



SPA

POST BEZAU





POST BEZAU

SPA

Das Susanne Kaufmann SPA Bezau ist ein Ort der Schönheit, der Entspannung und des ganzheitlichen Wohlbefindens. Wir bieten eine große Auswahl von Treatments, Massagen und Ritualen mit den Schwerpunkten TCM Detox und Natural Anti Ageing. Begleitet werden Sie von einem Team aus Ärztinnen, hochqualifizierten Therapeutinnen und Kosmetikerinnen. Basis unserer pflegenden und verwöhnenden Behandlungen sind die hochwirksamen Produkte der Kosmetiklinie von Susanne Kaufmann™ . Wir freuen uns, Sie schon vor Ihrem Besuch persönlich zu beraten.

Sie erreichen das Susanne Kaufmann SPA telefonisch (+43 5514 2207-58) und per E-Mail (spa@hotelpostbezau.com



EXPERTEN

Im Hotel Post Bezau setzen wir auf unsere internen Expertinnen, um Ihnen ein ganzheitliches Erlebnis bieten zu können.

Susanne Kaufmann Spa

Tamara Waldner I Spa Leiterin
Margot Fuchs I Rezeption

Health

Jan Wägele I Health Concierge & Ernährungsexperte

Medical

Dr. Mira Fink I Viszeralchirurgin & Darm-Expertin





HEALTHY SKIN

Tauchen Sie ein in die Welt von Susanne Kaufmann Kosmetik, einer Marke, die für ihre natürlichen, hochwirksamen Produkte bekannt ist. Die Behandlungen in unserem Spa verwenden exklusiv diese hochwertigen Pflegeprodukte, die auf alpinen Heilkräutern und fortschrittlicher Wissenschaft basieren. Unsere speziell entwickelten Rituale versorgen Ihre Haut tiefenwirksam mit Feuchtigkeit, fördern die Regeneration und hinterlassen ein strahlendes, gesundes Hautbild. Entdecken Sie die Kraft der Natur in Kombination mit modernster Pflege für eine unvergleichliche Hautgesundheit und Wohlbefinden.



POST BEZAU



POST BEZAU

HEALTHY SKIN

GESICHTSBEHANDLUNG DETOX (40 MIN) | 81 €

Die ideale Behandlung um überflüssige Wasseransammlungen zu verringern bzw. die perfekte Ergänzung zu einer Detox Kur

- Reinigung von Gesicht, Hals und Dekolleté
- Eine manuelle Lymphdrainage entstaut und entschlackt, die Gesichtskonturen werden straff und fest
- Perfekt zur Entstauung geschwollener Augenlider und leichten Hautunreinheiten

BESPOKE REJUVENATION FACIAL (90 MIN) | 194 €

20 Jahre Beauty- und SPA-Erfahrung in einer Behandlung

- Entschlackendes Fußbad
- Reinigung, Peeling, Kopfmassage
- Einarbeitung der hoch effektiven Seeren
- Einarbeitung verschiedener zellregenerierender Produkte wie Liftingmaske und Nährstoffkonzentrat und Hyaluron mit einer Bindegewebsmassage
- Auf ihren Hauttyp abgestimmte Abschlusspflege
- Ergebnis: Elastizität, weniger Falten und eine jugendliche Ausstrahlung

SUSANNE KAUFMANN SIGNATURE TREATMENTS

GLOW TREATMENT (50 MIN) | 120 €

Bringt das Gesichts zum Strahlen und den Teint zum Leuchten

- Reinigung von Gesicht, Hals und Dekolleté
- Während der Einwirkzeit der Glowmaske sorgen eine Kopf- und Nackenmassage für Entspannung
- Faszienkurzmassage mit Serum und der Power Mask
- Auf ihren Hauttyp abgestimmte Abschlusspflege
- Ergebnis: strahlende, gut durchblutete Haut für einen großen Auftritt

BOOSTING ECTOIN TREATMENT (60 MIN) | 144 €

Verleiht der Haut ein pralles, strahlendes und revitalisiertes Aussehen

- Double Cleanse, gefolgt von einem sanften Enzympeeling
- Verwöhnende Kopfmassage während der Einwirkzeit
- Einarbeitung des Ectoin Repair Serums in Kombination mit Nutrient Serum oder Hyaluron
- Augen Massage und anschließende Lymphdrainage mit Ectoin Repair Serum
- Auf ihren Hauttyp abgestimmte Abschlusspflege
- Ergebnis: die Haut erhält ein glattes und strahlendes Aussehen und fühlt sich gefestigt und widerstandsfähig an – ein Ergebnis, das langanhaltend spürbar ist



POST BEZAU SIGNATURE FACIALS

HOLISTIC POWER TREATMENT (FACE & BODY) (60 MIN) | 175 €

Die neue, speziell für unser Haus konzipierte Behandlung für ganzheitliches Wohlbefinden.
Erleben Sie eine neue Dimension der Entspannung und Hautpflege: Eine einzigartige Therapie, die innovative Techniken mit hochwertigen, natürlichen Produkten verbindet und Haut sowie Sinne rundum verwöhnt.

- Sanfte, doppelte Reinigung für eine porentiefe Klärung
- Soforteffekt durch eine auf die individuellen Hautbedürfnisse abgestimmte Bio-Cellulose-Maske
- Tiefenwirksame Einarbeitung der Maske mit Ultraschall für maximale Aufnahme der Wirkstoffe
- Apparative Lymphdrainage durch sanfte Druckwellenmassage zur Entschlackung und Regeneration der Beine

Ergebnis: Die Haut wirkt prall, intensiv genährt und erfrischt – ein Effekt, der über mehrere Tage anhält. Die Beine fühlen sich leicht, entspannt und belebt an. Ein einzigartiges Pflegeerlebnis für Körper und Gesicht.

