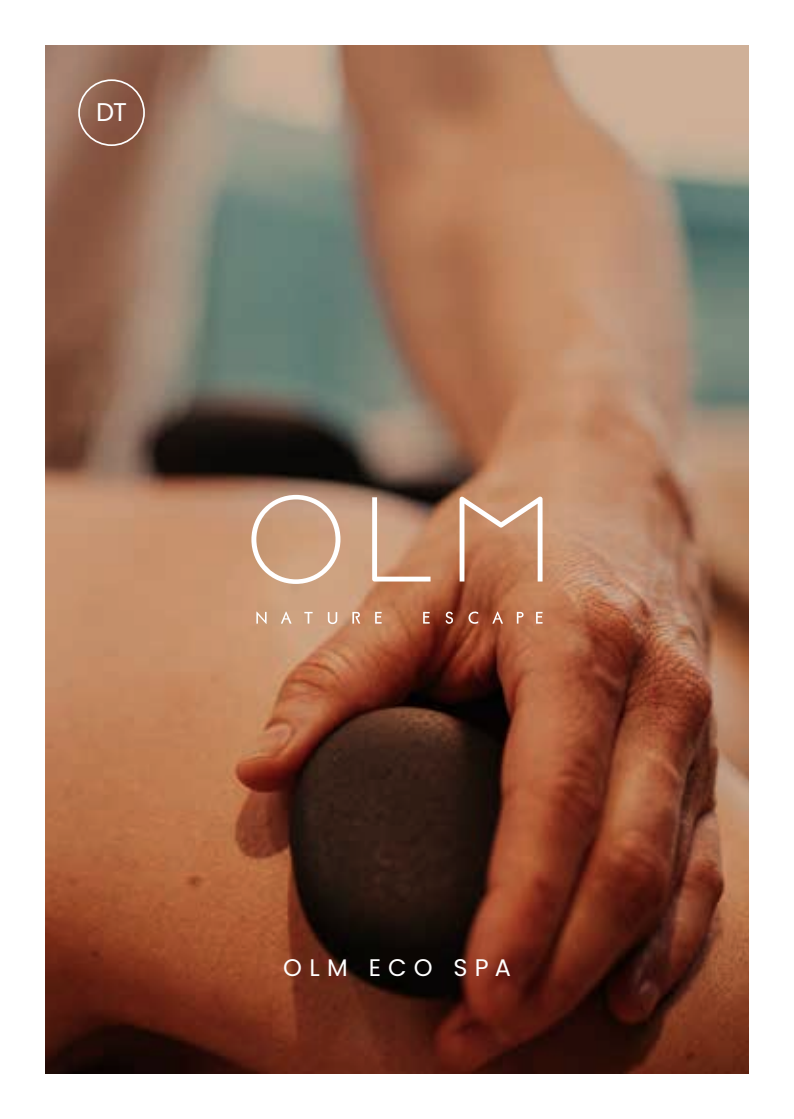




DT

OLM

NATURE ESCAPE

OLM ECO SPA



WILLKOMMEN IN DEINER AUSZEIT.

Im **OLM ECO SPA** verschmelzen modernes Design und die unverfälschte Kraft der Natur zu einem Ort der tiefen Regeneration. Unser Fokus liegt auf dem Wesentlichen: Deinem Wohlbefinden.

In einer Welt, die ständig in Bewegung ist, schenken wir Dir bewusste Momente der Entschleunigung. Ob nach einem aktiven Tag in den Bergen oder als achtsame Entscheidung für Dich selbst – unsere Anwendungen unterstützen Dich dabei, Spannungen zu lösen, Deine Energie neu zu ordnen und Körper sowie Geist in Balance zu bringen.

Alpine Wirkstoffe, ganzheitliche Techniken und spürbare Achtsamkeit verbinden sich zu einem regenerativen Erlebnis.

Lass den Alltag hinter Dir.

Wir kümmern uns um den Rest.

