



Велнес, термальные ванны, валлисская деревянная-сауна, лечебные грязи, аюрведа, талассотерапия, традиционная китайская медицина, красота, фитнес, терапия


LINDNER
ALPENTHERME
LEUKERBAD



СОДЕРЖАНИЕ

ТЕРМАЛЬНЫЕ ИСТОЧНИКИ

Входной билет в Alptherme
Подъем в горы и термальные ванны
Снежные спуски и термальные ванны
Термальные ванны
Римско-ирландская баня
Валлисская деревня-сауна
Мероприятия
Мероприятия "День Спа"

ВЕЛНЕС

Классические виды массажа
Обертывания и компрессы
Ухаживающие и ароматические ванны
Альтернативное медицинское лечение
Alpienne – сила Альп
Лечение косточками валлиского винограда
Талассотерапия
Аюрведа
Аюрведические курсы лечения
Традиционная китайская медицина (ТКМ)
Сцен Тао
Азиатские и экзотические велнес-мечты
Для будущих мам

ФИТНЕС

Альпийский фитнес-центр
Курсы

ТЕРАПИЯ

Физиотерапия и физиолечение

КРАСОТА

Институт красоты Clarins
Швейцарский центр восстановления здоровья и велнеса Bellefontaine

ИНФОРМАЦИЯ

Правила
Часы работы

Все цены указаны в швейцарских франках.
Обменный курс: 1,00 евро = 1,50 швейцарских франка.
Право на изменения сохраняется.

По состоянию на 06/2008
Эти цены заменяют все ранее действовавшие.

ЦЕНЫ ЗА ВХОД В ALPENTHERME

	Д н и	Взрослые		Молодые люди 17-20 лет		Дети 6-16 лет	
		Шв. франки	Евро	Шв. франки	Евро	Шв. франки	Евро
Подъем в горы и термальные ванны							
Включенные услуги:	1	39,-	24,-	31,-	19,-	23,-	14,-
подъемники Торрент и Гемми, термальные ванны	2	74,-	46,-	59,-	37,-	44,-	28,-
Burgerbad,	3	105,-	66,-	84,-	53,-	63,-	39,-
Термальные ванны	4	133,-	83,-	106,-	66,-	80,-	50,-
комплекса Lindner	5	158,-	99,-	126,-	79,-	95,-	59,-
Alpentherme,	6	177,-	111,-	142,-	89,-	106,-	66,-
спортивная арена	7	196,-	123,-	157,-	98,-	118,-	74,-
(минигольф и теннис), местный автобус Ringjet
Снежные спуски и термальные ванны							
Включенные услуги:	1	62,-	39,-	50,-	31,-	34,-	21,-
подъемники Торрент и Гемми, детская лыжная зона	2	118,-	74,-	94,-	59,-	65,-	41,-
Эрли, комплекс Burgerbad,	3	176,-	110,-	141,-	88,-	97,-	61,-
термальные ванны	4	229,-	143,-	183,-	114,-	126,-	79,-
комплекса Lindner	5	275,-	172,-	220,-	138,-	151,-	94,-
Alpentherme, автобус	6	314,-	196,-	251,-	157,-	173,-	108,-
Ringjet	7	345,-	216,-	276,-	173,-	190,-	119,-

Детям младше 6 лет не рекомендуется посещение термальных ванн и велнес-процедур из-за высокой температуры воды. В валисскую деревню-сауну разрешен вход детям с 6 лет, в римско-ирландские бани - с 16 лет.

ТЕРМАЛЬНЫЕ ВАННЫ

Сорок лет дождевые воды в области Торрент, просачиваясь сквозь сланцевые, базальтовые и песчаные породы, прокладывают себе путь, длиной 3,5 км, в долину, чтобы, подогревшись в Лейкербаде, вырваться на поверхность уже горячим минеральным источником. Источник Св. Лорана, питающий термальные ванны комплекса Lindner Alpentherme, выходит на поверхность в верхней части селения перед отелем Maison Blanche, и считается самым крупным источником Лейкербада с дебитом припл. 940 литров в минуту. Он также одновременно является и самым горячим источником с температурой воды 51°C.

Порадуйте себя в любое время года этой сульфатно-кальциевой минеральной водой в нашем закрытом и открытом бассейне с температурой 36°C, а также многочисленными подводными развлечениями или расслабляющим теплым бассейном с температурой воды 40°C, наслаждаясь при этом захватывающим дух видом на альпийские вершины солнечного Валлиса, до которых, кажется, можно дотронуться рукой!

Особенно подходит при заболеваниях суставов, костей, различных аллергиях и ревматических болях, а также для их профилактики.

Анимация:

Наше ежедневное предложение по развлечению гостей положительно сказывается на здоровье и помогает сохранить форму. Получите пользу от бесплатных тренировок по аква-фитнесу, напр., Aqua Wake up, Aqua Fun, Aqua Power и Aqua Motion (расписание согл. приложению), а также воспользуйтесь превосходными советами по поддержанию здоровья и красоты или сделайте расслабляющие упражнения (согл. приложению). В Вашем распоряжении также интересные игры на вейкборде.

(за исключением школьных каникул: до обеда возможно проведение курса по плаванию аква-клубом Лейкербада)

Термальные ванны	Взрослые		Дети 6-16 лет	
	Шв. фр.	евро	Шв. фр.	евро
Билет на 3 часа	20,-	13,-	14,-	9,-
Доплата за каждые ½ часа	3,50	2,-	2,50	1,50
Дневной абонемент	27,-	18,-	19,-	13,-
Абонемент на 5 дневных посещений	127,-	85,-	89,-	59,-
Абонемент на 10 дневных посещений	246,-	164,-	172,-	115,-
Годовой абонемент	551,-	367,-	386,-	257,-

РИМСКО-ИРЛАНДСКАЯ БАНЯ

Двухчасовой ритуал, осуществляемый без купальных костюмов, состоящий из 11 элементов, во время которых при помощи горячевоздушной ванны, парной и термальной ванны различной температуры, а также специального массажа мягкой щеткой Ваше тело будет нагреваться, очищаться и охлаждаться, чтобы после времени спокойствия и расслабления Вы могли насладиться неопишимым ощущением нового рождения. Вы будете восхищены этой античной банной культурой, словно воссозданной во внутреннем дворе здания сената!

Последовательность:

1. Освежающий душ - 5 мин.
2. Тепидарий - теплая воздушная ванна 54 °С - 15 мин.
3. Лаконик - горячая воздушная ванна 68 °С - 5 мин.
4. Пилинг лечебной грязью 10 мин.
5. Ароматический мыльно-щеточный массаж - 10 мин.
6. Кальдарий - паровая ванна 48 °С - 5 мин.
7. Термальная ванна Инь 36 °С - 10 мин.
8. Термальная вихревая ванна Aqual 34 °С - 15 мин.
9. Термальная ванна Янь 28 °С - 5 мин.
10. Фригидарий - холодная ванна 18 °С - 1 мин.
11. Силентий - комната для отдыха - 30 мин.

(Вход с 16 лет, необходимо бронирование)

Термальные ванны	Взрослые		Дети 6-16 лет	
	Шв. фр.	евро	Шв. фр.	евро
Римско-ирландская баня (2 ч. + 3 ч. термальная ванна) БЕЗ КУПАЛЬНЫХ КОСТЮМОВ!	74,-	49,-	-	-
- без мыльно-щеточного массажа	54,-	36,-	-	-
Абонемент на 5 посещений римско-ирландской бани (2 ч. + 3 ч. термальная ванна)	333,-	222,-	-	-
- без мыльно-щеточного массажа	243,-	162,-	-	-

ВАЛЛИССКАЯ ДЕРЕВНЯ-САУНА (без купальных костюмов!)

