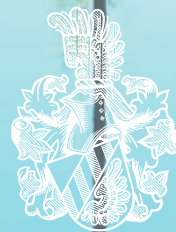


INTERALPEN-HOTEL TYROL

★★★★★S



Spa & Wellness

Herzlich willkommen im Inter Alpen-Spa,

dem perfekten Ort, um zu entspannen, Abstand vom Alltag zu gewinnen, neue Kraft zu tanken und Ihre wertvolle freie Zeit auszukosten.

Auf mehr als 5.300 Quadratmetern erwartet Sie einer der größten, schönsten und stilvollsten Wellnessbereiche im gesamten Alpenraum. Hier empfangen unsere Expert:innen Sie mit Fachwissen sowie Herzlichkeit und verwandeln Ihren Urlaub wahrhaftig in „Hoch. Genuss. Pur“. Das Herzstück unserer Spa-Landschaft ist der weitläufige Pool. Während Sie Ihre Bahnen im Indoorpool ziehen oder im beheizten Außenpool auf den Unterwasserliegen relaxen, genießen Sie die herrliche Aussicht auf die Tiroler Bergwelt. Auch während Massage-Behandlungen, Kosmetik-Anwendungen, Sauna-Besuchen oder belebender Fitness-Trainings bleiben bei uns keinerlei Wünsche offen.

Besondere Highlights sind unser exklusives Ladies' Spa mit Sauna und Dampfbad, das Private Spa für entspannte Stunden zu zweit sowie das abwechslungsreiche Spa-Programm für unsere jungen Gäste.

Wir wünschen Ihnen nun eine besonders erholsame Zeit mit vielen unvergesslichen Momenten und hoffen, dass Sie das einzigartige Inter Alpen-Gefühl noch lange nach Ihrem Aufenthalt spüren.

Ihr

Inter Alpen-Spa-Team

Alle Informationen rund um das Inter Alpen-Spa finden Sie auch in unserer App.

Ihre Vorteile:

- * Hotelinfos auf einen Blick
- * Aktuelles Tagesprogramm
- * Schnelle Anmeldung für Aktivitäten
- * Broschüren und Speisekarten zum Herunterladen



Jetzt downloaden
für iOS und Android

Die Ruheoase Tirols



Indoorpool

Inhalt

Empfehlungen	Seite 5
Private Spa	Seite 6
Massagen	Seite 7
Für ein gutes Körpergefühl	Seite 10
Kosmetik	Seite 12
Schöne Hände & Füße	Seite 17
Saunawelt	Seite 20
Ladies' Spa	Seite 21
Friseur	Seite 21
Für unsere jungen Gäste	Seite 22
Spaß und Sicherheit im Wasser	Seite 22
Fitness	Seite 24
Aktivitäten	Seite 25
Spa-Etikette	Seite 26
Spa-Plan	Seite 27



Ruheraum

Unsere Empfehlungen

Tiroler Sinnesgenuss

Signature Treatment

135 Minuten

Diese einzigartige Spezial-Massage haben wir exklusiv für unsere Gäste entwickelt. Das Besondere daran: Gleich zwei Therapeutinnen kümmern sich um Ihr Wohlbefinden. Sie werden mit heimischen Ingredienzen gepflegt und mit ausgewählten Massagetechniken verwöhnt. Nach einem duftenden Zirbenbad wählen Sie je nach Belieben den Zusatz für Ihr Tiroler Peeling: ob Blüten, Blätter, Zirbenspäne oder Wurzeln aus der Region bleibt ganz Ihnen überlassen. Erleben Sie Tiefenentspannung bei einer wohltuenden Gesichts- und Fußmassage während im Anschluss sanfte Klangschalen-Melodien Ihren Körper und Geist im wahrsten Sinne des Wortes „in Einklang“ bringen. Eine vierhändige Massage vollendet den Tiroler Sinnesgenuss und sorgt für nachhaltig fühlbare Entspannung.

Advanced Bio Lifting Face Treatment

Unser Behandlungstipp

110 Minuten

Unser Produktpartner: **TEAM DR JOSEPH**

Das ganzheitliche Maximalprogramm nach der Methode Team Dr. Joseph: eine Intensivbehandlung mit Lifting-Massage entsprechend Ihren Hautbedürfnissen. Erleben Sie eine wahrhaft einzigartige Schönheitsbehandlung mit lymphstimulierender Massage, Peeling, Tiefenreinigung mit Schröpfgläsern und Kräuter-Dampfkompresen, mit warmer Blütenstempel-Lifting-Massage, Intensivmaske und einer abschließenden individuellen Tagespflege. Das High-End-Treatment mit Kostbarkeiten aus der Natur für nachhaltige Wirkung, sofortige Sichtbarkeit und maximalen Effekt.



Private Spa

halber Tag | ganzer Tag

Freuen Sie sich auf entspannte Stunden zu zweit und verbringen Sie bei exklusiven Wohlfühl-Treatments eine erholsame Zeit in unserem Private Spa. Auf 75 Quadratmetern genießen Sie ungestörte Privatsphäre in edlem Ambiente. Eine finnische Sauna sowie eine Dampfdusche und eine großzügige Badewanne lassen Sie die Zeit vergessen.

