

Lusso fa bene. Beauty & SPA*****



PARK HOTEL  PARK SPA
MIGNON





Benvenuti presso la MIGNON SPA*****



Vi auguriamo di cuore di stare bene e di essere felici.

Se non ne siete convinti abbiamo noi il giusto rimedio.

Il bello è che gran parte del proprio benessere sta nelle Vostre mani.

E spesso si tratta di piccole cose che Vi danno fastidio, ma in fondo tutto ciò non è poi così grave.

È nostra intenzione affiancarVi mediante piccole “magie” quotidiane accompagnandoVi con le nostre mani affettuose, con la nostra professionalità, il nostro sapere e le nostre offerte e proposte di benessere al Park Hotel Mignon & SPA.

Siamo lieti di incontrarVi presto

Glatt - Amort - Ellmenreich

Famiglia Glatt-Amort-Ellmenreich e tutto il team del Mignon






Fa bene. Beauty & SPA*****



MARIA GALLAND — Trattamenti viso	8—9
Man Only — tutto per l'uomo	10—11
Massaggi	12—13
Massaggi dall'Oriente	14—15
Trattamenti corpo	16—17
Cerimoniali coccola pelle	18
Double-Treatments	19
Bagni all'aromacosmesi	20
Cerimoniali di trattamenti	21
Cerimoniali di stagione	22
Bagno di fieno	23
Beauty Services	24—25
Il PARK SPA	26
PIROCHE COSMÉTIQUES – MARIA GALLAND	27
Saune	28—29
Le regole nella SPA	30—31



Trattamenti viso | Bellezza splendente

8 | Viso

PARK HOTEL PARK SPA
MIGNON

Trattamento viso lusso Soin Mille Lumière | Un complesso di principi attivi sviluppato in esclusiva da e per Maria Galland con tartufo, oro a 24 carati, peptidi anti-età ed un attivatore cellulare che è stato insignito di un premio. Riduce rughe, dona idratazione e leviga la pelle: e lo fa in maniera significativa. Infatti il nostro lavoro, dopo decenni di ricerca, è stato coronato dalla realizzazione di MILLE che mira esclusivamente ad uno scopo: la Sua bellezza.

80 Min. 145 €

Soin Masque Modellant – MARIA GALLAND | Il rinomato metodo Masque Modellant è un trattamento multifunzionale. L'impiego della maschera autoriscaldante favorisce l'assorbimento delle sostanze attive applicate precedentemente. I risultati non lasciano alcun dubbio sull'efficacia di questo innovativo metodo: la pelle oltre ad essere più compatta ed elastica, sviluppa ulteriormente la propria capacità di trattenere l'idratazione assumendo un aspetto più liscio e vellutato.

85 Min. 135 €

Soin Cocon – MARIA GALLAND | Vi sentirete rinati. Ogni fase del trattamento – dalla deterzione fino all'applicazione di una fiala ad alta concentrazione e di una maschera di schiuma, viene accompagnata da un piacevole massaggio. Un trattamento antistress che rende la pelle morbida ed elastica.

80 Min. 115 €



Trattamenti viso | Freschezza per la mia pelle

Viso | 9


PARK HOTEL PARK SPA
MIGNON

Soin Thalasso Visage MARIA GALLAND | La bellezza che viene dal mare. Lasciatevi conquistare dalla forza attiva degli oceani e dai loro preziosi elementi. Maschere con acqua marina ed alghe donano alla vostra pelle minerali, vitamine ed idratazione. Ricerche scientifiche hanno dimostrato che questo trattamento diminuisce le rughe del 45%. 80 min. 115 €

Con trattamento contorno occhi aggiuntivo, massaggio extra rassodante, correzione sopracciglia | Anche la sensibile parte contorno occhi ha bisogno di cura particolare, per eliminare rughe e cerchi scuri. 45 €

Trattamento classico viso | Un'ora di rilassamento per la Sua bellezza. Il risultato visibile: pelle pulita e fresca con contorni snelli. Pulizia, peeling, purificazione, correzione sopracciglia, fiala rassodante, piacevole massaggio viso, maschera idratante e crema del giorno curativa. 50 min. 76 €
80 min. 110 €

Si possono acquistare i prodotti per continuare la cura a casa in modo di sentire ancora a lungo il beneficio.



Man Only | tutto per lui

10 | Man Only

PARK HOTEL
MIGNON
PARK SPA

A primo impatto sembra che l'uomo non necessiti di cure particolari. Però la bellezza è frutto di una cura attenta e mirata alle particolari esigenze che ogni parte del corpo richiede. La percentuale di collagene e di fibre elastiche è molto più alta negli uomini che nelle donne e per questo la pelle appare più giovane. Oltre a ciò la pelle maschile è idratata meglio grazie al mantello d'idrolipidi e una funzione elevata di ghiandole..

Basta lavarsi con acqua e sapone? No, a causa di sudore e sebo la pelle maschile tende a impurità e richiede una cura personalizzata. Una pelle sana e ben curata rappresenta una qualità essenziale del nostro aspetto, non solo sotto il profilo puramente estetico ma anche per la funzione che questo organo vitale ha nel nostro organismo. Anche se non sembra ma il processo di invecchiamento della pelle maschile inizia dall'età di 40 anni e procede velocemente. Una cura mirata con peeling purificanti stimola i sensi e l'irrorazione sanguigna. Il trattamento con maschere di bellezza, massaggi rilassanti al viso e corpo come impacchi con aromi essenziali riscaldati sono miracolosi: ci si sente rinati e rilassati.

