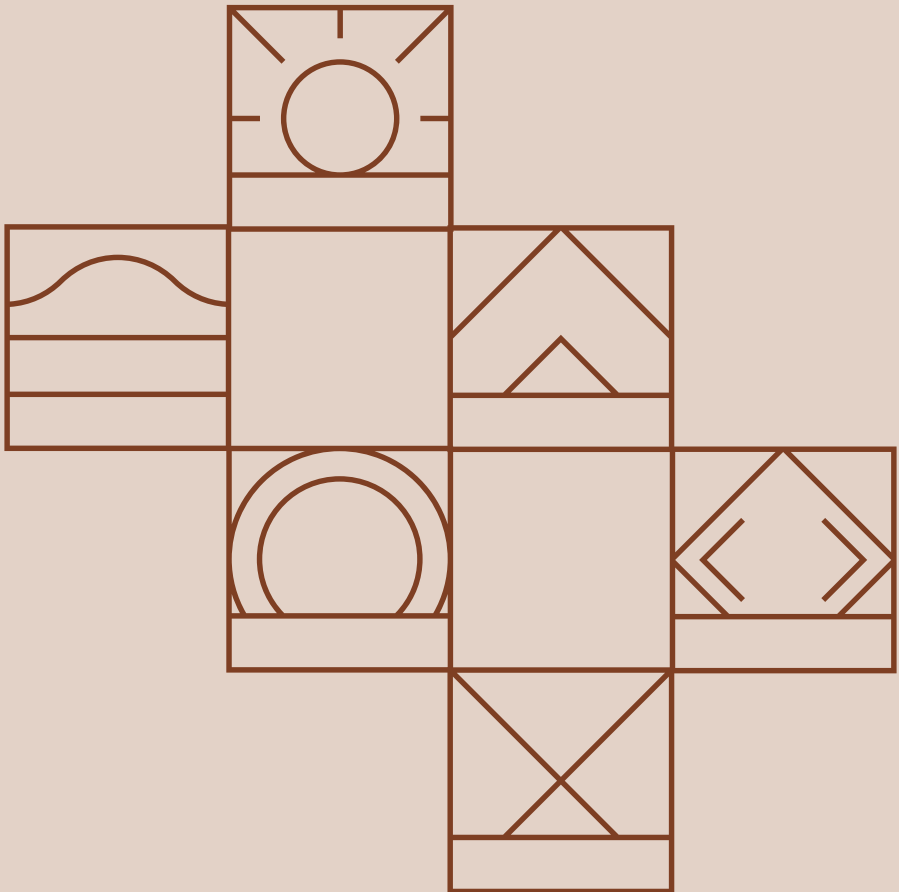


HOCHLEGER[®]

Chalet Refugium



gültig ab Jänner 2025 | DE

ZillerSeasons

ZillerSeasons

Luxury Hotel Collection

**4 Häuser
vereint durch *Exzellenz*.**



Share your experience

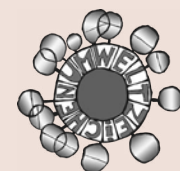
@zillerseasons

@hochleger

@malisgarten

@das.post.hotel

@gutstiluppe



Luxury Hotel Collection



Hoch

über dem Alltag



GESICHT
– 10



HÄNDE
– 14

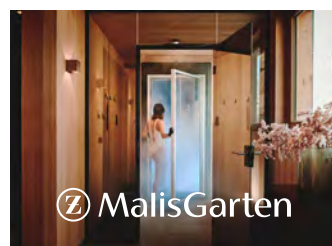


MASSAGEN
– 16

ZillerSeasons



ZILLERSEASONS TREATMENTS
– 22



KRYOTHERAPIE
– 28



RADIOFREQUENZ-
BEHANDLUNG – 30

ZillerSeasons



MICRONEEDLING
– 32



WELLNESS- UND FITNESS-
TRAINING – 34



SPA SHOP
– 36



PARTNER
– 38



[hochleger.at/spa/
wellness-spa/](https://hochleger.at/spa/wellness-spa/)

Hier finden Sie das Spa-
Menü, HochLeger zum
Download.