- * 1 Partnermassage (35 Minuten)
- * 1 Aroma-Vitalbad
- * 1 Beauty-Pflegeset für den Tag
- * 1 Flasche Champagner
- * Frisches Obst
- * Kaffee, Tee und Getränke aus der Private Bar

Unsere Massagen

Lebenskraft tanken

75 Minuten

Geteilter Genuss ist doppelter Genuss. Deshalb schaffen wir für Sie die perfekte Verwöhnzeit zu zweit: von den Zehenspitzen bis zum Scheitel ist bei einer sanften Massage pure Entspannung angesagt. Sie und Ihre Begleitung werden sich wie neu geboren fühlen.

nur als
Partnermassage
buchbar

Aromaöl Massage

35 Minuten | 50 Minuten | 75 Minuten | 100 Minuten

Tiefenwirksame Erholung für Körper und Geist – ob beruhigend und ausgleichend, wärmend und lösend oder erfrischend und revitalisierend. Wählen Sie für diese wohltuenden Massagerituale eines der naturreinen Aromaöle und lassen Sie sich von dessen Duft verwöhnen.

auch als
Partnermassage
buchbar

Interalpen-Classic

35 Minuten | 50 Minuten | 75 Minuten | 100 Minuten

Die klassische Interalpen-Massage wird individuell auf Ihre Wünsche zugeschnitten. Gerne können wir unterschiedliche Schwerpunkte setzen und Wirkungen gezielt fokussieren. Zum Beispiel kräftig, intensiv und aktivierend oder aber sanft, harmonisierend und entspannend. Nur Rücken, Beine und Arme oder der ganze Körper. Buchen Sie einfach Ihre Zeit und besprechen Sie individuell mit unseren Therapeut:innen den gewünschten Schwerpunkt Ihrer Behandlung. Sie werden sich rundum wohl und verwöhnt fühlen.

auch als
Partnermassage
buchbar

Lomi Lomi Nui

zweihändig: 90 Minuten | vierhändig: 70 Minuten

Eine exotische Reise für alle Sinne: die aus Hawaii stammende Massage mit fließenden Bewegungen, behutsamen Dehnungen und spürbarer Mobilisierung verehrt den Körper als „Tempel der Seele“. Warmes Öl und hawaiianische Klänge machen diese Körperarbeit zu einem eindrucksvollen Erlebnis. Ursprünglich als Vorbereitung auf einen Neuanfang im Leben gedacht, schenkt Lomi Lomi Nui tiefe Geborgenheit, wertvolle Energie und eröffnet neue Wege.

auch als
Partnermassage
buchbar

Unsere Massagen

Um Ihre Haut und Ihren Körper optimal auf Behandlungen vorzubereiten, empfehlen wir, jede Massage mit einem wohltuenden Creme-Peeling zu beginnen.

Kraft der Steine

90 Minuten

Dieses einzigartige Massageritual harmonisiert die Energiezentren Ihres Körpers, löst Verspannungen und regt die Durchblutung an. Dafür kombinieren unsere Therapeut:innen heiße Lavasteine mit gekühlten Marmorsteinen. Die wohltuende, tiefgreifende und entspannende Wirkung spüren Sie sofort.

Schulter-Nacken-Therapie

45 Minuten

Das wirkungsvolle Programm für Ihre Spannungszonen: Verhärtungen sowie Spannungs- und Problempunkte im Schulter-Nacken-Bereich werden gezielt bearbeitet und nachhaltig gelöst – unter anderem mit Hilfe einer wohltuend heißen Nackenrolle. Gemeinsam mit Ihnen entscheiden wir uns für den optimalen Behandlungsweg, um nachhaltige Ergebnisse zu erzielen.

Indische Kopfmassage

45 Minuten

Ideal zum Abschalten: Kopfhaut, Nacken und Schultern werden sanft mit wohltuendem Mandelöl massiert. Einfach tief entspannen während neue Energie in jede Faser Ihres Körpers strömt.

Fußreflexzonenmassage

30 Minuten

Punktgenau ins Gleichgewicht: nach einem wohltuenden Fußbad und etwas Zeit zum Entspannen wirkt diese stimulierende Massage über die Reflexzonen der Füße und Knöchel ganzheitlich auf Stoffwechsel und Organe. Ihre Selbstheilungskräfte werden unterstützt und Ihr Körper wird harmonisiert.

Leber-Detox-Behandlung

80 Minuten

Die entspannende Leber-Detox-Behandlung ist ideal zur Entschlackung und dient als Reinigungs-Unterstützung nach der Einnahme von Medikamenten sowie prophylaktisch zur Leber-Entgiftung. Dabei klären wir Ihre Haut mit einem cremigen, mineralstoffreichen Meersalz-Peeling und pflegen sie gleichzeitig mit einem erfrischenden, hochwertigen Orangenöl.

Cranio-Sacral-Therapie

50 Minuten | 75 Minuten

Sanfte Berührungen, tiefgreifende Wirkungen. Die Cranio-Sacral-Therapie ist eine behutsame und dennoch sehr wirkungsvolle Behandlung, um Blockaden zu lösen, Stress abzubauen, körpereigene Kräfte zu aktivieren und Energie zu tanken. Ein wahres Erlebnis! Bitte tragen Sie lockere Kleidung.

Manuelle Lymphdrainage

35 Minuten | 50 Minuten | 75 Minuten | 100 Minuten

Kreisende, rhythmische Bewegungen aktivieren behutsam den Gewebestoffwechsel und das Immunsystem. Diese spezielle sanfte Massage lindert Schmerzen, lockert das Gewebe und hilft bei Schwellungen. Besonders zu empfehlen nach Operationen oder Verletzungen.