Consigliamo di radersi ca. 4-5 ore prima dei trattamenti per il viso.



Man only | 11

PARK HOTEL PARK SPA
MIGNON

La salute è il più grande regalo,
l'appagamento la più grande ricchezza,
la fedeltà la migliore relazione.

Buddha

Trattamento viso per l'uomo Soin Homme Galland |

Trattamento viso individualizzato per le esigenze dell'uomo con pulizia, peeling, massaggio rilassante viso, maschera e crema curativa.

50 min. 72 €

Relax |

- 1 trattamento viso per l'uomo
- 1 manicure
- 1 massaggio classico totale
- 1 massaggio testa
- 1 impacco all'arnica

259 €

Forza muscolare |


- 1 impacco all'arnica
- 1 massaggio nuca, gambe e piedi

50 min. 90 €

La forza del pino cembro |

- 1 massaggio all'olio di pino cembro
- 1 pedicure
- 1 bagno softpack al pino cembro ed una grappetta finale al cembro

195 €



Con massaggi completamente rilassati


12 | Massaggi



Massaggio classico totale 5 massaggi classici totali (pacchetto per 1 persona)	45 min.	69 € 310 €
Massaggio classico parziale Il massaggio stimola l'irrorazione sanguigna, disintossica e scioglie contrazioni e ridà equilibrio fisico e psichico. 5 massaggi classici parziali (pacchetto per 1 persona)	25 min.	43 € 195 €
Massaggio energetico alla colonna vertebrale secondo Rudolf Breuss	25 min.	45 €
Massaggio bioenergetico alla schiena Il massaggio bioenergetico viene effettuato con oli essenziali ed aiuta a sciogliere blocchi e tensioni accumulate. Un impacco di alghe riscalda e ridà un senso di benessere persistente.	50 min.	73 €
Massaggio Mignon con oli aromatici Massaggio classico con oli eterici scelti. A richiesta con effetto rilassante, tonificante, vitalizzante, rassodante.	45 min.	72 €
Massaggio con i tamponi alle erbe alpine Un trattamento che stimola il corpo con tamponi caldi, riempiti con erbe alpine selezionate, rinvigorisce i tessuti e la muscolatura stimolando il flusso di energia. Questo massaggio aumenta il benessere corpo donando nuova forza e vitalità.	50 min.	81 €
Massaggio Mignon al miele Altoatesino per gambe e schiena per ginocchia e caviglia	45 min. 20 min.	67 € 39 €
Massaggio completo all'olio d'oliva caldo olio proveniente dai Giardini Botanici di Castel Trauttmansdorff.	45 min.	70 €



Massaggio intenso alla schiena con massaggio a pressione plantare e successivo trattamento con la coppetta.	45 min.	82 €
Linfodrenaggio Il linfodrenaggio manuale è una particolare tecnica di massaggio che permette il drenaggio linfatico dai tessuti. La tecnica è costituita da una precisa manualità applicata sul corpo con “tocchi”, movimenti circolari o a pompa che, modificando la pressione dei tessuti, permette alla linfa una migliore circolazione.	50 min.	83 €
Linfodrenaggio parziale	25 min.	64 €
Massaggio La Stone Massage Il corpo viene prima massaggiato con oli aromatici, poi vengono applicati in alternanza pietre vulcaniche calde e pietre fredde di marmo di Lasa sui punti energetici del corpo. L'alternanza delle temperature scioglie i muscoli e attiva la circolazione sanguinea. Gli effetti terapeutici delle pietre sul corpo umano erano conosciuti fin dall' antichità da molti popoli.	50 min.	98 €
Massaggio Hot Stone con pietre calde	50 min	87 €
Massaggio a pressione plantare Il piede è riconosciuto come sede eletta di zone riflesse, cioè in stretto collegamento con le altre parti del corpo. Attraverso questo massaggio è possibile intervenire su alcuni punti del piede per ristabilire equilibri perduti, per prevenire e curare molti disturbi e per mantenere il benessere.	45 min.	65 €



Massaggi dall'Oriente energia per corpo e mente

14 Massaggi

PARL HOTEL PARL SPA
MIGNON

Fisioterapia | Il trattamento fisioterapeutico viene effettuato da uno specialista diplomato esterno

30 min. 60 €
45 min. 85 €

Massaggio Lomi-Lomi | Il massaggio Lomi-Lomi è un trattamento che si esegue con olii preziosi, con gesti e movimenti che si alternano ritmando intensità e velocità diverse, per ricreare l'armonia fra corpo, mente e spirito e conciliare le energie. È un massaggio tradizionale hawaiano che libera l'energia bloccata del corpo, potenzia la respirazione e fa bene ai dolori alla schiena e alle spalle.

50 min. 93 €

Massaggio sonoro con campane tibetane per la schiena | Le vibrazioni provocate dalle campane rilassano articolazioni e muscolatura e infondono un profondo rilassamento

45 min. 79 €

Massaggio balinese | Massaggio rilassante con speciali tecniche di massaggio per rilassare tutti i muscoli, si conclude con un massaggio facciale

50 min. 88 €



Ayurveda | depurante, energizzante

Massaggi | 15

PAUL & JO
MIGNON
spa

Ayurveda **Massaggi Ayurveda** | La tradizione orientale propone massaggi rigeneranti che vanno a versare balsami sull'anima grazie all'ayurveda. Ayurveda è più di un momento di relax - Ayurveda significa „conoscenza della vita“. I massaggi e trattamenti ayurveda vengono praticati con preziosi oli vegetali piacevolmente riscaldati e vengono praticati con movimenti lenti e dolci. L'aggiunta di speciali essenze (lavanda, rosa, cannella, vaniglia), aiuta a lenire lo stress, favorisce il sonno, purifica e nutre la pelle ed i tessuti e rafforza il sistema immunitario.