Herbarium Spa am Berg

Lassen Sie den Alltag hinter sich und erleben Sie das erhabene Gefühl von *Ruhe* inmitten der Natur. Die außergewöhnliche Kombination aus idyllischer Umgebung, alpinem Ambiente und erstklassiger Wellness-Ausstattung ist der Garant für einen erholsamen Bergurlaub im Zillertal in Tirol. Das HochLeger Chalet Refugium bietet private Entspannungsmomente auf höchstem Niveau.





Gesichtsbehandlungen für *sie* und *ihn*

Nehmen Sie sich Zeit für sich. Unsere erfahrenen Kosmetiker*innen bringen Ihre Schönheit zum Strahlen.

Abgestimmt auf Ihre ganz individuellen Bedürfnisse, setzen wir Kräuterkraft und apparative Kosmetik ein, um das gewünschte Ergebnis zu erzielen.



Individuelle Gesichtsbehandlung

Aufbauen, versorgen, stärken – ganz individuell. Die heilkräuterbasierenden Gesichtsrituale richten sich nach den aktuellen Bedürfnissen Ihrer Haut. Sie wählen den Pflegeschwerpunkt und die Intensität Ihres Rituals. Ihre Haut wird aufblühen – von innen nach außen!



Wählen Sie Ihren Wirkungswunsch für die Anwendung aus den folgenden Pflegeergebnissen:

- + Beruhigend & stärkend
- + Feuchtigkeitsspendend
- + Klärend & reduzierend
- + Vitalisierend & erneuernd
- + Fett- und feuchtigkeitsausgleichend

**50 Minuten Anwendungszeit
beinhalten:**

- Hautanamnese
- Reinigung
- Peeling
- Wirkstoffserum
- Tiefenreinigung oder Kurzmassage von Gesicht und Hals
- Gesichtsmaske
- Tagespflege

**80 Minuten Anwendungszeit
beinhalten zusätzlich:**

- Tiefenreinigung
- intensive Massage von Gesicht, Hals und Dekolleté
- Spezialmaske
- spezielle Augenintensivpflege

**Bestimmen Sie die Dauer
für Ihre Behandlung:**

50 min | 134
80 min | 182

Beauty - Extras

Diese Extras können zu einer Anwendung hinzugebucht werden. Um die zusätzlich benötigte Zeit einplanen zu können, bitten wir um die Angabe des entsprechenden Wunsches direkt bei Buchung.

- Wimpern färben 15 min | 25
- Augenbrauen färben 15 min | 19
- Augenbrauen-Korrektur 15 min | 19
- Augenpartie komplett nach Ihren Wünschen 25 min | 45



MartinerHof Reme

Pflege für die Hände



Maniküre

Pflege- und Verwöhnprogramm für die Hände. Ein Handbad verwöhnt die Haut. Die Nägel werden nach Wunsch gekürzt, geformt, die Nagelhaut wird behandelt. Mit dem entspannten Eincremen erzielen wir ein maximal gepflegtes Ergebnis. Abschließend verwöhnen wir Sie mit einer kurzen Handmassage.

50 min | 112

Nägel lackieren oder polieren

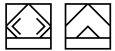
Diese Extras können zu einer Anwendung hinzugebucht werden. Um die zusätzlich benötigte Zeit einplanen zu können, bitten wir um die Angabe des entsprechenden Wunsches direkt bei Buchung.

- **Auswahl der individuellen Lieblingsfarbe und entsprechende Lackierung** 10 min | 15
- **Shellack nach der Maniküre oder Pediküre** 25 min | 42
- **Shellack entfernen vor der Maniküre oder Pediküre** 25 min | 39
- **Shellack entfernen und neu lackieren** 30 min | 60





Massagen



Entspannende Massage

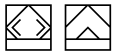
Eine Massage auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt. Die Steigerung des Wohlbefindens und die Entspannung oder Vitalisierung Ihrer Muskulatur stehen im Mittelpunkt. Mit Wirkungslotionen und verschiedensten Massagetechniken stimmen wir die Anwendung nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen ab.

Teilkörpermassage

20 min | 85

Ganzkörpermassage

50 min | 125



Rücken-Kopf-Nacken Massage

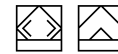
Eine ideale Kombination von speziellen Grifftechniken und wirkstarken Kräuterölen zur Entlastung der Muskulatur und zum Lösen von Spannungen. Lockert, entspannt und belebt neu. Für frische Lebensenergie und Erdung.