Wohlfühlmomente



Behandlungsraum

Für ein gutes Körpergefühl

Anti Cellulite Booster

65 Minuten

Sichtbare Hautglättung und Straffung des Bindegewebes. Durch die kombinierte Anwendung von Saugglockenmassage und Ultraschall werden Stoffwechsel und Lymphfluss in der Haut stimuliert, die Durchblutung gefördert und die intensive Entschlackung des Gewebes aktiviert. Das Hautbild wird nachhaltig gefestigt. Wählen Sie zwei Zonen, beispielsweise Beinvorder- und -rückseite oder Beinrückseite und Gesäß, die in einer Sitzung bearbeitet werden können.

Cure Body Detox

90 Minuten

Unser Produktpartner: **SALIN de BIOSEL®**

Eine Vitalkur für Körper und Geist bestehend aus einer ausleitenden Ganzkörpermassage, Packung und anschließendem Entspannungsbad. Alle drei zur Auswahl stehenden Detox-Behandlungen entgiften und beleben die Zellen. Entscheiden Sie, welche Schwerpunkte gesetzt werden sollen:

- * Sensorial balance: tiefenentspannend, entschleunigend, stressreduzierend
- * Detox active: Stoffwechsel aktivierend, glättend, Hautbild verfeinernd
- * Detox drain: entgiftend, straffend, lymphaktivierend

Hydrating Body Experience

90 Minuten

Unser Produktpartner: **sisley**
PARIS

Ein Ganzkörperpeeling und die anschließende Entspannungsbehandlung mit einer intensiven Phyto-Pflege schenken der Haut sofortiges Wohlbefinden. Besonders feuchtigkeitsarme Hautpartien werden nachhaltig mit Aufbaustoffen versorgt. Mit dieser Behandlung gewinnt die Haut Geschmeidigkeit und Zartheit zurück. Zum Abschluss sorgt eine Kopf- und Gesichtsmassage für vollendete Glückseligkeit.

Anti Cellulite Power Wrap

35 Minuten

Unser Produktpartner: **SALIN de BIOSEL®**

Body Shaping mit Power Wraps: die Wickel sind eine thermoaktive, effiziente Behandlungsmethode. Wählen Sie zwischen der belebenden Variante (kalt) und dem Stoffwechsel-Burner (heiß).

- * **Lipodraïne Yin Wrap:** der intensiv kühlende Wrap festigt, strafft und entstaut. Optimal bei Ödemen, Schwellungen, schlaffem Gewebe und schweren Beinen.
- * **Lipodraïne Yang Wrap:** der intensiv wärmende Wrap wirkt gegen Cellulite und stimuliert den Fettstoffwechsel. Optimal bei verhärtetem, festem Gewebe.

Energizing Body Peeling

45 Minuten

Unser Produktpartner: **sisley**
PARIS

Von Kopf bis Fuß seidig glatte Haut – mit dem reinigenden und belebenden Ganzkörperpeeling aus Rosmarin- und Lavendelextrakt. Wertvolle Phyto-Extrakte schaffen ein verfeinertes Hautbild und einen tollen Teint. Das Peeling bereitet die Haut optimal auf eine Pflegebehandlung vor. Die Wirkstoffe können leichter aufgenommen werden und ihre volle Wirkung entfalten. Das Energizing Body Peeling ist auch in Kombination mit einer entspannenden Massage buchbar.

Salz-Öl-Peeling

35 Minuten

Am ganzen Körper reine Haut: das effektive Körperpeeling mit hochwertigem Salz und Öl entfernt sanft überschüssige Hornschüppchen. Ihre Haut fühlt sich wieder wunderbar glatt und seidig an.



Kosmetik

dermalogica®

Gesunde Haut für alle

DERMALOGICA ist eine professionelle Hautpflegemarke, die maßgeschneiderte und hochwirksame Hautpflegelösungen entwickelt. Dabei sind alle Produkte tierversuchsfrei, vegan und clean, also frei von künstlichen Duft- und Farbstoffen, austrocknenden Alkoholen, Parabenen und Mineralölen. Für die gesündeste Haut, die Sie je hatten.

sisley
PARIS

Exzellenz und Sinnlichkeit

Die SISLEY-Forschung gewinnt ihre Inspiration aus dem Herzen der Pflanzenwelt: die vitale Energie der Pflanzen, ihre Schutzmechanismen, ihre Fähigkeit zu Regeneration und Anpassung werden in den Dienst der Schönheit gestellt. So nutzt SISLEY das Beste der Pflanzen in der optimalen Konzentration, um Produkte zu entwickeln, die höchste Wirksamkeit mit optimaler Verträglichkeit und größtem Anwendungsvergnügen verbinden.

TEAM D^R JOSEPH

Das Beste aus Hightech und Natur

Die biozertifizierte Naturkosmetik von TEAM DR. JOSEPH wurde mehrfach ausgezeichnet und vereint komplexe und hochkonzentrierte Formeln mit erlesenen natürlichen Inhaltsstoffen. Die professionelle und ergebnisorientierte Hautpflege basiert auf 35 Jahren Erfahrung und beugt den Zeichen des Alterns vor. Für ein strahlendes, gesundes Hautbild und einen maximalen Effekt.



Spa Rezeption

Deep Cleansing

45 Minuten

Wählen Sie Ihren Produktpartner:

dermalogica sisley TEAM D^R JOSEPH

Eine Gesichtsbehandlung, die sich auf das Wesentliche konzentriert. Ihre Haut wird zu Beginn gepeelt und manuell ausgereinigt, während die abschließende Maske regenerierend wirkt. Das Ergebnis: strahlendes Aussehen und ein noch besseres Gefühl.