Комплекс Lindner Alpentherme и Валлис представляют собой одно целое. Комплекс из саун, занимающий площадь более 300 кв. км и созданный в виде живописной валлисской горной деревушки, окруженной залежами сланцевых пород и реликтовыми деревьями, с историческим амбаром (санарий с травами 75°C), альпийским шале (сауна с травяными настоям и 85°C), самобытным валлисским домом (паровая баня 48°C), каменной мельницей (сауна с использованием камней 40°C) с мельничным колесом ледниковым ручьем, а также площадкой с источниками минеральной воды и традиционным деревенским кабачком с вкусной местной закуской и освежающими напитками. Местностью вокруг можно наслаждаться в любое из четырех времен года, здесь достаточно места, чтобы вдоволь надышаться свежим горным воздухом. Массажный кабинет с использованием цветочного бальзама и ароматических масел, а также уютная зона отдыха в валлисской атмосфере обеспечат необходимое расслабление. Здесь есть кусочек естественной старинной традиции парения в сауне!

"Только для дам" - женские дни: понедельник, среда и пятница с 10 до 13 часов!

"Общий день" - вход в сауну в купальных костюмах: вторник и четверг с 10 до 13 часов!

	Взрослые		Дети 6-16 лет	
	Шв. фр.	евро	Шв. фр.	евро
Термальные ванны				
Валлисская деревня-сауна (2 ч. + 3 ч. термальная ванна) БЕЗ КУПАЛЬНЫХ КОСТЮМОВ!	39,-	26,-	27,-	18,-
Абонемент на один день, вкл. термальные ванны	53,-	35,-	37,-	25,-
Абонемент на 5 посещений валлисской деревни-сауны (2 ч. + 3 ч. термальные ванны)	176,-	117,-	123,-	82,-
Дневной абонемент на 5 посещений, вкл. термальные ванны (Вход с 6 лет)	239,-	159,-	167,-	111,-
Массаж с бальзамом или ароматическим маслом (необходимо бронирование)	25 мин. 60,00 шв. франков / 40,- евро			
		50 мин. 108,00 шв. франков / 72,- евро		

Наценка для деревни-сауны при приобретении билета в термальные ванны:

Билет на 2 ч. посещения деревни-сауны	19,- шв. франков / 13,- евро
Дневной абонемент в деревню-сауну	26,- шв. франков / 17,- евро

МЕРОПРИЯТИЯ

РИМСКО-ИРЛАНДСКАЯ НОЧЬ (мероприятие без купальных костюмов)

Купание и угощение как во времена Цезаря

Через каждые 3 недели по пятницам мы совершаем путешествие во времени, возвращаясь в период расцвета римской античности и римско-ирландские термы, где совершается роскошный ритуал купания так, как он некогда происходил в Древнем Риме. Вас примет одетый в тунику и окруженный слугами "Император", который праздничной речью откроет купальные игры. Оставьте позади будни, насладитесь настоящей римской трапезой с яствами и напитками и прислушайтесь к музыке из другого мира. Познайте всеми чувствами незабываемую атмосферу и свободу движения обнаженного тела.

С 20.30 до 23.30 часов (необходима заявка)

99,00 шв. франков / 66,- евро с человека

КУПАНИЕ В ПОЛНОЛУНИИ

Вы уже однажды купались в открытом бассейне при полной луне? Это что-то почти зловещее! Под мистическую музыку воды и отблески свечей гиды приглашают Вас в бассейн - Вы ложитесь на воду и ощущаете абсолютное велнес-расслабление! Ночные термальные ванны каждый месяц, когда на небосводе стоит полная луна, а вокруг Lindner Alpentherme, мы гарантируем, нет никаких оборотней! Впрочем: в баре коктейлей и шампанского имеются вкусные напитки.

С 20.00 до 23.00 часов (заявка не требуется)

25,00 шв. франков / 17,- евро с человека, вкл. 5,00 евро за купон на напитки

КИНОПОКАЗ В БАССЕЙНЕ

Большой кинопоказ в комплексе Lindner Alpentherme, и это всего лишь два уикэнда в марте и ноябре. Насладитесь превосходными новинками кинопроката в бассейне при температуре 36°C!

Вход с 20.30 часов, начало в 21.00 час (заявка желательна)

Взрослые **27,00 шв. франков / 18,- евро** Дети **19,- шв. франков / 13,- евро**

Сроки проведения купаний в полнолуние, кинопоказа в бассейне и мероприятия "Блеск горных вершин" Вы получите по запросу у администратора бассейнов или в интернете по адресу www.alpentherme.ch/events

Наш совет: узнайте также о приятных развлечениях в отеле в связи с нашими мероприятиями!

ДЕНЬ СПА

На время Вашего пребывания в комплексе Lindner Alpentherme мы предоставим Вам пушистый банный халат, мягкое полотенце и пару сланцев.

Лейкербадский день купания 173, – шв. франка / 115,- евро

- 1 дневной абонемент в термальные ванны комплекса Lindner Alpentherme
- 1 компресс фанго 20 мин.
- 1 ухаживающий массаж отдельных частей тела 25 мин.
- 1 мясное ассорти по-швейцарски в бистро "Eau là là"

Действие и релаксация 154,– шв. франка / 103,– евро

- 1 дневной абонемент в Альпийский фитнес-центр
- 1 билет в деревню-сауну (2 ч.), а также в термальные ванны (3 ч.)
- 1 расслабляющий массаж ароматическим маслом отдельных частей тела 25 мин.
- 1 тарелка фитнес-ассорти в бистро "Eau là là"

Гладиатор – день спа-процедур для Него 235, шв. франков / 157,– евро

- 1 билет в римско-ирландскую баню (2 ч.), а также в термальные ванны (3 ч.)
- 1 антистрессовое лечение Clagins 60 мин.
- 1 салат "Цезарь" с грудкой птицы в бистро "Eau là là"

Вино и велнес 181,– шв. франк / 121,– евро

- 1 компресс с выжимками из виноградных косточек
- 1 расслабляющий массаж отдельных частей тела маслом из виноградных косточек 25 мин.
- 1 дневной абонемент в термальные ванны
- 1 хлеб по-валлиски, щедро посыпанный виноградными косточками, и 0,1 л валлиского вина на выбор в бистро "Eau là là"

Сила Альп 149,– шв. франков / 99,– евро

- 1 билет в деревню-сауну (2 ч.) и в термальные ванны (3 ч.)
- 1 обертывание с полевыми цветами 20 мин.
- 1 благотворный травяной массаж стоп 20 мин.
- 1 порция макарон по-альпийски в бистро "Eau là là"

Дневной сон Lindner 121, – шв. франк / 81,- евро

- 1 дневной абонемент в термальные ванны
- 1 релаксационный массаж отдельных частей тела 25 мин. с одним из трех ароматов на выбор (апельсин, лаванда, перечная мята)
- 1 блюдо из велнес-меню по выбору и витаминный сок в бистро "Eau là là"

Наш совет: узнайте об интересных мероприятиях в нашем отеле, связанных с нашими велнес-процедурами!

КЛАССИЧЕСКИЕ ВИДЫ МАССАЖА

Массаж отдельных частей тела **прибл. 25 мин. 60,- шв. франков / 40,- евро**

Расслабляющий массаж с ухаживающим миндальным маслом.

Абонемент на 5 посещений 270,- шв. франков / 180,- евро

Массаж всего тела **прибл. 50 мин. 108,- шв. франков / 72,- евро**

Расслабляющий массаж с ухаживающим миндальным маслом.

Абонемент на 5 посещений 485,- шв. франков / 323,- евро

Расслабляющий душ Виши с массажем **прибл. 20 мин. 60,- шв. франков / 40,- евро**

Под струей теплой воды во время замечательного мануального массажа всего тела снимается напряжение и создается приятное чувство расслабления и удовлетворенности.

Мыльно-щеточной массаж **прибл. 20 мин. 60,- шв. франков / 40,- евро**

Под струями теплой и холодной воды Вы познакомитесь с очищающим и ухаживающим массажем при помощи натурального оливкового или пальмового масла и эффектом пилинга, а также лечения по методу Кнайпа.

Шлаковыводящий лимфодренаж **прибл. 50 мин. 108,- шв. франков / 72,- евро**

При такой очень мягкой и расслабляющей технике массажа из тканей выводятся шлаки, токсины и скопление воды.

