



WALDHAUS SPA





Liebe Gäste Dear Guests

Treten Sie ein in den mehrfach ausgezeichneten Waldhaus SPA. Ein Ort zum Wohlfühlen und Entspannen, ein Refugium für Körper, Geist und Seele. Tauchen Sie ein in eine Welt der Ruhe und des Wohlgefühls.

Die fließenden Übergänge von Stein zu Wasser und von Glas zu Luft erzeugen eine Atmosphäre, die dazu einlädt sich treiben zu lassen.

Ein umfangreiches Behandlungsangebot erzeugt im Waldhaus SPA die richtige Stimmung für Entspannung, Regeneration, Genuss und Vitalität.

Unsere SPA Experten beraten Sie professionell abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse und gestalten Ihnen ein auf Sie persönlich zugeschnittenes Schönheits- und Wohlfühlprogramm.

**Herzlich Willkommen
im Waldhaus SPA**

Step into the newly built Waldhaus SPA. A place for well-being and relaxation, a refuge for body, mind and soul. Immerse yourself in a world of peace and well-being.

The flowing transitions from stone to water and from glass to air and inspiring sauna areas create an atmosphere that invites you to be pampered.

An extensive range of treatments creates the right mood for relaxation, regeneration, enjoyment and vitality in the Waldhaus SPA.

Our SPA experts will advise you professionally on your needs and design a personalized beauty and well-being program for you.

**Welcome
in the Waldhaus Spa**



Stornierungen

Wir bitten Sie, im Verhinderungsfall Termin- Stornierungen rechtzeitig jedoch 24 Stunden vor Behandlungsbeginn, bekannt zu geben. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir gezwungen sind, Ihnen 100% der Behandlungskosten in Rechnung zu stellen.

Telefon +41 81 928 49 99 oder
spa@waldhaus-flims.ch

ÖFFNUNGSZEITEN

Sommer: ab 1. April
täglich ab 7 bis 20 Uhr, Mittwoch und
Samstag bis 21 Uhr

Winter: ab 1. Dezember
täglich ab 8 Uhr bis 21 Uhr, Mittwoch
und Samstag bis 22 Uhr

Alle Preise in CHF inkl. MwSt. Änderungen vorbehalten. ©2018



Privat Spa

Geniessen Sie Zweisamkeit in unserer Private-Spa-Suite auf 100m² und lassen Sie sich verwöhnen.

Wir freuen uns, für Sie ein unvergessliches Erlebnis zu kreieren und stellen Ihnen gerne ein traumhaftes Package oder Behandlungen nach Ihren Wünschen zusammen.

- Erlebnisdusche
- Sauna
- Jacuzzi Pool
- Himmelbett
- Teebar
- Doppelbehandlungsliegen
- Kleine Köstlichkeiten

Enjoy the togetherness in the Waldhaus Spa Private Spa Suite in 100m² and let yourself be pampered.

We look forward to creating an unforgettable experience for you and gladly put together a fantastic package or treatments according to your wishes.

- multi-sensory shower
- sauna
- Jacuzzi pool
- canopy bed
- tea bar
- two massage couches
- small delicacies



PREISE

- Exklusive Auszeit zu zweit
- 120 Minuten CHF 250
- jede weitere Person CHF 60
- jede weitere Stunde CHF 100

PRICE

- Exclusive time for two
- 120 minutes CHF 250
- Each additional person CHF 60
- Each additional hour CHF 100

Für mehr Wohlfühlmomente empfiehlt das Waldhaus Spa zusätzlich eine entspannende Ganzkörperwohlfühlmassage oder Gesichtsbehandlung. Bei Buchung einer Behandlung profitieren Sie von 15% ab einem Behandlungswert von CHF 150.

For more moments of well-being, the Waldhaus Spa additionally recommends a relaxing full-body massage or a facial treatment. If you book a treatment you benefit from 15% with a treatment value of CHF 150 or more.



Wohlfühlmassagen und Körpertherapien

Wellbeing massages and body therapies

Geben Sie sich vertrauensvoll in die Hände jener, die jeden Punkt und jeden Muskel Ihres Körpers verstehen. Gemeinsam mit unseren erfahrenen Therapeutinnen und Therapeuten haben wir im Waldhaus Spa die besten Massage- und Behandlungstechniken aus aller Welt für Sie zusammengestellt. Ob als Ausgleich zur hektischen und fordernden Arbeitswelt oder ganz einfach, um neue Energie zu tanken und den Alltag zu vergessen: Gönnen Sie sich und Ihrem Körper eine wohlthuende Auszeit bei einer Wellnessmassage oder physiotherapeutischen Behandlung.

Entrust yourself to the hands of experts who understand every spot and muscle in the human body. Our skilled therapists have brought to the Waldhaus Spa the best massage and treatment techniques from around the world. Whether you need to recuperate from the stress and fuss of the working day, or simply want to gather your energy and leave the world behind, treat yourself to a deserved time-out for a wellness massage or physiotherapy treatment.

SHIATSU

60 Minuten CHF 165

60 minutes CHF 165

Shi steht für Finger, Atsu für Druck. Diese japanische Massage beruht auf der Kenntnis der Meridianverläufe im Körper. Sie erneuert die Lebenskräfte und hilft, Stauungen und Stress abzubauen.