Deep Moisture

45 Minuten

Wählen Sie Ihren Produktpartner:

dermalogica sisley TEAM D^R JOSEPH

Ihr Frische-Kick für einen strahlenden Teint. Diese belebende Gesichtsbehandlung durchfeuchtet, nährt und stärkt Ihre Haut. Die pure Erfrischung für Gesicht, Hals und Dekolleté.

Power Treatment

80 Minuten

Wählen Sie Ihren Produktpartner:

dermalogica sisley TEAM D^R JOSEPH

Bei dieser allumfassenden Gesichtsbehandlung, die wir auf Ihre Hautbedürfnisse anpassen, werden Ihre Poren manuell ausgereinigt und Ihre Augenbrauen typgerecht korrigiert. Im Anschluss verwöhnen wir Sie mit einer wohltuenden Maske und einer tiefenentspannenden Gesichtsmassage. Ihr Teint erlangt sofort neue Frische und Leuchtkraft.

Kosmetik



Sisley

Cellular Recreation Face Treatment

80 Minuten
Unser Produktpartner: **TEAM D^r JOSEPH**

Eine wunderbar natürliche Wirkstoffpflege mit Sofort-Effekt und Verwöhnprogramm. Nach der Hautdiagnosik reinigen Kräuter-Dampfkompresen und ein Peeling die Haut. Die anschließende Tiefenreinigung mit Schröpfgläsern klärt, aktiviert und massiert die Haut zugleich. Das Spezial-Serum und die Intensivmaske beruhigen, nähren und verwöhnen spürbar. Eine modulierende Gesichtsmassage und individuelle Tagespflege runden die Behandlung ab. Mit hochwirksamen natürlichen Aktivstoffen für eine gesunde und intensiv gepflegte Haut.

Pro Bright

60 Minuten
Unser Produktpartner: **dermalogica**

Eine intensive, pigmentausgleichende Behandlung mit Fruchtsäurepeeling und hochkonzentriertem Vitamin C – einem der wirkungsvollsten Inhaltsstoffe, um vorzeitige Anzeichen der Hautalterung zu behandeln. Feine Linien und Fältchen werden minimiert und Ihre Haut wirkt sichtbar ebenmäßiger und frischer. Gönnen Sie Ihrem Teint dieses wunderbar frische Strahlen. Die Behandlung enthält zudem ein spezielles Post-Procedure-Pflege-Set für die Nachbereitung Ihrer Haut.

Intense Purifying Face Treatment

50 Minuten
Unser Produktpartner: **TEAM D^r JOSEPH**

Rein und zart, klar und energievoll. Ihre Haut wird mit selektiven Wirkstoffen porentief gereinigt. Unterlagerungen werden sanft gelöst und die Talgproduktion wird normalisiert. Das Behandlungsritual wird mit einer tonisierenden Gesichtspackung und der Peel-Off-Maske zur optimalen Feuchtigkeitsversorgung abgerundet. Für ein sichtbar frisches, gereinigtes und ebenmäßiges Hautbild.

Pro Firm

60 Minuten
Unser Produktpartner: **dermalogica**

Die perfekte Behandlung für eine glattere, gefestigtere und straffere Haut für Gesicht, Hals und Dekolleté – mit Fruchtsäuren, feuchtigkeitsspendender Hyaluronsäure und aufpolsterndem Apfelextrakt. Die hierfür entwickelte, straffende Faszien-Massage ist tiefenwirksam und löst Verspannungen.

Phyto-Aromatique Expert

60 Minuten
Unser Produktpartner: **sisley**

Unser exklusives Beauty-Relax-Treatment. In dieser Pflege-Wohlfühlbehandlung erzeugen hochpotente Wirkstoffe aus natürlichen Pflanzenextrakten nachhaltige Pflegeeffekte. Das einzigartige Duftlebnis hilft der Haut, sich zu entspannen, zu beleben oder zu beruhigen – je nach Bedarf. Gönnen Sie sich diese hochwirksame Pflege- und Verwöhn-Zeremonie. Die Haut gewinnt an Feuchtigkeit und Festigkeit. Sie wird stimuliert, gestärkt und regeneriert.

Pro Eye Flash

20 Minuten
Unser Produktpartner: **dermalogica**

Die Frischekick-Behandlung für Ihre Augenpartie. Dieses innovative Peeling speziell für die sensible Augenpartie wirkt gleichzeitig glättend und straffend. Die konzentrierten Pads aus Bambus-Fleece gleichen Pigmentierungen aus, spenden intensive Feuchtigkeit, minimieren Mimik-Fältchen und bringen Ihre Augen zum Strahlen. Die Pro Eye Flash kann einzeln oder als Upgrade zu jeder Gesichtsbehandlung gebucht werden.



Dermalogica



Team Dr. Joseph

Kosmetik

Microdermabrasion

60 Minuten Gesicht
80 Minuten Gesicht, Hals und Dekolleté

Eine schonende aber effektive Methode der Hautverschönerung für Gesicht, Hals und wahlweise Dekolleté. Bei der Microdermabrasion tragen feine Kristalle die oberste Hautschicht sanft ab. Die folgende Massage mittels Saugglocken wirkt effektiv aufpolstern, straffend, entgiftend und löst Verspannungen in der Gesichtsmuskulatur. Anschließend werden hochwirksame Wirkstoffe mit dem Ultraschall in die Haut eingeschleust.

Ultraschall

40 Minuten mit Hyapur® Ampulle

Die Synergie aus Saugglocken- und tiefenwirksamer Ultraschallmassage zeigt sofort sicht- und messbare Ergebnisse. Wirkstoffe in hoher Konzentration werden gezielt in die Haut eingeschleust und die Zellerneuerung wird dadurch angeregt. Ideal zum Kombinieren mit anderen Gesichtsbearbeitungen.

