

FARMHOUSE

TORGGLER
HOF



Spa Menu



Öffnungszeiten

INFINITY POOL

07:00 - 20:00

SILENCE POOL

10:00 - 20:00

SAUNA

11:00 - 20:00



Eintauchen in unser *Brunnenhaus* und ganz in sich kehren

Umhüllt von Mutter Erde ist unser Wellnessbereich behutsam in die Natur eingebettet. Das alte Holzportal am Eingang zeugt von Beständigkeit und öffnet den Blick ins Innere. Ein Steinbrunnen, aus dem das eigene Hofquellwasser fließt, Lehmwände, knisterndes Kaminfeuer und viele Rückzugsorte wirken heimelig. Helle, offene Räume führen den Blick ins Grüne. Drinnen oder draußen - die Natur zu jeder Jahreszeit spüren. Denn sie ist es, die uns und den Torgglerhof inspiriert.
Nicht nur heute, schon immer.

A large, vertical photograph showing a woman from behind, sitting in a steaming hot spring. She is holding her hair with both hands. The steam is thick and white, partially obscuring the background which shows some wooden structures.

Gekommen um zu bleiben

Im Infinitypool ins Freie schwimmen, sich Gutes tun bei einem Behandlungs und Beautyritual oder ein Buch lesen in der kleinen Bibliothek. Über 24 Stufen hoch hinaus, einen Ort der Stille betreten, Sauna und Dampfbad mit Weitsicht. Frische Luft tanken auf dem Sonnendeck oder barfuß durchs Gras in die Biosauna und die Ruhe im „Silence“ Pool genießen. Im „Raum für mich“ Yoga & Bewegung erfahren, abgeschieden und umringt von Apfelbäumen, oder sich im Fitnessraum auspowern.



TEAM D^R JOSEPH

UNSERE PRODUKTLINIE

Welcome im **TEAM DR JOSEPH**

In unseren Produkten treffen zwei Welten aufeinander:
antike Weisheiten der Volksmedizin auf modernste, wissenschaftliche Erkenntnisse, reinste Stoffe auf feinste Technologie, die Genialität der Natur auf hochentwickeltes Know-How. Qualität heißt für uns, diese zwei Welten im Respekt vor dem natürlichen Gleichgewicht der Haut zu harmonischen und synergetischen Produkten zu verbinden. Deshalb finden Sie in jeder Packung von TEAM DR JOSEPH hightech natural cosmetics. Es ist unser Bekenntnis zu Neugier und Erfahrung, Herkunft und Zukunft. Wir verbinden sie mit Leidenschaft und Respekt, mit Logik und Intuition zum Besten aus zwei Welten.



Klassische Massagen

KLASSISCHE GANZKÖRPERMASSAGE

Ist das herrlich! Bei der klassischen Ganzkörpermassage werden all Ihre Blockaden gelöst und die Durchblutung angeregt. Strahlende Haut und ein wohltuendes Gefühl sind das Ergebnis einer entspannten Zeit.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN 85,00 €

TEILKÖRPERMASSAGE

Was darf es sein - der Rücken oder die Beine? Bei einer intensiven Teilkörpermassage lösen wir Ihre Verspannungen.

CA. 25 MINUTEN INKL. NACHRUHEN 50,00 €

RÜCKEN INTENSIV MASSAGE

Diese besondere Anwendung verschafft Wohlbefinden und Entspannung für den gestressten Rücken. Sie hilft, Haltung zu bewahren und Muskelverspannungen zu lindern. Abschließend wird der Rücken mit einem Balsam einmassiert und entspannt nachgeruht.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN 90,00 €

AROMAÖLMASSAGE

Mit wohltuenden, warmen Aromaölen und einer sanften Massage dürfen Sie entspannen.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN 90,00 €

AKTIVMASSAGE

Wer kräftigere Massagen liebt, ist hier richtig. Mit Klopf-, Knet- und Druckpunktmassagen werden Muskulatur und Gewebe gelockert und belebt.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN 90,00 €

KOMBI: RÜCKEN- UND FUSSMASSAGE

Für die, die ganz entspannt sein wollen. Kombinieren Sie eine wohltuende Fuß- und Rückenmassage.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN 85,00 €

KOPF- UND GESICHTSMASSAGE

Eine beruhigende, lösende und befreiende Massage. Sie wirkt entsprechend bei Stress, Ermüdung und Verspannung.