CLASSICS

VON KOPF BIS FUSS

Ganzkörpermassage mit individuell
abgestimmtem Öl | tiefgehende
Lockerung der Muskulatur | ganzheitliche
Entspannung von Kopf bis Fuß

FUSSZONENMASSAGE

Gezielte Druckpunktmassage | Aktivierung
der körpereigenen Selbstregulation |
Stimulation der Organpunkte |
Harmonisierung des Energieflusses

LYMPHMASSAGE

Sanfte, rhythmische Aktivierung |
Anregung des Lymphsystems | Entlastung
bei schweren Beinen | begleitende
Infrarot-Gesichtsmaske

KOPF NACKEN SCHULTER

Lösung muskulärer Spannungen |
gezielte Entlastung für den Alltag | warme
Basaltstäbe | hochwertiges Kräuteröl |
vitalisierende Gua Sha Gesichtsmassage



SPORTMASSAGE

Regeneration & neue Kraft | aktivierendes Arnikaöl | funktionelle Dehnung & Mobilisation | tiefenwirksame Faszienarbeit

RÜCKEN INTENSIV

Kraftvolle Lösung von Verspannungen | Arnikaöl & Salbe | wohltuende heiße Rolle | aktivierende Schröpfmassage | tiefe Entspannung durch Klangschalenimpulse

AKTIV BEINE INTENSIV

Leichtigkeit für müde Beine | aktivierendes Rosmarinöl | warme Kompressen & kalte Steine | Förderung der Durchblutung und Vitalisierung

WALDMASSAGE MIT HONIG

Entschlackende Rücken- und Beinbehandlung | warmes Zirbenholz | durchblutungsfördernde Honig-Massagetechnik | stärkende Impulse aus der alpinen Natur





SLOW DOWN

HOT STONE MASSAGE

Tiefenwärme durch vulkanische Basaltsteine | fließender Energieausgleich | vollkommene Entspannung & Regeneration

KRÄUTERSTEMPELMASSAGE

Duftreise mit warmen Alpenkräutern | fließende und klopfende Bewegungen | weiche Haut | Tiefenentspannung | Revitalisierung von Körper und Geist