THE ADVANCED LIFT TREATMENTS

THE ADVANCED LIFT TREATMENT (90 MIN.) | 237 €

Ein hochwirksames Gesichtsbehandlungskonzept, das tiefgehende manuelle Techniken mit fortschrittlicher Wirkstoff- und Gerätetechnologie verbindet – für sichtbar festere Haut, klarere Konturen und ein erneuertes Hautbild.

Das Treatment umfasst:

- Tiefenwirksame Doppelreinigung
- Tiefenreinigung mit Mikrodermabrasion
- Exfolierende Maske zur Verfeinerung der Haut
- Gezielte, von Kobido inspirierte Lifting-Massage zur Unterstützung von Festigkeit und Konturen
- Bio-Cellulose-Maske, die mit Ultraschall eingearbeitet wird
- Schröpfen für eine sichtbare Straffung
- LED-Lichttherapie zur Beruhigung der Haut
- Abschluss mit einer individuell auf die Bedürfnisse Ihrer Haut abgestimmten Susanne Kaufmann Pflege

Ergebnis: sichtbar gestraffte, neu definierte Konturen, verbesserte Hautstruktur und ein sofort erkennbarer Lifting-Effekt für ein jugendlich frisches, revitalisiertes Hautbild.

THE ADVANCED LIFT SHORT (50 MIN) | 120 €

Für alle, die eine gezielte Auffrischung mit sofort sichtbarem Effekt wünschen, gibt es dieses Treatment auch als Short-Version. Die kompakte Behandlung vereint ausgewählte Wirkstoff- und Anwendungsschritte, um die Haut in kürzerer Zeit zu revitalisieren, zu glätten und ihr neue Strahlkraft zu verleihen – ideal als Beauty-Boost zwischendurch oder zur regelmäßigen Pflege.

Die Behandlung umfasst:

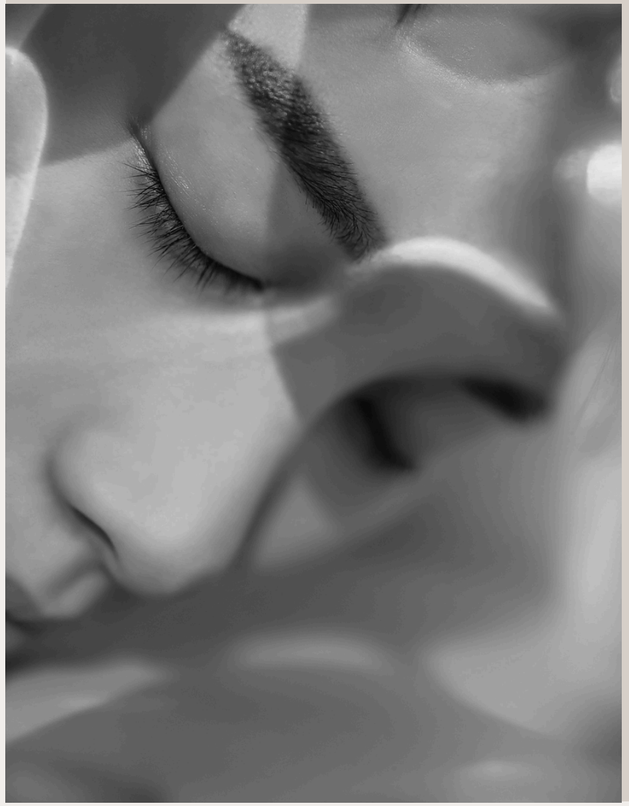
- Tiefenwirksame Doppelreinigung
- Exfolierende Maske zur Verfeinerung der Haut
- Gezielte, von Kobido inspirierte Lifting-Massage zur Unterstützung von Festigkeit und Konturen
- Lymphdrainage zur Reduktion von Schwellungen
- Schröpfen für eine sichtbare Straffung
- Abschluss mit einer individuell auf die Bedürfnisse Ihrer Haut abgestimmten Susanne Kaufmann Pflege