CA. 25 MINUTEN 50,00 €

CA. 50 MINUTEN INKL. GESICHTSMASKE 85,00 €

Energetische Massagen

ABHYANGA

„Große Einölung mit liebenden Händen“ - die Abhyanga Massage ist eine der wohlthuendsten und effektivsten Massagen der ayurvedischen Gesundheitslehre. Mit warmen, pflanzlichen Ölen werden auf harmonischem Wege im gleichmäßigen Rhythmus der gesamte Körper mit bestimmten Bewegungsabläufen, flächigen Streichungen und Kreisungen behandelt. Die Ganzkörpermassage sorgt für Tiefenentspannung, vitalisiert, reinigt und nährt die Haut und das Gewebe. Wohltuend für Geist, Seele und Immunsystem.

CA. 75 MINUTEN INKL. NACHRUHEN

135,00 €

LOMI LOMI NUI

„Altes loslassen und offen und frei zu sein, für das Neue was kommen will.“ – das ist das Ziel dieser Wohlfühlbehandlung aus der hawaiianischen Lehre. Mit warmen Kokosöl und spezieller Unterarm-Technik wird der Körper sanft mit langen Streichungen massiert und in völliger Tiefenentspannung versetzt. Zudem wird das Nervensystem gestärkt, der Lymphfluss, die Durchblutung und der Stoffwechselprozess aktiviert.

CA. 75 MINUTEN INKL. NACHRUHEN

135,00 €

HOT STONE

Diese Art der Massage wirkt mit Hilfe warmer Steine und hochwertigen Ölen beruhigend auf Herz, Kreislauf und Wohlbefinden. Es wird ein Zustand tiefer Entspannung hervorgerufen. Zudem wirkt die Wärme auch lockernd für die Muskulatur.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN

95,00 €

CA. 75 MINUTEN INKL. NACHRUHEN

135,00 €



Dynamische *Rituale* nach TEAM DR JOSEPH

AUFBAUENDE RÜCKENBEHANDLUNG MIT KLANGSCHALE

Bei dieser aufbauenden Rückenbehandlung wird die Technik und Intensität an Ihre Bedürfnisse angepasst. Die Kombination aus Massageölen, Schröpfgläsern und Klangschalen unterstützt das Lösen von Verspannungen und verbessert die Dynamik der Wirbelsäule.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN

85,00 €

KOPF- NACKEN & SCHULTERMASSAGE

In dieser Massage werden Kopf, Nacken, Schultern und auch der Rücken behandelt. Der Alltagsstress verfliegt und die Massage wirkt tief befreiend. Mit speziellen Grifftechniken und wirkstoffstarken Pflanzenextrakten, lösen sich Verspannungen. Zudem wird die Mikrozirkulation gefördert und Gefäße, Sinnesorgane und Nerven werden gestärkt.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN

85,00 €

DYNAMISCHE FUSS- & BEINMASSAGE

Die Kombination aus Massage mit Kupferhandschuh und modellierter manueller Massage, beleben und vitalisieren müde Beine, damit Sie wieder entspannter und entlastender durch den Tag laufen können.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN

85,00 €

STRAFFENDE REVITALISIERENDE BAUCHBEHANDLUNG

Dieses Körperkonzept wirkt durch sanfte Stimulationen des Bauchraumes entstauend und festigend. Die Körpermitte wirkt gestrafft und die Hautspannung verbessert.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN

80,00 €



Körperbehandlungen

DETOXIFYING CELLULITE BEHANDLUNG

Durch diese effektive Cellulitebehandlung optimieren Sie Ihr Hautbild. Das Zusammenspiel von hochwirksamen Naturprodukten und Schröpftechnik wirkt entstauend auf das Körpergewebe und lindert Cellulite sichtbar. Ein anregendes Körperpeeling und die spezielle Massage unterstützen diese Behandlung. In Kombination mit einer Algenpackung verbessern und optimieren Sie das Ergebnis.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN 85,00 €

CA. 80 MINUTEN INKL. NACHRUHEN 120,00 €

PEELING & PACKUNG

Das Körperpeeling mit Heublumen und Aprikosenkernen reinigt sanft die Haut und stimuliert die Mikrozirkulation. Die Haut wird ideal auf die anschließende Aufnahme nachfolgender Wirkstoffe durch die Cremepackung vorbereitet.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN 85,00 €

KOMBINIERTER MASSAGE MIT PEELING ODER PACKUNG

Das tolle Hautgefühl nach einem Peeling oder einer Packung wird mit einer wohltuenden Massage perfekt abgerundet.

TEILMASSAGE MIT PEELING ODER PACKUNG
CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN 85,00 €

GANZKÖRPERMASSAGE MIT PEELING ODER PACKUNG
CA. 75 MINUTEN INKL. NACHRUHEN 115,00 €

Gesichtsbehandlungen

TEAM DR JOSEPH

INTENSIV REINIGENDE GESICHTSBEHANDLUNG

Hauttypspezifische Tiefenreinigung nach der Methode "TEAM DR JOSEPH". Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Peel-Off-Maske und Tagespflege. Für ein sichtbar gereinigtes und ebenmäßiges Hautbild.

