

★★★★
FORER
AUSZEIT & HERZLICHKEIT · LADIS/TIROL



Wellness & Vitalquelle

DIE VITALQUELLE IM HOTEL FORER

Harmonisch und entspannt. Ihre Gedanken kommen zur Ruhe und Ihre Seele kann atmen. Genießen Sie einen wohltuenden Saunagang und lassen Sie den Alltag los. Sie haben es sich verdient. „Wie lange bleibe ich in der Sauna? Was tut mir gut?“. Hier gerne unsere Tipps:

1 Sprudelbad oder Whirlpool

Entspannen Sie bei 33° bis 34° C und lockern Sie Ihre verspannte Muskulatur. Wir empfehlen eine Aufenthaltsdauer von 5 bis 15 Minuten und eine Ruhezeit von 15 Minuten.

2 Dampfbad 45° C

Die gleichmäßige Wärme des Wasserdampfs versetzt Sie in einen wohligh entspannten Zustand. Der Stoffwechsel wird angeregt, der Körper entschlackt und die Haut gereinigt. Wir empfehlen eine Aufenthaltsdauer von 12 bis 15 Minuten bei 45° C. Ruhezeit ca. 20 Minuten.

3 Infrarotkabine 45° C

Tiefenwärme lindert Beschwerden und lockert Verspannungen. Ein Genuss speziell vor Ihrer Massage oder Körperbehandlung. Wir empfehlen eine Dauer von 15 bis 20 Minuten bei 45° C. Ruhezeit ca. 20 Minuten.

4 Finnische Sauna

Bei rund 90° bis 100° C sollten Sie nicht länger als 15 Minuten in der Sauna verweilen. Bringen Sie nach dem Saunagang Ihren Kreislauf wieder in Schwung und kühlen Sie sich ab. Ruhezeit ca. 20 Minuten.

5 Sanarium

Entspannen Sie bei ca. 65° C. Die Luftfeuchtigkeit von 50 % sorgt für Ruhe und Wohlbefinden. Wir empfehlen eine Anwendungszeit von 5-15 Minuten. Ruhezeit ca. 20 Minuten.

6 Apidarium

Schon unsere Großeltern wussten alles über die beruhigende Wirkung von Zirbenholz. In unserem „Bienenhäusl“ aus Zirbe senken Sie Ihren Blutdruck und stärken zusätzlich dank der heilsamen Eigenschaften von Propolis Ihr Immunsystem. Aufenthaltsdauer nach Belieben.

7 Trinkgrotte

Genießen Sie gekühltes Grandewasser. Die Amethystdruse beruhigt Herz und Nerven. Sie hilft bei Schlafstörungen, beugt Stresserscheinungen vor und sorgt für Ausgeglichenheit.