NEU

INDIVIDUELL



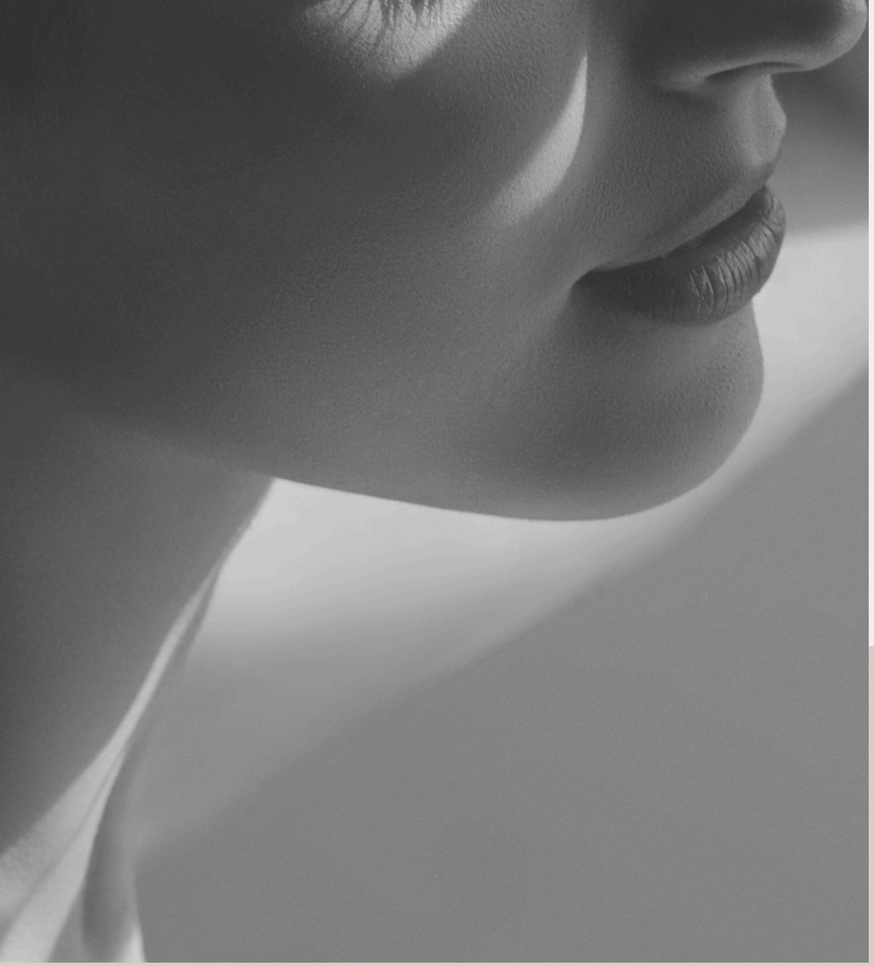
GESICHT



REINIGENDE GESICHTSBEHANDLUNG (50 MIN) | 109 €

INDIVIDUELLE GESICHTSBEHANDLUNG (80 MIN) | 155 €

Reinigende oder Individuelle Gesichtsbehandlung
Erleben Sie eine tiefenwirksame Reinigung, die Ihre Haut revitalisiert und von Unreinheiten befreit. Diese individuell abgestimmten Gesichtsbehandlungen kombinieren sanfte Peelings, abgestimmte Masken und wohltuende Massagen, um Ihre Haut zu erfrischen, zu klären und nachhaltig zu pflegen. Perfekt für jeden Hauttyp, um ein strahlendes, reines Hautbild zu erhalten. Lassen Sie sich von der Natur verwöhnen und genießen Sie eine maßgeschneiderte Pflege, die Ihre Haut in neuem Glanz erstrahlen lässt.



HEALTHY AGEING

Im Susanne Kaufmann SPA Bezau bedeutet Schönheit eine harmonische Kombination von Ausstrahlung und Wohlfühlen im eigenen Körper.



POST BEZAU

HEALTHY AGEING

Die Healthy Ageing Behandlungen haben das Ziel, die Haut vorbeugend vor den ersten Zeichen der Hautalterung zu schützen und zu stärken, um die Symptome abzuschwächen und hinauszuzögern. Die Behandlungen konzentrieren sich auf die Ansprüche reifer Haut und haben das Ziel, die Haut auch in der zweiten Lebenshälfte schön, gesund und attraktiv zu halten.



HEALTHY AGEING BEHANDLUNG (120 MIN) | 281 €

Entwickelt speziell für die Bedürfnisse anspruchsvoller Haut

- Facial
- Ultraschallbehandlung
- Detox Rücken- und Armmassage

Ergebnis: die Haut gewinnt an Spannkraft und Elastizität

HEALTHY AGEING BEHANDLUNG (80 MIN) | 208 €

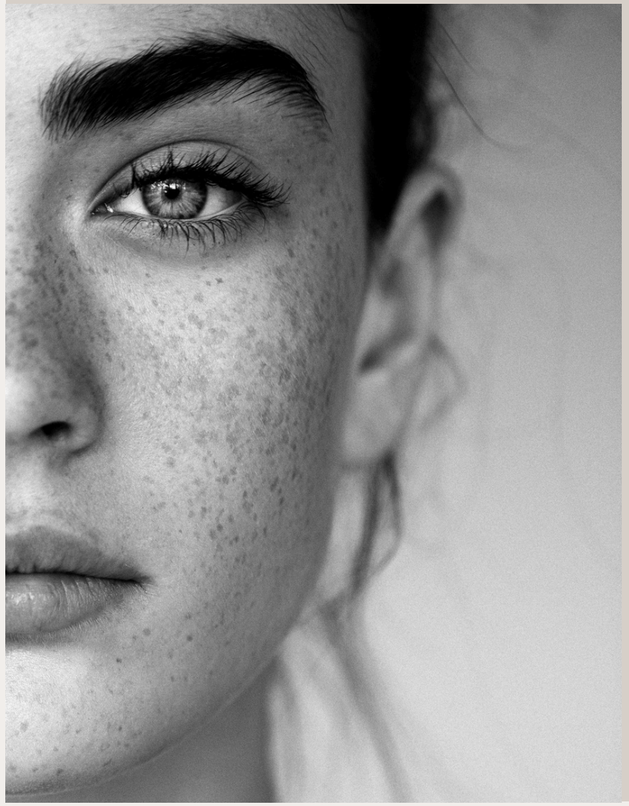
Entwickelt speziell für die Bedürfnisse anspruchsvoller Haut

- Facial
- Ultraschallbehandlung
- Ergebnis: Die Haut gewinnt an Spannkraft und Elastizität

HEALTHY AGEING EXPRESS BEHANDLUNG (40 MIN) | 100 €

Eignet sich optimal als Aufbau-Treatment

- Reinigung von Gesicht, Hals und Dekolleté
- Ultraschallbehandlung
- Ergebnis: das Hautbild wirkt sofort strahlend und verjüngt



BEAUTY ADD-ONS

MIKRODERMABRASSION (~20 MIN) | 57 €

Sanfte, nicht-invasive Behandlung zur Verfeinerung des Hautbildes. Abgestorbene Hautzellen werden präzise entfernt, die Haut wirkt glatter, frischer und aufnahmefähiger für Pflegewirkstoffe.