Bestimmen Sie die Dauer für Ihre Behandlung:

20 min | 79

50 min | 134

mit Nachruhezeit

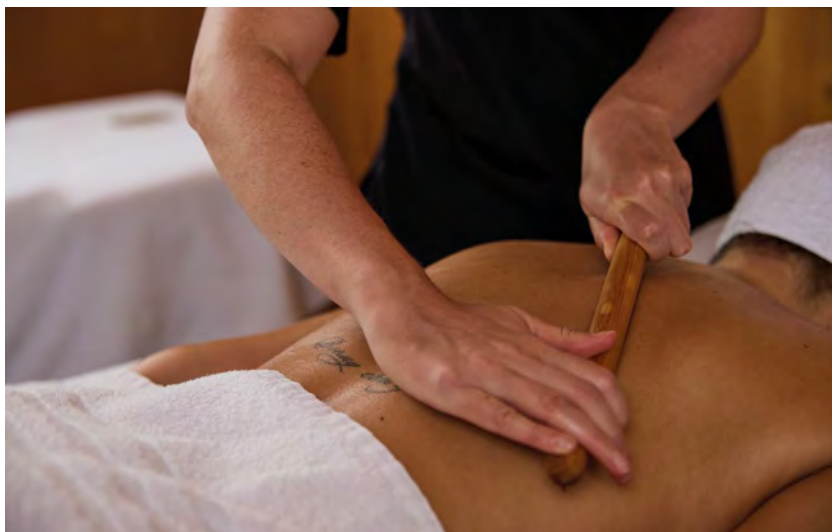


Sportmassage

Ob Sie regelmäßig Sport treiben oder einfach nur den Alltagsstress abbauen möchten – eine Sportmassage kann wahre Wunder für Ihren Körper bewirken.

Unsere spezielle Behandlung kombiniert gezielte Triggerpunkttherapie, Lymphdrainage und Faszienbehandlung, um tief verwurzelte Verspannungen zu lösen, die Durchblutung zu fördern und die Beweglichkeit zu steigern. Lassen Sie sich von unseren erfahrenen Spa-Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern individuell betreuen und spüren Sie, wie sich Verspannungen lösen und Ihre Beweglichkeit zurückkehrt. Ideal für Sportler*innen, aber auch für alle, die ihren Körper im Alltag entlasten wollen.

50 min | 138



ZillerSeasons Zirbenmassage



SPECIAL: SIGNATURE MASSAGE[®]
ZillerSeasons Zirbenmassage



Entdecken Sie die wissenschaftlich bestätigte, heilsame Wirkung des Zirbenholzes. Die ZillerSeasons Zirbenmassage ist eine ganz besondere Wohltat für Körper und Geist. So fühlt sie sich an: pure Entspannung.

Zirbenholz aus dem alpinen Raum wird seit Jahrhunderten aufgrund seiner positiven Wirkung auf das Herz-Kreislauf-System geschätzt. Durch den angenehmen Duft der Zirbe beruhigt sich unser Herzschlag. Hierdurch entspannt und erholt sich unser gesamter Organismus. Die Intensität der Massage wird individuell mit Ihnen abgestimmt. Mit der Kraft und dem Rhythmus der Natur im Einklang wird der Körper gekräftigt und entspannt.

80 min | 208

ZillerSeasons

Luxury Hotel Collection



MalisGarten Green Spa Hotel

ZillerSeasons

Luxury Hotel Collection

Die Familie der ZillerSeasons umfasst neben unserem HochLeger Chalet Refugium auch DasPosthotel, MalisGarten, sowie unser Gut Stiluppe.

Tauchen Sie ein in das zauberhafte Ambiente luxuriöser Naturverbundenheit der ZillerSeasons Luxury Hotel Collection. Genießen Sie unsere Longevity-Anwendungen wie Radiofrequenztherapie, Microneedling und die Kältekabine in MalisGarten Green Spa Hotel.

Bitte buchen Sie Ihre Anwendung rechtzeitig online unter herbarium.zillerseasons.at, per E-Mail an: spa@zillerseasons.at oder telefonisch unter: +43 5282 2236 2010.



MalisGarten Green Spa Hotel

MalisGarten

14+

Adults Only –
Genuss & Ruhe



Exklusiver
Wellnessbereich mit
Gartenpool, 3 Saunen,
Sole-Dampfbad u.v.m.



