grünem Tee und Braunalge, wirkt besonders entgiftend	80 min	Euro 170,-
mit Ganzkörpermassage	110 min	Euro 233,-
Körperwickel straffend: mit Jojoba-Perlen und pinkfarbiger Tonerde, auch für Schwangere geeignet.	80 min	Euro 170,-
mit Ganzkörpermassage	110 min	Euro 233,-

### Entspannung für Kopf, Arme und Beine mit Sodashi

Eine kleine Reise durch die Sodashi-Pflege: Die Kopfmassage löst Spannungen und versorgt Kopfhaut und Haare mit wertvoller Nahrung. Das Arm-Bein-Peeling sowie die Massage mit hochwertigen Pflanzenessenzen verleihen neue Vitalität und Frische.

---

80 min | Euro 160,-

---

### Intensivpflege mit Latschenkiefer

Vitalisierendes, energetisches Peeling mit anschließender Creme-Öl-Packung und Ganzkörpermassage. Pflegt die Haut mit wertvollen Nährstoffen. Der Körper erstrahlt rosig und frisch.

---

80 min | Euro 130,-

---

## In Leichtigkeit dahinschweben

Sanft umhüllt in der wohligen Wärme des Wassers schweben, Erneuerung und Wohlbehagen für Körper und Geist. Ausgewählte Produkte in der Soft-Pack-Liege reinigen, entspannen und vitalisieren den ganzen Körper und vermitteln ein Gefühl der Schwerelosigkeit.

### Heubad – mit Bergkräutern aus Südtirol

Die Kräuter stammen ausschließlich von Bergwiesen, die höher als 1 700 m liegen. Das Heubad reinigt und stärkt, löst Verspannungen und fördert die Durchblutung.

### Algen – die Kraft des Meeres

Wertvolle Wirkstoffe aus dem Meer entschlacken, entgiften und straffen den Körper, festigen das Bindegewebe und regen den Kreislauf an.

### Fango – reich an Mineralstoffen

Das Sole-Fango ist durchblutungsfördernd, schmerzlösend, entzündungshemmend und hervorragend bei Verspannungen der gesamten Muskulatur und bei Gelenkbeschwerden geeignet.

### Arnika und Johanniskraut – Gesundheitsbad erleben

Arnika und Johanniskraut wachsen auch am Vigiljoch, sie wirken positiv auf Gelenke und Muskeln, dieses Bad baut Stress ab und löst Verspannungen.

Packung mit Tee	45 min	Euro 79,-
Packung mit Teilkörpermassage	75 min	Euro 119,-
Packung mit Ganzkörpermassage	95 min	Euro 148,-
Peeling, Packung und Ganzkörpermassage	110 min	Euro 179,-

### Badl mit Vigiliuswasser

Ein Whirlbad stärkt Körper und Geist. Durch die Hydromassage wird die Muskulatur gelockert und die Durchblutung angeregt. Wählen Sie Ihren Lieblingszusatz:

Latschenbadl – anregend und wärmend	25 min	Euro 40,-
Zirbenbadl – beruhigend und entspannend	25 min	Euro 40,-

# Massagen

Berührungen, die Körper, Geist und Seele bewegen. Klassische Massagen oder die Kunst des Fingerdrucks nach den Lehren aus Fernost wirken je nach Anwendung ausgleichend und entspannend oder aber kräftigend und belebend.

## Signature-Körpermassage mit Sodashi

Sanfte Bewegungen mit leichtem bis mittlerem Druck erhöhen den Energie- und Lymphfluss im Körper und lösen physische und emotionale Blockaden. Kostbare Pflanzenöle von Sodashi, kombiniert mit Aromaessenzen, versorgen die Haut außerdem mit den Nährstoffen, die sie braucht. Je nach Ölauswahl wirkt die Massage entspannend, stimulierend, harmonisierend oder entschlackend.

Signaturmassage für eine Person	50 min	Euro 109,-
Signaturmassage Deluxe für eine Person	80 min	Euro 168,-
Signaturmassage für Paare	50 min	Euro 218,-
Signaturmassage Deluxe für Paare	80 min	Euro 336,-

## Klassische Massage

Aromatische Öle, mit sanftem Druck einmassiert, lösen Blockaden und entspannen die Muskeln. Energie und Kraft können wieder ungehindert fließen und die Haut erstrahlt rosig und frisch.