Shi stands for finger, Atsu for pressure – this Japanese massage is based on a knowledge of the meridian lines in the body. It regenerates the life forces and helps to reduce blockages and stress.

LOMI LOMI NUI

80 Minuten CHF 210

80 minutes CHF 210

Die hawaiianische Tempelmassage – praktiziert von den weisen Kahunas – wird auch als die «Königin der Massagen» bezeichnet. Durch Mobilisation und ineinander fließende, grossflächige Streichungen, kombiniert mit Energiearbeit, werden Körper, Geist und Seele in Einklang mit sich selbst und deren Umgebung gebracht.

The Hawaiian temple massage, practised by the wise Kahunas, is also called the „queen of massages“. Through mobilisation and stroking movements that intertwine with one another over large areas, combined with energy work, body, mind and soul are brought into harmony with themselves and their environment.

ABHYANGA – DIE TRADITIONELLE AYURVEDA-MASSAGE

ABHYANGA – TRADITIONAL AYURVEDA MASSAGE

80 Minuten CHF 210

80 minutes CHF 210

Eine indische Ganzkörpermassage, um Störungen der Körperenergien positiv zu beeinflussen und zu korrigieren. Diese Behandlung ist kreislaufanregend, stärkt das zentrale Nervensystem, kräftigt die Muskulatur und fördert die Regeneration von Gewebe und Organen.

An Indian full-body massage to positively influence and correct disruptions in the body's energies. This treatment stimulates the circulation, strengthens the central nervous system, strengthens the musculature and promotes the regeneration of tissue and organs.

EDELSTEINMASSAGE

PRECIOUS STONE MASSAGE

80 Minuten CHF 210

80 minutes CHF 210

Die Massage wirkt anregend, zugleich entspannend und fördert ein besseres Körpergefühl. Es verbinden sich die Vorzüge vielfältiger Massagetechniken mit den Wirkungsweisen verschiedenster Edelsteine. Körper, Geist und Seele werden dabei berührt und in Einklang gebracht.

The massage is stimulating, but relaxing at the same time and promotes a better body feel. It combines the benefits of various massage techniques with the effects of various precious stones. Body, mind and soul are touched and harmonised in the process.

KRÄUTERSTEMPELMASSAGE

HERBAL STAMP MASSAGE

80 Minuten CHF 210

80 minutes CHF 210

Die Kräuterstempelmassage beruht auf der uralten Tradition der ostasiatischen Massagekunst. Das Geheimnis liegt in der Mischung von heissem Öl und wohlriechenden Stempeln. Wärme und die Kraft der Kräuter vereinen sich zu einem Wirkstoffpaket, welches die Durchblutung fördert und die Schlackenstoffe abtransportiert. Das Immunsystem wird angeregt, das Hautbild verbessert und man erlebt eine tiefgehende, wohltuende Entspannung.

The herbal stamp massage is based on the ancient tradition of East Asian massage art. The secret lies in the mixture of hot oil and fragrant stamps. Heat and the power of the herbs combine to form an active substance package, which promotes blood circulation and transports the slag materials away. The immune system is stimulated, the skin complexion is improved and you experience a deep soothing relaxation.

THAI-YOGA-MASSAGE

80 Minuten CHF 210

80 minutes CHF 210

In Asien hat die Thai-Massage eine lange Tradition. Mit speziellen Druck- und Dehn-Techniken wird Ihr Körper optimal mobilisiert und behält so seine Geschmeidigkeit. So können die Energiebahnen des Körpers aktiviert und sowohl Muskulatur als auch die inneren Organe positiv beeinflusst werden.

Thai massage has grown out of hallowed tradition. It uses unique pressing and stretching techniques to optimally mobilise your body, keeping it supple. The body's energy flows are activated, benefiting the musculature and the internal organs.

GANZKÖRPERMASSAGE

TOTAL BODY MASSAGE

60 Minuten CHF 155 / 80 Minuten CHF 195

60 minutes CHF 155 / 80 minutes CHF 195

Die klassische Ganzkörpermassage dient vor allem zur Behandlung verspannter Muskulatur, oder zur Vorbeugung von Verspannungen. Sie hilft bei Spannungskopfschmerzen, Muskelschmerzen und zur schnellen Regeneration nach dem Sport. Ausserdem fördert eine klassische Ganzkörpermassage die seelische und körperliche Ausgeglichenheit, stabilisiert das Immunsystem, verbessert den Lymphfluss und wirkt positiv auf die Durchblutung der Haut und des Bindegewebes.

The classic full body massage is mainly used to treat tense muscles, or to prevent tension. It helps with tension headaches, muscle aches and rapid recovery after exercise.

MAGNESIUM WELLNESS MASSAGE

60 Minuten CHF 165 / 90 Minuten CHF 210

60 minutes CHF 165 / 90 minutes CHF 210

Magnesium ist verantwortlich für die Förderung eines gesunden Energieniveaus. Mit dem Energie Balance Ritual wird Ihr Wohlbefinden gesteigert. Die intensiv pflegende Behandlung und Massage fördert die Entgiftung und belebt Ihren Magnesiummangel.

Magnesium is responsible for promoting healthy energy levels, sleep, muscle function and overall well-being. This nourishing treatment promotes detoxification and replenishes commonly deficient magnesium levels.