Garten mit Liegen,
Außenbar und
Terrasse



Longevity Spa
mit Kältetherapie,
Needling u.v.m.



Natürliche Wirkstoffe
und zertifizierte
Naturkosmetik



Nachhaltiger, natürlicher Luxus

Das aus Holz erbaute 5-Sterne-Superior-Hotel MalisGarten empfängt Sie mit einer lichtdurchfluteten Lobby und edlem Design. Natürliche Materialien, duftende Hölzer und die Botanical Architecture des Architekten Matteo Thun schaffen ein ganz besonders exklusives Ambiente. In MalisGarten werden Longevity, Gesundheit und bewusster Genuss gelebt.

Tauchen Sie ein in eine alle Sinne bereichernde Gartenlandschaft und den exklusiven Spa-Bereich. Nutzen Sie das umfassende Longevity Programm mit Kältekabine, Microneedling, Radiofrequenztherapie, Ionic Detox Fußbad u.v.m.



malisgarten.at/herbarium-spa/wellness-spa/

Hier finden Sie das Spa-Menü, MalisGarten zum Download.

GutStiluppe



Good Life Hotel –
Family



Großzügiger
Wellness-Bereich
mit 5 Pools, 4 Saunen



Paradiesischer Garten
mit Yogaplattform,
Wiesen-Schaukel
u.v.m.



Poolbar und Terrasse



Wertvolle Öle
und zertifizierte
Naturkosmetik



Wellness & Good Life für die ganze Familie

Im 4-Sterne-Superior Hotel Gut Stiluppe erwartet Sie eine überaus großzügige Badelandschaft mit fünf herrlichen Pools: Garten-Sportpool, Medical Whirlpool, Indoor Familienpool, Kinderpool und Kaltwasser-Gartenpool. Separate Bereiche für Familien und Erwachsene schaffen eine Balance zwischen Ruhe und Aktivität. Ein schöner Südgarten mit Obstbäumen, einer Sonnenwiese, Blumenwiese, Wiesen-Schaukel und einer Yoga-Plattform lädt ein, die Seele baumeln zu lassen. Poolbar und Terrasse runden das Angebot wunderbar ab und schenken Momente purer Ferien-Glückseligkeit.



stiluppe.at/spa-wellness/stiluppe-spa/

Hier finden Sie das Spa-Menü, Gut Stiluppe zum Download.

② DasPosthotel



Boutique Hotel
mit urbanem Flair



Wellness-Bereich
mit 6 Saunen,
4 Ruhebereichen



Außenpool mit Innen-
einstieg, Eisbrunnen,
Fußbecken,
Kneipp-Becken



Lauschiger Garten



Natürliche Wirkstoffe
und zertifizierte
Naturkosmetik



Boutique Hotel mit einzartigem Charme

Das Small-Luxury Boutique Hotel DasPosthotel besticht durch seine Mischung aus mutigem Design und der Liebe zu traditionellen, natürlichen Materialien. Die großzügigen Suiten bieten Raum für pure Entspannung in einem stilvollen, luxuriösen Ambiente.

Es erwartet Sie ein exklusiver Boutique-Spa-Bereich mit ganzjährig beheiztem Außenpool, Finnischer Sauna, Gartensauna, Bio-Sauna, Sole-Dampfbad, Infrarotkabine und vielen weiteren luxuriösen Annehmlichkeiten. Beleben Sie Ihren Körper und Geist mit unserem breiten Angebot an Massage-Wellness- und Beauty Treatments.



[dasposthotel.at/
boutique-spa/wellness-
spa/](https://dasposthotel.at/boutique-spa/wellness-spa/)

Hier finden Sie das Spa-
Menü, DasPosthotel zum
Download.

② Herbarium



② MalisGarten



② GutStiluppe



② DasPosthotel

Kryotherapie



LONGEVITY

Kältekabine:

–85 °C für Beauty, Gesundheit, Sport und Wellness

Die Kryotherapie erfreut sich bei Mediziner*innen und Sportler*innen großer Beliebtheit, aufgrund ihrer zahlreichen positiven Effekte. Im Herbarium Spa steht Ihnen eine innovative Hochleistungs-Kältekammer zur Verfügung, die Ihnen stabile und garantierte Tiefsttemperaturen von bis zu minus 85°C bietet.

