

**ENTSPANNUNG NEU  
DEFINIERT.**

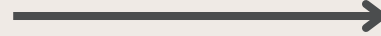


**Herzlich willkommen  
in unserer großzügigen 2200 m<sup>2</sup> Spa-Oase,  
über den Dächern von Sölden!**



**WIR SIND  
FÜR SIE DA:**

Sky BAR & Sky SPA Rezeption  
09.00 - 19.00 Uhr



Sky Pool  
07.00 - 20.00 Uhr

## CONTACT US



[www.bergland-soelden.at](http://www.bergland-soelden.at)



[skyspa@bergland-soelden.at](mailto:skyspa@bergland-soelden.at)



+43 5254 2240-552



Dorfstraße 114, 6450 Sölden

Sky SAUNA  
13.00 - 20.00 Uhr

Sky FIT - Fitness / Gym  
07.00 - 20.00 Uhr



**WE INSPIRE  
YOUR SENSES!**





# Grüner wird Grüner

Auch wir möchten unseren Beitrag zum Umweltschutz leisten und bitten dabei um Ihre Unterstützung. Daher haben wir beschlossen, keine Badeschlappen mehr standardmäßig auf die Zimmer zu legen. Stattdessen sind diese auf Wunsch an der Rezeption erhältlich.

Unter dem Motto „Kleine Dinge können Großes bewirken“ möchten wir gemeinsam einen positiven Unterschied machen.

**Vielen Dank!**







---

**Julia,**

Spa-Managerin mit Leidenschaft und Ehrgeiz

Julia ist nicht nur eine leidenschaftliche Kosmetikerin, sondern auch eine geborene Organisatorin.

Mit Zielstrebigkeit und ständiger Bereitschaft, Neues zu lernen, erreicht sie stets das Beste für unser Spa und unsere Gäste.

Julias Antrieb:

"Das zu tun, was ich gerne tue - an einem Ort, an dem ich mich wohlfühle und mich entfalten kann."

## UNSERE PHILOSOPHIE

Ganzheitliches Wohlbefinden mit einem Hauch von Luxus. Unsere Treatments bieten Ihnen unvergleichliche Erlebnisse, die jeden Cent wert sind.



WILLKOMMEN IN UNSER SCHÖNEN SKY SPA WELT

---



# BEAUTY TREATMENTS



Im Sky SPA passen wir die Behandlungen anhand einer digitalen Hautanalyse auf Ihre individuellen Bedürfnisse an.

Beauty Age	80 min	179
Beauty Energy	50 min	129

[ comfort zone ] vereint in einer durchdachten Produktauswahl maßgebliche wissenschaftliche Erkenntnisse, innovative Forschung und natürliche sowie klinisch wirksame Inhaltsstoffe mit dem ganzheitlichen Ansatz der Harmonie von Körper, Geist und Seele. Verlassen Sie sich hierbei gerne auf unser Know-how und unsere langjährige Erfahrung!



# MICRONEEDLING

Microneedling, auch als kollageninduzierende Therapie bekannt, ist eine ästhetische Behandlungsmethode, die die Hautstruktur verbessert, Falten reduziert und Narben minimiert.

Winzige Nadeln verursachen Mikroverletzungen, die die natürliche Kollagenproduktion anregen und die Haut straffer und jugendlicher machen.

25 min

75



Diese Behandlung erfordert eine gewisse Zeit für die Erholung. Der Grad der Unannehmlichkeiten und der Erholungszeit kann von Person zu Person variieren, aber in der Regel ist die Downtime nach einer Microneedling-Behandlung relativ gering.



# NATÜRLICH SCHÖN

Beauty Klassik 75 min 145

Beauty Basic 50 min 115

**Alpienne** verkörpert eine klare Bekenntnis zu Regionalität und Nachhaltigkeit.

Diese erlesene Naturkosmetik ist eine Hommage an die unerschöpflichen Wunder der alpinen Natur und bildet eine perfekte Symbiose aus innovativem Denken und nachhaltigem Handeln.

Jede Behandlung wird  
auf Ihre individuellen  
Bedürfnisse abgestimmt.



**Andrea,**

unsere erfahrene **Kosmetikerin**,  
mit einem Sinn für **Schönheit** und einen  
scharfen **Blick für Details**.