Shirodara | massaggio rilassante con colata d'olio in fronte. 25 min. 69 €

Abhyanga | massaggio ayurvedico completo al corpo. 50 min. 75 €
80 min. 120 €

Ayurveda pacchetto per lei | 75 min. 110 €
• „Garshan“ Softpeeling
• Massaggio viso e capo „Mukabhyanga“
• Massaggio al piede „Padabhyanga“

Ayurveda pacchetto per lui | 75 min. 110 €
• „Ubtan“ massaggio peeling
• „Abhyanga“ massaggio schiena
• „Padabhyanga“ massaggio piede ed al ginocchio

Energia con Ayurveda | Impacco corpo con un mix esotico di erbe ayurvediche per rigenerare il valore ph del corpo, dopo vi viziamo con un massaggio corpo totale ayurvedico Abhyanga, il cerimoniale si conclude con una tisana di erbe ayurvediche. 80 min. 135 €



Impacchi corpo | carezze per il corpo

16 | Corpo

 MIGNON

Impacchi

Bagno Softpack | Il softpack è una moderna alternativa al bagno in vasche d'acqua. Prevede l'utilizzo di un morbido materassino ad acqua provvisto di coperta termica e di teli imbevuti dell'impacco prescelto. Il lento movimento del materassino e il calore della coperta favoriscono il relax e l'assorbimento dei principi attivi contenuti nei teli.

25 min. 57 €

Alghe marine | attiva la circolazione e il metabolismo.

Olio di enotera | calma e rigenera la pelle, raffina i pori e rinnova la pelle.

Sale marino | con effetto mineralizzante ed esfoliante.

Vinaccia | attiva la circolazione, revitalizzante.

Arnica | effetto rinfrescante e vivificante, particolarmente indicato dopo un'attività fisica.

Pino cembro | contro l'indolenzimento muscolare, aiuta a rigenerare il corpo ed il sistema nervoso vegetativo.

Fango | può avere effetto antinfiammatorio, analgesico e miorilassante.



Fieno tirolese I bagni di fieno vantano una lunga storia e già parecchio tempo fa è stato scoperto l'effetto benefico che il fieno esercita sul corpo umano. Per un bagno di fieno, una miscela di erbe naturali viene lasciata a mollo in acqua ed è scaldata lentamente per liberare gli oli essenziali contenuti nel fieno. Questi bagni sono efficaci contro il reumatismo, riattivano la circolazione sanguigna, sciolgono muscoli tesi e attenuano infiammazioni croniche. Un piccolo massaggio parziale alla fine.	50 min.	92 €
Body Wrap PIROCHE Avvolto in teli con agenti specifici e sdraiati su un lettino viene svolto il Body Wrap. Con l'utilizzo di oli aromatici ed agenti vegetali si ottiene un effetto drenante che aiuta a formare la silhouette.	50 min.	65 €
Mignon – impacco bioenergetico corpo Yin Yang Impacco a base di alga laminaria digitata e argilla con effetti scaldanti e depurativi. Ideale per il miglioramento del drenaggio dei liquidi e contro dolori muscolari o articolari. Alla fine godeteVi un piccolo massaggio parziale.	50 min.	92 €
Trattamento corpo bioenergetico Tecnica di drenaggio particolare. L'ausilio di un apparecchio a ventose in combinazione con oli essenziali e principi attivi naturali, stimola il metabolismo ed infonde ai tessuti nuova energia.	80 min.	140 €
Trattamento bioenergetico corpo anticellulite Una combinazione di prodotti scelti e un drenaggio linfatico studiato per trattare le zone maggiormente colpite dall'inerzia. Un trattamento ideale per detossinare, drenare e tonificare i tessuti.	50 min.	75 €
Pulizia schiena Peeling, pulizia purificante, maschera ed alla fine viene applicata una crema nutriente.	45 min.	65 €



Cerimoniali coccole per la pelle

18 | Pelle

Cerimoniali coccola pelle

Silhouette Body Care nach MARIA GALLAND | Grazie a Soin Performance Minceur vengono stimulate la circolazione sanguigna e linfatica nelle aree problematiche specifiche, quali: addome, fianchi, glutei e cosce. Questo rituale di trattamento, oltre ad offrirLe un'indimenticabile esperienza di relax, facilita una miglior penetrazione degli innovativi principi attivi della gamma snellente Maria Galland Paris. I risultati:

- riduzione visibile della pelle a buccia d'arancia. La pelle è più liscia grazie alla riduzione del micro rilievo
- il volume diminuisce, la pelle è più elastica e tonica..

80 min. 130 €

Peeling del corpo con sale marino e piccolo massaggio |

Il peeling viene effettuato con movimenti lenti e circolanti e rimuove le cellule cutanee morte, affinché i trattamenti successivi siano efficaci. Questo peeling ha un doppio effetto: massaggiato delicatamente, i granuli minerali producono una piacevole esfoliazione e in secondo svolge una potentissima azione drenante. È seguito da un dolce massaggio.