Nutzen Sie die Gelegenheit und stärken Sie Körper und Geist mit der beeindruckenden Wirkung der Kälte auf Beauty, Gesundheit, Sport und Wellness. Mit dem digitalen Anamnesebogen wird Ihre individuelle Anwendungszeit errechnet.

Unsere Spa-Mitarbeiter*innen versorgen Sie mit Mütze, Handschuhen und Mundschutz und halten während der Kältebehandlung mit Ihnen Sichtkontakt. Auf Wunsch erhalten Sie von uns Ihren persönlichen Zugang zur kostenlosen App. Hier sehen Sie Ihre berechnete Anwendungsdauer und -wiederholung.

Sie werden ein sehr hohes Energielevel und ein Hochgefühl verspüren, das auch noch einige Stunden nach der Anwendung anhält. Es ist wichtig, im Anschluss ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen.

Empfohlen werden **wöchentlich 2 Anwendungen in der Kältekammer** und **wöchentlich 2 Sauna Anwendungen** an verschiedenen Tagen.

Eine Behandlung in der Kältekabine kann:

- + **entzündungshemmend** wirken
- + die **Fitness** positiv unterstützen (regenerierend, Gefäß- und Muskeltraining)
- + den **Stoffwechsel** (Fettverbrennung) anregen und **Diäten** unterstützen
- + frische **Energie** freisetzen
- + das **Immunsystem** stärken
- + guten **Schlaf** fördern
- + **stressreduzierend** wirken
- + **verjüngend** für Gewebe und Haut wirken (Anti-Aging)



Kältekabine

Die Kryokabine ist an folgenden Tagen buchbar:

- Montag
- Mittwoch
- Freitag
- Samstag

Tarife

1 Einheit		49
3 Einheiten		136
5 Einheiten		199

Bitte klären Sie mit Ihrem Hausarzt/ Ihrer Hausärztin ab, ob die Empfehlungen für Sie geeignet sind.

Sichtbare *Hautstraffung* ohne invasiven Eingriff

Unser umfassendes Angebot an Schönheitsbehandlungen umfasst auch die revolutionäre Methode der Radiofrequenzbehandlung und des Microneedlings.

Dadurch wird Ihrem Hautbild auf sehr schonende, schmerzfreie und sanfte Art und Weise zu neuer Jugendlichkeit verholfen.



Radiofrequenzbehandlung

Funktionsweise:

Die Radiofrequenz-Therapie baut auf langjährige medizinische Erkenntnisse und setzt auf die gezielte Wirkung von Radiowellen. Diese regen die Fibroblasten in der tieferen Hautschicht an, Kollagen und Elastin neu zu bilden. Das Resultat ist eine straffere und glattere Haut, ohne dass die Epidermis belastet wird.

Die sanfte Methode der Radiofrequenzbehandlung ist insbesondere bei Tränensäcken, feinen Fältchen und Elastizitätsverlust im Gesichts-, Hals- und Dekolleté-Bereich geeignet. Auch Akne kann mit dieser Methode wirksam behandelt werden.

Video:
Radiofrequenz-
Behandlung:



Unsere Spa-Mitarbeiter*innen verwenden das hochwertige, monopolare Radiofrequenz-Gerät der Marke SKINthings. Im Gegensatz zur bipolaren Radiofrequenz-Behandlung dringt die monopolare Behandlungsform tiefer in die Hautschichten ein.

Die Radiofrequenzbehandlung umfasst:

- Schritt 1:** Reinigung
- Schritt 2:** Peeling
- Schritt 3:** Auflegen der Elektrode
- Schritt 4:** Radiofrequenzbehandlung
- Schritt 5:** gezieltes Einschleusen der Wirkstoffe
- Schritt 6:** Auflegen einer Hyaluron Maske
- Schritt 7:** Abschlusspflege

Die eingesetzten Wirkstoffe werden angepasst an Ihr individuelles Hautbild ausgewählt. Lassen Sie sich von der Radiofrequenzbehandlung begeistern und genießen Sie ein spürbar glatteres Hautbild!