Andrea beherrscht ein vielfältiges Repertoire  
an Fertigkeiten, darunter  
**Gesichtsbehandlungen, Maniküre & Pediküre,**  
**Massagen & Körperbehandlungen.**

Ihre wahre Leidenschaft gilt jedoch der  
**apparativen Kosmetik** und der Anwendung  
von **Paraffinbädern**.

Ihr Credo lautet: "Arbeit wird zur Freude, wenn  
Leidenschaft und Kreativität an erster Stelle  
stehen."

## BEAUTY EXTRAS:

*Augenbrauen stylen	15
*Augenbrauen färben	15
*Wimpern & Augenbrauen färben	29
*Oberlippe & Kinn haarlos	22
*Ionto oder Microdermabrasion	39

**Beautiful Eyes**  
(Augenmaske, Serum,  
spezielle Massage & Augenpflege)  
25 min 59

**Wimpern push-up**  
(Wimpernlifting & Wimpern färben)  
50 min 99

**Gesichtsmassage**  
25 min 59

\*nur in Verbindung  
mit einer  
Beauty Behandlung





*Professionelle Pflege  
nur für Sie...*

**Sky SPA Maniküre**

50 min 85

**Business Maniküre**

(Nägel in Form bringen & polieren)

25 min 59

**\*UV-Maniküre**

(nur in Verbindung mit einer Maniküre)

25 min 39





*...wer seine Füße liebt, der sollte ihnen  
Aufmerksamkeit  
schenken...*

**Sky SPA Pediküre**

50 min 85

**Business Pediküre**

(Nägel in Form bringen & polieren)

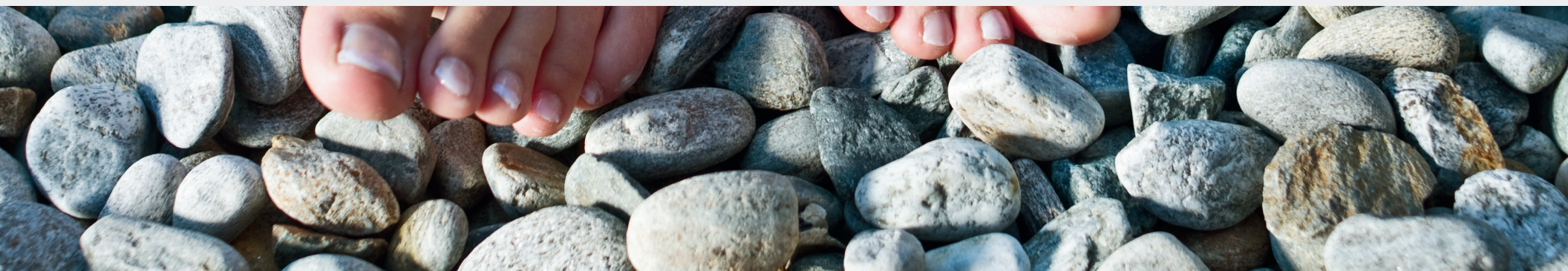
25 min 59

**\*UV-Pediküre**

(nur in Verbindung mit einer Pediküre)

25 min 39

\*alle Preise verstehen sich in Euro und inklusive aller Steuern und Abgaben







## KOMPLIMENT!

### SIE HABEN SICH FÜR GESCHMEIDIGE HÄNDE & FÜSSE ENTSCHIEDEN!

Schon im alten Ägypten erkannte man den wohltuenden Effekt von Paraffinbädern für die Hautpflege.

Das Paraffinbad ist eine bewährte Methode zur intensiven Hautpflege und bietet zusätzlich Erleichterung bei Rheumabeschwerden.

Durch das Eintauchen in das warme Paraffinwachs werden Ihre Hände und Füße tief befeuchtet, die Hautporen geöffnet und die Durchblutung gefördert.

**Sky SPA Maniküre de Luxe**

80 min      129

**Sky SPA Pediküre de Luxe**

80 min      129

# SKY SPA

## SIGNATURE MASSAGE

ein ganzheitliches Behandlungskonzept,  
das die Techniken aus der klassischen Massage, Aroma-Öl-Therapie,  
Hot Stone und Thai Massage perfekt kombiniert,  
um Entspannung & Wohlbefinden zu fördern.

Sie reservieren die Zeit, wir passen die Massagen  
wirkungsvoll an Ihre Bedürfnisse an.

<b>Signature Massage</b>	25 min	58
	50 min	109
	80 min	149



Verspannungen entstehen durch  
Anspannungen. Rückenschmerzen  
resultieren häufig aus strapazierten  
Muskeln und Bändern oder aus  
Verschleiß der Wirbelsäule und  
Bandscheiben.