CA. 50 MINUTEN

90,00 €

TIEFENWIRKSAME SCHÖNHEITSPFLEGE

Eine wunderbar natürliche Wirkstoffpflege speziell abgestimmt auf Ihre Hautbedürfnisse mit Sofort-Effekt und einem tief entspannenden Verwöhnprogramm nach der Methode "TEAM DR JOSEPH": Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung mit Schröpfungslässern, modellierte Gesichtsmassage, hauttypspezifisches Serum und anschließend eine individuelle Tagespflege. Hochwirksame, natürliche Aktivstoffe sorgen für eine gesunde und intensiv gepflegte Haut.

CA. 80 MINUTEN

120,00 €

WIRKSAME PFLEGE FÜR DEN MANN

Methode "TEAM DR JOSEPH" für ihn. Kraftvoll, naturnah, wirkungsstark: Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Serum, Intensivmaske mit Gesichtsmassage und eine abschließende individuelle Tagespflege. Natürliche Hightech Power für eine kraftvolle und gepflegte Ausstrahlung.

CA. 50 MINUTEN

90,00 €

SUPREME EYE FACE LIFT

Die intensive Lifting Behandlung mit Gua Sha Massage sorgt für eine sichtbar gefestigte Augenpartie, straffe Gesichtskonturen und einen strahlenden Leuchteffekt. Schwellungen und Trockenheit um die Augenpartie werden reduziert. Das Hautbild wird sichtbar straffer, strahlender und ebenmäßiger. Reinigung, Peeling, Spezial-Serum, Maske und eine individuelle angepasste Tagespflege vervollständigen diese Behandlung.

CA. 50 MINUTEN INKL. NACHRUHEN

95,00 €

ULTRASONIC FACE LIFT

Diese Gesichtsbildung mit Ultraschall lässt die Haut makellos erscheinen und sorgt für eine verjüngte Ausstrahlung. Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, hauttypspezifisches Serum und eine individuell ausgesuchte Maske runden die Behandlung ab, um einen sichtbaren Effekt zu erzielen.

CA. 80 MINUTEN INKL. NACHRUHEN

140,00 €

AUGENBRAUENKORREKTUR

ZUSÄTZLICH ZU EINER DER GESICHTSBEHANDLUNGEN

15,00 €

Kosmetikbehandlungen

MANIKÜRE

Auch wenn man alle Hände voll zu tun hat, dürfen sie schön aussehen. Mit einer Maniküre durch pflegende Produkte werden Ihre Hände samtweich. Am Ende entscheiden Sie sich für eine Handmassage oder einen Nagellack.

CA. 75 MINUTEN MIT LACK ODER MASSAGE	75,00 €
CA. 80 MINUTEN MIT SHELLAC	85,00 €

FUSSPFLEGE MIT FUSSBAD

Genießen Sie ein prickelndes Fußbad mit anschließender Pediküre. Zum Abschluss lassen Sie sich von einer Fußmassage verwöhnen oder entscheiden sich für einen Nagellack.

CA. 75 MINUTEN MIT LACK ODER MASSAGE	75,00 €
CA. 80 MINUTEN MIT SHELLAC	85,00 €

ENTFERNEN VOM ALTEN SHELLAC

CA. 15 MINUTEN	15,00 €
----------------	---------

AUGENBRAUENKORREKTUR

CA. 20 MINUTEN	25,00 €
----------------	---------

FÄRBEN DER AUGENBRAUEN

CA. 15 MINUTEN	20,00 €
----------------	---------

FÄRBEN DER WIMPERN

CA. 20 MINUTEN	20,00 €
----------------	---------

AUGENBRAUEN UND WIMPERN FÄRBEN

CA. 20 MINUTEN	35,00 €
----------------	---------

DEPILATION OBERLIPPE

CA. 15 MINUTEN	25,00 €
----------------	---------

PAKET AUGEN

Augenbrauenkorrektur mit färben der Wimpern und Augenbrauen.

CA. 45 MINUTEN	50,00 €
----------------	---------



Für unsere *kleinen Gäste*

KIDS MASSAGE

Entspannende Massage mit einer wohltuenden Massagecreme.

CA. 45 MINUTEN INKL. NACHRUHEN	60,00 €
CA. 25 MINUTEN INKL. NACHRUHEN	35,00 €

JUNIOR GESICHTSBEHANDLUNG

Reinigende, entspannende Gesichtsbehandlung mit feuchtigkeitspendender Maske, sowie Abschlusspflege.