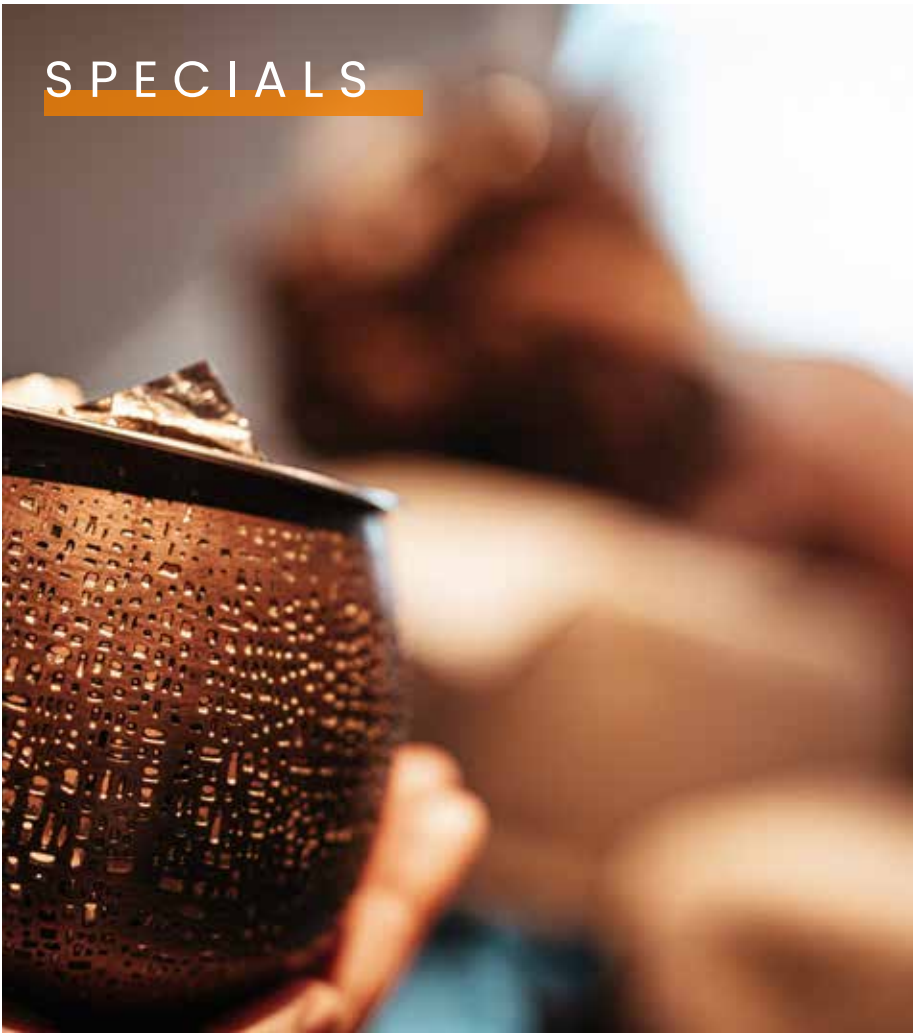
ZURÜCK ZU DEN WURZELN

Kostbare Zuwendung für Gesicht, Hände & Füße | Nachtkerzen-Rosenöl | vitalisierende Gua Sha Gesichtsmassage | Klangschalen | begleitende Infrarot-Gesichtsmaske | ganzheitliches Ritual zur inneren Balance

AUSZEIT MASSAGE

Zeit für die Seele | Rosen-Räucherung | sanfte, achtsame Ganzkörpermassage mit Rosenöl | vollkommene Entspannung

SPECIALS



OLM ESCAPE MASSAGE

Ritual zur Entschleunigung |
Zirbe & Almkräuter-Räucherung |
Ganzkörpermassage mit Zirbenöl |
erdende Wärme & alpine Geborgenheit

ALPINES SCHAFWOLLBAD

Einhüllende Geborgenheit | kuschelige
Schafwolle | Wollwachs Lanolin pflegt die
Haut | Tiefenwärme & Entschleunigung |
begleitende Infrarot-Gesichtsmaske

OLM NATURE ATEM MASSAGE

Lösend für Atemwege und Oberkörper |
Thymian-Balsam | Massage von Bauch,
Brust und Rücken | wohltuende Inhalation |
warme Kräuterauflage | befreiende
Atemimpulse

INDIVIDUALMASSAGE

Fokus und Intensität nach Wunsch |
individuelle Kombination bewährter
Massagetechniken



A PLACE TO SIMPLY BE.
YOURSELF.

SILHOUETTE INTENSIV

Fokus auf Bauch & Oberschenkel | Enzym-Peeling | anregende Schröpfmassage | straffende Creme | Aktivierung des Hautstoffwechsels

ENERGIE & PEELING

Vitalisierende Reinigung | Trockenmassage mit Leinenhandschuh | samtweiche Haut | durchblutungsfördernd & stoffwechselanregend

OLM NATURE KÖRPERRITUAL

Sanftes Leinen-Peeling | warme Leinsamenpackung | porentiefe Reinheit | Nachtkerzen-Rosenöl | begleitende Infrarot-Gesichtsmaske | natürlich regenerierendes Körpererlebnis

OLM NATURE GESICHTSRITUAL

Alpines Schönheitsritual | Weißtannenhydrolat | warme Leinsamenpackung | vitalisierendes Gua Sha Gesichtsmassage | begleitende Infrarot-Gesichtsmaske | Lavendel Hydrolat | wertvolle Edelweiß-Creme | Strahlkraft & natürliche Frische

BEAUTY



VIALPINA HEUBLUMENPEELING

BY TEAM DR JOSEPH

Trockenmassage mit Handschuh aus
Leinen mit Kupfer | Ganzkörperpeeling mit
Heuextrakten | verfeinertes Hautbild |
Anregung des Hautstoffwechsels |
Förderung der Durchblutung