Je nach Ursache der Rückenschmerzen  
gibt es verschiedene  
Behandlungsoptionen.  
Besprechen Sie bei einer Signature-  
Massage mit unseren Therapeuten  
individuell, was Sie brauchen.



## SIGNATURE

### TREATMENT PURITY:

das Geheimnis schöner Haut!

Wählen Sie Ihr individuelles Körperpeeling, um Ihre Haut von abgestorbenen Hautpartikeln zu befreien und ein erfrischendes Gefühl zu erleben. Nach der Signature Massage werden Sie sich wie neu geboren fühlen, tief entspannt und gestärkt. Diese Kombination bietet

Ihnen nicht nur ein glatteres Hautgefühl, sondern auch eine tiefe Regeneration von Körper und Geist.

Körperpeeling & Ganzkörpermassage

80 min      145



Probieren Sie es aus  
und gönnen Sie sich  
die Auszeit,  
die Sie sich wirklich  
verdient haben!

## SIGNATURE TREATMENT

### VITALITY

Darf es etwas mehr sein?

...als anschließende Ergänzung  
zu dem Peeling

können Sie Ihre Anwendung um eine pflegende Körperpackung optimal erweitern. Umhüllt und geborgen in wohliger Wärme wird die Haut mit ausgewählten Nährstoffen versorgt.

Körperpeeling & Packung & Massage

110 min      175

...eine Reise zu sich selbst, bei der Natur & Pflege zu einem unvergesslichen Erlebnis verschmelzen...

## BERGLAND NATURAL ODER ALPINE TREATMENT:

Wir beginnen mit einer leichten Bürstenmassage, die Ihren Körper optimal auf die wertvollen Inhaltsstoffe der Moorpackung vorbereitet. Die Moor-Alpenkräuter-Packung, kombiniert mit der Wärme in der Wasserschwebeliege, aktiviert den Stoffwechsel, fördert die Durchblutung und löst Muskelverspannungen. Die wohltuende Massage mit Arnika-Zirben-Milch intensiviert spürbar das Wohlbefinden Ihres Körpers. Ein ganzheitliches Erlebnis, das Körper und Geist in Einklang bringt und Ihre Sinne verwöhnt.