Wimpernlifting

50 Minuten

Ein Wimpernlifting gibt Ihren Wimpern einen wunderschönen Schwung, der die Augen größer wirken lässt und Ihrem Blick mehr Ausdruckskraft verleiht. Dabei erhalten die Wimpern eine beeindruckende Form, die bis zu sechs Wochen anhält. Das Wimpernfärben ist in dieser Behandlung inkludiert.

JetPeel™

35 Minuten Gesicht | 3er-Kur Gesicht je 35 Minuten |
50 Minuten Gesicht, Hals, Dekolleté |
3er-Kur Gesicht, Hals, Dekolleté je 50 Minuten

JetPeel™ nutzt eine Technik aus der Luft- und Raumfahrt: aus mikroskopisch kleinen Düsen trifft ein frisches Detox-Gemisch auf die Haut und trägt so sanft abgestorbene Hornzellen ab. Die Haut wird lymphaktivierend massiert, gepeelt und tiefengereinigt während der Kühleffekt die Durchblutung anregt. Anschließend werden hochwirksame Substanzen wie Hyaluron, Bio-Peptide und Vitamine in die nun sehr aufnahmefähige Haut eingeschleust. Das Ergebnis ist sofort spür- und sichtbar: kleinere Falten sind geglättet, die Haut strahlt und wirkt deutlich frischer und jünger. Mit einer 3er-Kur erreichen Sie einen beeindruckenden Langzeiteffekt.

Hyapur® Detox Gesichtsmassage

30 Minuten

Genießen Sie diese tiefenentspannende Gesichtsmassage mit dem entschlackenden, entgiftenden Algen-Gel von Hyapur®. Das Ergebnis ist ein strahlender Teint, ein verfeinertes Hautbild und ein angenehm frisches Hautgefühl.

Bezaubernde Augen.Blicke

50 Minuten

Strahlende Augen, die perfekt zur Geltung kommen und ein Augenaufschlag, der Ihr Gegenüber bezaubert. Sie werden begeistert sein, welche Wirkung die perfekte Form und Farbe von Augenbrauen und Wimpern haben. Eine beruhigende Augenpflege rundet dieses Beauty-Erlebnis ab.



Spa Maniküre im Express-Beauty Bereich

Für schöne Hände & Füße

Spa Maniküre

75 Minuten | 85 Minuten mit Lack

Ihre Hände sind es wert: die fachgerechte Maniküre wird mit einem erlesenen Verwöhnpaket für Ihre Hände und Unterarme ergänzt. Ein Peeling verfeinert das Hautbild Ihrer Hände und die wohltuende Handmassage schenkt Ihnen zusätzliche Entspannung und Pflege.

Quick Maniküre & Quick Pediküre

jeweils 50 Minuten | jeweils 70 Minuten mit Lack

Maniküre und Pediküre konzentriert auf das Wesentliche: eine klassische Hand- oder Fußpflege, die Ihre Hände und Füße geschmeidig zart werden lässt.

Spa Pediküre*

75 Minuten | mit Lack 85 Minuten

Viel mehr als nur Nagelpflege: die fachgerechte Pediküre wird mit einem erlesenen Verwöhnpaket für Ihre Füße und Unterschenkel ergänzt. Ein Peeling verfeinert das Hautbild Ihrer Füße und die wohltuende Fußmassage schenkt Ihnen zusätzliche Entspannung und Pflege. Unsere Kosmetiker:innen sind ausgebildet für medizinische Fußpflege.

Lackieren

20 Minuten

Pastellfarben, trendiger Hingucker oder klassisches Rot? Lassen Sie sich in unserem Beauty-Express-Bereich Ihre Lieblingsfarbe oder den Nagellack passend zu Ihrem Outfit auftragen.

*Lassen Sie den
Alltag im Tal*





Dampfbad Textilsauna



Tiroler Saunadorf



Ladies' Spa



Friseur

Textil-Saunawelt

Familien und internationale Gäste lieben unsere moderne Textil-Saunawelt, die direkt vom Indoorpool aus erreicht werden kann. Die Textil-Biosauna ist mit Temperaturen zwischen 45 und 60 °C ideal für Sauna-Einsteiger:innen. Gäste, die wärmere Temperaturen bevorzugen, geraten in der finnischen Textil-Sauna garantiert ins Schwitzen. Außerdem sorgen eine Infrarot-Sole-Kabine, ein Dampfbad sowie der Eisbrunnen und die Fußbecken für unvergleichliche Entspannung.

Tiroler Saunadorf

Für viele unserer Gäste ist es eines der schönsten Dörfer Tirols: unser Saunadorf. Mit zwei finnischen Saunen, zwei Dampfbädern, einer Zirbenstube mit vier Infrarotliegen und einer Biosauna bleiben keine Wellness-Wünsche offen. Dreimal am Tag erfreuen Sie unsere Saunameister:innen mit wohltuenden und duftenden Aufgüssen. Zu den absoluten Highlights zählt die Tiroler Backstube. Während des Saunagangs wird in einem kleinen Ofen innerhalb der Sauna frisches Brot gebacken, das sein wunderbares Aroma verströmt. Nach dem Saunieren erwartet Sie ein weitläufiger Ruhebereich, die entspannende Solegrotte oder ein ausgedehnter Spaziergang in unserem wunderschönen Spa-Garten. Informationen rund um unsere Sauna-Aufgüsse finden Sie jederzeit auch in der InterAlpen-App.