Массаж рефлекторных зон стопы **прибл. 25 мин. 60,- шв. франков / 40,- евро**

Стимуляция рефлекторных зон Ваших стоп оживляет все Ваше тело, создает в нем гармонию, воздействует на внутренние органы, а также на иммунную и гормональную систему.

Массаж партнера

См. рубрику "Курсы"

КОМПРЕССЫ И ОБЕРТЫВАНИЯ

Обертывание с полевыми цветами **прибл. 20 мин. 51,- шв. франков / 34,- евро**

Теплое и влажное обертывание, которое способствует детоксикации Вашего организма и устраняет напряжение.

Компрессы фанго **прибл. 20 мин. 51,- шв. франк / 34,- евро**

Интенсивные и продолжительные теплые компрессы из измельченной вулканической породы, полученной от самой природы. Тепло улучшает кровоснабжение и создает ощущения расслабления.

Наш совет: идеальная подготовка для последующего массажа.

Натуральная грязь фанго и релаксационный массаж отдельных частей тела **прибл.**

50 мин. 105,- шв. франков / 70,- евро

Натуральная грязь фанго и релаксационный массаж всего тела **прибл.**

75 мин. 150,- шв. франков / 100,- евро

УХАЖИВАЮЩИЕ И АРОМАТИЧЕСКИЕ ВАННЫ

Сенная ванна и горный воздух – без проблем. Уделите своему телу внимание и сознательно проведите время в наших создающих гармонию ароматических ваннах. После них мы рекомендуем 20 минут отдохнуть.

Ароматические ванны **прибл. 20 мин. 39,- шв. франков / 26,- евро**

Ванна с еловой хвоей и лечебной грязью, антистрессовая ванна с ромашкой, ванна с пряными травами, ванна с лавандой, противопростудная ванна, ванна с цветками миндаля, ванна с апельсином и липовым цветом, энергетическая ванна с розмарином, ванна с мелиссой.

Минерализирующая вихревая ванна талассо **прибл. 20 мин. 49,- шв. франков / 33,- евро**

Расслабляющая и ухаживающая за кожей ванна с водорослями и морской солью.

Альпийские ванны **прибл. 20 мин. 49,- шв. франков / 33,- евро**

Ванна с эдельвейсом, ванна с тимьяном и горной сиренью, ванна с зверобоем, ванна с эхинацеей

Молочно-медовая мечта **прибл. 20 мин. 49,- шв. франков / 33,- евро**

Ухаживающая ароматическая ванна для нежной шелковистой кожи

Шлаковыводящая ванна с косточками валлисского винограда **прибл.**

20 мин. 51,- шв. франков / 34,- евро

Благотворное расслабление и восстановление Вашей кожи при помощи масла из виноградных косточек холодного отжима и других дополнительных масел.

Альпийская ванна с медом и кедром **прибл. 20 мин. 51,- шв. франков / 34,- евро**

Сила Альп и природные возбуждающие ароматы.

АЛЬТЕРНАТИВНОЕ МЕДИЦИНСКОЕ ЛЕЧЕНИЕ

Кранио-сакральная терапия

Кранио-сакральная терапия осуществляется при помощи очень нежных прикосновений. Лечение подвергается все тело с акцентом на голову, позвоночник и крестец. При лечении можно почувствовать блокаду костей мембран и тканей и снять ее. Благодаря базовой технологии кранио-сакральной терапии окончательно улучшается подвижность костей черепа и течение спинномозговой жидкости. Таким образом, активизируются силы самоисцеления организма, терапия используется в качестве вспомогательной при нарушениях сна, мигренях, проблемах с шеей и позвоночником, трудностях при обучении, гиперактивности, симптомах после несчастных случаев и операций, нарушениях координации, заболеваниях височно-нижнечелюстного сустава, депрессиях и хронических отитах.

прибл. 50 мин. 108,- шв. франков / 72,- евро

Абонемент на 5 посещений 486,- шв. франков / 324,- евро

Ватсу (шиатсу в воде)

В приятной теплой минеральной воде тело словно парит над Землей. При помощи мягкого движения, потягивания, растягивания, массажа и точечного нажатия удаляется напряжение, приводя Вас в состояние медитации. Ватсу снимает с позвоночника вес тела, поддерживает психотерапевтический эффект и гармонизирует тело, ум и душу. Оно рекомендуется при психических и физических блокадах, при защемлениях в шее и мышцах спины.

прибл. 60 мин. 130,- шв. франков / 87,- евро

Абонемент на 5 посещений 585,- шв. франков / 390,- евро

Рейки

Это эзотерическое лечение родом из Японии основано на переносе космической энергии через мастера рейки, кладущего руки на определенные части тела для глубокого расслабления, усиливающего самоисцеляющие силы организма.

прибл. 50 мин. 108,- шв. франков / 72,- евро

Абонемент на 5 посещений 486,- шв. франков / 324,- евро

Прогрессивная релаксация по Якобсону

Прежде всего, чрезмерный стресс и душевные переживания часто ведут к напряжениям мышц. Эти расслабляющие тренировки могут улучшить способность наилучшим способом преодолевать повседневные трудности, укрепить здоровье и повысить качество жизни.

прибл. 50 мин. 89,- шв. франков / 59,- евро

Абонемент на 5 посещений 402,- шв. франков / 268,- евро

ALPIENNE – СИЛА АЛЬП

Марка *Alpienne* выступает за переработку натуральных продуктов по старинным традициям. Расцветающие в горах и собираемые вручную дикорастущие растения тщательно и бережно обрабатываются, чтобы все их полезные свойства превратились в созидательную силу. Откройте для себя жизненную энергию и радость при помощи силы Альп!

Гармония Alpienne **прибл.** 55 мин. 115,- шв. франков / 77,- евро

Ножная ванночка с травами в сочетании с массажем стоп, расслабляющий массаж с нагретыми на пару травяными мешочками со сбором на основе зверобоя.

Релаксация Alpienne **прибл.** 55 мин. 105,- шв. франков / 70,- евро

Ножная ванна с травами в сочетании с массажем стоп, массажем головы и лица с ухаживающим кремом Alpienne, ванна с медом и кедром

Оживление Alpienne **прибл.** 55 мин. 115,- шв. франков / 77,- евро

Ножная ванна в сочетании с массажем стопы, а также оживляющий массаж с нагретыми на пару травяными мешочками на основе арники

Пилинг Alpienne **прибл.** 50 мин. 102,- шв. франков / 68,- евро

Пилинг-массаж с медом, ванна с медом и кедром

Пилинг Alpienne и травяное обертывание **прибл.** 50 мин. 124,- шв. франков / 83,- евро

Пилинг-массаж с медом, освежающий душ, частичное травяное обертывание

КУРСЫ ТЕРАПИИ КОСТОЧКАМИ ИЗ ВАЛИССКОГО ВИНОГРАДА

В косточках валлиссского винограда содержится жизненно важное вещество (ОРС), которое связывает свободные радикалы и тормозит преждевременное старение кожи. Кроме того, такая терапия положительно сказывается на циркуляции крови, кровообращении, иммунной системе и обмене веществ, предотвращает сердечнососудистые нарушения, рак и болезнь Альцгеймера.

Пилинг виноградными косточками 20 мин. 65,- шв. франков / 43,- евро

Ванна с маслом из виноградных косточек **прибл.** 20 мин. 51,- шв. франк / 34,- евро

Массаж маслом из виноградных косточек **прибл.** 25 мин. 63,- шв. франка / 42,- евро

Массаж маслом из виноградных косточек **прибл.** 50 мин. 114,- шв. франков / 76,- евро

Компресс из жмыха по-валлиски 20 мин. 61,- шв. франк / 41,- евро

Фруктовая симфония 75 мин. 179,- шв. франков / 119,- евро

Пилинг виноградными косточками, ванна с маслом из виноградных косточек, релаксационный массаж с теплым маслом из виноградных косточек, батончик из виноградных косточек, сок из темного винограда или валлиское красное вино

ТАЛАССОТЕРАПИЯ

Используйте симбиоз термальной воды и водорослей и также горного воздуха и морской соли, чтобы улучшить самочувствие и подчеркнуть свою красоту. У нас талассотерапия выбирается индивидуально в зависимости от Вашей кожи. После процедур рекомендуется отдых.

