

SPA _____
moments



**Inspirez.
Expirez.
Plongez.**

Notre Spa « Me(e)hr_blick », c'est le Bien-Être dans tous ses sens et en parfaite adéquation avec les éléments du paysage montagnard. Des produits naturels de la plus grande qualité rendent nos soins particulièrement efficaces et relaxants. Jusqu'à l'eau qui coule, qui provient elle-même de notre propre source – la « source Zassa ». Avec nos massages au baume, la magie du bain alpin, le cataplasme de boue ou encore une séance aux herbes de montagne dans notre sauna événementiel de 65 m², vous pourrez ainsi profiter, dans le farniente le plus total, d'être là!

Oubliez votre stress quotidien et plongez-vous dans un monde de relaxation. Nous vous offrons un espace pour rêver et s'évader avec des offres individuelles.







SOMMAIRE

Fe_rnblick Forfaits Bien-Être	06
Massages	12
Bains, enveloppements, gommages	16
Beauté et Esthétique	20
Enveloppements Vitalité Ägyptos	25
Offrir du Bien-Être au Fernblick	26
Plan du Spa	28
Me(e)hr_blick Spa – mode d'emploi	30

Forfaits bien-être

Adieu le stress

Notre enveloppement aux décoctions d'herbes et huiles essentielles pratiqué dans la baignoire Softpack vous permet de vous détendre en profondeur. Les précieuses composantes et délicates senteurs rendent à votre corps bien-être et sensualité. Dans ce forfait, les divers massages aident votre musculature de se décontracter.

CE PROGRAMME COMPREND

- enveloppement aux décoctions d'herbes et huiles essentielles
- massage intégral anti-stress
- bain de pieds délassant avec massage classique des pieds
- massage visage-tête-nuque

125 MIN. (réservable à partir de 2 nuits)

Coucher de soleil dans les alpes

Vivez la fascination des Alpes pendant ce soin de rêve – tous vos sens seront à fleur de peau. Un doux gommage intégral, puis un bain au petit lait naturel dans le spa privé du «Feinsinn» vous plongent dans le calme absolu. Le massage intégral aux huiles essentielles vous porte à la rêverie et votre corps se libère des tensions. Le jour suivant, le soin du visage «Fraîcheur de la montagne» redonne, grâce à BABOR, vitalité et résistance à votre peau. Le «Coucher de soleil dans les Alpes» de l'espace Feingefühl est une composition de soins qui vous vivifient comme une brise montagnarde.

CE PROGRAMME COMPREND

- gommage doux intégral
- bain au petit lait naturel
- massage intégral aux huiles essentielles
- soin du visage «fraîcheur alpine»

140 MIN. soin individuel

160 MIN. soin en couple



Jardin d'herbes fines

Ce soin de pure nature débute par un massage aux tampons d'herbes de Valleu qui vous libère des tensions et toxines, minéralise et revitalise votre corps. Celui-ci retrouve son équilibre intérieur grâce à la force de la nature. Quelle volupté de profiter ensuite d'un bain Bartholomäus et de sentir chaque fibre de son corps se détendre : fermez les yeux et laissez votre esprit vagabonder. Le soin se termine par un doux massage pratiqué avec un baume.

CE PROGRAMME COMPREND

- massage aux tampons d'herbes de Valleu
- bain Bartholomäus
- doux massage en baume

90 MIN. soin individuel ou soin en couple



Forfait future maman

Entre votre 4^{ème} et 8^{ème} mois de grossesse, laissez-vous vous détendre avec notre forfait spécial pour les futures mamans.

CE PROGRAMME COMPREND

- massage jambes et tête-nuque-visage
- soin du visage « Fraîcheur alpine » (50 min.)
- manucure « Fernblick » (50 min.)

150 MIN. (réservable à partir de 2 nuits)



Jambes actives de sportif

Profitez d'un gommage qui prépare et active la circulation sanguine dans vos muscles puis s'en suivra un massage sportif des jambes – un mariage parfait pour alléger et assouplir les jambes lourdes et fatiguées après une randonnée, un tour en vélo ou une journée de ski.