Teilkörper	25 min	Euro 47,-
Ganzkörper	50 min	Euro 84,-
Ganzkörper Deluxe	80 min	Euro 129,-

## Intensive Massage

Muskelentspannende Massage, ideal vor oder nach dem Sport. Die Muskelfaszien werden mit Dehnungsgriffen und festem Druck bis in die Tiefe gelockert.

Teilkörper	50 min	Euro 109,-
Ganzkörper	80 min	Euro 159,-

## Drainierende Massage

Eine sanfte Massage, bei der der Lymphfluss stimuliert wird, um Schlackenstoffe und Giftstoffe besser auszuschleiden.

	50 min	Euro 86,-
--	--------	-----------

## Shiatsu

Shiatsu, die Jahrtausende alte fernöstliche Lehre des „Fingerdrucks“, aktiviert die Selbstheilungskräfte im Körper. Durch sanftes Dehnen und behutsame Stimulierung der Meridiane wird die natürliche Balance von Körper, Geist und Seele nachhaltig wiederhergestellt. Der gesamte Körper fühlt sich wie neugeboren an. Erscheinen Sie bitte in leichter, bequemer Kleidung.

---

50 min | Euro 109,-

---

## Plantarmassage

Reflexzonen werden stimuliert und bringen den Körper ins Gleichgewicht. Die Fußreflexzonenmassage stellt die innere Harmonie wieder her und mobilisiert die Selbstheilungskräfte. Außerdem verbessern sich dadurch die Organ- und Gewebefunktionen des Menschen.

---

Mit Fußpeeling und -packung 50 min | Euro 86,-

---

Plantarmassage 35 min | Euro 69,-

---

Kombi Rücken-Füße 50 min | Euro 86,-

---

## Rücken intensiv

Eine wärmende Packung bereitet den Rücken für die Rückenmassage vor. Verspannungen und Blockaden werden gelöst und Energie kann wieder fließen.

---

50 min | Euro 84,-

---

## Freier Kopf und leichte Füße

Warme Fußkompressen und Aroma-Inhalation begleiten diese Massage. Ihr Kopf und Nacken wird gelockert, durch die Fußmassage werden Blut- und Lymphkreislauf verbessert und die inneren Organe aktiviert.

---

50 min | Euro 84,-

---

## Pflege für die Kopfhaut mit Sodashi

Entspannende Kopfmassage mit nährenden Haarpackung von Sodashi. Klärt und reinigt die Kopfhaut. Fördert die Durchblutung und das Wachstum von neuem, gesundem Haar. Balanciert die Fettproduktion und revitalisiert trockenes, beschädigtes und koloriertes Haar.

---

25 min | Euro 54,-

---

## Silberquarzit-Ursteinmassage

Ein Räucherritual und Ursteingesänge begleiten diese tiefenentspannende Behandlung. Die enorme Kraft des Silberquarzits wirkt in Verbindung mit wohltuenden Kräutern und wärmenden Baumölen. Über die Sinne erfährt die Seele neue Leichtigkeit und ein Gefühl des Geerdetseins.

---

80 min | Euro 130,-

---



# Spa-Pakete

## Nonstop-Pakete

### Regenerierung mit Sodashi

Diese Behandlungen bauen Stress ab, versorgen die Haut mit wertvollen Nährstoffen und fördern die Regeneration der Haut.

- Aroma-Exfoliationsmassage mit Jojoba
- Straffender Körperwickel mit pinkfarbiger Tonerde und Lavendel
- Kopfmassage mit nährnder Packung
- Gesichtspflege pure Entspannung und Vitalität: starker Anti-Aging-Effekt mit Meeresmineralien

---

Nonstop	2,5 Stunden	Euro 280,-
---------	-------------	------------

---

### Aktivierung mit Sodashi

Bei Peeling, Massage und Gesichtspflege werden Ihre Geister mit frischer Energie versorgt.

- Aroma-Exfoliationsmassage mit Himalayasalz
- Signature-Körpermassage mit einem hochwertigen Öl aus Macadamianuss, Limette und Ylang-Ylang
- Gesichtspflege pure Entspannung und Vitalität: starker Anti-Aging-Effekt mit Meeresmineralien

---

Nonstop	3 Stunden	Euro 330,-
---------	-----------	------------

---

### Entgiftung mit Sodashi

Ein halber Tag nur zum Entgiften. Von Kopf bis Fuß verwöhnt: Peeling, Packungen, Gesichtsmasken und Massage. Die Haut wirkt straffer, seidiger und fühlt sich ganz weich an.