CA. 45 MINUTEN INKL. NACHRUHEN	70,00 €
CA. 25 MINUTEN INKL. NACHRUHEN	40,00 €

MANIKÜRE ODER PEDIKÜRE MIT LACK

Formen der Nägel und der Nagelhaut, sowie Nagellack.

CA. 25 MINUTEN	35,00 €
----------------	---------

Behandlungen bis 12 Jahre buchbar.

Personal Training

PERSONAL TRAINING

Ein individuelles, effektives Training, bei dem mit TRX-Bändern, Hanteln, Sprungelementen und vielseitigen Functional-Training-Tools gearbeitet wird. Durch die Kombination aus Kraft, Stabilität und Mobilität wirst du ganzheitlich gefordert. Dein Trainer passt jede Übung genau an dein Niveau und deine Ziele an.

CA. 60 MINUTEN FÜR 1 PERSON	90,00 €
FÜR 2 PERSONEN	130,00 €

YOGA- PRIVATE COACHING

Eine ganz persönliche Begleitung auf deiner Yogareise. In individuell abgestimmten Sessions arbeitest du gezielt an Haltung, Atmung und Achtsamkeit –im eigenen Tempo und passend zu deinen Bedürfnissen.

CA. 60 MINUTEN FÜR 1 PERSON	90,00 €
FÜR 2 PERSONEN	130,00 €

RÜCKENPROPHYLAXE

Diese Behandlung unterstützt dich dabei, deinen Rücken langfristig zu stärken und Beschwerden vorzubeugen. In der für dich individuell abgestimmten Einheit lernst du gezielte Übungen für Stabilität, Mobilität und eine gesunde Körperhaltung. Dein Coach zeigt dir schonende, effektive Techniken, die alltagstauglich sind und dir helfen, Verspannungen zu reduzieren und deine Rückengesundheit nachhaltig zu verbessern.

CA. 60 MINUTEN FÜR 1 PERSON	90,00 €
FÜR 2 PERSONEN	130,00 €



PAKET

Das Rückenprophylaxe-Paket mit Rücken-Intensiv-Massage bietet dir eine ideale Kombination aus gezieltem Training und wohltuender Entspannung. Mit individuellen Übungen stärkst du deine Rücken- und Rumpfmuskulatur, verbesserst deine Haltung und beugst Beschwerden effektiv vor. Anschließend löst eine intensive Rückenmassage tiefe Verspannungen, fördert die Durchblutung und sorgt für ein spürbar leichteres, entspanntes Körpergefühl. Perfekt für alle, die ihrem Rücken etwas Gutes tun wollen.

1 EINHEIT 60 MINUTEN, 1 BEHANDLUNG 50 MINUTEN	175,00 €
--	----------

Spa *Etikette*

Genießen Sie die stillen Momente und nehmen Sie dabei Rücksicht auf den Nächsten. Bitte verzichten Sie auf Ihr Mobiltelefon.

Der Umwelt zuliebe bitte sparsam mit den Badetüchern umgehen. Nach Gebrauch bitte in die Handtuchkörbe geben.

Bitte verwenden Sie für die Liegen in den Ruheräumen die grauen Überwürfe in Ihrer Wellnesstasche.

Reservieren Sie keine Liegen und geben Sie diese beim Verlassen der Ruheräume frei.

Essen im Spa ist aus hygienischen Gründen nicht gestattet.

Baden Sie nicht nackt in den Pools.

BERATUNG & TERMINE

An der Hotelrezeption können Sie gerne Ihre Spa-Termine buchen. Schildern Sie uns Ihre Wünsche und Erwartungen. Informieren Sie uns bitte über allfällige Beschwerden wie Bluthochdruck, Herzkrankheiten etc. oder eine Schwangerschaft.

GEMÜTLICH

Mit Bademantel, Badeslipper und gerne ungeschminkt sind Sie angemessen gekleidet. Kommen Sie fünf Minuten früher zu Ihrem vereinbarten Spa-Termin. Genießen Sie noch eine Tasse Tee und gehen Sie Ihr Wohlfühlprogramm entspannt an.

ABSAGEN

Wir bitten Sie, uns eventuelle Terminänderungen oder Absagen bis zu 24 Stunden vor Ihrem vereinbarten Termin mitzuteilen. Kurzfristig abgesagte Behandlungen werden verrechnet.

FARMHOUSE

TORGGLER
HOF

Torgglerhof Nr. 19
39010 Saltaus (St. Martin in Passeier)
Südtirol - Italien
T +39 0473 645 433