### Bürstenmassage, Moorpackung & Massage

50 min	125
80 min	165



\*alle Preise verstehen sich in Euro und inklusive aller Steuern und Abgaben



# BERGLAND FASZINATION TREATMENT



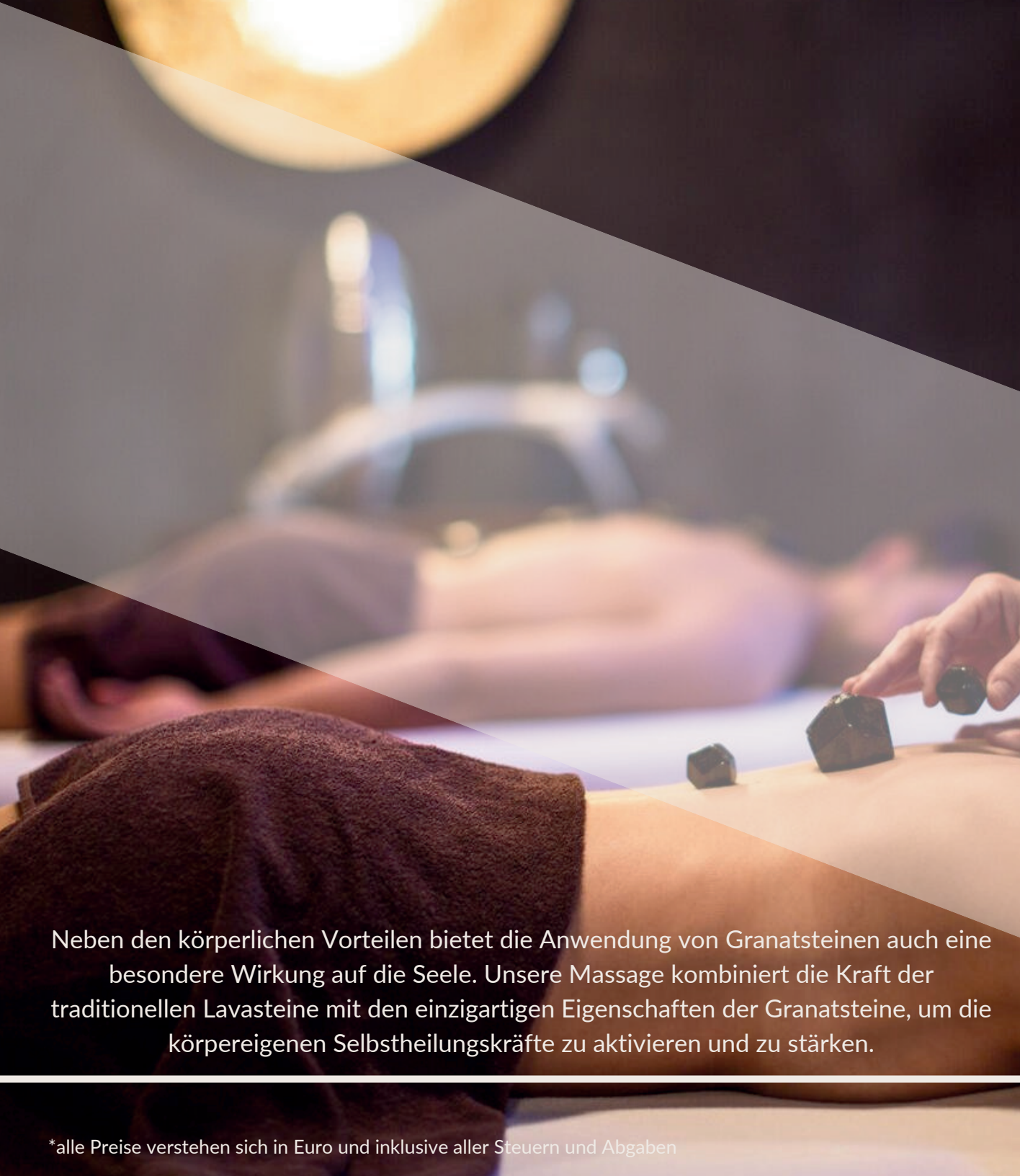
Ihr persönliches Souvenir:  
unsere Schafwollbällchen -  
die Verbindung zu  
diesem besonderen Ort.

...tief in den Alpen, wo frische Arnika weht und nach Bergkräuter duftet, erneuert ein Peeling Ihre Haut und schenkt ihr Leichtigkeit.

Das Heublumenbad ist wie ein duftender Spaziergang, der Ihre Sinne verzaubert. Lassen Sie sich von der Magie des Zeoliths und der Schafwollbälle-Massage verzaubern, die Stress und Anspannung spielend leicht auflösen und Sie in eine unvergleichliche Tiefenentspannung gleiten lassen.

## PEELING, HEUBLUMENBAD & SCHAFWOLLBÄLLE-MASSAGE

90 MIN	165
120 min	195



Wussten Sie schon, dass die Wurzeln der Hot Stone Massage mehr als 2000 Jahre in der Geschichte zurückreichen?

Diese uralte Kunst der Entspannung wird durch die Zugabe von Öztaler Granatsteinen und Arnika öl zu einem ganzheitlichen Erlebnis.

### ALPINE STONE

mit der Kraft der Öztaler  
Granaten & Arnika

80 min

169

Neben den körperlichen Vorteilen bietet die Anwendung von Granatsteinen auch eine besondere Wirkung auf die Seele. Unsere Massage kombiniert die Kraft der traditionellen Lavasteine mit den einzigartigen Eigenschaften der Granatsteine, um die körpereigenen Selbstheilungskräfte zu aktivieren und zu stärken.



## DARF ETWAS SPEZIELLES SEIN?

Lymphdrainage	50 min	115
---------------	--------	-----

## PNEUMATRON PNEUMATISCHE PULSATIONSTHERAPIE

eine sanfte und effiziente Therapie bzw. Massage, basierend auf dem Prinzip der gleitende Saugmassage mit rhythmisch pulsierenden Unterdruckschwellen. Die optimale Kombination von Massage, Schröpfen, Faszientherapie und Lymphdrainage.

Pulsationstherapie	45 min	109
--------------------	--------	-----



Agnes

aus Ungarn bereichert als **Physio- und Lymphtherapeutin** seit dieser Saison unser **Team**.

Mit ihrer ruhigen und freundlichen Art bringt sie nicht nur **Fachwissen**, sondern auch viel **Engagement** für das **Wohl** unserer **Gäste** mit.