LYMPHDRAINAGE

LYMPH DRAINAGE

50 Minuten CHF 140

50 minutes CHF 140

Sanft entspannende Streich- und Kreisbewegungen bringen das Lymphsystem in Schwung, entstauen das Gewebe, unterstützen die Entschlackung und stärken das Immunsystem.

Gentle, relaxed stroking and circular movements stimulate the lymph system, unblock clogged tissues, support purification and strengthen the immune system.

TEILKÖRPERMASSAGE

PARTIAL BODY MASSAGE

25 Minuten CHF 80 / 45 Minuten CHF 115

25 minutes CHF 80 / 45 minutes CHF 115

Eine Teilkörpermassage lockert Verspannungen oder Verkrampfungen in der Muskulatur, verbessert die Durchblutung und regt den Stoffwechsel an.

A partial body massage relaxes tension or cramps in the musculature, improves blood circulation and stimulates the metabolism.

FUSSREFLEXZONENMASSAGE INKL. FUSSBAD

FOOT REFLEXOLOGY MASSAGE INCL. FOOT BATH

50 Minuten CHF 140

50 minutes CHF 140

Alle Organe und Körperteile haben entsprechende Nervenpunkte an den Füßen. Durch Druck auf diese sogenannten Reflexzonen werden Organfunktionen reguliert und Krankheitsbilder können sich verbessern. Eine Fussreflexzonenmassage aktiviert zudem die Selbstheilungskräfte des Körpers.

All organs and body parts have corresponding nerve points on the feet. By pressing these so-called reflex zones organ functions are regulated and clinical pictures can improve. A foot reflexology massage also activates the body's self-healing powers.

SPORTMASSAGE

SPORTS MASSAGE

50 Minuten CHF 150 / 80 Minuten CHF 195

50 minutes CHF 150 / 80 minutes CHF 195

Die Sportmassage ist eine Ergänzung zur klassischen Massage. Hier verwendet man die Griffe der klassischen Massage sowie weitere Ergänzungsgriffe und geht auf die Bedürfnisse des Sportlers sowie die speziellen Probleme beim Sport ein. Davon ausgehend, dass aktive Sportler robuster sind, wird die Massage dementsprechend kräftiger durchgeführt und so der Körper auf eine bevorstehende körperliche Beanspruchung vorbereitet und durchblutet.

The sports massage is a supplement to the classic massage. Here one uses the handles of the classical massage as well as further supplementary handles and responds to the needs of the athlete as well as the special problems with the sport. Assuming that active athletes are more robust, the massage will be carried out correspondingly stronger.

PHYSIOTHERAPEUTISCHE MASSAGE

PHYSIOTHERAPEUTIC MASSAGE

25 Minuten CHF 80 / 45 Minuten CHF 115 / 60 Minuten 155

25 minutes CHF 80 / 45 minutes CHF 115 / 60 minutes CHF 155

Diese medizinische Massage hat zum Ziel, verkrampfte und verspannte Muskeln wieder zu lösen. Sie ist auch eine gute Vorbereitung, um blockierende Gelenke zu beeinflussen. Ebenso beeinflusst sie die Haut und das Bindegewebe, verbessert die Durchblutung der Muskulatur durch Dehnungs-, Zug- und Druckreiz und senkt den Blutdruck.

This medical massage aims to release cramped and tense muscles. It is also a good preparation to influence blocking joints. It also affects the skin and connective tissue, improves the blood circulation of the muscles by stretching, pulling and pressure stimulus and lowers the blood pressure.

MASSAGE FÜR SCHWANGERE **PREGNANCY MASSAGE**

45 Minuten CHF 115

45 minutes CHF 115

Eine Massage für werdende Mütter, um Wohlfühl und Wohlbefinden zu erzeugen. Eine inspirierte Therapie, die Mutter und Kind durch die Kraft des Kontakts verbindet. Diese Massage wird ausschliesslich von einem medizinischem Therapeut/in durchgeführt.

A massage for expectant mothers. An inspired therapy that connects mother and child through the power of contact. This massage is only performed by a medical therapist.

TAPING

Pro 10 Minuten CHF 20

Pro 10 minutes CHF 20

Tape ist ein hochelastisches Pflaster aus Stoff. Es dient bei Verletzungen oder Entzündungen von Muskeln, Bändern oder Gelenken. Es ist anwendbar auf verschiedene sowie akute und chronische Beschwerden und wirkt schmerzlindernd. Die Tape Streifen verbleiben bis zu zwei Wochen auf der Haut.

Tape is a kind of highly elastic bandage. It is used for injuries and inflammation of muscles. It has many different as well as acute and chronic symptoms and has an analgesic effect. The tape strips remain on the skin for up to two weeks.



Signature Massage & Rituale

Signature massage & rituals

Die Königsklasse der Waldhaus Spa Behandlung sind unsere exklusiven Signature Treatments, welche explizit auf Basis jahrelanger Erfahrungen von unseren qualifizierten Therapeuten extra für die speziellen Bedürfnisse unserer Gäste entwickelt wurden. Diese Massagen dienen der intensiven Behandlung von bestimmten Körperpartien. Moderater Druck erreicht höchste Entspannung für Körper, Geist und Seele.