Талассо Alpentherme прикл. 80 мин. 199,- шв. франков / 133,- евро

Расслабьтесь, принимая талассо-ванну и наслаждаясь ухаживающим пилингом всего тела водорослями. Затем на Вашу кожу наносится компресс из водорослей с кремом.

Компресс из водорослей с кремом тела прикл. 30 мин. 83,- шв. франка / 55,- евро

Насладитесь ощущением, словно Вы полностью окутаны мягким шелковым покрывалом, и усильте барьерные свойства Вашей кожи.

Активизирующий пилинг водорослями прикл. 20 мин. 83,- шв. франка / 55,- евро

Интенсивный пилинг всего тела морской солью, имеющей очень ценные свойства и добытой с глубины 1000 метров. Для улучшения Вашей кожи и оптимальной подготовки тела для компрессов.

Минерализирующая вихревая ванна талассо прикл. 20 мин. 49,- шв. франков / 33,- евро

Расслабляющая и ухаживающая за кожей ванна с водорослями и морской солью.

Подтягивающая охлаждающая маска для тела прикл. 30 мин. 83,- шв. франка / 55,- евро

Охлаждающее обертывание проблемных зон бедер. Задайте пару своему обмену веществ и укрепите свои соединительные ткани. Познайте ощущение легких как перышко ног.

Стимулирующий обмен веществ антицеллюлитный массаж прикл.

20 мин. 67,- шв. франков / 45,- евро

С силой проводимый массаж, который способствует выводу шлаков и укрепляет Ваши ткани.

Обертывание тела "Sensation" прикл. 50 мин. 143,- шв. франка / 95,- евро

Высокоэффективный метод обертывания для формирования тела с индивидуальным подходом. Курс очищения, пришедший из античности, целенаправленно растапливающий Ваши проблемные зоны, подтягивающий контуры тела, укрепляющий Ваши ткани и интенсивно выводящий шлаки.

Обертывание тела "Sensation Take away" (без лечения) 161,- шв. франк / 107,- евро

Вы получите набор для использования в домашних условиях для продолжительного подтягивания тканей, в который входит: комплект бандажей, антицеллюлитный гель (200 мл), крем-лифтинг для груди и тела (200 мл), пудра из водорослей (500 г) и инструкция по применению в домашних условиях. Набора достаточно для 10 последующих обработок.

ИНФОРМАЦИЯ: многие лечебные и ухаживающие продукты для применения в домашних условиях Вы найдете в нашем магазине возле стойки спа-администратора.

Талассо и форма прикл. 100 мин. 246,- шв. франков / 164,- евро

Почувствуйте себя хорошо в своей коже: процедуры по пудре для легких как перышко ног, подтягивания соединительной ткани и активизации обмена веществ. После нескольких процедур возможно подтягивание целлюлита.

- Активизирующий пилинг водорослями с морской солью и минеральной водой
- Активизирующая грязевая маска с сосновым маслом
- Стимулирующий обмен веществ антицеллюлитный массаж
- Подтягивающая охлаждающая маска для тела

АЮРВЕДА

Аюрведа - это нечто большее, чем традиционная медицинская система из Индии, это "знание о долгой жизни". При этом на переднем плане стоят профилактика заболеваний, а также здоровое старение. К аюрведическому лечению прежде всего относится реорганизация привычек питания и жизни, а также прием лечебных трав. При комплексных заболеваниях перед этим может также потребоваться специальная чистка организма. Кроме того, к широкому спектру аюрведической терапии относятся лечебные массажи и локальные процедуры, например, обливание лба. Для наших аутентичных аюрведических процедур мы используем исключительно высококачественные масла, пряную пудру и пасту из пряностей, которые импортируются прямо из Индии и составляются нашими специалистами по аюрведе индивидуально для Вас в соответствии с Вашим типом Доши.

Диагностика 80 шв. франков / 53,- евро

Чтобы определить телосложение и Ваши 3 отклонения, в аюрведе используется концепция доши (типы): Вата, Питта и Капха. Доша-анамнез включает детальную и исчерпывающую идентификация типа и строения тела, включая диагностику сердечного ритма, сделанную нашим врачом-аюрведистом.

Диагностика и соответствующий типу массаж **прибл.** 70 мин. 180,- шв. франков / 120,- евро

Введение в аюрведу, включая индивидуально подобранный в соответствии с Вашим типом массаж.

Шировасти – королевская процедура для головы **прибл.** 45 мин. 220,- шв. франков / 147,- евро

Это лечение очень эффективно при параличе лицевых нервов, сухости слизистой оболочки носа, рта и глотки, тяжелых головных болях, нарушениях зрения и памяти. Во время нее в закрепленную у Вас на голове корону льется масло с пряными травами.

Удвартанам - гармонизирующая и тонизирующая процедура для живота **прибл.**

45 мин. 120,- шв. франков / 80,- евро

Типичный массаж керала с пряными травами - действует очень расслабляюще. Особенно подходит для лиц, имеющих лишний вес.

Тхарпанам - для улучшения зрения **прибл.** 45 мин. 120,- шв. франков / 80,- евро

Процедура для тела с аюрведическим маслом и лечение глаз специальными каплями для предотвращения катаракты. При помощи охлаждающего эффекта происходит очищение глаз и укрепление зрительных нервов.

Лашья Тирумму - расслабляющий массаж всего тела 45 мин. 120,- шв. франков / 80,- евро

Традиционный аюрведический массаж всего тела с теплыми маслами с пряными травами и шалфеем, включая массаж головы.

Насьям Талам - аюрведическая очистка носа каплями **прибл.** 45 мин. 120,- шв. франков / 80,- евро

Лечение организма аюрведическими маслами и очищающее, выводящее шлаки лечение носа и головы при помощи специальной пасты из пряных трав.

Марма - массаж жизненно важных точек **прибл.** 45 мин. 120,- шв. франков / 80,- евро

Посредством мягкого, индивидуально выбранного давления оживляются органы, лицо и голова.

Лепанам – массаж для кожи рисом с пряностями **с прибл.** 45 мин. 120,- шв. франков / 80,- евро

Он представляет собой процесс, во время которого медицинская паста из пряных трав наносится на соответствующие места, воздействие на которые у различных типов полезно сказывается при состояниях воспаления, кожных заболеваниях, артритах, подагре и т. д.

Абханга - расслабляющий массаж с травами **прибл.** 45 мин. 120,- шв. франков / 80,- евро

Массаж всего тела керала с теплым травяным маслом для стимуляции кровообращения, включая массаж лица и тела.

Чавити тирумму - массаж ногами **прибл.** 45 мин. 120,- шв. франков / 80,- евро

Некоторые любят по сильнее – терапевт производит массаж своими ногами, оказывая большее давление на тело. Массаж из керала оставит о себе особое впечатление.

АЮРВЕДИЧЕСКИЕ КУРСЫ ЛЕЧЕНИЯ

Курс лечения панчакарма: этот курс в отличие от курса велнеса рассматривается как аюрведическая терапия и особенно рекомендуется в том случае, если нарушенная доша уже привела к возникновению заболевания. Курс панчакарма особенно успешен при лечении хронических болезней. Эффект курса панчакарма является более глубоким, чем при курсе велнеса, так как во время курса из тела изгоняется нарушенная доша, вызвавшая болезнь. Основной курс комбинируется с элементами очищения, избавления от стресса и восстановления. Вы будете в восторге от состояния своего нового физического и душевного самочувствия. В заключении оздоровительная схема, выполняемая Вами уже дома, поможет Вам укрепить успех лечения. Спросите об этом нашего врача-аювердиста. Он с удовольствием проконсультирует Вас в отношении оптимальной комбинации, которая соответствует Вашим потребностям и активности в свободное время.