In ihrer Freizeit liebt sie jede Form der **Bewegung**, ist gern in der **Natur** und hat eine besondere Leidenschaft für **Hunde**.

## PRIVATE SKY SPA – DINNER FOR 2

Für besondere Augenblicke, die für immer in Erinnerung bleiben: Heiratsanträge, Jahrestage, Geburtstage oder einfach, um "Ich liebe Dich" zu sagen...



Ihr unvergessliches Abend beginnt um 19:00 Uhr an unserer SKY SPA Rezeption, wo ihr das Menü auswählt. Gemeinsam betretet ihr den Private Spa, in dem eine verzaubernde Atmosphäre mit Kerzenlicht und einem entspannenden Bad auf euch wartet. Sie starten mit den köstlichen Vorspeisen, gefolgt von einem Hauptgericht, das gegen 19:45 Uhr serviert wird. Als krönender Abschluss erwartet Sie ein himmlisches Dessert. Der PRIVATE SPA gehört bis 22:30 Uhr Ihnen ganz allein, um diesen besonderen Abend vollkommen genießen zu können.

265  
350

für 2 Personen  
für 2 externe Gäste

\*alle Preise verstehen sich in Euro und inklusive aller Steuern und Abgaben



## PRIVATE SKY SPA – only you

Willkommen in unserer Private Sky SPA -  
ein exklusiver Rückzugsort, der nur für Sie bestimmt ist!  
Auf über 60 m<sup>2</sup> erwartet Sie eine Oase der Ruhe und Entspannung  
und gegenseitiges Verwöhnen.  
Verbringen Sie kostbare Momente zu zweit  
und lassen Sie die Magie der Berge  
in privater Atmosphäre auf sich wirken.

120 min

135

### Unsere Empfehlung:

... da bekanntlich Liebe durch den Magen geht ...  
besteht die Möglichkeit, an unserer Spa-  
Rezeption eine delikate Käseplatte zusammen  
mit einer Flasche Wein zu bestellen.

\*alle Preise verstehen sich in Euro und inklusive aller Steuern und Abgaben

## Pilates

ist ein ganzheitliches Trainingsprogramm, sanft aber effizient, kann unabhängig von Alter und Fitnessstufe betrieben werden, lässt sich gut in den Alltag integrieren und verbessert die Lebensqualität nachhaltig. Stabile Haltung, eingezogener Bauch und eine betonte Ausatmung bei Anspannung für den Trainingserfolg sind sehr wichtig.



**Simone,**  
(Oktober - April)

unsere geschätzte Fitnesstrainerin, begeistert seit 2014 unsere Gäste mit ihrer **Energie** und ihrem **Können**. Sie unterrichtet **Pilates** und **Thai Yoga** und, begleitet unseren Gäste bei **Nordic Walking**, **Schneeschuhwanderungen**. Ihr ist besonders wichtig, die **Regeneration** nach körperlicher Aktivität zu fördern. Aus diesem Grund empfiehlt sie **Elektrolyse-Fußbäder & Magnetfeldtherapie**, um das **Wohlbefinden** unserer Gäste zu steigern. Außerhalb ihrer Arbeit zieht es sie gerne in die Berge, wo sie Kraft und Inspiration aus der Natur schöpft.





## ELEKTROLYSE FUSSBAD

Kennen Sie das erfrischende Gefühl eines Spaziergangs nach einem sommerlichen Gewitter?

Dieses einzigartige Gefühl verdanken wir der reinigenden Wirkung der tausendfach frisch gebildeten Ionen in der Luft.

Ähnlich wirkt das Elektrolyse Fußbad.

Durch die Elektrolyse wird das salzhaltige Wasser in hohem Maß ionisiert und führt somit zu natürlichen Entschlackung und Regeneration.

Elektrolyse Fußbad	25 min	49
--------------------	--------	----

## MAGNETFELDTHERAPIE

Die stille Kraft aus der Natur bietet optimale Unterstützung für intensives Training und Regeneration.

16 min 16

24 min 24

## Thai Yoga

umfasst effektive Dehnübungen, bei denen gezielte Muskelanspannung und Dehnung in bestimmten Muskelgruppen angewendet werden.

## Faszien Training

aus Flexibilität, Präzision und Belastungsfähigkeit die man wunderbar zu einer sehr effektiven Aerobic Stunde zusammensetzen kann.