The premier class of the Waldhaus Spa are our exclusive Signature Treatments, which were explicitly developed on the basis of years of experience by our qualified therapists. These treatments serve the intensive treatment of certain body parts. Moderate pressure in this massage to achieve relaxation for body mind and soul.

TUJETSCH-BEHANDLUNG

TUJETSCH-TREATMENT

80 Minuten CHF 210

80 minutes CHF 210

Erleben Sie die Kombination von Wellness-Massage und medizinischer Massage bis hin zur intensiven manuellen Therapie. Speziell an dieser neuen Form der Rückenbehandlung ist die Verwendung des wertvollen Specksteins aus dem Bündner Oberland und des hauseigenen «Waldhaus»-Öls. Eine Behandlung mit nachhaltiger Wirkung für ein unbeschwertes Rückengefühl.

Experience the combination of wellness massage plus medicinal massage, through to intensive manual therapy. Special to this new form of back treatment is the application of valuable soap stone from the Bündner Oberland and our in-house „Waldhaus“ oils. A treatment with long-lasting effect for a trouble-free back.

LA SIALA

50 Minuten CHF 140

50 minutes CHF 140

La Siala ist eine Schulter-Nacken-Behandlung, die exklusiv im Waldhaus Spa erhältlich ist. Hier wird das Wissen von Wellness und Medizin gekonnt kombiniert. Diese intensive Behandlung bietet eine nachhaltig mobilisierende Wirkung und wohltuende Entspannung im Schulter- und Nackenbereich. Nachruhen inklusive. With this unique shoulder and neck treatment available exclusively at Waldhaus Spa, knowledge from both wellness and medicine is focused and expertly combined. This intensive treatment has a lasting mobilizing effect and offers soothing relaxation of shoulder and neck area including quite time.

NEROLI BLÜTEN SENSORY MASSAGE BY KERSTIN FLORIAN

NEROLI BLOSSOM SENSORY EXPERIENCE BY KERSTIN FLORIAN

60 Minuten CHF 155 / 90 Minuten CHF 195

60 minutes CHF 155 / 90 minutes CHF 195

Erneuern und erfrischen Sie Ihren Körper mit dieser einzigartigen Behandlung von Kopf bis Fuss, welche Ihren Körper durch Energie und Atemtechniken mit den Essenzen des Neroliöls in Einklang bringt.

Awaken your senses with the aroma of neroli as energy balancing, reflexology foot cleansing ritual, lymphatic dry brush and meditative massage combine for a deeply relaxing yet uplifting experience.

LAVENDER DREAMS EXPERIENCE

90 Minuten CHF 210

90 minutes CHF 210

Atmen Sie die beruhigenden und ausgleichenden Düfte von wildem Lavendel, während Sie ein verjüngendes Ganzkörperpeeling und eine warme Cocooning-Packung erhalten. Anschliessend wird Ihr Körper mit einer speziellen Ganzkörpermassage verwöhnt.

Inhale the calming, balancing benefits of wild lavender as you relax and enjoy a rejuvenating scrub, a warm cocooning wrap and a full body massage.

MAGNESIUM WELLNESS BEHANDLUNG

MAGNESIUM WELLNESS TREATMENT

90 Minuten 210

90 minutes 210

Die Mineralkraft von Magnesium kombiniert mit einer therapeutischen Massage und einer Trockenbürstung des Körpers bietet das ultimative Wohlbefinden. Die Haut wird genährt, die Muskeln entspannt.

Magnesium is responsible for promoting healthy energy levels, sleep, muscle function and overall well-being. This nourishing treatment promotes detoxification and replenishes commonly deficient magnesium levels.

MASSAGE UPGRADE

Geniessen Sie Ihre Massage und profitieren Sie von einer unserer luxuriösen Behandlungsmöglichkeiten zum Vorteilspreis.

Enjoy your massage and benefit with one of our luxury treatment options at a discounted price.

Refresh Gesichtsbehandlung by Kerstin Florian

Refresh facial by Kerstin Florian

+ 30 Minuten CHF 65

+ 30 minutes CHF 65

Bioptic Augenbehandlung by Ericson Laboratoire

Bioptic Eye treatment by Ericson Laboratoire

+ 25 Minuten CHF 45

+ 25 minutes CHF 45

Fussreflexzonenmassage

Foot reflexology massage

+ 30 Minuten CHF 65

+ 30 minutes CHF 65



Peelings, Hamam & Bäder Scrubs, hamam and baths

TURKISH SCRUB BY KERSTIN FLORIAN

60 Minuten CHF 110

60 minutes CHF 110

Ein belebendes und remineralisierendes Thermalsalzpeeling mit natürlichen Mineralien energetisiert und glättet die Haut.

An invigorating, remineralizing experience uses thermal salt in this dual exfoliation with natural minerals and loofah scrub to thoroughly energize and smooth the body.

CHAMOMILE SCRUB BY KERSTIN FLORIAN

60 Minuten CHF 110

60 minutes CHF 110

Ein reichhaltiges mildes Gankörperpeeling mit wertvollen Auszügen der Kamille, welches auf sanfte Weise abgestorbene Hautzellen entfernt und die Haut mit Nährstoffen versorgt.

An invigorating, remineralizing experience uses thermal salt in this dual exfoliation with natural minerals and loofah scrub to thoroughly energize and smooth the body.