Bestimmen Sie Anwendungsbereich und Dauer Ihrer Behandlung:

Gesichtsbehandlung	50 min	1 Sitzung		134
		3 Sitzungen		352

Jawline Behandlung	30 min	1 Sitzung		85
		3 Sitzungen		225

Gesicht und Dekolleté (straffende Behandlung)

80 min	1 Sitzung		192
	3 Sitzungen		508

Behandlungsempfehlung:

Bereits die erste Behandlung wird Sie überzeugen: Ihr Hautbild wird sichtbar straffer und glatter aussehen. Unsere Spa-Mitarbeiter*innen beraten Sie gerne persönlich.



Microneedling

Funktionsweise:

Microneedling ist eine schonende Methode zur Hautstraffung, die mit einem Needlingpen durchgeführt wird. Dabei wird die oberflächlich betäubte Haut mit leichtem Druck behandelt, wodurch Mikroverletzungen entstehen. Diese lösen eine Wundheilung aus und regen zur Zellteilung sowie der Bildung von neuem Kollagen, Elastin und Hyaluronsäure an. Das Ergebnis ist eine sichtbar straffere Haut, die Fältchen glättet und das Hautbild ebenmäßiger erscheinen lässt.

Über die kleinen Stichkanäle, die durch das Microneedling entstehen, können Seren mit wertvollen Wirkstoffen wie Hyaluronsäure oder pflanzliche Hautstimulanzen tiefer in die Haut eindringen und dadurch ihre volle Wirkung entfalten.

Zusätzlich zum hautstraffenden Anti-Aging Effekt reduziert Micro-Needling oberflächliche Hautverfärbungen und rote Äderchen. Dünne, fahle Haut wird mittels Stimulation gefestigt und auch einer erschlaffenden Kinnpartie kann wirksam entgegengewirkt werden. Tränensäcke, Augenringe und Hautunreinheiten können sichtbar verringert werden.

Die Microneedling-Behandlung umfasst:

- Schritt 1:** Reinigung
- Schritt 2:** Needling
- Schritt 3:** gezieltes Einschleusen der Wirkstoffe
- Schritt 4:** Maske
- Schritt 5:** Abschlusspflege

Video:
Microneedling:



Entdecken Sie die sanfte Methode des Microneedlings für eine strahlende und jugendliche Haut:

Gesichtsbehandlung	50 min	1 Sitzung	128
		2 Sitzungen	228
Gesicht und Dekolleté	80 min	1 Sitzung	182
		2 Sitzungen	328

Behandlungsempfehlung:

Bereits die erste Behandlung wird Sie überzeugen und liefert ein sichtbares Ergebnis. Unsere Spa-Mitarbeiter*innen beraten Sie gerne persönlich.



Microneedling

Wellness- und Fitnesstraining

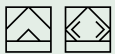


Personaltraining



Für eine aktive Zeit! Körperliche und mentale Ausgeglichenheit sind wichtig für die Lebensqualität, um alltägliche Herausforderungen zu bewältigen. Ein 1:1-Training, das zeitlich flexibel und individuell angepasst wird. Ob im Freien oder drinnen, an Fitnessgeräten oder mit dem eigenen Körpergewicht. Detaillierte, persönliche Coachings sorgen dafür, dass das Training komplett auf Ihre individuellen Fitnessziele abgestimmt wird.

60 min | 108



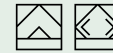
Faszientraining

Steigern Sie Ihre Leistungsfähigkeit durch regeneratives Faszientraining. Durch Faszientraining wird das Gewebe geschmeidiger und die Muskulatur gelockert. Dadurch sollen Verletzungen vorgebeugt, Verspannungen gelöst und Schmerzen gelindert werden.

60 min | 108



Video: Faszientraining:



Neuro-Athletik Training

Das Neuro-Athletik Training hat zum Ziel, das Gehirn zu schulen, bestimmte bewegungseinschränkende Schutzmechanismen abzulegen. Der Gleichgewichtssinn wird verbessert, Verletzungen werden vorgebeugt, eine Leistungssteigerung erreicht. Sehr wertvoll für Menschen, deren Ziel es ist, leistungsfähiger und koordinierter in den Alltag zurück zu kehren.

Erlernen Sie von unserem Coach 1:1 wichtige Übungen, die Sie zu Hause für 6 - 8 Wochen fortführen können.