## BODY WRAPPING

...in einer ruhigen Oase der Entspannung & Erneuerung...  
wo wir "Bye, Bye" zur Cellulite sagen!

unsere Behandlung beginnt mit einer sanften hölzernen Massage-Rolle, die das Lymphsystem aktiviert und die Durchblutung anregt. Durch diese Massage-Technik werden Wassereinlagerungen & Toxine auf natürliche Weise aus dem Körper abtransportiert. Anschließend tragen wir unsere speziell entwickelte Cello Creme auf, um die Hautelastizität zu verbessern und die Kollagenproduktion zu steigern. Die wohlige Wärme in der Wasserschwebeliege und die Wickeltechnik verstärken die Wirkung der Creme, während sie gleichzeitig den Stoffwechsel anregen.

**Einzelbehandlung 50 min 95**

**3er Kur 150 min 260**

### **Unser Tipp:**

als ideale Ergänzung  
empfehlen wir Ihnen das  
Elektrolyse Fußbad dazu!

\*alle Preise verstehen sich in Euro und inklusive aller Steuern und Abgaben



## Young Generation

\*bis 12 Jahre!

Chill-out Massage\*  
20 min 45

Young Face\*  
Gesichtsbehandlung  
(Ausreinigung,  
Konzentrat, Maske)  
50 min 105

First Maniküre\*  
oder Pediküre  
20 min 49

Bunte Nägel\*  
10 min 15  
\*buchbar von 09.00-  
14.00 Uhr

## Package

Beauty Express  
Frische-Kick-  
Gesichtsbehandlung  
Business-Maniküre  
Business-Pediküre  
100 min 195

Entspannung pur  
Körperpeeling,  
Körperpackung in der  
Wasserschwebeliege,  
Alpine Stone Massage  
120 min 215



\*alle Preise verstehen sich in Euro und inklusive aller Steuern und Abgaben





**Silvia** ,  
ist ein **Schatz** in unserem Team  
und seit 2019 fungiert als erster  
**Ansprechpartner** für unsere Gäste  
sowohl  
an der **Spa Rezeption**  
als auch in der **Sky Bar**.  
Silvia beeindruckt durch ihre  
**Herzlichkeit** und **Hilfsbereitschaft**  
und ist bekannt für  
ihr unermüdlicher **Einsatz**,  
um unseren Gästen **Freude** zu bereiten.  
Ihr Motto "perfekt unperfekt"  
verleiht unserer Arbeit eine besondere und  
**authentische** Note.

## Day SPA

Wir freuen uns, auch Tagesgäste im Bergland SKY SPA, auf 2200 m<sup>2</sup> über den Dächern von Sölden begrüßen zu dürfen! Es steht Ihnen die Saunalandschaft mit vier Saunen, Whirlpool, Außen-und Innenpool, zwei Ruheräumen, Fitnessraum und Gymnastikraum, Teilnahme am Aktivprogramm, Bademantel und Handtücher zur Verfügung.

Um Ihnen den Tag so angenehm wie möglich zu gestalten, bitten wir Sie um Vorreservierung.

### DAY SPA LOVELY MORNING

bis 13.00 Uhr

(Frühstück in unserem Hotelrestaurant & Schwimmen)

85 p.P.

### DAY SPA DE LUXE

(inkl. Frühstück in unserem Hotelrestaurant)

118 p.P.

### DAY SPA KLASSIK

(Tagespreis)

89 p.P.

### DAY SPA RELAX

(für Kurzentschlossene ab 16.00 Uhr )

55 p.P.

## **Wir wissen, worauf Sie achten sollten.**

Schön, dass Sie sich für einen Aufenthalt bei uns entschieden haben. Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserem Sky SPA – Ihr Ort der Erholung und möchten Ihnen den besten Service bieten. Unterstützen Sie diese erholsame Atmosphäre durch eine gedämpfte Stimme und einen ruhigen Gang.