ST. BARTH SOFTNESS

30 Minuten CHF 85

30 minutes CHF 85

Ein entspannendes Ganzkörperpeeling mit Kokosnussöl und Papaya. Spezieller Seesandkomplex entfernt abgestorbene Hautzellen. Für eine zarte und ebenmässige Haut.

Relaxing body peeling with coconut oil and papaya. The fruit enzymes in fresh papaya and a special sea-sand polish complex remove dead skin cells. Pure coconut oil soothes the skin while pampering it with valuable nutrients. For a soft and smooth skin.

ST. BARTH DREAM BAD

20 Minuten CHF 75

20 minutes CHF 75

Exotisches Schönheitsbad, das alle Sinne einbindet. Exotische Öle und Lotionen transportieren wertvolle Mineralien und Vitamine in die Haut. Für eine gepflegte und seidig zarte Haut.

Exotic and relaxing beauty baths, a treat for all the senses. Exotic oils and lotions, blended with our extra mild, nourishing bath gel, to supply the skin with valuable minerals, vitamins and trace elements. For beautiful, velvety soft and silky, shimmering skin.

HAMAM-PEELING

25 Minuten CHF 75

25 minutes CHF 75

Diese Hamam-Behandlung beginnt mit einer Aufwärmphase im Hamam-Dampfbad. Das anschliessende Peeling mit Seifenhandschuhen reinigt Ihre Haut – sie wird wie neu erstrahlen und fühlt sich seidenweich an.

Hamam treatments are preceded by a warm-up session in the hamam steam bath. A following massage with a soapy sabulama glove exfoliates and cleanses the skin, leaving it radiant as never before and silky smooth to the touch.

HAMAM-SEIFENHANDSCHUH-MASSAGE

HAMAM SOAP MASSAGE

45 Minuten CHF 120

45 minutes CHF 120

Gönnen Sie sich eine Massage, die den Peeling-Effekt mit den Hamam-Seifenhandschuhen auf einzigartige Weise und mit entspannenden Massagetechniken verbindet. Als Abschluss wird Ihre Haut mit weichem Öl verwöhnt.

Treat yourself to a massage combining the exfoliating effect of the sabulama with relaxing massage techniques. Gentle oils are applied as the final touch.

MINERAL WELLNESS BAD BY KERSTIN FLORIAN

MINERAL WELLNESS BATH BY KERSTIN FLORIAN

30 Minuten CHF 95

30 minutes CHF 95

Erleben Sie ein wohltuendes Wellnessbad, welches Ihren Körper entgiftet, entschlackt und entspannt. Abgerundet wird die Behandlung mit einer Körperpflege.

Experience transformative wellness in this purifying, remineralizing, muscle-relieving bath. Leaves the mind and body feeling cleansed, balanced and rested.





Ericson Körperbehandlungen

Ericson body treatments

Ericson Laboratoire, ansässig in Paris, ist seit über 60 Jahren führend im Bereich von Medical-Wellness-Behandlungen für höchste Ansprüche, resultatorientierte und schnell sichtbare Ergebnisse.

Entdecken Sie das einzigartige Körperbehandlungskonzept, welches von Ericson Laboratoire erarbeitet wurde. Es sind massgeschneiderte auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmte Behandlungen, welche als Kurpakete zusammengestellt werden können.

Ericson Laboratoire, from Paris, has been over the last 60 years a leader in high-level medical wellness treatments for the highest result-oriented demands and quickly visible results. Discover the unique body treatment concept developed by Ericson Laboratoire. These are tailor-made treatments created for your personal needs, which can be bundled together as spa packages.

**ERICSON
LABORATOIRE**

OSMO THERMY – SCHLANKHEITS- UND ENTGIFTUNGSBEHANDLUNG **OSMO THERMY – SLIMMING AND DETOXIFICATION TREATMENT**

60 Minuten CHF 150

60 minutes CHF 150

Die Osmo-Thermy ist eine Schlankheitsbehandlung, die auf einem osmotischen Gleichgewicht, der Remineralisierung des Körpers und dem aromatischen Wohlbefinden basiert. Diese Pflegebehandlung verbindet ein Peeling und porentiefe Hautreinigung. Empfohlen als Erstbehandlung.

The Osmo-Thermy is a slimming treatment based on osmotic balance, body remineralization and aromatic wellbeing. This care treatment combines peeling and pore-deep skin cleansing. Recommended as first treatment.

SLIM & LIFT – SCHLANKHEITS UND STRAFFUNGSBEHANDLUNG **SLIM & LIFT – SLIMMING AND TONING TREATMENT**

75 Minuten CHF 180

75 minutes CHF 180

Kurbelt den Fettabbau an und wirkt der Fetteinlagerung entgegen, strafft das Gewebe, regeneriert Dehnungsstreifen und angegriffene Kapillargefäße.

Cranks the fat reduction and counteracts the fat storage, tightens the tissue, regenerates stretch marks and affected capillaries.

DIETETIK CELLULITE CONTROL – SCHLANKHEITS UND CELLULITEBEHANDLUNG **DIETETIK CELLULITE – SLIMMING AND CELLULITE TREATMENT**

90 Minuten CHF 195

90 minutes CHF 195

Diese intensive schlankmachende Behandlung wirkt nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen auf den Fettstoffwechsel ein, reduziert Fett- und Wassereinlagerungen sowie entzündliche Prozesse im Fettgewebe. Das Gewebe wird gestrafft und schenkt der Haut Jugendlichkeit.