- Verfeinert Hautstruktur und Poren
- Fördert die Zellerneuerung
- Sorgt für einen ebenmäßigen, strahlenden Teint
- Verbessert die Aufnahme von Wirkstoffen

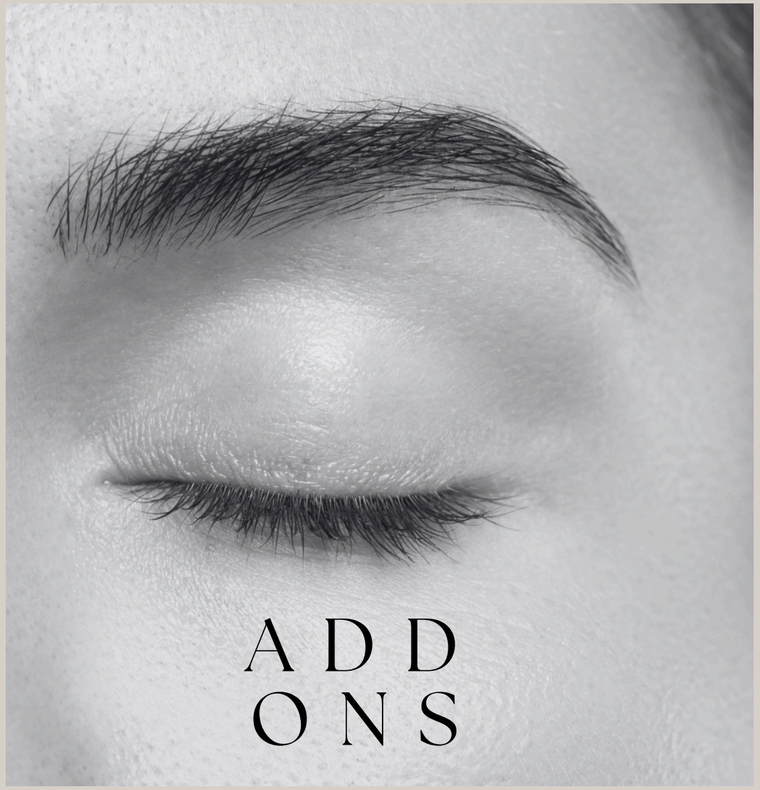
ULTRASCHALLBEHANDLUNG (~20 MIN) | 57 €

- Die Schwingungen des Ultraschalls dringen in tiefe Hautschichten ein
- Kombiniert mit intensiven Wirkstoffseren optimieren sie den Behandlungserfolg
- Aktivierung des Hautgewebes und eine deutlichen Verbesserung bei verschiedenen Hautproblemen wie Akne, Couperose oder Narben

DEEP CLEANSING BACK (50 MIN) | 109 €

Speziell entwickelt für die Bedürfnisse der Haut am Rücken

- Gründliche Reinigung und Peeling sorgen für eine Tiefenreinigung
- Klärende Heilerdemaske für eine zusätzliche Reinigung der Poren
- Abschließende Pflege beruhigt die Haut und versorgt sie mit Feuchtigkeit



ADD-ON TREATMENTS

- Wimpern färben | 19 €
- Augenbrauen färben | 18 €
- Augenbrauen fassonieren | 22 €
- Augenbrauen fassonieren und färben sowie Wimpern färben | 45 €
- Enthaarung Oberlippe oder Kinn (Warmwachs) | je 15 €
- Enthaarung: Beine | 78 € Beine bis Knie | 46 € Achseln | 33 €

POST BEZAU

HÄNDE UND FÜßE

Während der Maniküre und Pediküre kümmern wir uns intensiv um Ihre Hände und Füße. Fachgemäße Behandlungen und abgestimmte Produkte lassen Haut und Nägel wieder gesund und gepflegt wirken. Zum Abschluss bieten wir die neuesten Nagellackfarben an.

KLASSISCHE MANIKÜRE MIT HANDMASSAGE (50 MIN) | 75 €

Nägel lackieren zur Behandlung I 12 €

MEDIZINISCHE FUßFLEGE MIT FUßMASSAGE (60 MIN) | 85 €

Nägel lackieren zur Behandlung I 12 €

NÄGEL LACKIEREN OHNE BEHANDLUNG | 23 €

Wir verwenden weder Shellac noch Gel für die Maniküre und Pediküre. Shellac kann gegen Aufpreis entfernt werden, Gelnägel leider nicht.