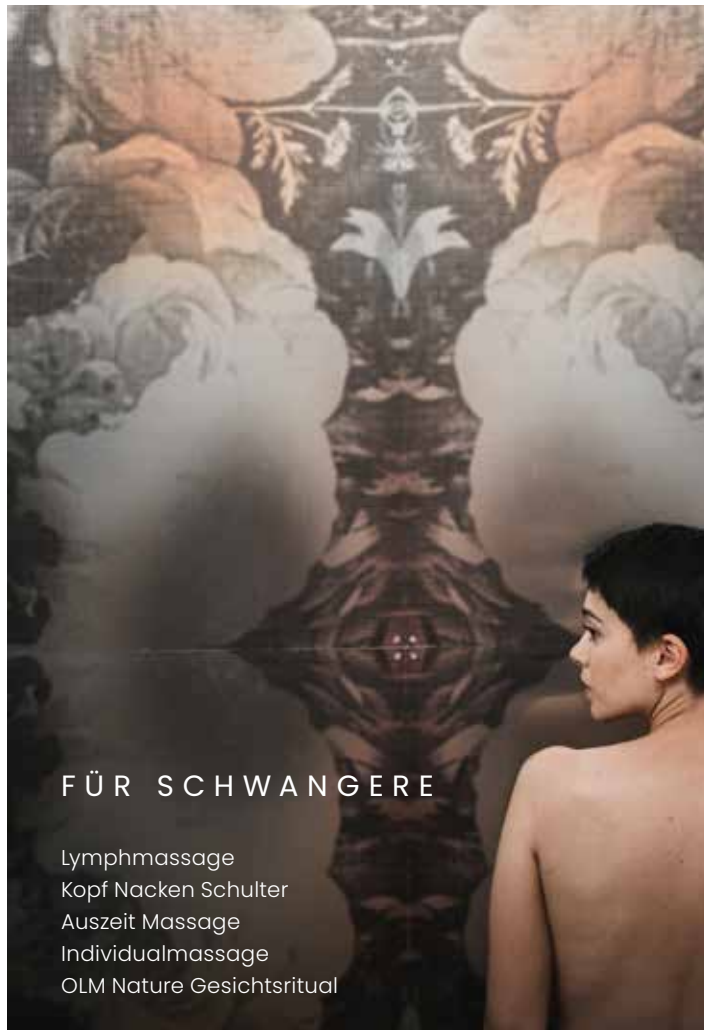
VITALPINA RÜCKEN- UND BEINMASSAGE

BY TEAM DR JOSEPH

Vitalisierendes Wärmeerlebnis für
Sportler:innen und Aktive | Verbesserung
der Durchblutung | neue Kraft für müde
Gelenke | Leistungssteigerung der
Muskulatur | Arnika und Johanniskraut

VITALPINA





FÜR SCHWANGERE

Lymphmassage
Kopf Nacken Schulter
Auszeit Massage
Individualmassage
OLM Nature Gesichtsritual

OLM Experience

**3 BEHANDLUNGEN
DEINER WAHL À 50 MINUTEN**

Erlebe drei Mal pure OLM Entspannung.

Wähle drei Massagen,
die du gerade brauchst und
kreiere dein persönliches
Wellnessprogramm.

Day 1 | Muskel spüren

Von Kopf bis Fuß
Waldmassage mit Honig
Rücken intensiv

Day 2 | Entschleunigen

Auszeit Massage
Zurück zu den Wurzeln
Fußzonenmassage

Day 3 | Erneuerung

Kräuterstempelmassage
OLM Nature Körperitual
OLM Nature Atem Massage



TERRA NURA LONGEVITY RITUALS

Ergänze deine Massage mit einem **abgestimmten Longevity-Drink** – entwickelt nach ayurvedischen und TCM-Prinzipien, um deinen Körper von innen und außen zu unterstützen.