This comprehensive intensive slimming treatment works in accordance with the latest scientific findings on the fat metabolism, reduces fat and water retention and inflammatory processes in adipose tissue. The tissue gets toned and your skin looks vibrantly young.

X50 BODY MATRIX – ANTI AGING SCHLANKEITSBEHANDLUNG

X50 BODY MATRIX – ANTI AGING SLIMMING TREATMENT

90 Minuten CHF 195

90 minutes CHF 195

Tiefen und gezielte Schlankheitsbehandlung mit 5-facher Wirkungsweise. Strafft und glättet das Gewebe, hilft Pölsterchen abzubauen, wirkt drainierend bei schweren Beinen und hat eine bauchstraffende, hormonregulierende und hautklärende Wirkung. Schenkt der Haut neue Spannkraft.

Deep and aimed slimming treatment with 5-fold effect. Tightens and smoothes the tissue, helps to remove pads, has draining effect on heavy legs and abdominal tightening, hormone-regulating and skin-clarifying effects. Donates the skin new elasticity.



Beauty Facial Treatments

DETOX BIOPURE – SAUERSTOFF REINIGUNGSBEHANDLUNG

BY ERICSON LABORATOIRE

DETOX BIOPURE – OXYGEN PURIFICATION TREATMENT

BY ERICSON LABORATOIRE

75 Minuten CHF 170

75 minutes CHF 170

Die Sauerstoffversorgung für müde, fahle Haut. Reinigt die Haut porentief, fördert die Sauerstoffversorgung der Zellen, spendet neue Energie, schützt vor Umweltverschmutzung und lässt die Haut neu atmen. Für ein spürbar und sichtbares Hautergebnis.

The oxygenation for tired and sallow skin. It cleanses deeply the skin, provides oxygenation of the cells, provides new energy, protects against environmental pollution and makes the skin breathe. For a noticeable and visible skin result.

HYDRA CLINIC – INTENSIVE FEUCHTIGKEITS- UND NÄHRSTOFFBEHANDLUNG BY ERICSON LABORATOIRE

HYDRA CLINIC – INTENSIVE MOISTURIZING AND NUTRIENT TREATMENT BY ERICSON LABORATOIRE

75 Minuten CHF 170

75 minutes CHF 170

Die Spezialbehandlung für trockene, feuchtigkeits- und nährstoffarme Haut. Optimiert durch Mineralien und Spurenelemente den Feuchtigkeitshaushalt und die Nährstoffbalance der Haut. Spendet ein einmaliges, erfrischendes und entspanntes Hautgefühl.

The special treatment for dry, moisture- and nutrient-poor skin. Optimizes the moisture and nutrient balance of the skin through rich in minerals and micronutrient elements. Donates a unique refreshing and relaxed skin feeling.

MESO – VIT – VITAMIN – BOOSTERBEHANDLUNG BY ERICSON LABORATOIRE
MESO – VIT – VITAMIN BOOSTER TREATMENT BY ERICSON LABORATOIRE

75 Minuten CHF 170

75 minutes CHF 170

Die neue Vitamin-Booster Expertenbehandlung versorgt die Haut mit den wichtigsten Vitaminen A, C und E. Durch die zusätzliche Anwendung des Micro-Pick, können die Wirkstoffe tief in die Haut eindringen. Die Konturen wirken gefestigt und die Haut fühlt sich glatt und zart an.

The new vitamin-booster expert treatment provides the skin with the most important vitamins A, C and E. Through the additional use of the Micro-Pick the active ingredients can penetrate deep into the skin. The contours are firm and the skin feels smooth and tender.

SKINJEXION – INTENSIVE LOKALE FALTENBEHANDLUNG
BY ERICSON LABORATOIRE

SKINJEXION – INTENSIVE LOCAL WRINKLE TREATMENT
BY ERICSON LABORATOIRE

90 Minuten CHF 210

90 minutes CHF 210

Diese neue Faltenbehandlung bremst die Faltenbildung, entspannt Mimikfalten und glättet und füllt diese auf! Dank den revolutionären Wirkstoffen No Age VXN, BTX und Hyaluronsäure mit hohem Molekulargewicht werden Sie Ihre Falten los. Ein wirkungsstarker Aktivkomplex entspannt Mimikfalten und füllt sie mit Aufpolsterungsmolekülen auf. Besondere Stimulation durch die Nadelelektroden.

This new wrinkle treatment slows wrinkling, relaxes expression wrinkles, smoothes and fills them up. Get rid of wrinkles thanks to the revolutionary ingredients No Age VXN, BTX and high molecular weight hyaluronic acid.

An effective active complex relaxes expression wrinkles and fills them with upholstering molecules. Special stimulation through the needle electrodes.

BIOPTIC – INTENSIVE AUGENPFLEGEBEHANDLUNG
BY ERICSON LABORATOIRE

BIOPTIC – INTENSIVE EYE CARE TREATMENT BY ERICSON LABORATOIRE

30 Minuten CHF 70 in einer Behandlung CHF 45

30 minutes CHF 70 in a treatment CHF 45

Diese Luxuspflegebehandlung erfrischt die Augenpartie. Linien und Fältchen werden geglättet und verfeinert. Reduziert Augenringe und Tränensäcke. Für einen strahlenden Blick.