Ladies' Spa

Die Wohlfühloase nur für Ladies. In diesem großzügigen Bereich strahlen dunkle Materialien Ruhe aus und verspielte Design-Elemente in Goldtönen erinnern an orientalische Bäder. Hier bleiben Frauen ganz unter sich und können bei Tee, Prosecco oder frischem Saft nach Herzenslust plaudern und es sich rundum gut gehen lassen. Zum Saunagang laden die finnische Sauna sowie ein pflegendes Dampfbad ein. Neben einem eleganten Ruheraum runden beheizte Sitzbänke aus Naturstein das perfekte Wohlfühlerlebnis ab. Zur Abkühlung dient eine Duschwelt mit Eisbrunnen und Erlebnisdusche.

Friseur

Typgerechter Haarschnitt für jede Jahreszeit, elegante Hochsteckfrisur für den Gala-Abend sowie neueste Stil- und Farbtrends. Entspannen Sie in unserem eleganten Friseursalon und gönnen Sie auch Ihren Haaren eine Extra-Portion Wellness. Bei unseren Expert:innen sind Sie in besten Händen.

Für unsere jungen Gäste

Fitte Füße

25 Minuten

Darauf stehen junge Füße: eine sorgfältige Fußpflege inklusive kleiner Nagelkorrekturen und abschließend nach Wunsch auch mit Lack. Verwöhnt und tut in jedem Alter gut. Geeignet für die jungen Füße bis 14 Jahre.

Aromaöl-Kids-Massage

35 Minuten

Entspannung liegt in der Luft: unsere kleinen Gäste suchen sich ihr Lieblings-Aromaöl aus und genießen eine sanfte, auf die kindlichen Bedürfnisse abgestimmte Massage. Geeignet für Kinder bis 14 Jahre und gern auch in Begleitung der Eltern in einem Doppelbehandlungsraum.

Schöne Hände

25 Minuten

Eine Wohltat und tolle Pflege für junge Hände: unsere Beauty-Spezialist:innen übernehmen kleine Nagelkorrekturen, sorgen für zarte Kinderhände und tragen nach Wunsch auch gerne Lack auf. Geeignet für die jungen Hände bis 14 Jahre.

Soft Facial Cleansing

50 Minuten

Das bringt junge Haut zum Strahlen: eine reinigende und entspannende Gesichtsbildung. Geeignet für die junge Haut zwischen 12 und 18 Jahren.

Für Spaß und Sicherheit im Wasser

Schwimmkurs

30 Minuten | 3 Termine jeweils 30 Minuten |
5 Termine jeweils 30 Minuten

Ob Anfänger, Seepferdchen-Sammler oder Olympiagewinner 2032 – unseren jungen Gästen wird von unseren erfahrenen Schwimmlehrer:innen die Scheu vor dem Wasser genommen, zum Schwimmabzeichen verholfen oder einen gewünschten Schwimmstil beigebracht.

ÖWR-Schwimmabzeichen

30 Minuten

Bei uns können Kinder ihren „Schwimm-Führerschein“ machen. Dabei haben alle etwas von den österreichischen Schwimmabzeichen: die Kleinen haben ihren Spaß und die Eltern ein gutes und sicheres Gefühl. Unsere Schwimmlehrer:innen betreuen die Kinder vom Oktopus-Level bis hin zum Allround-Schwimmer.





Gym



Golfplatz Seefeld-Wildmoos



Winterwunderland

Für Ihre Fitness

Aktivprogramm

Unser Fitnessbereich verfügt über eine große Auswahl modernster Trainingsgeräte und ein abwechslungsreiches Kursprogramm. Es erwartet Sie ein interaktiver Cardio-Park mit allen unverzichtbaren Klassikern. Neben täglichen Kursen wie Pilates, Body-Workout, Functional-Circuit, Aqua-Fit, Stretch & Relax oder Faszien-Training gestalten wir auch Themenwochen mit Body & Mind, Functional und Outdoor Training oder Kids-Sportkursen. Informationen und Anmeldung erfolgen über unsere Spa-Rezeption oder jederzeit in der InterAlpen-App.

Schwimmtraining

30 Minuten | 3 Termine | 5 Termine

Unsere Schwimmlehrer:innen freuen sich, Ihnen das Schwimmen beizubringen, Ihre Technik zu verbessern oder gar gemeinsam auf ein ehrgeiziges Ziel wie einen Triathlon hin zu trainieren.

Personal Training

Einzelstunde 30 oder 60 Minuten |
3 Termine jeweils 30 oder 60 Minuten |
5 Termine jeweils 30 oder 60 Minuten

Unsere Personal Trainer besitzen ein umfangreiches und fundiertes Wissen über die Funktionen des menschlichen Körpers, den Bewegungsapparat, dessen Entspannungsfähigkeit und auch Gesunderhaltung. Den Schwerpunkt Ihres Trainings können Sie selbst wählen. Selbstverständlich kreieren wir für Sie auch gerne ein „Best of“ aus unserem Portfolio.

Golf

Golfsimulator 60 Minuten

Bei uns herrscht jeden Tag im Jahr Golfwetter – dank unseres Indoor-Golf-Simulators. Wenn Sie Ihre Fähigkeiten draußen unter Beweis stellen wollen, buchen wir für Sie gerne Abschlagzeiten auf den Golfplätzen der Region. Etwa auf dem herrlich gelegenen 18-Loch-Platz Seefeld-Wildmoos oder im 27-Loch-Golfpark zu Füßen der Mieminger Berge.