50 min. 79 €

Pressoterapia | La pressoterapia è un trattamento meccanico-pneumatico mirato ad eliminare il liquido in eccesso dagli arti inferiori e serve a contrastare e combattere la cattiva circolazione e gli edemi. Per questo è indicata soprattutto a chi soffre di gambe a colonna, caviglie e piedi gonfi la sera, e chi ha sempre le gambe un po' fredde.

30 min. 50 €



Double Treatments
| lusso per due

Pelle | 19

PARK HOTEL PARK SPA
MIGNON

GSUND Belvita Treatment | Belvita ha sviluppato il GSUND Belvita Treatment, uno speciale trattamento di vero benessere per voi. Lo potete godere solo nei alberghi associati Belvita. Il trattamento è composto quanto segue: beneficio pediluvio, massaggio alle mani e braccia stimolante, peeling ai piedi vitalizzante, massaggio corpo tonificante, massaggio viso e décolleté e maschera corpo idratante.

55 min. 78 €

Double
Treatments

Benessere e rilassamento per due |

130 € 230 €
1 persona 2 persone

1 peeling corpo al sale marino
1 bagno al miele e latte di capra nella vasca per due persone
1 massaggio agli oli aromatici
Per completare il trattamento serviamo un bicchiere di prosecco

Pacchetto mediterraneo per due |

156 € 288 €

1 peeling corpo all'olio di mandorle
1 bagno all'olio di enotera
1 massaggio totale con olio di mandorle caldo
Per completare il trattamento serviamo un bicchiere di Aperol Spritz

Rilassamento orientale per 2 |

145 € 250 €

1 impacco ayurvedico
1 massaggio Hot Stone per la schiena
1 massaggio ai piedi

Belvita Romantik You & Me for 2 |

210 €

1 peeling del corpo
1 massaggio con olio di rose, timo e rosmarino
Rilassamento con cioccolatini e spumante dell'Alto Adige

Bagni all'aromacosmesi

| Oli essenziali per la bellezza ed il benessere

20 | Bagni



Si immergi in un bagno di 20 minuti con un composto di diversi selezionati oli essenziali. Dopo il bagno raccomandiamo di non asciugarsi subito ma di riposare ancora per ca. altri 20 minuti avvolto nel morbido accappatoio per far agire al meglio gli oli.

1 Persona	20 min.	51 €
2 Persone	20 min.	72 €

Bagno alle alghe | La pelle viene curata con sostanze nutritive e minerali delle alghe. Nello stesso tempo viene stimolata la circolazione e permessa la rinnovazione delle cellule. Adatto per disintossicare e contro gli inestetismi della pelle, agisce direttamente sul tessuto.

Bagno rilassante | Rilassare corpo e mente. Oli essenziali: pino, lavanda, arancia dolce, arancia amara, santoreggia.

Bagno rigenerante | Un misto di 8 oli essenziali, che hanno un effetto depurativo e rigenerante sulla pelle e sul tessuto. Il tessuto viene stimolato e rinforzato. Oli essenziali: timo, lavanda, rosmarino, limone, salvia, eucalipto, noce moscata, geranio.

Bagno drenante | Ha un effetto depurativo ed idratante. Oli essenziali: pino, timo, limone, geranio.



Cerimoniali di trattamenti | per farsi viziare

Cerimoniali | 21



Benessere per corpo e anima...
Tutto il bene che avreste sempre voluto farvi – assaporatelo
adesso...il benessere al Mignon.
Siete Voi a decidere se fare del bene al viso, al corpo o alla
pelle. Scegliete tra massaggi, trattamenti, impacchi ed aromi.

Gioia di mama |

80 min. 199 €

- 1 Peeling corpo alle mandorle e miele
- 1 Trattamento viso Soin Cocon
- 1 Massaggio nuca e spalle

Rigenerazione per la schiena |

3 giorni 195 €

- 1 Trattamento bioenergetico schiena
- 1 Impacco al fango
- 1 Massaggio Breuss
- 1 Massaggio parziale all'olio di arnica

Trattamento corpo alle mele |

80 min. 145 €

- 1 Peeling corpo alle mele
- 1 Bagno softpack alle mele
- 1 Massaggio viso

Trattamento benessere meranese con vinaccia |

80 min. 139 €

- 1 Peeling corpo al vinacciolo
- 1 Bagno softpack alla vinaccia
- 1 Massaggio gambe e piedi con olio di vinacciolo

Cerimonial di stagione | tutt'uno con la natura

22 | Stagioni



Primavera	Un sogno alla lavanda - per lei Si goda l'effetto rilassante e rigenerante del peeling corpo e maschera viso alla lavanda, dopodiché la viziamo con un massaggio all'olio di lavanda. Un bicchiere di prosecco completa il trattamento rilassante.	80 min. 120 €
	Vitale come un pino cembro - per lui! Sentite il beneficio dell'essenza al pino cembro altoatesino. Dopo il peeling corpo al pino cembro ed una rilassante maschera viso vi viziamo con un massaggio all'olio di pino cembro. Possiamo offrirvi un bicchiere di prosecco o una grappetta al pino cembro per completare il trattamento?	80 min. 120 €
Estate	La freschezza della menta - per lui e lei Godetevi l'effetto purificante e rinfrescante della menta selvatica, utilizzata durante il trattamento viso. Continuiamo il rilassamento con un impacco piedi ed un massaggio ai piedi. Un bicchiere di prosecco con menta completa il trattamento rilassante.	75 min. 115 €
Autunno	Uva - per lei Un intenso peeling corpo alla vinaccia vi mostrerà i vantaggi dell'uva meranese. Il caloroso e rilassante impacco corpo rafforza l'effetto purificante. Il massaggio viso e nuca all'olio di vinaccioli porterà al rilassamento totale. Concludiamo il trattamento con un bicchiere di succo d'uva dell'Alto Adige.	80 min. 130 €

Autunno

Fieno - per lui | Si goda un tipico bagno softpack al fieno. Il corpo si rigenera e pensieri confusi scompaiono. Con la pelle come seta e la mente rafforzata la viziamo con un massaggio classico totale ed un bicchiere di succo di mela.