50 MIN.

Dos en forme

Pour préparer parfaitement et assouplir les muscles dorsaux. Relâchez-vous avec un cataplasme à la boue puis relaxez-vous avec un fabuleux massage dorsal.

50 MIN.



La nature vivifie

La force naturelle des montagnes s'unit aux forces de la mer. Après un enveloppement dépuratif Thalasso-Vita aux algues, votre peau retrouve sa beauté et sa fermeté. L'onagre occupe une place de choix, la haute teneur en acide linoléique de notre enveloppement-crème à l'huile d'onagre hydrate intensément votre épiderme, le vivifie et réactive les cellules.

CE PROGRAMME COMPREND

- enveloppement dépuratif Thalasso-Vita aux algues avec gommage sel-huile
- enveloppement-crème à l'huile d'onagre
- deux massages intégrals (50 min. chacun)

165 MIN. (réservable à partir de 2 nuits)

La montagne vous salue

Notre enveloppement à la boue «Magie noire de montagne» stimule la circulation sanguine et la décontraction de vos muscles. C'est une préparation idéale à un massage qui vous permettra de trouver de nouvelles forces – grâce aux trésors de nos montagnes. L'enveloppement à la crème de beurre de chèvre du Montafon a un effet rééquilibrant, vivifiant et hydratant. Votre peau profite d'une toute nouvelle douceur.

CE PROGRAMME COMPREND

- enveloppement à la boue «Magie noire de montagne»
- massage intégral
- bain-crème au beurre de chèvre du Montafon
- massage partiel décontractant
- gommage aux herbes

160 MIN. (réservable à partir de 2 nuits)

Massages



Massages classiques

- 50 MIN.** Massage intégral
- 25 MIN.** Massage partiel (dos, visage-tête-nuque, bras ou jambes)
- 50 MIN.** Massage intégral aux huiles essentielles*
- 25 MIN.** Massage partiel aux huiles essentielles*

* avec un massage aromatique vous pouvez sélectionner un parfum qui apportera une relaxation profonde et affectera vos muscles.

Drainage lymphatique manuel

Il s'agit d'une technique de pressions très douces qui amène le système lymphatique à évacuer les liquides accumulés et activer l'élimination des toxines

- 25 MIN.** Visage
- 25 MIN.** Un bras ou une jambe
- 50 MIN.** Deux bras ou deux jambes
- 80 MIN.** Corps entier

Massage de réflexologie plantaire

Nos pieds sont comme une carte qui reflète tout notre corps. Ce soin des pieds – de douces pressions et effleurements – stimule et a un effet intégral sur les organes, les articulations, la colonne vertébrale, le système nerveux et les hormones. Un grand classique parmi les massages!

25 MIN. / 50 MIN.

RelaxCombi

Profitez du mariage d'un massage partiel et d'un massage actif des pieds.

50 MIN.

Nos massages spéciaux



Massage aux tampons d'herbes de Vallee

Presque tous les organismes ont de temps en temps besoin d'être purifiés et régénérés. Notre massage aux tampons d'herbes est un bon début pour adopter un style de vie plus sain. Le corps est libéré en douceur de son fardeau et est amené à activer son système immunitaire.

50 MIN.



Soin douceur « Cristaux de montagne »

Un massage revitalisant à la poudre de flocons de neige puis s'en suivra d'un massage intégral à la brosse. Un massage aux cristaux de roche sur votre visage et votre dos harmonisera le flux d'énergie et vous permettra de flotter au 7^{ème} ciel.

80 MIN.



Massage future maman

Dans une position confortable pour vous, vos jambes profitent d'une douce technique de massage pratiquée avec des huiles essentielles chaudes. Un délicat massage visage-tête-nuque s'en suivra. Massage praticable entre le 4^{ème} et 8^{ème} mois de grossesse.

50 MIN.

Bains, enveloppements, gommages



Bain de Cléopâtre et massage détente

Offrez-vous une pause de pure détente avec un massage relaxant suivi d'un bain d'un bain de Cléopâtre dans notre Suite-Spa exclusive. Le manteau lipidique de la peau est restitué. La peau est merveilleusement souple et soignée. Le bain au lait de chèvre nourrit votre épiderme en lipides, un soin parfait pour les peaux sèches ou sujettes à la névrodermite.