Tennis

Eine beeindruckendere Kulisse als auf unseren drei Außenplätzen finden Sie wahrscheinlich nur in Wimbledon. Vor den Berggipfeln von Karwendel- und Wettersteingebirge stehen Ihnen zwei Granulatplätze und ein Sandplatz zur Verfügung. Ist das Wetter im Freien zu unfreundlich oder bedeckt Schnee das Seefelder Hochplateau, steht einem Tennismatch in der Halle nichts im Wege. Wer nicht nur Spaß haben sondern auch sein Spiel verbessern will, für den buchen wir gerne eine Trainer:innen-Stunde.

Aktivitäten

Outdoor

Rund um das InterAlpen-Hotel Tyrol erwarten Sie das ganze Jahr über abwechslungsreiche Freizeitaktivitäten. In den warmen Monaten können Sie nicht nur auf den schönsten Plätzen Tirols Golfen, sondern die idyllischsten Orte der Tiroler Berge auch beim Wandern oder Biken entdecken. Mit einem unserer modernen E-Bikes sind Sie sportlich und bequem zugleich unterwegs.

Wenn die Schneeflocken rieseln heißt es Wintervergnügen pur: erobern Sie das Eis beim Schlittschuhlaufen oder Eisstockschießen, sausen Sie die zahlreichen Skipisten der Region hinab, genießen Sie die verschneite Märchenlandschaft auf Schneeschuhen oder schnallen Sie sich die Langlaufskier an und freuen Sie sich auf ein Loipennetz von 245 Kilometern in der Region Seefeld – Tirols Hochplateau.

Unsere Verhaltensregeln

Fitnessbereich

Die detaillierten Hinweise und Regeln zur Benutzung unseres Fitnessraums finden Sie am Eingang des Fitnessbereichs. Bitte beachten Sie zu jeder Zeit die Sicherheitshinweise und Anweisungen unserer Spa-Mitarbeiter:innen.

Gesundheit

Wenn Sie gesundheitliche Beschwerden oder Einschränkungen haben sollten, teilen Sie uns diese bereits bei der Terminvereinbarung oder direkt Ihren Therapeut:innen mit. Es ist möglich, dass einige Behandlungen für Sie in diesem Fall nicht empfehlenswert sind. Bitte beachten Sie diese Hinweise auch für das Personal Training und für die Teilnahme am Aktivprogramm.

Gewitter und Blitzgefahr

Bei Blitzgefahr ist der Poolbereich (innen und außen) unverzüglich zu räumen.

Hunde

Bitte nehmen Sie darauf Rücksicht, dass Hunde im gesamten Spa-Bereich (auch Innen- und Außenbereich sowie im Spa-Restaurant) nicht gestattet sind.

Kinder & Jugendliche

Um all unseren Gästen einen entspannten Aufenthalt im Spa zu ermöglichen, bitten wir Sie, folgende Regeln zu berücksichtigen:

- * Kinder unter 15 Jahren dürfen nur in Begleitung eines Erwachsenen am Aktiv-Programm teilnehmen, den Spa-Bereich betreten und an den Geräten im Fitnessraum trainieren.
- * Damit auch die Kleinsten unbeschwert planschen können, erhalten Sie an unserer Spa-Rezeption Schwimmwindeln.
- * Das Tiroler Saunadorf steht Jugendlichen ab 15 Jahren zur Verfügung.

Kleidung

Bitte tragen Sie im Fitnessbereich angemessene Sportbekleidung und -schuhe sowie im Schwimmbad Badebekleidung. Genießen Sie unsere Saunen, Dampfbäder und auch das Solebad „wie Gott Sie schuf“. In der Textil-Saunawelt können Sie in Badebekleidung saunieren.

Öffentliche Spa-Bereiche

Um Ihnen und allen Gästen des Interlpen-Hotel Tyrol einen angenehmen Aufenthalt zu ermöglichen, bitten wir Sie um die Beachtung folgender Punkte:

- * Bitte passen Sie die Lautstärke Ihrer Gespräche der Umgebung an und schalten Sie Ihr Mobiltelefon aus.
- * Bitte halten Sie sich an die Grundregeln für unser Schwimmbad und unseren Anwendungsbereich.
- * Bitte keine Liegen mit Handtüchern, Taschen o. ä. reservieren.

Pool

Im gesamten Spa und Außen-Spa sind Glasbehälter nicht erlaubt. Es dürfen keine Liegen reserviert/ freigehalten werden. Hunde sind im gesamten Poolbereich nicht erlaubt.

Sauna

Für einen entspannten Aufenthalt in unseren Saunen bitten wir Sie, folgende Regeln zu beachten:

- * Das Tiroler Saunadorf und die Salzgrotte sind als Ruhezone den Erwachsenen vorbehalten.
- * Das Tiroler Saunadorf ist für Jugendliche ab 15 Jahren zugänglich.
- * Kinder und Jugendliche bis 15 Jahre können die Textilsauna nutzen.