Slow Down Serenity Drink

Beruhigt Nervensystem
Mentale Entspannung
Fördert tiefen Schlaf

*Rohkakao | Ayurvedische
Kräuter | Natürliche
Mineralstoffe*

Magnesium Deep Recharge

Muskelregeneration
Reduziert Spannungen
Unterstützt Nerven und
Energieproduktion

*4 Magnesiumformen | Taurin |
Pfirsich | Zitrone*

Water Release Herbal Infusion

Unterstützt Entwässerung
Aktiviert Stoffwechsel
Fördert Ausleitung

*Ayurvedische Kräuter mit
Rote Weinrebe Blätter | Acai
Früchte | Süßklee Gipfel*

Kollagen Timeless Glow

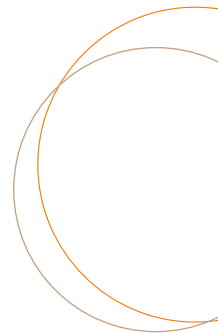
Hautelastizität
Strahlenden Teint
Hautregeneration

*Kollagen mit Vitamin C |
Beerenextrakten | Zink |
antioxidativen Pflanzenstoffen*

Purify Breath Herbal Tea

Unterstützt Leberfunktion
Entgiftungsprozesse
Unterstützt innere Balance

*Ayurvedische
Kräuterkomposition mit
Mariendistel | Löwenzahn |
Minze | Holunder Blüte*





Reservierung

Sichere Dir Deine Wunschanwendung am besten bereits vor Deiner Anreise. So können wir Deinen persönlichen Wohlfühlmoment optimal einplanen.



Stornierung

Storniere Anwendungen mindestens 24 Stunden vor dem Termin. Bei kurzfristigeren Absagen erlauben wir uns, 100 % des Anwendungspreises zu berechnen.



Pünktlichkeit

Nimm Dir bewusst Zeit und erscheine bitte 10 Minuten vor Deiner Anwendung.



Zur Anwendung

Komm bitte im Bademantel und ungeschminkt zu Deiner Behandlung.



Gesundheitliche Hinweise

Teile uns vorab gesundheitliche Bedenken, Krankheiten oder allergische Reaktionen mit. Bei Schwangerschaft halte bitte Rücksprache mit Deinem Arzt.



Wertsachen

Bewahre Schmuck und Wertgegenstände im Zimmersafe auf. Für verlorene Gegenstände übernehmen wir keine Haftung.



Liegen

Bitte reserviere keine Liegen. Unsere Ruhebereiche stehen allen Gästen gleichermaßen zur Verfügung.



Ruhe & Entspannung

Verhalte Dich im gesamten SPA-Bereich leise und verzichte auf Dein Handy. Der SPA-Bereich ist ein Ort der Stille, Achtsamkeit und bewussten Entschleunigung.



Poolbereich

Badekleidung ist im Poolbereich verpflichtend. Keine Gegenstände im Pool. Bitte nicht in den Pool springen. Achte auf ein rücksichtsvolles Verhalten gegenüber anderen Gästen.

Wir bitten Dich außerdem, im Wasserbereich zu bleiben und dich nicht entlang der Glasfronten zu bewegen.



Sauna & Dampfbad

Der Saunabereich ist ab 13 Jahren zugänglich. Absolute Nacktzone – bitte vollständig auf Badekleidung verzichten. Vor dem Saunagang duschen. Handtuch als Unterlage verwenden. 8–15 Minuten saunieren, anschließend abkühlen.



Handtuchwechsel Pool & Sauna

Deine Sauna- und Badetücher findest Du in Deinem Zimmer. Für ein frisches Handtuch kannst Du Dein benutztes gerne an der Rezeption tauschen.



Fotografieren verboten

Bitte respektiere die Privatsphäre anderer Gäste.

OLM Nature Escape

Via Unterwallburgen 21
39032 Sand in Taufers/Campo Tures
T +39 0474 430900
info@olm.it