8 Tretbecken

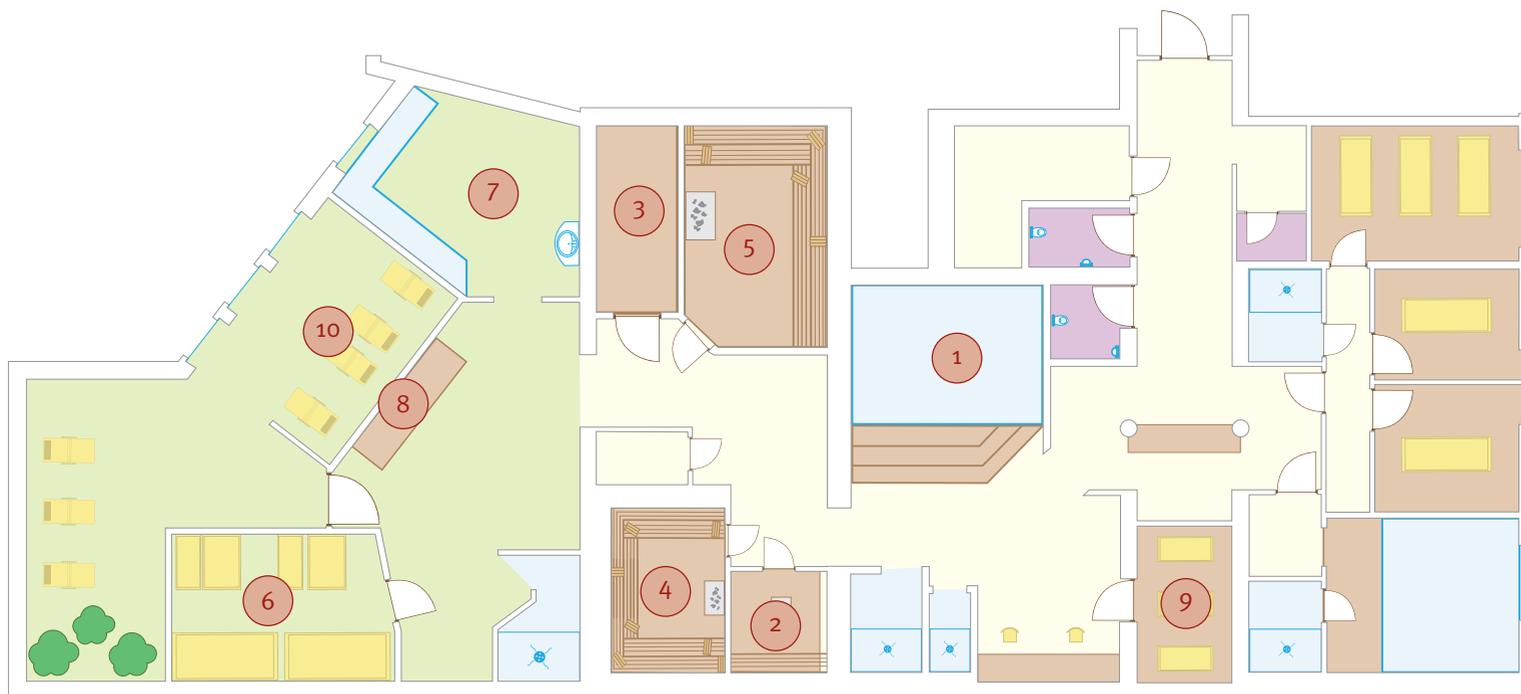
Die feinen Wasserstrahlen treffen Sie oberhalb der Knöchel. Das kühle Wasser erfrischt und belebt. Die Anwendung wirkt kreislaufanregend, durchblutungsfördernd, venenkräftigend, stoffwechselanregend, abhärtend und vegetativ stabilisierend.

9 Solarium

Aufenthaltsdauer je nach Hauttyp, wir beraten Sie gerne.

10 Ruheraum

Wir bitten Sie, diesen Raum, ebenso wie die gesamte Vitalquelle, als Ort der Stille und Entspannung zu nutzen. Nehmen Sie Rücksicht aufeinander und geben Sie jedem die Möglichkeit, sich zu entspannen und Ruhe zu finden.



Saunatücher

Am Eingang der Vitalquelle finden Sie am jeweiligen Zimmerhaken jeden Tag Tücher für den Wellnessbereich. Für die Sauna, das Sanarium und die Wärmekabine liegen eigene Waffeltücher auf.

Anmeldung für Anwendungen

Ihre Anmeldung nehmen wir gerne an der Rezeption entgegen. Bitte teilen Sie uns Ihren Wunschtermin bis 09.00 Uhr am jeweiligen Tag mit.

Unsere Vitalquelle steht Ihnen täglich von 13.30-18.30 Uhr zur Verfügung.

Geöffnet für Kinder unter 12 Jahren in Begleitung der Eltern von 14.30-16.00 Uhr.

Sauna, Sanarium, Infrarotkabine und Dampfbad gehören zur textiltfreien Zone.

Unsere Anwendungen zum Wohlfühlen

Tun Sie Ihrem Körper etwas Gutes, dann hat die Seele Lust, darin zu wohnen.



Ganzkörpermassage € 59,00
Dauer 50 min

Massagen fördern die Festigung der Muskulatur, lösen Verspannungen und stimulieren durch spezifische Griffe den Kreislauf und das Lymphsystem.

Teilmassage € 38,00
Dauer 25 min

Massage für Rücken und Nacken

Teilmassage Deluxe € 53,00
Dauer 40 min

Massage für Rücken, Nacken und Beine

Aromaölmassage € 62,00
Dauer 50 min

Klassische Ganzkörpermassage mit kostbaren ätherischen Ölen.

Gesichtsmassage € 36,00
Dauer 25 min

Zur Lösung von Verspannungen und eine angenehm wohltuende Wirkung.

Fußreflexzonenmassage € 39,00
Dauer 25 min

Fußreflexzonenmassage € 61,00
Dauer 50 min

Bei dieser Massage im Reflexzonenbereich der Füße werden die verschiedenen Organe im menschlichen Körper angeregt und stimuliert. Inklusiv erfrischendem Fußbad.

Kombimassage € 62,00
Dauer 50 min

Die ideale Kombination aus Fußreflexzonenmassage und Rücken-Nackenteilmassage.