75 Min. 130 €

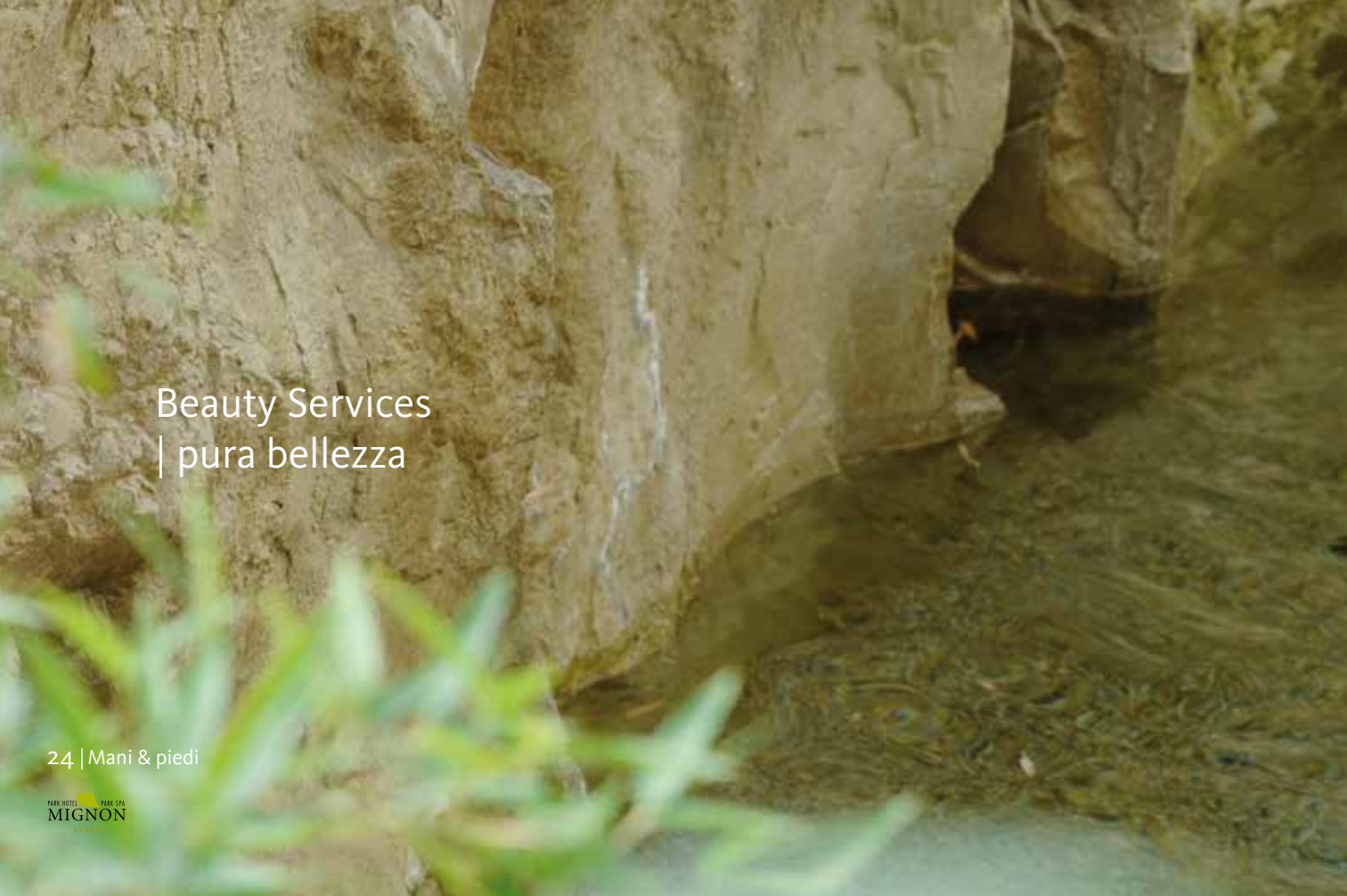
Il miracolo dal fieno... e altre storie vere sulla bellezza ed il benessere

Fieno | 23

PARK HOTEL PARK SPA
MIGNON

Quella dei bagni del fieno è una delle cure naturali più antiche ed efficaci, scoperta quasi per caso dai contadini del Sudtirolo che si recavano sugli alpeggi per rifornirsi di foraggio per gli animali. Durante la notte, dormivano avvolti da strati di fieno appena tagliato e l'indomani si sentivano in forma e pronti per un'altra faticosa giornata di lavoro. Si pensò, quindi di ripetere questa semplice operazione anche a valle.