- Aroma-Exfoliationsmassage mit grünem Tee
- Entschlackende Körperwickel mit Blualge und grüner Tonerde
- Kopfmassage mit nährnder Packung
- Signature-Körpermassage mit Zypresse, Zitrone und Geranie
- Thermal Modelage: Luxus-Gesichtspflege mit natürlichem Facelifting

---

Nonstop	4 Stunden	Euro 440,-
---------	-----------	------------

---

## vigilius-Pakete

### vigilius alpine

Heu-Peeling	45 min	
Heubad	45 min	
Entspannungsmassage mit Südtiroler Kräutern	50 min	
Badl mit Hydromassage Latsche oder Zirbe	25 min	<b>Euro 252,-</b>

### vigilius zen

Shiatsu	50 min	
Gesichtspflege à la carte intensiv	80 min	
Plantarmassage mit Fußpeeling und Fußpackung	50 min	<b>Euro 299,-</b>

### vigilius purity

Peeling mit Algenpackung und Entschlackungsmassage	110 min	
Algenpackung mit Entschlackungsmassage	95 min	
Gesichtspflege à la carte intensiv zur Tiefenreinigung	80 min	<b>Euro 435,-</b>

### vigilius slow down

Silberquarzit-Ursteinmassage	80 min	
Freier Kopf und leichte Füße	50 min	
Signature-Körpermassage	50 min	
Gesichtspflege pure Entspannung und Ausstrahlung mit Sodashi	50 min	<b>Euro 430,-</b>

### vigilius für die werdende Mutter

Gesichtspflege pure Entspannung und Ausstrahlung mit Sodashi	50 min	
Drainierende Massage	50 min	
Körperwickel straffend mit Sodashi	80 min	
Shiatsu	50 min	<b>Euro 450,-</b>

### Reine Männersache

Aroma-Exfoliationsmassage mit Himalayasalz	50 min	
Gesichtspflege pure Entspannung und Ausstrahlung mit Sodashi	50 min	
Rücken intensiv	50 min	
Badl mit Hydromassage Latsche oder Zirbe	25 min	<b>Euro 340,-</b>

# move & explore

Der Berg weckt die Lebensgeister! Nehmen Sie an unserem kostenlosen move & explore Programm teil oder buchen Sie unseren Personal Trainer für ein individuelles Training.

## Personal Training

Eine persönliche Trainingseinheit, die ganz nach Ihren sportlichen Vorlieben und Trainingszielen gestaltet ist, beispielsweise zur Rückenstärkung, zum Muskelaufbau oder wenn Sie einfach Ihre Fitness verbessern möchten.

Einzelstunde	50 min	Euro 65,-
3 Stunden Personaltraining im Paket		Euro 170,-

## Vitaly Check

Nach einem Vitality Check erstellt unser Personal Trainer einen für Sie maßgeschneiderten Trainingsplan und begleitet Sie durch Ihre sportliche Woche.

Vitality Check	Euro 130,-
Vitality Check mit Trainingsplan	Euro 220,-

## Fit Week

Ein Leistungstest auf dem Ergometer: Nach der Messung des Grundumsatzes und des Leistungsumsatzes können genaue Empfehlungen ermittelt werden, wie Sie Ihre Trainingsziele am besten erreichen.

Das Fit-Week-Paket beinhaltet einen Vitality Check mit Trainingsplanung, 5 Stunden Personal Training, sowie zwei Massagen (50 Min.)