«Body Light» – программа стройности

Программа похудения включает доша-анамнез и в зависимости от диагноза врача определяет специальные массажи с маслами пряных растений и трав, компрессы для тела, травяные чаи, йогу и упражнения по медитации, а также диетическое меню по аюрведическим принципам. При этом ключ успеха - в компенсации обмена веществ, уменьшение веса в соответствии с лозунгом "Стройность с обедом" (без голодания) при помощи здоровых методов.

Общее пребывание - 21 день.

Включая аюрведический полупансион 3.745,- шв. франков / 2.497,- евро

Без аюрведического полупансиона 2.800,- шв. франков / 1.867,- евро

Панчакарма Чикилса – «Body Clean» (очищение тела)

Чистое выведение шлаков, придает энергию отдельным дошам и приводит тело и душу в гармонию. Включает доша-анамнез и в зависимости от диагноза врача - массажи и компрессы.

Общее пребывание - 14 дней. 2.500 шв. франков / 1.667,- евро

Кижы – "спина и шея"

Опущенные в теплое масло мешочки с травами распределяются по телу. Пар этих лечебных трав действует оживляюще и расслабляюще, массаж теплым травяным маслом действует особенно живительно в области шеи и позвоночника.

Включает анамнез доши, 2 специальных аюрведических чая, листочки пряных трав или мешочки с пудрой, а также массаж теплым травяным маслом в соответствии с определенным типом.

Общее пребывание - 7 дней. 920 шв. франков / 613,- евро

Расаяна Чикилса – "Анти-старость" аюрведический источник молодости

Курс омоложения клеток и тканей. Благодаря анамнезу доши улучшается гармония тела, в зависимости от диагноза врача проводятся массажи тела с медицинскими маслами, широдара (королевское поливание масла на лоб) и массаж лица с аюрведическими мазями.

Общее пребывание - 7 дней. 1.750 шв. франков / 1.167,- евро

Шактикалпа Чиклиса – "Тело и душа"

Для повышения душевного здоровья, а также для гармонического выравнивания Вашего энергетического баланса. Анамнез доши и массаж теплым травяным маслом руками или ногами, подбирается индивидуально в зависимости от Вашего типа.

Общее пребывание - 5 дней. 720 шв. франков / 480,- евро

"Глубокое расслабление тела" – глубокое расслабление для Вашего тела

Порадуйте себя аюрведическим оазисом спокойствия и расслабления. После анамнеза доши побалуйте Ваше тело чавити тирумму или широдарой (поливание лба маслом) - в соответствии с Вашим типом.

Общее пребывание - 4 дня. 590 шв. франков / 393,- евро

Пижичил – "Тело и суставы" - королевский массаж всего тела под струей теплого масла

Аюрведическая процедура включает тепловатое травяное масло, которое в определенном ритме наносится на тело. Превосходно подходит при болях в суставах.

Общее пребывание - 3 дня. 840 шв. франков / 560,- евро

Тхила Дхара – "Анти-стресс" - глубокорасслабляющее терапия поливания головы маслом

Мягкая терапия из керала, во время которой травяные масла каплют на лоб. Помогает при бессоннице и мигрени. Общее пребывание - 3 дня. 510 шв. франков / 340,- евро

ИНФОРМАЦИЯ: Аюрведический полупансион заказывается уже при резервировании, в зависимости от запроса и наличия!

ТРАДИЦИОННАЯ КИТАЙСКАЯ МЕДИЦИНА (ТКМ)

ТКМ - это эмпирическая медицина, насчитывающая более 3000 лет и основанная на учении о природных силах - - успокаивающей силе Инь и активной силе Янь. В гармоничной смене этих полярных сил рождается энергия жизни Ци. Если течение Ци не нарушено, то человек здоров. Самоисцеляющие силы организма усиливаются, чтобы сохранить здоровье и улучшить качество Вашей жизни.

КИТАЙСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ВЕЛНЕС

Массаж Туй-На - это древний китайский метод массажа, стимулирующий течение Ци и кровообращение. Он не только облегчает заболевания двигательного аппарата, но и усиливает иммунную систему. Рекомендуются для долечивания при апоплексических ударах и при терапии по уменьшению болей, при расстройствах пищеварения и нарушениях сна.

Туй-На (небольшое лечение) прибл. 25 мин. 65,- шв. франков / 43,- евро

Туй-На (большое лечение) прибл. 50 мин. 118,- шв. франков / 79,- евро

Сяо Хуа прибл. 50 мин. 118,- шв. франков / 79,- евро

Фирменная методика нашего китайского терапевта. Эта процедура регулирует пищеварение и идеально подходит при проблемах с пищеварением.

КИТАЙСКАЯ КРАСОТА И РАССЛАБЛЕНИЕ

Хуань Цзе Я Ли – массаж антистресс прибл. 25 мин. 65,- шв. франков / 43,- евро

Хуань Цзе Я Ли – массаж антистресс прибл. 50 мин. 118,- шв. франков / 79,- евро

Зарядитесь энергией! Глубоко проникающий антистрессовый массаж всего тела, приводящий Вашу жизненную энергию в движение согласно принципу Инь-Янь. Почувствуйте себя заново родившимися.

Цзу Ди Ань Мо – массаж рефлекторных зон стопы прибл. 25 мин. 65,- шв. франков / 43,- евро

Китайский массаж рефлекторных зон стопы оказывает продолжительное стимулирующее действие на Ваше самочувствие! Стопа в уменьшенном размере "отражает" всего человека и его состояние. Массаж рефлекторных зон стопы является не только диагностикой, но и методом лечения, который исходит из того, что все органы человеческого тела отображены на подошве стопы. Эффект лечения распространяется как на физическую, так и на душевно-эмоциональную сферу.

Мэй Ронг – массаж лица прибл. 25 мин. 65,- шв. франков / 43,- евро

Балансирующий массаж для лица для расслабления мимики, делает лицо расслабленным, а цвет лица - сияющим.

СЦЕНТАО

Сцент (scent в переводе с англ. - аромат) и тао (по-китайски путь) образуют философию этой азиатской лечебной методики. Оживляющий велнес-аромат и натуральность азиатских действующих веществ, например, гинкго, женьшеня и зеленого чая, снимают стресс и создают внутреннее спокойствие. Теплые камни и точечный массаж дадут Вам ощущение благотворного мягкого воздействия на тело. Эта процедура осуществляется в специально оборудованном нами для СцентТао кабинете красоты BAVOR.

Тайна азиатской философии красоты тела, духа и души. прикл. 80 мин. 199,- шв. франков / 133,- евро
Благотворное ощущение совершенно особого вида. В центре внимания находится расслабление для кожи и чувств. Ваши жизненные силы переживают подъем!

- Благотворная чистка лица ампулами антистресс
- Легкий поглаживающий массаж всего тела теплыми ароматными маслами, а также теплыми камнями вдоль энергетических путей Вашего тела
- Расслабляющий точечный массаж кремом СцентТао, а затем точечный массаж спины по типу давления пальцем.

АЗИАТСКИЕ И ЭКЗОТИЧЕСКИЕ ВЕЛНЕС-МЕЧТЫ

Ява Лулур прикл. 80 мин. 221,- шв. франк / 147,- евро
Королева среди индонезийских методик лечения организма. Ява Лулур - это традиционный яванезийский ритуал подготовки невесты к свадьбе. Он расслабляет, очищает и омолаживает при помощи цветочной ванны, массажа, пилинга, йогуртовой маски и ухаживающего бальзама для тела Lulur.

Балийский борех прикл. 80 мин. 221,- шв. франк / 147,- евро
Это традиционное лечение с острова Бали разогревает тело, стимулирует кровообращение и выводит токсины. Вас побалуют травяной ванной, мягким массажем, разогревающим травяным компрессом с борех, душем с морковным тоником и увлажняющим бальзамом для тела с борех.

Тайское травяное обертывание прикл. 80 мин. 221,- шв. франк / 147,- евро
Расслабление и уход за кожей на основе трав. Эта тайландская процедура согревает тело, расслабляет мышцы и имеет противовоспалительный эффект. Вы расслабитесь в освежающей ванне с тайскими травами, а затем последует пилинг всего тела и компресс. Благодаря прикосновению подогретых на травяном пару подушечек Ваши мышцы расслабятся. Затем Вас смажут тайским травяным маслом.