Il cumarino contenuto nel fieno è una sostanza profumata che, insieme ad altri oli eterici conferisce ai rimedi naturali del fieno anche effetti curativi. Utilizzate da secoli dalla popolazione contadina come un rimedio casalingo, erbe come l'arnica, la camomilla di montagna, millefoglie, la veronica e la piantaggine, durante il bagno di fieno penetrano nella pelle. L'elevata temperatura del bagno facilita l'apertura dei pori permettendo così ai principi di agire nel miglior modo possibile: stimola il tessuto connettivo e il sistema nervoso vegetativo, depura e disintossica. Un bagno nel fieno stimola la circolazione ed aiuta nel caso di reumatismi, gotta, sciatalgia, tensioni e contrazioni muscolari, ernia al disco e nevralgie. Un ulteriore beneficio positivo: rinforza anche il sistema immunitario. Secondo osservazioni mediche persino le persone sofferenti di raffreddore da fieno possono tranquillamente godere dei benefici effetti del bagno di fieno.

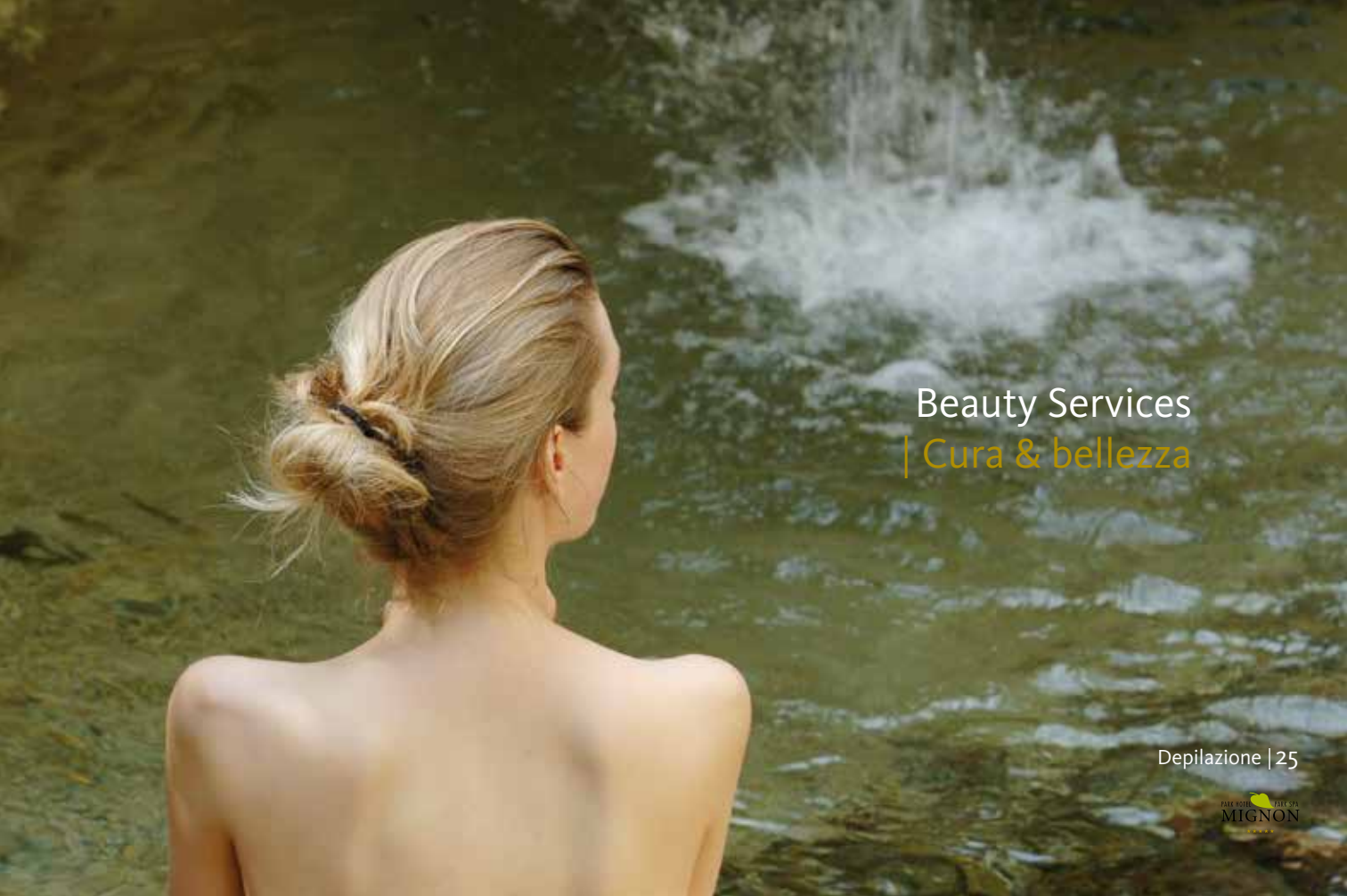


Beauty Services | pura bellezza

24 | Mani & piedi



Manicure con piccolo massaggio alle mani	50 min.	56 €
Pedicure con pediluvio e piccolo massaggio ai piedi	55 min.	61 €
Smalto		8 €
Smalto „French“		28 €
Tinta ciglia		18 €
Tinta sopracciglia		15 €
Correzione sopracciglia		12 €
Solarium lampada UVA	12 min.	15 €



Beauty Services
| Cura & bellezza

Depilazione | 25



Depilazione dolce con ceretta

Mezza gamba	32 €
Gamba completa	60 €
Gamba completa ed inguine	95 €
Inguine	40 €
Ascella	20 €
Ascella ed inguine	60 €
Braccia	33 €
Mezza gamba ed inguine	76 €
Mezza gamba, inguine ed ascella	96 €
Baffetti	14 €
Schiena / petto	60 €

Il PARK-SPA

| un mondo affascinante

26

PARK HOTEL PARK SPA
MIGNON



Benvenuti in un mondo leggero, pieno di luce, di aromi e di vapori. Un mondo che oscilla tra tranquillità e movimento, tra l'essere attivo e rilassato. Un mondo il cui obbiettivo è volto unicamente al vostro benessere.