This luxury care treatment refreshes the eye area. Lines and wrinkles are smoothed and refined. Reduces dark circles and eye bags. For a radiant look.

BERRY PLUS ANTIOXY INFUSION BY KERSTIN FLORIAN

60 Minuten CHF 165 / 90 Minuten CHF 210

60 minutes CHF 165 / 90 minutes CHF 210

Ultra-Oxygenierung, Anti-Aging-Behandlung auf Basis von vitaminreichen Superbeeren und Pflanzenzellkulturen zur Stärkung, Verjüngung und Erneuerung des Hautbildes. Diese Pflegebehandlung hilft Ihnen dabei, Ihre jugendliche Frische wiederherzustellen und verleiht müder und beanspruchter Haut neue Ausstrahlung.

Ultra-oxygenating, anti-aging treatment based on vitamin-rich super berries and plant cell cultures to fortify, rejuvenate and renew

ADVANCED REPAIR BY KERSTIN FLORIAN

90 Minuten CHF 240

90 minutes CHF 240

Eine ergebnisorientierte Behandlung mit einem effektiven Fruchtsäurepeeling, welches Ihre Haut erneuert und durch die Tiefenreinigung die Hautdurchblutung fördert. Eine Ampullenapplikation und eine nährende auf Ihren Hauttyp abgestimmte Maske bringt Ihr Hautbild zum Strahlen. Die abschliessende Hand-, Fuss- und Kopfmassage vermittelt ein Gefühl von totaler Entspannung und vollständigem Wohlbefinden.

Results-oriented treatment individually customized to address any skin type and concern, including sensitivity, fine lines, congestion and premature aging.

GENTLEMEN'S ULTRA POWER FACIAL BY KERSTIN FLORIAN

GENTLEMEN'S ULTRA POWER FACIAL BY KERSTIN FLORIAN

60 Minuten CHF 165 / 90 Minuten CHF 210

60 minutes CHF 165 / 90 minutes CHF 210

Eine therapeutische Tiefenreinigungs-Gesichtsbehandlung, die speziell für die Bedürfnisse männlicher Hautpflege entwickelt wurde. Diese Behandlung sorgt für neue Spannkraft und Festigkeit.

A therapeutic deep-cleansing facial designed specifically for male skincare needs.

DEEP CLASSICAL ESSENTIAL SKIN CARE BY KERSTIN FLORIAN

DEEP CLASSICAL ESSENTIAL SKIN CARE BY KERSTIN FLORIAN

60 Minuten CHF 165 / 90 Minuten CHF 210

60 minutes CHF 165 / 90 minutes CHF 210

Eine klassische Gesichtsbehandlung individuell auf Ihren Hauttyp abgestimmt. Dampf, Peeling und Tiefenreinigung verleihen Ihrer Haut ein reines und frisches Aussehen. Abgerundet wird diese Behandlung mit einer individuellen Tagespflege.

An exfoliating peel, deep-cleansing massage and personally selected masque to purify, balance and nourish any skin type.

EXPRESS REFRESH BY KERSTIN FLORIAN

EXPRESS REFRESH BY KERSTIN FLORIAN

30 Minuten CHF 85

30 minutes CHF 85

Diese Expressbehandlung für müde und fale Haut reinigt, entgiftet, remineralisiert und energetisiert durch eine auf Sie abgestimmte Maske den Teint. Das Resultat ist eine frische, strahlende Haut.

This express treatment for tired skin cleanses, detoxifies, remineralizes and energizes through a mask tailored to your skin complexion. The result is a fresh, radiant skin.

SKIN CARE UPGRADE / SKIN CARE UPGRADE

Geniessen Sie Ihre Gesichtsbehandlung und profitieren Sie von einer unserer luxuriösen Behandlungsmöglichkeiten zum Vorteilspreis.

Enjoy your facial treatment and benefit with one of our luxury treatments at a special price.

Bioptic Augenbehandlung / Bioptic Eye treatment by Ericson Laboratoire

+ 25 Minuten CHF 45 / + 25 minutes CHF 45

Chitosan Peel-OFF Maske / Chitosan peel-OFF maske

Beruhigend, entzündungshemmend / Soothing, anti-inflammatory
+ CHF 10 / + CHF 10

Brightening Peel-OFF / Brightening Peel-OFF

Maske verleiht Leuchtkraft, feuchtigkeitsspendend / Illuminating, hydrating
+ CHF 10 / + CHF 10

Co-Enzyme Q10 Ampulle / Co-Enzyme Q10 ampoule

Sauerstoff, pflegend / Oxygen, caring
+ CHF 15 / + CHF 15

Pure Vitamin C Ampulle / Pure vitamin C ampoule

Aufbauend, reparierend, schützend / repairing, protecting
+ CHF 15 / + CHF 15

Intensive Repair Ampulle / Intensive repair ampoule

Feuchtigkeitsspendend, glättend, straffend / moisturizing, smoothing, firming
+ CHF 15 / + CHF 15



