

Massage & Anwendungen

Apartment & Lifestyle Resort



HOFGUT



INFORMATIONEN

Wellnessbereich

Massage / Anwendungen

Bitte buchen Sie Ihren gewünschten Termin im
Vorhinein an der Rezeption, online
über den QR-Code oder telefonisch.
Tel.: +43 6413 / 8824



Pools

Ganzjahres Indoorpool
mit Außenbecken
08:00 Uhr bis 20:45 Uhr

Sauna

Sommer
16.00 Uhr bis 20.45 Uhr

Winter
15.00 Uhr bis 20.45 Uhr

Auf Nachfrage & bei Regenwetter
gerne ab 11.00 Uhr möglich.



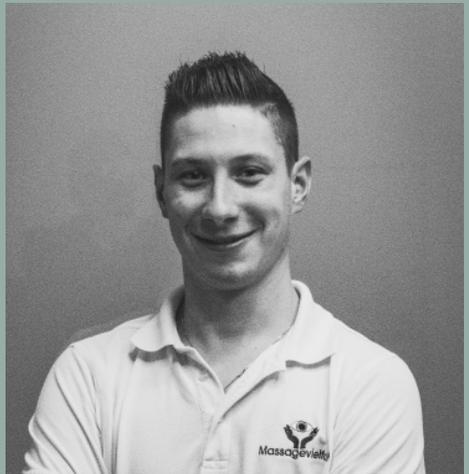
Thomas Kogler

Medizinischer Masseur

Vorwiegend anwesend;
Fr 13:00 Uhr - 18:00 Uhr

Unser Thomas ist seit über 10 Jahren ausgebildeter medizinischer Masseur und bringt neben seiner fundierten Ausbildung ein außergewöhnliches Gespür mit, das durch seine angeborene Sehschwäche geprägt ist. Diese besondere Wahrnehmung, kombiniert mit ständiger Weiterbildung in verschiedenen Massagetechniken, ermöglicht es ihm, Behandlungen individuell an die Bedürfnisse seiner Kund*innen anzupassen.

Ob körperliche Beschwerden oder mentale Anspannung - Thomas setzt gezielt auf vielfältige Techniken, um Verspannungen zu lösen, Schmerzen zu lindern und nachhaltige Entspannung zu fördern. Jede Massage wird mit höchster Sorgfalt durchgeführt, um ein optimales Wohlbefinden zu gewährleisten.



Our Thomas has been a qualified medical masseur for over 10 years and, in addition to his in-depth training, has an exceptional sense of touch that is characterised by his congenital visual impairment. This special perception, combined with ongoing training in various massage techniques, enables him to customise treatments to the individual needs of his clients.

Whether physical complaints or mental tension - Thomas uses a variety of techniques to relieve tension, alleviate pain and promote lasting relaxation. Each massage is carried out with the utmost care to ensure optimum well-being.

MASSAGEN

Verschiedene externe Masseure auf Anfrage

Teilkörpermassage	25 Minuten	45,- €
-------------------	------------	--------

Ganzkörpermassage	50 Minuten	85,- €
-------------------	------------	--------

Sportmassage	50 Minuten	85,- €
--------------	------------	--------

Rücken-Schulter-Nacken	50 Minuten	85,-€
------------------------	------------	-------

Fußreflexzonenmassage	25/50 Minuten	45,- €/85,-€
-----------------------	---------------	--------------

Kombimassage	50 Minuten	85,-€
--------------	------------	-------

Hot Stone Massage	75 Minuten	135,-€
-------------------	------------	--------



Melanie Hagenhofer

Wellness Massage Therapeutin
Raindrop Practitioner
Aromatherapeutin

Vorwiegend anwesend:
Mo & Mi 10.00 - 17.00 Uhr

Unsere zertifizierte Aromaexpertin Melanie lädt Sie ein, die Welt der Düfte und Aromen in Ihrer ganzen Vielfalt zu erleben. Entspannen Sie sich bei einer „Ayurvedischen Wellness Ganzkörper-Öl-Anwendung“ oder genießen Sie die „Raindrop Technik“.

Diese besonderen Wellness-Erlebnisse schenken Ihnen neue Kraft und inneres Gleichgewicht, sodass Sie mit mehr Leichtigkeit und Energie den Alltag genießen können. Melanie verbindet dabei Fachwissen und Einfühlungsvermögen, um Ihnen eine Auszeit zu bieten, die Ihr Wohlbefinden auf allen Ebenen fördert und nachhaltig stärkt.