Алоэ вера прикл. 80 мин. 221,- шв. франк / 147,- евро
Совершенная процедура, наполненная негой и релаксацией - эликсир красоты для любой кожи. Тайна растения алоэ вера в уникальном соединении многих активных веществ. Они увлажняют, ухаживают и подтягивают кожу, стабилизируют защитную кислотную оболочку. Фазы лечения: ухаживающая ванна с алоэ вера, пилинг с алоэ вера, моделаж с алоэ вера, бальзам для тела алоэ вера.

Обертывание Клеопатры прикл. 80 мин. 221,- шв. франк / 147,- евро
Эта процедура с натуральной черной глиной рекомендуется для курса интенсивного ухода за кожей. Кроме того, процедура наполнена свежестью и фруктами благодаря использованию персиков и абрикосов, а, следовательно, богата энзимами. Фазы лечения: ванна с персиками и абрикосами, персиково-абрикосовый пилинг, моделаж теплой черной глиной, бальзам для тела с абрикосами и персиками

Бразильская гуарана прикл. 80 мин. 221,- шв. франк / 147,- евро
Эстетика тела с эффектом естественного похудения. Высокое содержание кофеина в семенах гуараны способствует уменьшению количества жирных кислот в тканях, поэтому эта процедура идеальна для продолжения программ укрепления организма. Фазы лечения: ванна с гуараной, кокосовый пилинг, гуарановый моделаж, охлаждающий тоник с гуараной и экстрактом грейпфрута

ДЛЯ БУДУЩИХ МАМ

Специально: для двоих

Насладитесь процедурами, подобранными индивидуально для Вашей беременности, вместе с Вашим малышом. Наслаждение и хорошее самочувствие начинаются уже сейчас!

УКАЗАНИЕ: мы рекомендуем немногочисленные и мягкие процедуры под девизом "Лучше меньше, да лучше".

Алоэ вера Alpentherme прикл. 80 мин. 221,- шв. франк / 147,- евро

Насладитесь благотворным и увлажняющим эффектом природной силы алоэ вера, улучшающим структуру Вашей кожи.

- Интенсивный пилинг с молоком и солью для всего тела
- Балансирующая увлажняющая ванна с алоэ вера
- Ухаживающий за кожей компресс для всего тела с алоэ вера

Этот пакет рекомендуется для аллергиков, при проблемах с кожей и для всех любителей алоэ вера.

Расслабляющий массаж прикл. 25 мин. 60,- шв. франков / 40,- евро

Массаж на удобном массажном стуле Avila или в удобном положении на боку.

Дневной сон Lindner 121, – шв. франк / 81,- евро

1 дневной абонемент в комплекс Lindner Alpentherme

1 релаксационный массаж с ароматическими маслами 25 мин., с различными ароматами на выбор

Блюдо из велнес-меню по выбору и витаминный сок в бистро "Eau là là"

Красота при любых обстоятельствах – специальный компресс Clarins прикл.

105 мин. 250,- шв. франков / 167,- евро

Расслабляюще-освежающая процедура для лица и тела с пилингом и массажем

Чистое расслабление 99, – шв. франков/ 66,- евро

1 ухаживающая ванна с молоком и медом

1 мягкий массаж отдельных частей тела с мягким ароматическим маслом

Разумеется, имеются и другие рекомендованные для беременных женщин велнес-процедуры. Мы с удовольствием проконсультируем Вас по этому вопросу у стойки СПА-администратора.

АЛЬПИЙСКИЙ ФИТНЕС-ЦЕНТР

Комплекс Lindner Alpentherme располагает к себе благодаря единой концепции движения, в которой на первом месте стоит хорошее самочувствие. Для каждого гостя найдется соответствующее предложение с индивидуальным обслуживанием - и для ориентированного на успех спортсмена-любителя, и для пассивного сибарита. Современное оснащение техникой, самые актуальные концепции тренировок для тела под руководством подготовленных самым лучшим образом тренеров в уникальной атмосфере - все это является особенностью комплекса Lindner Alpentherme.

Самостоятельная тренировка на 1 день 15,- шв. франков / 10,- евро
Самостоятельная тренировка на 1 месяц 110,- шв. франков / 73,- евро
Самостоятельная тренировка на 3 месяца 270,- шв. франков / 180,- евро
Самостоятельная тренировка на 6 месяцев 450,- шв. франков / 300,- евро
Самостоятельная тренировка на 1 год 650,- шв. франков / 433,- евро
(Пластиковая карточка 20,- шв. франков / 13,- евро)

Знакомство с тренажерами под руководством инструктора
30 мин. 39,- шв. франков / 26,- евро на 1-2 человека

Персональная тренировка **прибл. 50 мин.** 89,- шв. франков / 59,- евро
Наши наилучшим образом обученные тренеры покажут Вам в специально выделенный для Вас час, как Вы можете добиться успеха на своих персональных тренировках. Он остановится подробно на следующих вопросах: индивидуальная растяжка, индивидуальная программа тренировок, устранение болей в спине и защемлений, формирование фигуры, приобретение силы и снижение веса.

Фитнес-тест доктора Вольфа (функциональное тестирование мышц) **прибл.**
50 мин. 89,- шв. франков / 59,- евро
Точный компьютерный анализ Вашей мышечной силы, а также баланс правой и левой сторон. Вы получите письменный анализ. В зависимости от результата для Вас может быть разработана индивидуальная концепция тренировок. Возможен точный контроль тренировок.

КУРСЫ

Ходьба от Masai

Новый модный вид спорта, в котором на основании революционной конструкции подошвы обуви MBT тренируется активность мышц, разгружаются суставы и сжигаются лишние калории.

Индивидуальная тренировка **прибл. 80 мин.** 90,- шв. франков / 60,- евро
Групповая тренировка (мин. 3 человека) с человека 30,- шв. франков / 20,- евро

УКАЗАНИЕ: в магазине возле стойки СПА-администратора Вы можете приобрести различные модели обуви MBT.

Тайцзицюань

Китайское учение о движении школы боевых искусств "Кулак великого предела" в группах до 6 человек.

Индивидуальная тренировка **прибл. 50 мин.** 89,- шв. франков / 59,- евро
Групповая тренировка (мин. 3 человека) с человека 30,- шв. франков / 20,- евро

5 тибетцев

Эти 5 последовательностей движения относятся к самым древним дальневосточным методам расслабления и фитнеса. Подходит как для молодежи, так и для пожилых людей.

Индивидуальная тренировка прилб. 50 мин. 89,- шв. франков / 59,- евро

Групповая тренировка (мин. 3 человека) с человека 30,- шв. франков / 20,- евро

Упражнения на растяжение

Расслабьтесь не только телом, но и духом после сделанных усилий при помощи растяжки, сохраняя одновременно подвижность своего тела.

Индивидуальная тренировка прилб. 50 мин. 89,- шв. франков / 59,- евро

Групповая тренировка (мин. 3 человека) с человека 30,00,- шв. франков / 20,- евро

Школа спины (тренировка позвоночника)

Специальная лечебная гимнастика, устраняющая мышечный дисбаланс и помогающая правильно двигаться в повседневной жизни. Профилактика остеопороза. Гимнастика служит для того, чтобы исправить существовавшее долгие годы неправильное положение позвоночника и силой собственной воли и ответственности создать для себя правильную осанку.

Индивидуальная тренировка прилб. 50 мин. 89,- шв. франков / 59,- евро

Групповая тренировка (мин. 3 человека) с человека 30,00,- шв. франков / 20,- евро

Силовая гимнастика в воде

Интенсивная программа движения в воде для тренировки мышечной системы или улучшения сжигания жира

Индивидуальная тренировка прилб. 25 мин. 60,- шв. франков / 40,- евро

Групповая тренировка (мин. 3 человека) с человека 20,- шв. франков / 13,- евро

Массаж партнера

Под руководством специалиста Вы познакомитесь с искусством расслабляющего массажа, чтобы и после отпуска, дома иметь возможность побаловать друг друга. Масло для массажа партнера Вы лично получите в качестве небольшого подарка от нас перед отъездом домой.