45 MIN.

Fernblick Zassa – Rituel de bain

«Remettre l'ancien à neuf» - ce pourrait être la devise de nos gommages. Car ce n'est qu'après s'être libéré des petites peaux mortes que l'épiderme peut retrouver son éclat-jeunesse. Après le gommage, le bain vous attend. Le bain Zassa allie notre eau de source aux extraits de foin, pour un soin du corps parfait. Le bain Zassa renforce le système immunitaire de la peau, soigne, apaise et détend.

40 MIN. soin individuel ou soin en couple

Bain des forêts au petit-lait naturel et massage détente

Offrez-vous une pause de pure détente avec un massage relaxant suivi d'un bain d'un bain au petit-lait naturel dans notre Suite-Spa exclusive. Il convient à tous les types de peaux et ses acides lactiques stabilisent la barrière protectrice naturelle de l'épiderme.

45 MIN.

Fernblick Bartholomäus – Rituel de bain

Comme le veut l'ancienne tradition du bain, ce rituel débute par un gommage. Les petites peaux mortes disparaissent et l'épiderme retrouve sa fraîcheur. Le rituel de bain Bartholomäus allie notre eau de source Zassa à des extraits de plantes des Alpes autrichiennes. La chaleur perdure dans votre corps et vos muscles bien après le bain. Il purifie votre peau, détend vos muscles et libère votre système immunitaire.

40 MIN. soin individuel ou soin en couple



Magie des Alpes & Massage aux baumes

Pour un métabolisme actif et des tissus raffermis. Notre bain alcalin vous procure une peau revitalisée et détendez-vous ensuite avec un massage aux baumes. Profitez de ce soin dans notre Suite-Spa exclusive. **45 MIN.**

Gommage au sel et à l'huile

Un massage gommant pour une peau douce, soyeuse et lisse. Un complexe au sable marin élimine les petites peaux mortes et une sélection de plantes et d'huiles rend à votre peau sa douceur, sa clarté et sa pureté. **25 MIN.**

Fernblick-Gommage aux plantes pour peau sensible

Gommage-massage relaxant pour que une peau douce, veloutée et uniforme. Des herbes et des huiles sélectionnées offriront une peau plus douce, claire et pure. **25 MIN.**

Enveloppement-crème à l'huile d'onagre

Parmi les plantes médicinales, l'onagre occupe une place de choix. Grâce à sa forte teneur en acide linoléique, cet enveloppement à l'huile d'onagre hydrate, vivifie et active la régénération des cellules. **25 MIN.**

Enveloppement dépuratif Thalasso-Vita aux algues

Les algues riches en vitamines redonnent de la vitalité à votre peau. Grâce au pouvoir des substances actives de la mer, le stress est réduit et le corps est encouragé à mieux se purifier. Ensuite, le gommage à l'huile de sel assurera le nettoyage. **40 MIN.**

Enveloppement-crème au beurre de chèvre du Montafon

La force des herbes de nos alpages se retrouve dans notre beurre de chèvre. Pas étonnant donc que ce beurre ait pendant des siècles fait partie intégrante de la médecine populaire des Alpes. De nos jours, il retrouve son importance. L'enveloppement au beurre de chèvre est connu pour ses vertus apaisantes, équilibrantes, vivifiantes et hydratantes. On l'utilise souvent contre les maladies de peau comme la névrodermite. Vous verrez que votre grain de peau s'affine visiblement. **25 MIN.**

Magie noire de montagne

Notre enveloppement à la boue « Magie noire de montagne » trouve sa source dans une méthode ancienne pour tenir le corps au chaud. Cet enveloppement, idéal avant un massage, détend la musculature et active sa circulation sanguine. **35 MIN.**

Enveloppement Bartholomäus

L'enveloppement Bartholomäus est un soin particulièrement salubre. Un vrai bonheur pour les sens. A base de miel naturel, il est riche en minéraux et libère vos muscles et votre corps de résidus toxiques. **35 MIN.**