Un mondo affascinante vi si apre subito entrando nella nostra Park SPA, su una superficie di 1200 mq. Vi si offre il grande lusso della più completa distensione. Distribuiti su tre piani troverete una scelta sensazionale di saune e diverse possibilità di relax. Ogni sauna ha i suoi propri pregi, quindi vi si può scoprire tanti tipi di benessere. Lasciatevi avvolgere dal profumo di aromi delicati, di suoni armonici, di colori vivaci. Godetevi l'incanto del nostro mondo d'acqua gustando il profondo senso di benessere che vi ispira.

Il PARK SPA è raggiungibile comodamente con l'ascensore (-1) e dalla Villa attraversando il garage.

Immergetevi nella nostra invitante piscina coperta, la quale con una chiusa è direttamente collegata con quella all'aperto e qui godetevi la frescura e la trasparenza dell'aria volgendo lo sguardo alle nostre belle montagne.

Whirlpool con acqua salina - comodamente distesi sul lettino lasciatevi dolcemente massaggiare dall'acqua salata del Mediterraneo.

Spiaggia: un profondo senso di relax lo gusterete sulla nostra spiaggia, dove il calore dei raggi del sole che penetrano dalle grandi vetrate, vi avvolgerà piacevolmente.

Vasca Kneipp: rinfrescate le vostre gambe nella vasca con acqua fresca e frizzante con due diversi tipi di sassolini che massaggiano le vostre piante dei piedi.

| Informazioni generali sui nostri partner



Comprendere i segreti della natura costituisce da 25 anni il „leitmotiv“ di Piroche Cosmétiques. Infatti solo l'attenzione e il rispetto per la natura consentono di associare cosmetica e salute. Per Piroche Cosmétiques la fonte di ispirazione è la medicina tradizionale cinese, secondo la quale l'energia circola nell'organismo ed interviene, attraverso i meridiani, per rimuovere gli ostacoli all'equilibrato fluire tra lo yin e lo yang. La salute nasce dall'equilibrio energetico tra le varie parti del nostro organismo e l'ambiente che ci circonda. Piroche ha unito l'esperienza „energetica“ all'aromacosmesi ottenendo ottimi risultati nel campo della bellezza e del benessere. La Piroche Cosmétiques ha la propria sede produttiva a Merano.



Oltre 40 anni orsono MARIA GALLAND, una danzatrice francese di successo, sviluppò insieme ad un dermatologo un programma di trattamento tuttora unico nel suo genere.

Oggi MARIA GALLAND Paris si annovera fra le marche top della cosmesi: una marca che ha continuato a svilupparsi avvalendosi dei risultati di ricerca più attuali e di decenni di esperienza. MARIA GALLAND offre programmi di trattamento globali su misura – dalla leggendaria MASQUE MODELANT, tuttora insuperata, al trattamento di rassodamento del corpo – agli innovativi prodotti per viso e corpo di alta efficacia che si adeguano perfettamente alle esigenze di trattamento personali. In oltre 30 paesi di tutto il mondo, le donne affidano la loro bellezza a MARIA GALLAND e all'esperienza di estetiste specializzate, impeccabilmente addestrate.

Le saune | rinfrancate corpo e spirito

28 | Saune

PARK HOTEL PARK SPA
MIGNON



Le nostre saune | Per fare una sauna proficua vi consigliamo di calcolare almeno 1½. L'effetto benefico deriva sia dalla profonda pulizia della pelle a causa della forte sudorazione, ma anche dall'effetto rinforzante sul sistema cardio-circolatorio a causa dell'alternanza delle temperature. Le saune sono aperte dalle ore 13 alle ore 19.

Bamboo Hyperthermae | (Cabina Ipertermica) Nella sauna dei bambù la temperatura di ca. 85° e la bassa umidità dell'aria (15%), vi procurerà un'estesa sudorazione, con effetto salutare.

Four Seasons | (Sauna 4 stagioni) questa sauna segue le varie stagioni, in cui temperatura e umidità dell'aria variano.

All Senses | Lasciatevi avvolgere dal profumo degli aromi, da suoni, dai colori ed i vostri sensi saranno benevolmente influenzati da questa particolare combinazione.

Mediterranean Parcour | Inoltratevi nel percorso mediterraneo e sperimentere le sensazioni mai provate...

Glacier Ice | Dopo esser stati nelle varie saune entrate nella grotta e massaggiandovi con il ghiaccio lasciate che la frescura avvolga il vostro fisico.

Salina | Inalate i preziosi minerali, sali ed aromi..... e sentirete che le vie respiratorie avvertiranno subito un grande beneficio.

Mediterraneo | Questa piacevole temperatura di caldo-umido vi invita a trattenervi per un relax.