Для 2 человек прилб. 50 мин. 119,- шв. франков / 79,- евро

ФИЗИОТЕРАПИЯ И КУРСЫ

Термальный центр Lindner Alpentherme Leukerbad - это признанный швейцарский термальный курорт, которым руководят доктор медицины Петер Гюндер и доктором медицины Петер Кэлин (номер конкордата J 7013.23), имеющий договоренность с больничными кассами Швейцарии и страховыми компаниями о непосредственном расчете за курсы лечения и реабилитацию в сочетании с размещением в отеле без стационарного ухода. Узнайте в своей страховой компании, возьмет ли она на себя расходы за назначенные Вам процедуры. Наши сотрудники с удовольствием выполняют бронирование по телефону +41 (0)27 472 10 10.

Мы специализируемся на следующих областях:

1. Общая физиотерапия

Главной целью физиотерапии является оптимизация процессов движения при помощи многочисленных методов и техник лечения. На основании физиотерапевтического обследования выявляются функциональные нарушения в области болей, нарушения обмена веществ и кровоснабжения, подвижности, координации, их сила и длительность. Целенаправленная и подобранная в соответствии с индивидуальными потребностями пациента программа упражнений и процедур, восстановление или поддержание самостоятельности человека в его социальном окружении после заболевания, операции или травмы.

2. Массаж

(мануальный массаж, массаж рефлекторных зон стопы, массаж соединительной ткани, подводный гидромассаж, мануальный лимфодренаж)

3. Гидротерапия и аэрозольная ингаляция

4. Дорогостоящая двигательная терапия и лечение по месту жительства

5. Термотерапия и электротерапия

6. Водная гимнастика в отдельных бассейнах

7. Kinetec

8. Медицинская тренировочная терапия (МТТ)

МТТ занимается преимущественно структурой и восстановлением мышечного дефицита, а также включает тренировки, связанные с сердцем и кровообращением.

Разумеется, эти виды терапии можно также без назначения врача заказать как отдельные услуги из нашей программы медицинского велнеса. Наши сотрудники у стойки СПА-администратора подробно и без каких-либо обязательств с Вашей стороны проинформируют Вас об отдельных процедурных направлениях.

УКАЗАНИЕ: при 1-м лечении пациента при расчете через больничную кассу прибавляется рассчитываемый самостоятельно взнос в размере 21,10 шв. франков (несчастный случай 24,- шв. франка), который мы включаем в Ваш счет.

Наш совет: узнайте об интересных мероприятиях в нашем отеле, связанных с Вашим лечением!

ИНСТИТУТ КРАСОТЫ CLARINS

ЛИЦО – CLARINS СДЕЛАЕТ ВАШУ ЖИЗНЬ ПРЕКРАСНЕЕ!

Чистая природа – фитоароматическая процедура для лица припл.

60 мин. 145,- шв. франков / 97,- евро

Откройте для себя необычный результат применения эфирных масел и их балансирующий эффект, включая релаксационный массаж шеи.

Чистая сила груди – красота с точки зрения груди и области и декольте припл.

100 мин. 220,- шв. франков / 147,- евро

Изысканная ароматерапия для Вашего лица, включая укрепляющие грудь процедуры с подтягивающим эффектом.

Осветляющая чистота – осветляющая глубокая чистка Вашего лица припл.

50 мин. 110,- шв. франков / 73,- евро

Особенно интенсивная глубокая чистка с пилингом, аппаратом Varozon и регулирующей маской. Без массажа лица и косметики.

Чистая роскошь – метод проактивной процедуры для лица Clarins припл.

75 мин. 165,- шв. франков / 110,- евро

Эксклюзивный растительный коктейль, дарующий свежесть и энергию, для сияющей кожи и свежего цвета лица.

Чистая релаксация - маленький оазис для расслабления припл.

30 мин. 80,- шв. франков / 53,- евро

Благотворный и наполняющий энергией массаж лица, шеи и области декольте с благоухающими ароматическими маслами на выбор.

ЭНЕРГИЯ ТЕЛА – ОТКРОЙТЕ ПРЕКРАСНЫЕ СТОРОНЫ ВАШЕГО ТЕЛА!

Чистое растяжение – моделирующий аромауход для Вашего тела припл.

50 мин. 125,- шв. франков / 83,- евро

Разглаживающее удовольствие и улучшение контура - благодаря нашей специальной шлаковыводящей массажной технике и высокоэффективным биокатализаторам мы улучшаем Ваш обмен веществ.

Чистый уход - бархатистая и шелковистая кожа припл. 50 мин. 120,- шв. франков / 80,- евро

Ухаживающий и обновляющий кожу пилинг всего тела для улучшения структуры кожи, включая нанесение ухаживающего крема для тела.

ЧИСТАЯ ЭНЕРГИЯ ТЕЛА – МЕТОД ПРОАКТИВНЫХ ЧАСТИЦ CLARINS

Антицеллюлитная энергия припл. 60 мин. 150,- шв. франков / 100,- евро

Эффект стройности для всего тела. Ощутите на себе сверхэффективный метод лечения для достижения во всех отношениях привлекательного тела - просто почувствуйте себя хорошо в собственной коже!

Чистый пилинг – проактивный пилинг тела по методу Clarins припл.

50 мин. 130,- шв. франков / 87,- евро

Особенно интенсивный пилинг всего тела посредством высокоэффективной энергии фруктов и энзимов из эксклюзивной линии "Проактив" для достижения нежной и ухоженной структуры кожи, включая нанесение ухаживающего крема.

Супер релаксация всего тела припл. 50 мин. 135,- шв. франков / 90,- евро

Элемент создания баланса и гармонии тела и души. Насладитесь этой благотворной процедурой и почувствуйте полное расслабление и восстановление.

Ароматический релаксационный пилинг припл. 50 мин. 135,- шв. франков / 90,- евро

Процедура для тела Супер тоник припл. 50 мин. 135,- шв. франков / 90,- евро

Оживляющий курс рaг excellence! После процедуры Вы почувствуете себя наполненными энергией, моложе душой и телом. Ваша кожа станет более мягкой, подтянутой, оптимально увлажненной.

Ароматический релаксационный тоник припл. 50 мин. 135,- шв. франков / 90,- евро

МИР МУЖЧИН – ЧТО ДЛЯ НИХ ХОРОШО

Чистая свобода - антистрессовая терапия для мужчин припл. 60 мин. 135,- шв. франков / 90,- евро

Освежающая процедура для лица, включая релаксацию, чистку, маску и наполняющий энергией массаж лица, головы и шеи.

Чистое расслабление – быстрое наполнение энергией припл. 30 мин. 100,- шв. франков / 67,- евро

Балансирующий массаж спины и головы даст Вам заряд бодрости и придаст Вам новые силы для решений повседневных задач.

Комбинированная чистота - антистрессовая терапия для мужчин и заряд энергией припл.

90 мин. 220,- шв. франков / 147,- евро

Превосходное сочетание наполняющего энергией комплекса по уходу за лицом и балансирующего массажа спины и головы.

ЦЕННОСТЬ CLARINS – ЧИСТОЕ НАСЛАЖДЕНИЕ ИЗ НАШЕГО АССОРТИМЕНТА CLARINS

Чистая природа с головы до ног для НЕЕ припл. 105 мин. 250,- шв. франков / 167,- евро

Изысканная фитоароматическая процедура для лица и моделирующая фитоароматическая процедура для тела.

Чистая роскошь с головы до ног для НЕЕ припл. 135 мин. 290,- шв. франков / 193,- евро

Эксклюзивная проактивная процедура для лица, включая антицеллюлитный массаж всего тела (комбинация лицо + тело) с эффектом похудения.

Прекрасная нега припл. 105 мин. 220,- шв. франков / 147,- евро

Изысканная фитоароматическая процедура для лица, включая маникюр с нанесением лака и массаж рук.