H Ä N D E & F Ü ß E



POST BEZAU

WERDENDE MÜTTER & TEENAGER



MAMA TIME DELUXE (95 MIN) | 169 €

- Aromafußbad für einen entspannenden Einstieg
- Nackenmassage
- Klassische medizinische Fußpflege mit Fußmassage und Lack
- Fuß- und Beinmassage mit Arnikaöl

TEENAGER FACIAL (50 MIN) | 85 €

Speziell auf den Hautzustand abgestimmte Gesichtsbehandlung mit natürlichen Pflegeprodukten, bestehend aus Reinigung, mildem Peeling, sanfter Gesichtsmassage und/oder Tiefenreinigung, Maske und Pflegetipps für junge Teenagerhaut

FUßBEHANDLUNG FÜR TEENAGER (40 MIN) | 56 €

- Verwöhnendes Fußbad
- Kürzen der Nägel und Behandlung der Nagelhaut
- Verwöhnende Fußmassage
- Nägel lackieren

HANDPFLEGE FÜR TEENAGER (25 MIN) | 39 €

- Kürzen und Feilen der Nägel
- Handmassage
- Nägel lackieren

MÜTTER & TEENAGER



Wir verwenden weder Shellac noch Gel für die Maniküre und Pediküre.
Shellac kann gegen Aufpreis entfernt werden, Gelnägel leider nicht.



DETOX

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) hat das Ziel, ein harmonisches Gleichgewicht im Körper zu schaffen und die innere Harmonie und Gesundheit zu bewahren.

TCM Detox ist ein besonders effektives und umfassendes Detox-Konzept und basiert auf der Methodik der Traditionellen Chinesischen Medizin. Diese besondere Form des Detox befreit den Körper nicht nur von Ballast, sondern führt ihm auch neue Energien zu. Das Feuer des Stoffwechsels wird entfacht. Blutdruck, Cholesterin und Blutzucker können gesenkt, das Bindegewebe gestrafft und das Hautbild geklärt werden.



POST BEZAU

DETOX

Für TCM Detox wurden gezielte Anwendungen entwickelt. Hierzu gehören Ganzkörpermassagen, Peelings, ausleitende Bäder und Leberwickel. Die Ausscheidung von Giftstoffen über die Haut wird gefördert und der gesamte Energiefluss wird verbessert.

SIGNATURE TREATMENT DETOX (90 MIN) | 202 €

Ideale Behandlung, um den gesamten Organismus von Übersäuerung und Schadstoffen zu befreien

- Basisches Fußbad, um den Entschlackungsprozess zu starten
- Detox Öl Peeling zur Anregung der Durchblutung
- Stimulierende Tiefengewebsmassage entlang der Meridiane, die die Faszien lockert und die Lymphzirkulation anregt

DETOX MASSAGE (50 MIN) | 116 €

Ausleitende Massage stimuliert das Tiefengewebe, um freigesetzte Schadstoffe auszuscheiden. Die TCM Detox Massage beeinflusst den Energiefluss und hat eine positive Wirkung auf den Stoffwechsel.

GESICHTSBEHANDLUNG DETOX (40 MIN) | 81 €

Während der Detoxbehandlung wird das Gewebe durch die manuelle Lymphdrainage entstaut und entschlackt, die Gesichtskonturen werden straff und fest. Perfekt zur Entstauung geschwollener Augenlider und leichten Hautunreinheiten.

DETOX BAD (25 MIN) | 60 €

Das Detox Bad mit Heublumen aus der Region dient dazu, den Körper bei der Beseitigung von Toxinen sowie der Aufnahme von Mineralien und Nährstoffen zu unterstützen. Der Säure-Basenhauthalt wird ausgeglichen.

DETOX ÖLPEELING (50 MIN) | 109 €

Das Detox Ölpeeling öffnet die Kanäle der Dermis, aus der die Schadstoffe abfließen können. Spezielle Ausleitungspunkte werden angeregt, um die Durchblutung des Gewebes und den Abbau von Schlacken zu fördern. Anschließendes Einmassieren des straffenden Granatapfelöls mit sanften, fließenden Massagetechniken.

DETOX LEBERWICKEL (25 MIN)

Der Leberwickel fördert die Durchblutung und entgiftet die Leber, unterstützt die Leberfunktion, beruhigt und fördert den Schlaf

Einzelanwendung I 38 €
Kombinationsanwendung I 25 €

POST BEZAU

POST BEZAU



INTENSE BACK (50 MIN) | 109 €

Tiefenwärme und gezielte Lockerung für den Rücken
Die Behandlung beginnt mit der „heißen Rolle“ – zwei mit heißem Wasser durchtränkte, gerollte Tücher, die sanft auf die Haut gerollt oder getupft werden. Die intensive Wärme dringt tief in die Muskulatur ein und bereitet das Gewebe optimal auf die anschließende Rückenmassage vor.

Verspannungen werden gelöst, die Durchblutung gefördert und der Rücken spürbar entlastet.

FASZIENZIEHEN

Die stimulierenden Faszien-Tiefengewebetechniken regen die Lymphzirkulation an. Durch das Lockern der Faszien wird der Regenerationsprozess angeregt und bestehende Schmerzbilder werden gelöscht.

Faszienziehen (25 min) | 70 €
Faszienziehen (50 min) | 140 €

THERAPEUTISCH

INDIVIDUELLE MASSAGE

Nach einer gründlichen Diagnose durch hochqualifizierten Therapeuten wird die Behandlung Ihren individuellen Bedürfnissen angepasst. Ziel ist eine ganzheitliche Therapie in Kombination mit verschiedenen Massagetechniken.

Individuelle Massage (50 min) | 112 €
Individuelle Massage (80 min) | 170 €

KLASSISCHE MASSAGE

Klassische Rücken-Nackenmassage (25 min) I 54 €
Klassische Ganzkörpermassage (50 min) I 102 €
Klassische Ganzkörpermassage (80 min) I 156 €

FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Jeder Teil des Körpers ist mit korrespondierenden Energiezonen der Fußsohlen verbunden. Eine gezielte Massage dieser Zonen verbessert den Energiefluss des gesamten Organismus.