60 min | 108

Video: Neuro-Athletik:



Wohlfühlmomente für zuhause

Unser liebevoller Herbarium Spa-Shop in MalisGarten hält kleine und große Geschenke für Sie und Ihre Liebsten bereit. Das feine Sortiment reicht von Aromakerzen, über ausgewählte Bücher, bis hin zu zertifizierten Naturkosmetik-Produkten. Unsere Spa-Mitarbeiter beraten Sie gerne.

Wir freuen uns auf Sie!



Unsere Partner

SKIN**things**®

Hinter der Marke SKINthings® stehen über 40 Jahre Berufserfahrung in der Praxis und in der Kosmetikindustrie der Firmengründerin und Heilpraktikerin Heike Schnitzler.

SKINthings® setzt auf moderne wirkungsvolle Inhaltsstoffe in den erforderlichen Konzentrationen, um ihr Wirkversprechen einlösen zu können. Zudem ist höchstmögliche Verträglichkeit für SKINthings® ein absolutes Muss.

SKINthings® steht für eine vegane, tierversuchsfreie Wirkstoffkosmetik kombiniert mit effektiver apparativer Unterstützung.


PHARMOS
NATUR

Pharmos Natur steht für Natur, die wirkt, und Nachhaltigkeit. Wie die Natur selbst, versteht sich Pharmos Natur Green Luxury als lebendiges System mit einer eindeutigen Sinnausrichtung: Mensch und Natur stehen im Mittelpunkt.

Die hohe Qualität entsteht durch den richtigen, energie-reichen Anbau-Ort, fruchtbare, gesunde Böden, das liebevolle Hegen und Pflegen durch die Kleinbauern, behutsame Verarbeitungsprozesse und auch eine faire, partnerschaftliche Zusammenarbeit mit allen Menschen, die an der Herstellung beteiligt sind.


EBEN
HOLZ

Eine frische, gesund aussehende Haut macht nicht nur schön, sie hinterlässt auch einen bleibenden Eindruck. Auf dieser schlichten Erkenntnis basiert die Entwicklung aller EBENHOLZ Pflegeprodukte.

Fünf hochwirksame, natürliche „Skincare Tools“ sind auf die speziellen Bedürfnisse von Männerhaut abgestimmt und geben ein frisches Aussehen zurück. Mit den besten deutschen Wissenschaftlern werden diese Schätze der Natur weiterentwickelt zu revolutionären Formulierungen und hochwirksamen Produkten.

Natürliche Pflege, kompromisslos nachhaltig, zertifiziert vegan, 100% Made in Germany, belegte Wirksamkeit, Glas und Holz statt Kunststoff.


PINO

Der Erfolg der Marke PINO hat seinen Ursprung im Schwarzwald, wo unter Verwendung traditioneller ätherischer Öle zunächst hochwertige Gesundheitsprodukte und pflanzliche Arzneimittel für das europäische Bäder- und Kurwesen entwickelt wurden.

Im Laufe der Jahre konnte die PINO GmbH immer mehr therapeutische Hilfsmittel, Geräte und kosmetische Produkte angepasst an die aktuellen Bedürfnisse der professionellen Anwender*innen aus den Bereichen Physiotherapie, Massage und Balneotherapie dem umfassenden Sortiment hinzufügen.

Anwendung buchen

Um Ihre Wunschanwendung zu sichern empfehlen wir, die Buchung noch vor Ihrer Anreise bei uns zu tätigen. So können wir Sie persönlich beraten und individuell auf Ihre Wünsche eingehen.

All unsere Anwendungen verstehen sich inklusive Vorgespräch zur Anwendung und einer kurzen Nachruhezeit.

Bitte buchen Sie Ihre Anwendung rechtzeitig per E-Mail an:
spa@zillerseasons.at
oder telefonisch unter:
+43 5282 2236 2010.

Wir freuen uns auf Sie!

Preisänderungen vorbehalten.





Gedruckt auf umweltfreundlichem,
FSC-zertifiziertem Papier.

ZillerSeasons

Luxury Hotel Collection

BERUHIGEN



HARMONISIEREN



VITALISIEREN



STÄRKEN



HochLeger – Chalet Refugium am Berg | Tiefenbachweg 38 | 6274 Aschau im Zillertal

 +43 5282 2236 2010 |  spa@zillerseasons.at