Enveloppement aux décoctions d'herbes et huiles essentielles

Le parfum des plantes de montagne augmente votre sensation de bien-être. Elles stimulent, décontractent, apaisent les maux ou préviennent des refroidissements – chaque plante a une vertu particulière et toutes font du bien. **25 MIN.**

Enveloppement aux pétales de rose

Laissez le parfum des roses vous envelopper. Grâce à l'ajout d'huiles essentielles haut de gamme, cet enveloppement rend à sa peau une partie de ses lipides. **25 MIN.**

Beauté & Esthétique



Soin du visage « Fraîcheur alpine »

Offrez à votre peau un programme de Bien-Être, des crèmes parfaitement adaptées à votre peau vous font voyager au 7^{ème} ciel. Des concentrés actifs nourrissants renforcent votre peau et lui offre d'importantes vitamines et collagènes. Un massage du visage vivifiant et relaxant suivi d'un masque facial harmonieux vous emportera tout droit au pays des rêves.

CE PROGRAMME COMPREND

- crème appropriée pour votre visage
- nettoyage (pas de nettoyage en profondeur) & gommage
- soin intensif avec ampoule & masque facial
- massage facial
- massage relaxant des mains
- soin final

50 MIN.

Soin du Visage Fondamental

Profitez-en pour un nettoyage en profondeur des pores avec des crèmes pour le visage adaptées aux besoins de votre peau. Ce traitement convainc par sa vapeur et son nettoyage en profondeur. Votre peau reçoit une ampoule d'excellence hautement concentrée, qui nourrit et prend soin de votre peau.

CE PROGRAMME COMPREND

- crème appropriée pour votre visage
- nettoyage en profondeur des pores avec gommage et vapeur
- soin intensif avec ampoule & masque facial
- massage relaxant des mains
- soin final

50 MIN.

Fernblick Soin-cure pour le visage

Ce soin Babor surprend par sa qualité et ses agents actifs sur la peau et son massage extraordinaire aux cristaux de roche. Un moment de pure détente au rendez-vous ...

CE PROGRAMME COMPREND

- crème appropriée pour votre visage
- nettoyage en profondeur des pores avec gommage et vapeur
- restructuration des sourcils
- soin intensif avec ampoule & masque facial
- massage facial aux cristaux de roche
- massage relaxant des mains
- soin final

80 MIN.



Fernblick soin-cure anti-âge de luxe pour le visage

Un Power-Lifting pour les peaux exigeantes. Qui n'en a jamais rêvé ?, le rêve d'une jeunesse éternelle, d'une peau qui ne révèle pas les signes du temps qui passe. Découvrez une expérience de Bien-Être unique. Plaisir et régénération en un !

CE PROGRAMME COMPREND

- crème appropriée pour votre visage
- gommage doux aux enzymes
- nettoyage en profondeur des pores
- soin intensif avec ampoule & masque facial
- drainage lymphatique facial
- massage facial
- massage relaxant des mains
- soin final

110 MIN.

Soins individuels

20 MIN.	Épilation des sourcils
15 MIN.	Coloration des sourcils
20 MIN.	Coloration des cils
25 MIN.	Coloration des cils et sourcils
25 MIN.	Maquillage – soirée
40 MIN.	Maquillage de jour avec conseils

Mains et pieds

50 MIN.	Fernblick-Manucure*
80 MIN.	Fernblick-Manucure avec vernis en gel
80 MIN.	French manucure
50 MIN.	Fernblick-Pédicure*
80 MIN.	Fernblick-Pédicure avec vernis en gel
80 MIN.	French pédicure
70 MIN.	Fernblick-Manucure avec vernis*
70 MIN.	Fernblick-Pédicure avec vernis*

*au choix, massage ou enveloppement



Épilations

10 MIN.	Épilation lèvre supérieure
15 MIN.	Épilation joues
25 MIN.	Épilation demi-jambes
40 MIN.	Épilation jambes entières
40 MIN.	Épilation bras
25 MIN.	Épilation aisselles
35 MIN.	Épilation du maillot (non intégral)
35 MIN.	Épilation dos
25 MIN.	Épilation torse/ventre

Une histoire d'hommes

Soin-cure active pour lui – au masculin évidemment

Les hommes ont besoins d'une attention très particulière pour leur peau, car elle est exposée au rasage quotidien ainsi qu'au vent et aux intempéries. Notre traitement actif renforce et nourrit votre peau et lui fournit toutes les vitamines nécessaires.