Fußreflexzonenmassage mit Fußbad (50 min) I 101 €
Fußreflexzonenmassage mit Baldrianfußbad (60 min) I 112 €

SPORTMASSAGE (50 MIN) | 109 €

Durch den Einsatz von Tiefengewebetechniken und Dehnung werden der gesamte Bewegungsapparat und die Muskulatur mobilisiert. Die Massage wirkt vitalisierend für den Körper und ist besonders effektiv bei Verspannungen sowie Gelenk- und Muskelschmerzen.

POST BEZAU

THERAPEUTISCH

LYMPHDRAINAGE

Durch sanfte, kreisende Druckbewegungen auf der Haut werden Ansammlungen von Lymphflüssigkeit, Schlacken und Giftstoffen aus dem Gewebe abtransportiert

Gesicht (25 min) | 56 €
Teilkörperbehandlung (40 min) | 89 €
Ganzkörperbehandlung (80 min) | 159 €

APPARATIVE LYMPHHOSE / LYMPHJACKE | 58 €

Durch die sanfte Lymphmassage im Ballancer System werden der Lymphfluss angeregt, die Durchblutung der Haut sowie Muskulatur verstärkt und eingelagertes Gewebewasser wird schneller abtransportiert. Ideal für Aktive sowie Entspannungsliebhaber.

Kombinationsanwendung | 48 €

DORN BREUSS MASSAGE (50 MIN) | 127 €

Sanfte Wirbel- und Gelenkbehandlung. Mit einfachen Griffen können Gelenkblockaden, verschobene Wirbel, Beckenschiefstände oder Beinlängenunterschiede ausgeglichen werden.
*gerne in bequemer Kleidung

BREUSS MASSAGE (25 MIN) | 66 €

Mit gezielten Griffen wird die Wirbelsäule gestreckt, die Muskulatur an der Wirbelsäule wird entspannt und die Bandscheiben werden durch Johanniskrautöl zur Regeneration angeregt.

ENERGETISCH

CRANIO SACRAL THERAPIE (50 MIN) | 127 €

Die Cranio Sacral Therapie ist eine sanfte, zugleich aber ungemein effektive Methode, dem Körper die Chance zu geben, sich selbst von Schmerzen und Blockaden zu befreien. Sie basiert auf der Arbeit mit dem feinen Pulsieren der Gehirn- und Rückenmarksflüssigkeit und bringt den Körper in einen tiefen Entspannungszustand.
*gerne in bequemer Kleidung

VISZERALTHERAPIE (40 MIN) | 105 €

Die Viszeraltherapie ist das Zusammenführen vom Bewegungsapparat mit dem Organsystem. Unsere Bauchorgane sind am Bewegungsapparat befestigt und bekommen so ihren Halt und ihren Platz im Körper. Durch die Therapie werden belastete Organe entlastet und entsprechende Spannungen im Bewegungsapparat behoben.

BODY SHAPE

Das effektive Body Shape Konzept bildet eine ideale Basis für eine nachhaltige Gewichts- und Umfangreduktion, Entgiftung und Verbesserung des Bindegewebes und die gesamte Verjüngung des Körpers.



SIGNATURE BODY SHAPE TREATMENT (90 MIN) | 217 €

Optimale tiefenwirksame Behandlung für eine straffe Silhouette. Ein Detox Öl Peeling aktiviert die Blutzirkulation und setzt den Entschlackungsprozess in Gang. Der anschließende Folienwrap schiebt durch Kompression die Fettzellen zusammen, dabei treten Wasser und Giftstoffe aus den Zellen, die durch Pumpgriffe abgeleitet werden. Die abschließende tiefe Bindegewebsmassage löst Verklebungen im Gewebe, verbessert den Stoffwechsel und der Kollagenaufbau wird unterstützt, womit sich die Querverbindungen des Bindegewebes verdichten. Die Silhouette wird insgesamt gefestigt.



POST BEZAU

BODY SHAPE ULTRASCHALLBEHANDLUNG (50 MIN) | 141 €

Die Ultraschallwellen bringen das Anti Ageing Körperserum tief ins Gewebe und aktivieren dort die Stoffwechseltätigkeit. Der Abtransport von Fettzellen wird gefördert und die Haut wird ideal auf die Aufnahme der Wirkstoffe vorbereitet. Anschließendes Einmassieren der Anti Ageing Körpercreme.

BODY SHAPE WRAP & LYMPHDRAINAGE GESICHT (45 MIN) | 109€

Hochwirksame straffende Körperpackung, die wie eine Drainage zum Ableiten der Giftstoffe wirkt. Der Folienwrap schiebt durch Kompression die Fettzellen zusammen, dabei treten Wasser und Giftstoffe aus den Zellen. Diese Schlacken werden mit Hilfe von gezielten Pumptechniken ausgeleitet. Die Anti Ageing Körpercreme im Wrap unterstützt die komplexen Abläufe der Behandlung.

Während der Einwirkzeit der hochwirksamen, straffenden Körperpackung wird das Gewebe im Gesicht durch eine manuelle Lymphdrainage entstaut und entschlackt. Die Gesichtskonturen werden straff und fest. Anschließendes sanftes Einmassieren der straffenden Körpercreme.