Pro Person	Euro 590,-
------------	------------

# Informationen zu unserem Spa

## Öffnungszeiten

Schwimmbad:	07:00 Uhr bis 22:00 Uhr
Sauna:	15:00 Uhr bis 22:00 Uhr, auf Anfrage auch früher
Spa-Reception:	09:30 Uhr bis 12:30 Uhr und 15:00 Uhr bis 18:30 Uhr
Spa-Anwendungen:	09:30 Uhr bis 20:00 Uhr

## Kontakt

vigilius mountain spa  
spa@vigilius.it  
Telefon: +39 0473 556652  
Intern: 52  
www.vigilius.it

## Daten

1 200 m<sup>2</sup> Spa-Bereich mit:  
Indoor-Swimmingpool 56 m<sup>2</sup> (14m x 4m)  
Indoor-Outdoor-Whirlpool 32 m<sup>2</sup> (8m x 4m)  
1 Sauna ca. 85 C°  
1 Dampfbad ca. 40 C°  
11 Anwendungsräume  
1 Raum für sportliche Aktivitäten und Meetings

# Unsere Spa-Etikette

## **Genießen Sie die Stille**

im vigilius mountain spa – Raum für Ruhe und Erholung. Nehmen Sie sich alle Zeit der Welt zum Entspannen, Erholen und Genießen.

Aus Rücksicht auf das Ruhebedürfnis unserer Gäste bitten wir darum:

- sich leise zu verhalten,
- auf Ihr Handy zu verzichten,
- keine Gegenstände in den Pool mitzunehmen,
- nicht in den Pool zu springen,
- Kinder nur unter Beaufsichtigung in den Spa-Bereich zu lassen,
- im Poolbereich Badekleidung zu tragen.
- Sauna und Dampfbad werden als absolute Nacktzone geführt – wir bitten Sie, hier auf Badekleidung gänzlich zu verzichten. Unser Tipp: Wickeln Sie sich einfach ein Handtuch um Hüfte und Brust.

Des weiteren empfehlen wir Ihnen, Schmuck und andere Wertgegenstände im Zimmer zu lassen.

In Ihrem Zimmer stehen Flip-Flops und eine braune Tasche mit Handtüchern bereit, die sie für Ihren Besuch im Spa benutzen können.

## **Buchung**

Wir empfehlen Ihnen, die gewünschten Behandlungen bereits vor Ihrer Anreise zu buchen. Gerne stehen wir Ihnen bei der Auswahl beratend zur Seite.

## **Gesundheit**

Ihrer Gesundheit zuliebe: Teilen Sie uns bitte bereits bei der Buchung mit, ob Sie schwanger sind oder gesundheitliche Beschwerden wie Bluthochdruck, Herzkrankheiten, Stoffwechselstörungen und Allergien haben oder ob kürzlich eine Operation bei Ihnen durchgeführt wurde. Wir bitten Sie, Rücksprache mit Ihrem Arzt zu halten, um unerwünschten Wirkungen vorzubeugen.

Wir gehen davon aus, dass Sie die gesundheitlichen Voraussetzungen mitbringen, um die bei uns angebotenen Anwendungen in Anspruch nehmen zu können.

## **Stornofrist**

Sollten Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, bitten wir Sie, diesen 24 Stunden vorher zu stornieren. Bei kurzfristigen Absagen verrechnen wir den regulären Behandlungspreis. Danke für Ihr Verständnis.

## **Bekleidung**

Bitte kommen Sie zu Ihrer Anwendung im Bademantel. Je nach Behandlung bitten wir Sie, sich zu entkleiden. Gerne stellen wir Einweg-Slips zu Verfügung, unsere Spa-Mitarbeiter decken Sie während der Anwendung entsprechend ab.

Für Shiatsu-Behandlungen empfehlen wir Ihnen, leichte Baumwollkleidung zu tragen.

## **Zeit**

Um die volle Behandlungszeit zu genießen, bitten wir Sie, sich ca. 5 – 10 Minuten vor Beginn der Anwendung an der Spa-Rezeption zu melden. Eventuelle Verspätungen Ihrerseits werden von der Behandlungszeit abgezogen.

Unser Tipp: Ein Pool- oder Saunabesuch vor der Behandlung bereitet Ihre Haut optimal vor. Die Muskeln werden erwärmt und dadurch locker, die Poren öffnen sich und die Pflege wird besser aufgenommen.

## **Bezahlung**

Behandlungen und Produkte werden aufs Zimmer gebucht.

**vigilius**  
mountain resort. **einfach: sein.**

**vigilius mountain resort** · Pawigl 43 · 39011 Lana · Südtirol · Italien  
Tel +39 0473 556600 · Fax +39 0473 556699 · [info@vigilius.it](mailto:info@vigilius.it) · [www.vigilius.it](http://www.vigilius.it)