CE PROGRAMME COMPREND

- crème appropriée pour votre visage
- soin intensif avec ampoule & masque facial
- massage apaisant du visage et masque facial
- massage de la tête et soin final

50 MIN.

Man Power – De la tête aux pieds

La peau des hommes est robuste et nécessite un soin particulier en raison du stress que lui octroie le rasage quotidien. Ce traitement va vous dorloter de la tête aux pieds et prendre soin de votre peau de manière ultime.

CE PROGRAMME COMPREND

- crème appropriée pour votre visage
- bain de pied relaxant
- nettoyage en profondeur des pores avec gommage et vapeur
- soin des sourcils (sur demande)
- soin intensif avec ampoule
- massage apaisant du visage et masque facial
- massage des pieds ou enveloppement suivi d'un soin final

80 MIN.

Enveloppement « vitalité » Ägyptos

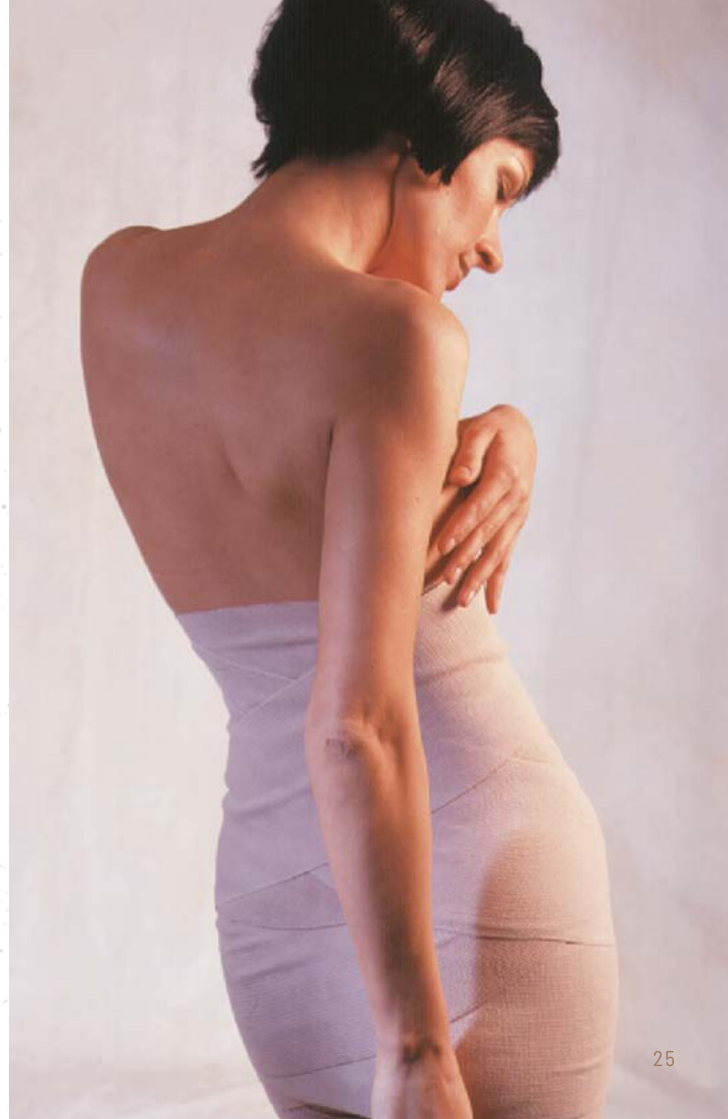
Tout au long des soins Ägyptos, le corps est entièrement enveloppé grâce à une technique spéciale. De la boue aux vertus médicinales élimine les toxines, les sels minéraux lissent et soignent la peau et le sel de la Mer Morte rétablit son équilibre. Le cocktail idéal pour une portion supplémentaire de bonne santé et un raffermissement immédiatement visible de votre silhouette.