SUSANNE KAUFMANN SIGNATURE TREATMENT

SIGNATURE TREATMENT BODY (60 MIN) | 130 €

Die SUSANNE KAUFMANN Body Massage lässt Sie eine entspannende Stretch & Relax Behandlung genießen, die den ganzheitlichen Ansatz und die Ursprünge von Susanne Kaufmann in den Alpen widerspiegelt. Individuell eingesetzte Massagetechniken lassen in einen Zustand der tiefen Entspannung gleiten, während wertvolle natürliche Pflanzenöle helfen, Feuchtigkeit in der Haut einzuschließen und schützend wirken. So sorgt die Behandlung für ein Gefühl des Wohlbefindens – erholt und voller Energie.

POST BEZAU

RELAX



BODY (50 MIN) | 109 €

Ausstreichen den ganzen Körpers mit warmen Aromaölen. Jojobawachspeelingpartikel regen die Durchblutung an, transportieren Schlacken ab und fördern die Entgiftung des Körpers. Die Behandlung steigert die Vitalität und schenkt eine regenerierende Tiefenentspannung.

DESTRESS HEAD & BACK (50 MIN) | 109 €

Diese Massage von Kopf und Nacken und Rücken löst Verspannungen, Kopfschmerzen und Blockaden, fördert den Energiefluss und optimiert ein anschließendes konzentriertes Arbeiten. Warmes Sesamöl wird scheitelweise auf die Kopfhaut aufgetragen und einmassiert.

RELAX FACE (50 MIN) | 109 €

Die ganzheitliche Behandlung von Gesicht, Kopf und Nacken lässt den Körper entspannen und den Blick wieder frei werden. Neue Energien werden freigesetzt um zu Kraft und Vitalität zurückzufinden.

POST BEZAU



BADE MOMENTE

Das Baden wird seit jeher für seine wohltuende Wirkung auf den Körper und den Geist angewendet. Die Wirkung von warmen Bädern kann durch Badezusätze gezielt gestärkt werden. Susanne Kaufmann hat spezielle Bäder für verschiedene Bedürfnisse entwickelt.

BÄDER (35 MIN) ALS SOLO | 57 € ODER ALS DUO | 94 €

HEUBLUMENBAD

Eine Komposition wertvoller ätherischer Öle, darunter Lavendel- und Fichtennadelöl, lässt Körper und Geist zur Ruhe kommen. Astaxanthin, ein natürliches Antioxidans, verleiht dem Badeöl seine schöne rote Farbe. Mit Wasser vermischt entsteht ein seidiges, milchiges Bad.

ÖLBAD FÜR DIE SINNE

Duftende, entspannende und aphrodisierende ätherische Öle aus Lavendel, Ylang-Ylang und Patschuli stimmen positiv und hinterlassen ein geschmeidiges Hautgefühl.

MALVENBLÜTEN SCHAUMBAD

Die Wirkstoffe aus der Malve sowie Latschenkiefer- und Wacholderbeeröl sind eine Unterstützung für das Immunsystem.

LATSCHENKIEFERBAD

Die feinen ätherischen Öle des Latschenkieferbads helfen, Verspannungen zu lösen und verwöhnen die Sinne. Fühlen Sie sich für einen Moment in die österreichischen Alpen versetzt.

JOHANNISKRAUTBAD

Die lindernden Eigenschaften des Johanniskrautes pflegen die Haut und wirken ausgleichend bei belastenden Einflüssen wie Stress, trockener Heizungsluft oder Sonnenbrand.

POST BEZAU x JOSEF P

REFORMER PILATES

DAS ANGEBOT

Die Kooperation mit JOSEF P bringt ein modernes Reformer Pilates Konzept ins Hotel Post Bezau und erweitert das ganzheitliche Bewegungsangebot.
Im Mittelpunkt steht ein präzises, bewusstes Training, das Körperkraft, Beweglichkeit und Körperwahrnehmung fördert.
Reformer Pilates kann in individuellen Private Sessions, als geführte Einheiten im Aktivprogramm oder im Rahmen geplanter Retreats erlebt werden. Jede Einheit folgt einem klaren Fokus auf Qualität der Bewegung und nachhaltige Aktivierung der Tiefenmuskulatur – für ein gestärktes, ausgeglichenes Körpergefühl.

POST BEZAU



COMING SOON

PERSONAL TRAINING I SPECIAL OPENING PREISE

Einzeltraining | 103 €
Training zu zweit | 75 € pro Person
Anmeldung über die Spa-Rezeption

SELBSTSTÄNDIGES TRAINING AM REFORMER

AVAILABLE NOW

Pro Person 20€
Mit Unterstützung von unseren Bildschirmen.
Anmeldung über die Spa-Rezeption.
Hinweis: Der Reformer ist ausschließlich für Gäste mit entsprechender Erfahrung verfügbar.

POST BEZAU



BODY HEALTH

Körperliche Aktivität und eine ausgeglichene Ernährung sind essenzielle Bestandteile persönlichen Wohlbefindens. Für die persönliche Betreuung zur Verbesserung der Bewegungsqualität und für eine höhere Funktionalität des Körpers stehen Ihnen unsere Personal Trainer zur Verfügung und entwickelt zusammen mit Ihnen ein individuelles Trainingsprogramm.

YOGA EINZELUNTERRICHT (55 MIN) | 120 €

QI GONG EINZELUNTERRICHT (45 MIN) | 70 €

REFORMER PILATES

Reformer für selbständiges Training | 20 €

BODYCHECK (55 MIN) | 165 €

PERSONAL TRAINING

55 min | 165 €
70 min | 203 €
85 min | 226 €

GRUPPENTRAINING AB 2 PERSONEN

55 min | 215 €
70 min | 266 €
85 min | 313 €



DAY-SPA PROGRAMME

Speziell aufeinander abgestimmte Treatments und Expertinnentipps, die Ihren Aufenthalt bereichern oder als Day SPA gebucht werden können. Wir beraten Sie gerne und stellen Ihnen selbstverständlich auch ein individuelles Programm zusammen.