Bamboo Forest | Ascoltate il rumore della cascata ed adagiatevi sulla roccia riscaldata.



Abbi buona cura del tuo corpo, è l'unico posto in cui devi vivere

Jim Rohn

Come fare la sauna

- Prima di entrare in sauna fate una doccia tiepida e asciugate bene il corpo.
- Entrate nudi in sauna e sedetevi sul vostro asciugamano. Scegliete bene il posto dove sedervi: normalmente si prende posto sul gradino più basso dove l'aria è meno calda. Poi pian piano si passa ai gradini più alti.
- La durata della permanenza nella cabina dipende dalla vostra sensazione di benessere. Noi consigliamo 10/15 - minuti e comunque finché il corpo inizia a sudare.
- Dopo essere usciti, la fase di raffreddamento aiuta a togliere il calore dal corpo. Camminate un pò, magari anche all'aperto, per poi rinfrescarvi con una doccia fredda o tiepida o con il ghiaccio.
- La fase di riposo, accompagnata da un bicchiere d'acqua o tisana, dovrà durare almeno quanto la vostra precedente permanenza in cabina, preferibilmente anche il doppio del tempo. Riposate e/o sonnecchiate nella zona relax davanti al camino o sotto le tende, avvolti nel vostro accappatoio.
- Consigliamo di ripetere tutto il rituale per tre volte.
- Nelle cabine umide e a vapore suggeriamo di pulire le panche con la gomma.
- Entrate nudi e senza costume in tutte le cabine, coprendovi a discrezione con un asciugamano.



30 | Etichetta

PARK HOTEL
PARK SPA
MIGNON

Regole nella nostra SPA

- Fissate gli appuntamenti alla reception della SPA, possibilmente già prima dell'arrivo, per ottenere l'orario preferito.
- Per i trattamenti preghiamo di presentarsi in accappatoio, vestiti con biancheria intima. Per i bagni mettiamo a disposizione gli slip monouso.
- Tutti i trattamenti comprendono una breve introduzione e consulenza.
- Se avete un contrattempo e non riuscite ad arrivare all'appuntamento Vi preghiamo di avvisarci almeno 24 ore prima, altrimenti siamo costretti a mettere in conto il trattamento non eseguito.
- É proibito fumare nella Spa e preghiamo anche di spegnere i cellulari.

Zona Wellness

- Accappatoio ed asciugamani sono a disposizione nella Vostra camera da letto. Preghiamo di riportarli in camera.
- Reparto nudo: il padiglione delle saune con zona relax. Utilizzate asciugamani per coprirVi. Nella sauna preghiamo di sederVi sui propri asciugamani. Accesso proibito ai minori sotto i 16 anni.
- Bambini: Divertimento e gioco vanno sempre bene, ma per favore zitti zitti...I genitori sono pregati di sorvegliare i loro bambini. Nessun accesso al reparto nudo per bambini.
- Sala fitness nella Park SPA: Per qualsiasi spiegazione preghiamo di rivolgersi alla reception. L'uso degli attrezzi è a proprio rischio. I ragazzi sotto 16 anni non hanno accesso se non accompagnati dai genitori, perché si tratta di impegnativi attrezzi tecnici Tecnogym e con uso non corretto il rischio d'infortunio è alto. I genitori rispondono per i bambini. Le cinture di frequenza da polso sono disponibili alla reception.
- Cellulari: Vi preghiamo di non fumare e di spegnere i cellulari nella piscina e nell'area saune.
- Per motivi igienici vi preghiamo di non entrare con le scarpe da strada. Presso i diversi ingressi sono disponibili copriscarpe. In tutta la zona dei bagni consigliamo di indossare le ciabatte. GRAZIE.



Saune |



PARK HOTEL MIGNON & SPA

- Troverete un bellissimo albergo 5 stelle in una zona tranquilla e comunque vicino al centro
- Offriamo un vasto centro benessere con piscine, saune, beauty farm, massaggi, bagni, sala fitness e zona relax .
- Troverete accappatoi morbidi e ciabatte nelle spaziose camere e suite
- Tutti i trattamenti vengono eseguiti da collaboratori professionali che utilizzano prodotti di qualità.
- La teniamo in forma con attività sportive e motoria fitness, escursioni e Nordic Walking
- Godetevi prelibatezze culinarie di un'ottima cucina mediterranea con influenze di tradizione locale e tanti extra in più: per esempio una ricca e squisita prima colazione dal buffet con succhi e spremute, pane fresco, frutta fresca e tante altre delizie, a mezzogiorno un piccolo pranzo con un piatto vitale e buffet d'insalate, cena di 5 portate, ogni settimana cena di gala al lume di candela, serate a tema, intrattenimento musicale.
- Il Park Hotel Mignon & SPA è garante per wellness, qualità ed ottima assistenza, la quale viene regolarmente controllata da ispettori anonimi e indipendenti.

Auguri!

Questa volta però non sono solo parole, ma un gesto che dura più a lungo di un mazzo di fiori e costa meno di un gioiello. Confezioniamo un **FESTOSO BUONO REGALO** per un soggiorno oppure per trattamenti presso il nostro Park Hotel Mignon & SPA. Maggiori informazioni presso la nostra reception.



PARK HOTEL MIGNON & SPA*****

Fam. Glatt-Amort
I-39012 Merano
Via Karl-Grabmayr 5
Tel. +39 0473 23 03 53
info@hotelmignon.com
www.hotelmignon.com