### **Anamnese**

Sprechen Sie bitte zu Beginn Ihres Besuches mit uns über Ihre Gesundheit und informieren Sie uns über etwaige Kontraindikationen, z.B. bei Einschränkungen des Bewegungsapparates, Bluthochdruck, Herzerkrankungen, Stoffwechselstörungen, Allergien, einer frischen Operation sowie Schwangerschaft. Unsere Therapeuten behandeln diese Informationen selbstverständlich vertraulich und berücksichtigen Ihre Angaben bei den Anwendungsempfehlungen

### **Check in**

Wir empfehlen Ihnen, ca. 10 Minuten vor Ihrem Behandlungstermin an unsere Sky SPA-Rezeption zu kommen und noch eine gesunde Tasse Tee, ein Glas frisch gepressten Saft oder Öztaler Quellwasser zu genießen. Bitte kommen Sie zu ihrer Anwendung im Bademantel oder in bequemer Kleidung. Um Ihre Intimsphäre zu schützen, offerieren wir Ihnen bei jeder Behandlung einen Einmalclip und arbeiten mit verschiedenen Abdecktechniken. Zum Sport sowie zu den Nuad Thai Behandlungen erwarten wir Sie in bequemer Kleidung.

### **Termine**

Gerne berücksichtigen wir Ihre Wünsche bei der Terminierung Ihrer Behandlungen. Am besten buchen Sie bereits vor Ihrer Anreise und sprechen Ihre Wunschzeit mit uns ab. Zeit ist kostbar, deshalb reservieren wir diese Zeit nur für Sie und Ihre Wünsche! Sollten Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, geben Sie uns bitte 24 Stunden vorher Bescheid. Wir bitten Sie um Verständnis, dass nicht wahrgenommene Termine oder Stornierungen am selben Tag 100 % berechnet werden.

### **Handtücher**

In Ihrem Zimmer finden Sie im Badekorb Ihren persönlichen Bademantel und Handtücher. Für Sauna und Schwimmbad liegen für Sie an der Sky SPA Rezeption bereit. Bitte nutzen Sie in der Sauna aus hygienischen Gründen große Handtücher, so dass Ihr Körper nicht mit dem Holz in Berührung kommt. Das Duschen vor und nach dem Saunagang ist selbstverständlich. Gehen Sie achtsam und verantwortungsvoll mit den Ihnen zur Verfügung gestellten Bade- und Saunatüchern um und vermeiden Sie, unserer Umwelt zuliebe, Tonnen von Schmutzwäsche.

### **Ruheliegen**

Aus Respekt unseren anderen Gästen gegenüber, bitten wir Sie höflich, die Ruheliegen nicht dauerhaft mit persönlichen Gegenständen zu reservieren. Während Sie eine Behandlung genießen oder am Sportprogramm teilnehmen, dürfen Sie Ihren Sky SPA Korb gerne dorthin mitnehmen oder wir bewahren diesen an der Sky BAR für Sie auf.

### **Ruhebereich: Psssssst ...**

Der Wunsch nach Ruhe steht bei unseren Gästen an erster Stelle. Bitte ermöglichen Sie es sich und allen anderen Gästen diese Ruhe zu genießen. Mobiltelefon bitte lautlos stellen. Unsere jungen SPA Gäste haben unbeschränkten Zugang zum Sky POOL und der Textilsauna. In der Sky SAUNA Nacktbereich ist der Zutritt erst ab 16 Jahren gestattet. Weil manche Gäste aber gerade am Abend tiefe Ruhe schätzen, gehört die letzte Stunde im Sky SPA ganz Ihnen. Ab 18 Uhr bitten wir also Groß und Klein, sich im Wellnessbereich besonders still und rücksichtsvoll zu verhalten!

### **Teilnahme am Sport- und Aktivprogramm:**

Die Teilnahme am täglichen Sport- und Aktivitäten Programm ist für unsere Gäste kostenfrei. Bitte tragen Sie sich für alle Programmpunkte am Vortag im Gästebuch an der Hauptrezeption ein. Im Fitnessraum ist aus Sicherheitsgründen das Trainieren mit den Fitnessgeräten erst ab 16 Jahren gestattet. (bis 16 Jahre nur in Begleitung der Eltern). Eltern haften für ihre Kinder. Ab 18 Uhr wird im gesamten Wellnessbereich um besondere Ruhe gebeten.

### **Schmuck:**

Bitte verwahren Sie Ihren Schmuck aus Sicherheitsgründen im Safe Ihres Zimmers auf. Wertsachen, die in Bademanteltaschen gefunden werden, sind meist nicht mehr zuzuordnen.

### **Sky BAR**

Genießen Sie im kuscheligen Bademantel tagsüber Snacks und leckere Kleinigkeiten. Dort erhalten Sie auch frischgepresste Säfte, Milch-Shakes und Power-Drinks. Den Genuss alkoholischer Getränke empfehlen wir nur im Anschluss an den Saunabesuch.