Unsere Pakete beinhalten die ganztägige Nutzung des gesamten Wellnessbereichs. Ebenso steht für Sie ein gepackter Badekorb mit Handtüchern, Slippern und einem Bademantel bereit. iIn unserem Day SPA unsere Nachmittagsjause mit Kuchenbuffet inkludiert.

DAY SPA INKLUSIVE NACHMITTAGSJAUSE | 97 €

Ebenso sind bei Voranmeldung folgende Leistungen zubuchbar.

FRÜHSTÜCK | 32 €

ABENDMENÜ | 68 €

TEILNAHME AM AKTIVPROGRAMM | 17 €

POST BEZAU

POST BEZAU

PROGRAMME & EXPERTINNEN TIPPS

Unsere Expertentipps sind auch als Day SPA buchbar. Für € 97 genießen Sie den gesamten Wellnessbereich ganztägig, inklusive Badekorb mit Handtüchern, Slippern und Bademantel sowie unserer Nachmittagsjause mit Kuchenbuffet.

DAY SPA INKLUSIVE NACHMITTAGSJAUSE | 97 €

DISCOVERY | 163 €

Klassische Rückenmassage (25 min)
Relax Treatment Face (50 min)

DESTRESS | 323€

Relax Treatment Face (50 min)
Fußreflexzonenmassage mit Baldrian Fußbad (60 min)
Klassische Ganzkörpermassage (50 min)

BEAUTY | 315€

Individuelle Gesichtsbehandlung (80 min)
Medizinische Fußpflege mit Fußmassage (60 min)
Maniküre mit Handmassage (50 min)

D A Y S P A



POST BEZAU



DETOX DAY RETREAT

Mitten im idyllischen Bregenzerwald, umgeben von klarer Bergluft und inspirierender Natur, bietet das Hotel Post Bezau die Möglichkeit, die Welt des Detox an nur einem Tag zu erleben.

Das Detox Day Retreat richtet sich an alle, die ihrem Körper etwas Gutes tun, für einige Stunden dem Alltag entfliehen und den ganzheitlichen Detox-Ansatz des Hauses kennenlernen möchten – ohne ein mehrtägiges Retreat zu buchen.

DETOX DAY RETREAT | 323 €

Das Tagespaket umfasst:

- TCM Detox Massage (50 Min.)
- Detox Gesichtsbehandlung (40 Min.)
- Informationsgespräch & Wissenswertes zum Thema Detox
- Detox Lunch & Juicing am Nachmittag (optional: zubuchbares Frühstück)
- Ganztägige Nutzung des gesamten Wellnessbereichs

RESERVIERUNGEN

Wir möchten Sie bitten, alle Termine so weit wie möglich im Voraus zu reservieren. Eine kurzfristige Buchung bei Anreise ist leider nur in sehr begrenztem Rahmen möglich. Wir beraten Sie gerne telefonisch unter +43 (0) 5514 2207-58 und stellen Ihnen ein individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmtes Programm zusammen. Informieren Sie uns bitte, wenn Sie nicht von einem männlichen Therapeuten behandelt werden möchten.

VERSPÄTUNGEN

Bitte kommen Sie schon ein paar Minuten vor Ihrem Termin in den SPA. Dann können Sie noch in Ruhe eine Tasse Tee trinken und sich auf Ihr Treatment einstimmen. Bei Verspätungen ist es leider nicht möglich, die Treatments über den vereinbarten Zeitpunkt hinaus zu verlängern. Wir bedauern, die Treatmentzeit dann entsprechend verkürzen zu müssen.

STORNOBEDINGUNGEN

Falls Sie einen Termin einmal nicht wahrnehmen können, dann bitten wir Sie, diesen spätestens 24 Stunden vorher zu stornieren. Haben Sie Verständnis dafür, dass wir am selben Tag stornierte Termine mit 100 % des Behandlungspreises berechnen müssen.

SPA ETIKETTE

Wir bitten Sie, Ihr Telefon aus Rücksicht auf die anderen Gästinnen während Ihres Aufenthaltes im SPA auszuschalten und Gespräche mit anderen Gästeinnen leise und diskret zu führen.

PRIVATSPHÄRE

Die meisten Körperanwendungen genießen Sie unbekleidet. Sie können sich allein und ungestört umziehen. Bitte legen Sie auch Ihren Schmuck ab. Während des Treatments sind alle Körperteile, die nicht in die Behandlung einbezogen sind, mit Handtüchern abgedeckt.

MUSIK

Wir empfehlen, während der Behandlung auf Musik zu verzichten. Falls Sie gerne Ihre Lieblingsmusik hören möchten, stellen wir Ihnen gerne eine unserer Dockingstations zur Verfügung.

GESUNDHEIT

Informieren Sie uns bitte gleich zu Beginn Ihres SPA-Besuches über aktuelle Beeinträchtigungen wie z. B. Bluthochdruck, Herzkrankheiten, Stoffwechselstörungen und Allergien, eine Schwangerschaft oder eine kürzlich durchgeführte Operation.

POST BEZAU

healthconcierge@hotelpostbezau.com
+43 (0) 5514 2207-58

www.hotelpostbezau.com