Горячий камень припл. 60 мин. 165,- шв. франков / 110,- евро
Чарующее сочетание массажа, ароматерапии и энергетической процедуры при помощи холодных и горячих базальтовых камней вулканического происхождения.

Красота при любых обстоятельствах – специальный компресс припл. 105 мин. 250,- шв. франков / 167,- евро
Освежающе-расслабляющая процедура для лица и тела с пилингом и массажем специально для беременных женщин

ПРЕКРАСНЫЕ МОМЕНТЫ

Быстрое превращение припл. 30 мин. 65,- шв. франков / 43,- евро
Дневной макияж (без консультации)

ЭКСТРА СТАЙЛИНГ

Окрашивание ресниц и бровей 40,- шв. франков / 27,- евро
во время процедуры 30,- шв. франков / 20,- евро

Окрашивание ресниц и бровей, вкл. коррекцию бровей 70,- шв. франков / 47,- евро
во время процедуры 55,- шв. франков / 37,- евро

Классический маникюр с нанесением лака и массажем рук 95,- шв. франков / 63,- евро

Покажите Ваши ножки

Косметические процедуры для стоп, включая ароматический компресс для стоп и массаж 115,- шв. франков / 77,- евро
- Включая нанесения лака для ногтей припл. 75 мин. 135,- шв. франков / 90,- евро

НЕЖЕЛАТЕЛЬНЫЕ ВОЛОСЫ

Ноги 85,- шв. франков / 57,- евро

Ноги и зона бикини 110,- шв. франков / 73,- евро

Ноги, зона бикини и зона подмышек 125,- шв. франков / 83,- евро

Ноги до колена 55,- шв. франков / 37,- евро

Ноги до колена и зона бикини 75,- шв. франков / 50,- евро

Ноги до колена, зона бикини и зона подмышек 95,- шв. франков / 63,- евро

Заказывается только во время процедуры для лица и / или тела Clarins:

Верхняя губа 10,- шв. франков / 7,- евро

Зона бикини 35,- шв. франков / 23,- евро

Зона подмышек 25,- шв. франков / 17,- евро

Лицо 35,- шв. франков / 23,- евро

УКАЗАНИЕ: для удаления волос мы используем исключительно теплый качественный воск для одноразового применения.

ПРАВИЛА

Велнес / красота / терапия / фитнес:

На терапию и процедуры необходима заявка! Назначенное время можно бесплатно отменить только за 24 часа до процедуры. Время: пожалуйста, всегда приходите за 5 минут до назначенного времени процедуры в согласованное МЕСТО ВСТРЕЧИ и ждите там прихода терапевта. Пожалуйста, заранее спросите дорогу. В Ваше распоряжение предоставляется кабинка для переодевания со шкафчиком, залог за использование 5 швейцарских франков, вносится на 3 этаже. Терапия обычно предварительно оплачивается.

Указывается приблизительное время процедуры, которое в зависимости от самой процедуры может включать принятие душа, вытирание и одевание, а также консультационную и аналитическую беседу.

Для терапии и курсов, которые Вы бы хотели оплатить за счет обязательного медицинского страхования, пациент должен заранее получить согласие на возмещение расходов. Пожалуйста, заранее сообщите нам о своих намерениях, чтобы мы могли назначить Вам терапевта, допущенного той или иной страховой компанией. Сведения, предоставленные с опозданием, не принимаются во внимание. В этом случае Вы сами несете соответствующие расходы.

Фитнес:

Все тренажеры следует использовать в соответствии с предписанием и описанной целью, нарушения могут привести к опасным или дорогостоящим последствиям. Пожалуйста, воспользуйтесь возможностью проведения нашим терапевтом индивидуальной экскурсии, чтобы Вы не нанесли себе физические травмы вследствие неправильного управления или неправильной настройки тренажера. Пожалуйста, используйте полотенце или продезинфицируйте те части тренажера, с которыми Вы соприкасались, при помощи предоставленного спрея и бумаги. Пожалуйста, проявляйте по отношению к другим гостям спортивную честность. Следует избегать споров любого рода.

Бани:

По причине высоких температур мы рекомендуем предварительно проконсультироваться с врачом по поводу возможных противопоказаний. После 20 минут купания в бане подарите своему телу немного отдыха и спокойствия. Пожалуйста, ради Вашей безопасности носите подходящие сланцы с нескользящей подошвой на территории всего комплекса.

Перед бассейном обязательно принять душ. Прыгать в воду, брызгаться водой, использовать водяные пистолеты или что-либо подобное не разрешено. В нашем центре, предусмотренном исключительно для велнеса, спокойствие и отдых наших гостей из разных стран стоят на первом месте. Поэтому следует избегать каких-либо разногласий.

Нахождение в зонах "Валлиская деревня-сауна" и "Римско-ирландская баня" исключительно без купальных костюмов (за исключением объявленного времени посещения в купальных костюмах). Во всех саунах обязательно подстилать полотенце (кроме парных). Следствием сексуальных домогательств является немедленное удаление из комплекса и запрет на его посещение. В интересах всех наших гостей наши гиды по саунам следят за строгим соблюдением правил.

Зарезервированное время купания можно превысить на время ожидания 10 минут, после чего автоматически взимается доплата согласно объявлению. В дополнительно оплачиваемые секторы "Валлиская деревня-сауна" и "Римско-ирландские бани" можно соответственно войти на 10 минут для ознакомления. Затем автоматически начисляется указанная в прейскуранте цена.

Зарезервированное заранее время для массажа (возможно только в "Валлиской деревне-сауне" и "Римско-ирландской бане") следует обязательно соблюдать. К сожалению, опоздавшие могут принять процедуру только в течение оставшегося для них времени. Стоимость пропущенного времени не возмещается.

Процедуры или курсы предлагаются в определенное время согласно объявлению и в рамках нашего предложения по развлечению гостей являются бесплатными. При неиспользовании процедур компенсация их стоимости невозможна. В случае пропуска процедуры по причине отсутствия участника, болезни, аварийных ситуация, пожарной тревоги, плохой погоды и т. д. требование о возмещении убытков исключено.

Общие положения:

Благодаря нашей транспортной системе Вы можете свободно передвигаться по комплексу, оплачивая передвижение по безналичному расчету. Пожалуйста, подумайте о том, что украшение блюд и напитков, использование услуг и посещение различных секторов комплекса связано с расходами. Записанные на Ваш транспондер услуги в любом случае подлежат оплате через автомат приема платежей перед отъездом.

Пожалуйста, следите за Вашим личным транспондером. Он имеет определенную стоимость. Утерянные транспондеры замене не подлежат. В этом случае мы требуем оплаты по максимальной ставке в размере 250,00 швейцарских франков, плюс стоимость приобретения нового транспондера в размере 25,00 швейцарских франков.

В отдельных частях комплекса в целях Вашей безопасности установлено видеонаблюдение.

ПРАВИЛА висят в центре Lindner Alpenthalme для всеобщего ознакомления. Пожалуйста, узнайте подробную информацию перед посещением. Входя на территорию центра или его части, Вы автоматически принимаете наши ПРАВИЛА.

Несоблюдение ПРАВИЛ может привести к удалению из комплекса, при этом требование о возмещении стоимости входного билета исключено.

При приобретении нашего специального абонеента, а также "Клубной карты Alpenthalme" („Alpenthalme Club Card“) Ваши личные данные сохраняются в компьютере. Это делается в целях Вашей безопасности на случай потери Вашей карты. Кроме того, мы будем регулярно информировать Вас о новостях термального центра Lindner Alpenthalme. Если Вы не желаете получать от нас информацию, то сообщите нам об этом, пожалуйста, в письменной форме. Абонементы выдаются исключительно персонально и не подлежат передаче другому лицу. Срок действия абонеента - 1 год.

В случае пожарной тревоги следует выйти из комплекса непосредственно на улицу. Следует обязательно следовать указаниям ГИДОВ и пожарных. В случае если сигнальная установка приведена в действие без причины и намеренно, и это подтверждено, взимается штраф!

Курить разрешено исключительно на улице в специально отведенных для курения местах.

Подп. Директор