CE PROGRAMME COMPREND

- détoxification et purification de la peau (Soin anticellulite)
- offre un nouveau regain d'énergie et de tonus
- rajeunit etaffermit la peau
- résultats visibles et perceptibles dès le premier traitement.

CONSEIL: Pour un résultat optimal, combinez ce programme avec un massage lymphatique et une réflexologie plantaire.

110 MIN. Soins individuel

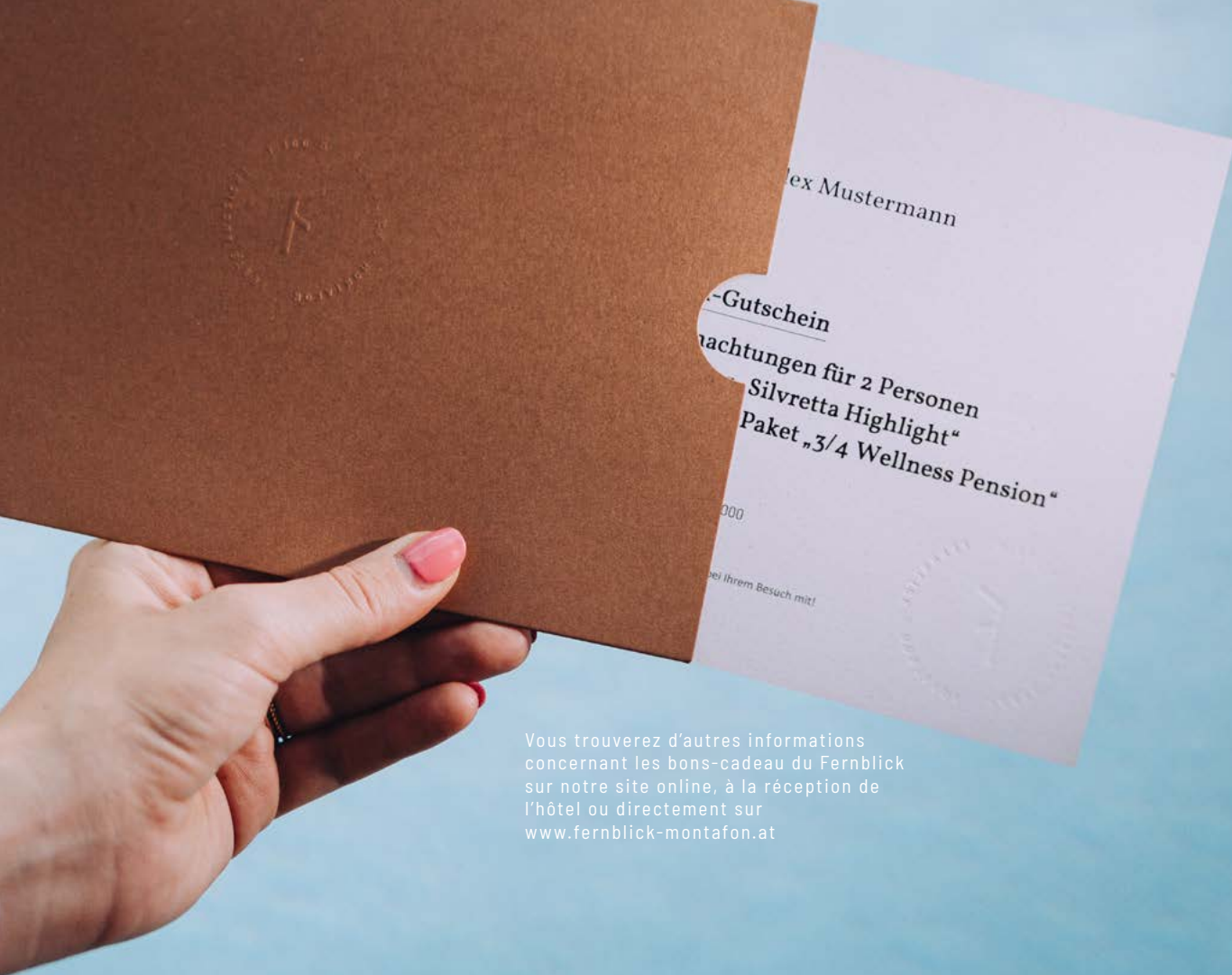




**Inspirez
Expirez
Savou _____ rez !**

FERNBLICK BON-CADEAU

Offrez des moments inoubliables
de bonheur et de détente à vos
proches.