Vorbereitung

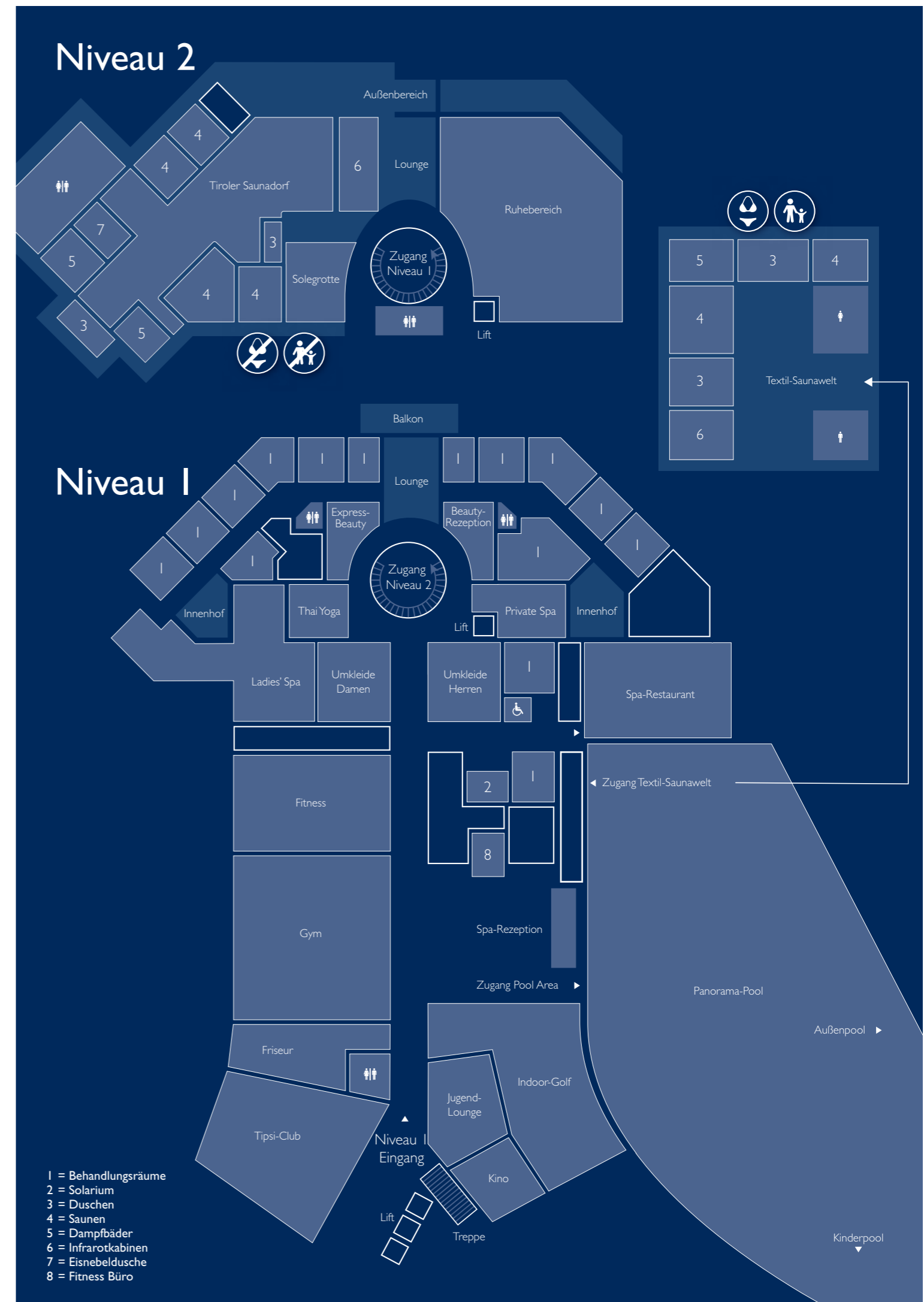
Bitte kommen Sie in Ruhe und ohne Hast zu Ihrer Behandlung. Gerne erwarten wir Sie schon vorher zu einer Tasse Tee. Wenn Sie am Aktivprogramm teilnehmen möchten, bitten wir Sie, sich fünf Minuten vor Kursbeginn an der Spa-Rezeption einzufinden. Nach Kursbeginn ist eine Teilnahme nicht mehr möglich.

Wertgegenstände

Ihre Wertsachen können Sie in Ihrer Zimmersafe aufbewahren. Des Weiteren stehen Ihnen Spinde in den Umkleieräumen sowie Schließfächer im Fitnessbereich zur Verfügung.

Wunschtermin

Gerne berücksichtigen wir Ihre Wünsche bei der Terminierung Ihrer Behandlungen. Am besten buchen Sie bereits vor Ihrer Anreise und sprechen Ihre Wunschzeit und Ihre/n Wunschtherapeut:in mit uns ab. Sollten Sie eine Behandlung nicht wahrnehmen können, geben Sie uns bitte bis 24 Stunden vorher Bescheid. Wir bitten Sie um Verständnis, dass Stornierungen am selben Tag komplett verrechnet werden.



Unsere Öffnungszeiten*

Spa-Rezeption:	07.30 bis 20.00 Uhr
Schwimmbad:	06.00 bis 20.00 Uhr
Fitness & Gym:	06.00 bis 20.00 Uhr
Kosmetik & Massage:	09.00 bis 20.00 Uhr
Tipsi-Club:	09.00 bis 19.00 Uhr
Jugend-Lounge:	09.00 bis 22.00 Uhr
Indoor-Golf:	08.00 bis 20.00 Uhr
Spa-Restaurant:	08.00 bis 18.00 Uhr
Telefon von extern:	+43 (0) 50 809 31-900
Telefon intern:	Spa-Rezeption, 31-900
E-Mail-Adresse:	spa@interalpen.com

* Änderungen der Öffnungszeiten sind vorbehalten
Stand: 12.2022

Interalpen-Hotel Tyrol GmbH
Dr.-Hans-Liebherr-Alpenstrasse 1, 6410 Telfs-Buchen, Österreich
Tel. +43 (0) 50809-30, Fax +43 (0) 50809-37190
reservation@interalpen.com, www.interalpen.com