Unsere Anwendungen zum Wohlfühlen

Ohrkerzenbehandlung mit entspannender Kopfmassage € 50,00
Dauer 45 min

Beim Abbrennen der Ohrkerze entsteht ein leichter Unterdruck (Kamineffekt), wodurch das Trommelfell sanft massiert wird. Diese Behandlung lindert Stress, kann bei Schlafstörungen helfen, Tinnitus und Kopfschmerzen lindern und das Immunsystem stärken.

Klangschalentherapie € 65,00
Dauer 50 min

Entspannen, loslassen, Klang fühlen. Der Ton der Klangschale dringt in unser Innerstes vor, wodurch die Chakren harmonisiert und positiv beeinflusst werden sollen.

Kräuterstempelmassage – unsere 3E-Behandlung € 72,00
Dauer 50 min

Entspannung – Entschlackung – Entgiftung. Hochwertige Kräuter und Öle aktivieren die Selbstheilungskräfte und wohlige Düfte umschmeicheln die Sinne. Die Wärme lockert Verspannungen und sorgt für entspanntes Wohlbefinden.

Wellness-Pediküre (nur auf Anfrage) € 51,00
Dauer 45 min

Pediküre mit erfrischendem Fußbad, anschließend Lackieren der Nägel oder entspannende Fußmassage nach Wahl.

Lader Heubad € 50,00
Dauer 45 min

„Eine Tradition wird wieder modern.“ Das sanft erwärmte Bergwiesenheu wirkt schmerzstillend, entschlackend, hautstraffend und fördert die Durchblutung. Dieses Bad hilft speziell bei arthritischen und rheumatischen Beschwerden.

Tiroler Steinölbad € 50,00
Dauer 45 min

Das aus Ölschiefer gewonnene pflegende Steinöl wird gegen Muskelkater, Verspannungen, Gliederschmerzen und Gelenksprobleme eingesetzt. Zudem regt das Gesundheitsbad alle Entgiftungsorgane wie Leber, Milz und Darm an.

Forers Milch und Honigbad € 50,00
Dauer 45 min

Biomilch und bester Tiroler Bergwiesenhonig werden zu einer hochwertigen Mischung zusammengefügt, die abgestorbene Hautzellen entfernt und die Haut dabei glatt und weich macht. Gleichzeitig wird der körpereigene Fettfilm, der unserer Haut als Schutzmantel dient, wieder komplett regeneriert.

Alpicare® – Alpenfango & Latschenkieferbad® Detox € 52,00
Dauer 45 min

Für Liebhaber alpiner Tradition ein „Wellness-Muss“. Latschenkiefer duftet außergewöhnlich alpin, fördert in Kombination mit natürlichen, feinkörnigen Sedimenten die Entgiftung über die Haut und wirkt belebend und stärkend. Die Basis für eine schöne und gesunde Haut.

Alpicare® – Arnika & Johanniskrautbad® Regenerierend & Aktivierend € 52,00
Dauer 45 min

Fühlen Sie die belebende Kraft der Sonnenpflanzen. Dieses Gesundheitsbad verleiht Ihren müden Gelenken und Muskeln neue Vitalität. Die Kraft des Wirkstoffkomplexes aus Arnika & Johanniskraut baut Stress ab und löst Verspannungen.





Apidarium

Dieser Ruhebereich ist der heimischen Zirbe gewidmet. Die Zirbe, auch „Königin der Alpen“ genannt, wächst zwischen 1.300 m und 2.800 m und ist extrem widerstandsfähig, kraftvoll und für ihre heilsamen Eigenschaften bekannt. Das Zirbenholz wirkt sich sowohl auf die Belastungs- als auch auf die Erholungsfähigkeit des Menschen äußerst positiv aus und sorgt nachweislich für mehr Wohlbefinden. Mit Zirbenholz stellt sich eine deutlich bessere Schlafqualität ein. Durch die ausreichende Erholung wird die Herzfrequenz niedriger und Sie ersparen sich bis zu 3.500 Herzschläge oder umgerechnet eine Stunde „Herzarbeit“ pro Tag.

Also, machen Sie es sich bequem und ruhen Sie sich aus! Atmen Sie tief in den Bauch und lassen Sie gleichzeitig von einem Luftstrom aus Propolis (Bienenkittharz) und Bienenwachs Ihr Immunsystem stärken.

Nähere Informationen zu den Bienenprodukten erfahren Sie im Inneren unseres Apidariums oder bei unserem Imker Sepp!



Kontakt

Hotel Forer
Familie Forer
Unterdorf 25
A-6532 Ladis/Tirol

Telefon: +43 5472 6622
E-Mail: info@hotel-forer.at
Website: www.hotel-forer.at