Our certified aroma expert Melanie invites you to experience the world of fragrances and flavours in all their diversity. Relax with an „Ayurvedic wellness full-body oil treatment“ or enjoy the „Raindrop technique“.

These special wellness experiences will give you new strength and inner balance so that you can enjoy everyday life with more lightness and energy. Melanie combines expertise and empathy to offer you a time-out that promotes and sustainably strengthens your well-being on all levels.

ANWENDUNGEN

Tauchen Sie ein in die Welt der Aromatherapie und erleben Sie die beruhigende Wirkung natürlicher Düfte - unsere Aromaanwendungen verwöhnen Körper und Geist und laden zum tiefen Durchatmen und Entspannen ein

Wellness Ganzkörpermassage **50 Minuten** **85,- €**

-Eine tiefenwirksame Ganzkörper-Wellnessmassage - löst Verspannungen, fördert die Durchblutung und schenkt neue Leichtigkeit für Körper, Geist und Seele.

Wellness Teilkörpermassage **25 Minuten** **45,- €**

-Eine wohltuende Teilkörpermassage - lockert Verspannungen, aktiviert die Muskulatur und belebt Körper und Geist.

Ayurvedisches Wellness **90 Minuten** **145,- €**

-Eine revitalisierende Ganzkörper-Ölanwendung mit antiken Ölen, die Körper, Geist und Seele durch gezielte Berührungen an Marmapunkten, Chakren und Reflexzonen in Einklang bringt - inspiriert von der Abhyanga-Massage

Raindrop Technik **75 Minuten** **130,- €**

-Ein Energieausgleich mit Vitalflechtechnik an Schultern und Füßen - aktiviert die Muskulatur, stärkt das Bindegewebe und revitalisiert Körper, Geist und Seele



Birgit Winter

Reiki Grade

Vorwiegend anwesend:
Mi 13.30 Uhr - 19.00 Uhr

Unsere zertifizierte Reiki-Grade Birgit Winter bringt 20 Jahre Erfahrung mit. Reiki, was „universelle Lebensenergie“ bedeutet, ist eine alte Methode der Energiearbeit, bei der durch das Auflegen der Hände körperliche, emotionale und geistige Heilung unterstützt wird. Ziel ist es, Harmonie im Energiesystem zu erreichen und die Gesundheit zu fördern. Reiki ist sicher, hat keine Nebenwirkungen und ist mit allen Therapien und Glaubensrichtungen kompatibel.

Erleben Sie die heilende Kraft des Reiki und tauchen Sie ein in tiefste Entspannung. Gönnen Sie sich diese wohltuende Auszeit für Ihre innere Balance.



Our certified Reiki-Grade Birgit Winter has 20 years of experience. Reiki, which means „universal life energy“ is an ancient method of energy work that supports physical, emotional and spiritual healing through the laying on of hands. The aim is to achieve harmony in the energy system and promote health. Reiki is safe, has no side effects and is compatible with all therapies and beliefs.

Experience the healing power of Reiki and immerse yourself in the deepest relaxation. Treat yourself to this soothing time-out for your inner balance.

REIKI

Entspannen Sie sich, finden Sie innere Ruhe und lernen Sie Ihren Körper ganz neu kennen - mit unseren wohltuenden Reiki-Anwendungen

60 Minuten

115,- €

- Ablauf:

Zu Beginn wird ein kurzes, persönliches Gespräch geführt.

Auf Wunsch können Energiekarten einbezogen werden.

Die Behandlung startet auf einer Massageliege mit einer Aura-Reinigung, gefolgt von einer individuellen Behandlung der Energiepunkte von Kopf bis Fuß.

Abschließend erfolgt ein Chakren-Ausgleich und die Aktivierung eines Aura-Schutzes um den Energieverlust im Alltag zu verhindern.





Guided Sports Specials

Yoga Retreat mit Lilah Inama

Rennrad Camp mit Bianca Somavilla

Mountainbike Camp mit Bianca Somavilla

Triathlon Camp mit Niclas Baldauf

Trailrunning Pauschale mit Alois Wurzenrainer

**Hier finden Sie alle Informationen über unsere
Guided Sport Specials:**