Zusatzbehandlungen Beauty extras

HÄNDE UND FÜSSE / HANDS & FEET	CHF
Klassische Maniküre 50 Min / Cosmetic manicure	65
Spa Maniküre by Ana Evangelista 70 Min / Spa manicure	110
Klassische Pediküre 50 Min / Cosmetic pedicure	85
Spa Pediküre by Ana Evangelista 70 Min / Spa pedicure	110
Lackierung / Varnish	10
Lackwechsel / Fresh nail varnish	15
French Lackierung / French nail varnish	20
Intensive Handpackung während der Behandlung / Intensive hand care	10

FÜR DAS GESICHT / FOR FACE	CHF
Augenbrauenkorrektur / Eyebrow correction	25
Augenbrauen färben / Eyebrow tinting	20
Wimpern färben / Eyelash tinting	25
Augenbrauen und Wimpern färben, inklusive Augenbrauen zupfen / Eyebrow & Eyelash tinting incl. Eyebrow correction	55

HAARENTFERNUNG MIT WARMWACHS HAIR REMOVAL THROUGH WAXING	CHF
Haarentfernung Oberlippe / Hair removal upperlip	25
Haarentfernung halbe Beine / Hair removal half legs	75
Haarentfernung Beine komplett / hair removal full legs	95
Haarentfernung halbe Arme / Hair removal half arms	45
Haarentfernung Arme ganz / Hair removal full arms	75
Haarentfernung Achseln / Hair removal armtips	35
Haarentfernung Bikini Zone / Hair removal bikini area	55
Haarentfernung Brust / Hair removal chest	55
Haarentfernung Rücken komplett / Hair removal back	75

MAKE UP / MAKE UP	CHF
Tages Make-up / Daytime make up	55
Abend Make-up / Evening make up	75



Day Spa

Einen Tag lang eintauchen, abschalten und aufatmen. Im Waldhaus Spa sind Sie auch als externer Gast «Herzlich Willkommen». Mit unseren DAY SPA Angeboten eröffnet sich Ihnen eine exklusive Wohlfühlwelt mit allen Annehmlichkeiten. Gerne haben Sie auch die Möglichkeit ein Day Spa Package durch unsere Fachspezialisten zusammen zu stellen.

Take a day to dive in, switch off, breathe out: The Waldhaus Spa extends a hearty welcome to residents of Flims, the local area and beyond. Our day spa packages offer access to an exclusive environment dedicated to well-being, with use of all the amenities that are available to hotel guests.

DAY SPA BIRTHDAY SPECIAL

- Tageseintritt in den Waldhaus Spa / Daily entrance in Waldhaus Spa
- Kleine Überraschung vom Waldhaus Spa / Small surprise of Waldhaus Spa
- St. Barth Dream Bad / St. Barth Dream Bath
- Hydra Clinic – Intensive Feuchtigkeits- und Nährstoffbehandlung / Hydra Clinic-Intensive moisture and nutrient treatment
- 1 Glas Prosecco / 1 glas of prosecco
- 1 Geburtstagskuchen / 1 Birthday cake

CHF 360

WALDHAUS LADIES DAY

- Tageseintritt in den Waldhaus Spa / Daily entrance in Waldhaus Spa
- Aroma Öl Ganzkörpermassage 60 Minuten / Aroma Oil full body massage of 60 min.
- Wahlweise Pediküre oder Maniküre / Pedicure or manicure at your choice
- Hydra Clinic Gesichtsbildung by Ericson Laboratoire / Hydra Clinic facial by Ericson Laboratoire
- 1 Glas Prosecco / 1 glas of prosecco

CHF 325

BODY POWER

- Eintritt in den Waldhaus Spa / Daily entrance in Waldhaus Spa
- Ericson Osmo Thermy Detox Körperbehandlung / Ericson Osmo Thermy Detox body treatment
- Teilkörpermassage 25 Min. / Partial body massage 25 min.
- Protein Shake / Protein Shake

CHF 290

AFTER WORK SHORT PACKAGE

Abschalten nach der Arbeit Behandlung buchbar 17 – 20 Uhr

Switch off after work. Treatment is bookable from 5pm to 8pm

- 3 Stunden Tageseintritt in den Waldhaus Spa/ 3 h entrance in Waldhaus Spa
- Herzlicher Empfang mit einem Spa-Drink / warm welcome with a Spa-Drink
- Entspannende Rückenmassage 45 Minuten / Relaxing back massage of 45 min

CHF 165

ALPINE ROMANCE EXCLUSIVE «PRIVATE SPA ARRANGEMENT»

- Tageseintritt in den Waldhaus Spa/ Daily entrance in Waldhaus Spa
- 3 Stunden Privat Spa Nutzung/ 3 h Private Spa use
- Verwöhn-Bad mit Kerzenschein/ pampering bath with candlelight
- Edelstein Paarmassage/ Gemstone couple massage
- Champagner und Köstlichkeiten/ Champagne and delicacies

CHF 790 für 2 Personen





WALDHAUS FLIMS

ALPINE GRAND HOTEL & SPA

★ ★ ★ ★ ★

WALDHAUS FLIMS · Via dil Parc 3 · 7018 Flims · Switzerland
T +41 (0)81 928 48 48 · info@waldhaus-flims.ch · waldhaus-flims.ch