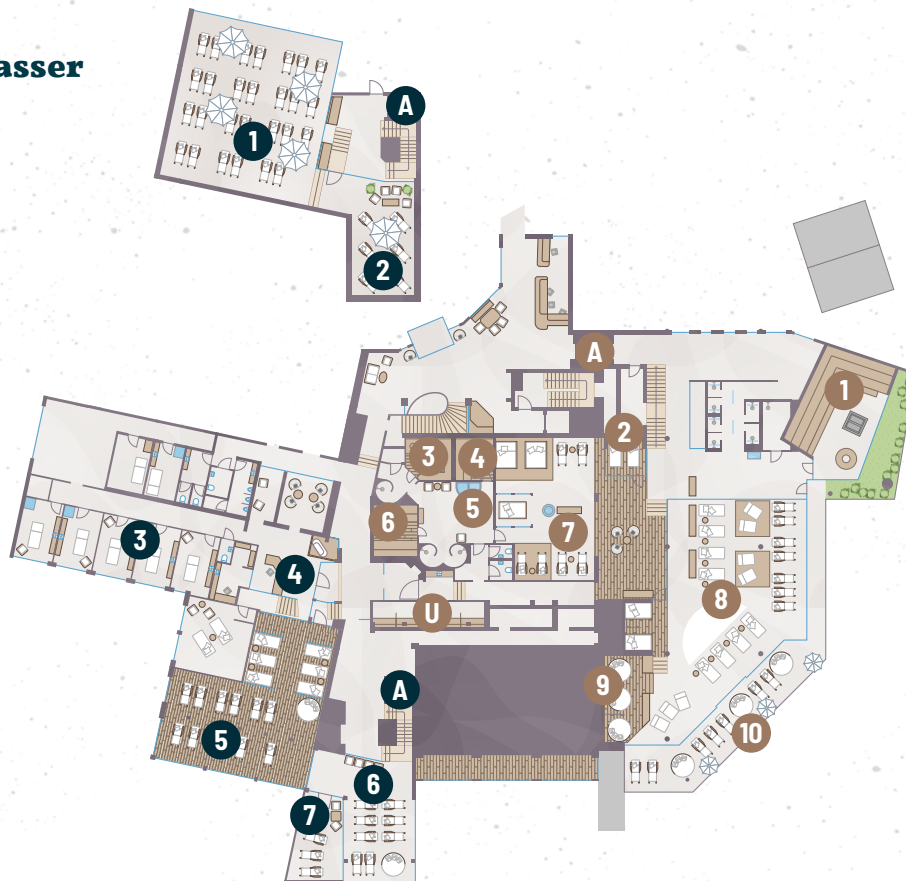


Vous trouverez d'autres informations
concernant les bons-cadeau du Fernblick
sur notre site online, à la réception de
l'hôtel ou directement sur
www.fernblick-montafon.at

Encore plu ____ s d'espace pour se délasser

Badehus

- A** Ascenseur Badehus
- 1** Lounge extérieur
- 2** Sky-Lounge
- 3** Softpack-Schwebeliege
- 4** Salles des soins
- 5** Réception Beauty & SPA
- 6** Spa-Suite
- 7** Raum der Stille
- 8** Panorama-Lounge
- 9** Terrasse Panorama-Lounge
- 10** Indoor-Panoramapool
- 11** Salle de repos Indoorpool
- 12** Skypool salle-de-repos
- 13** Skypool-Lounge
- 14** Skypool Montafon
- 15** Panorama Jacuzzi
- 16** « Fit mach mit » Salle de fitness & cardio
- 17** Salle de gymnastique



Saunahus

- A** Ascenseur Saunahus
- U** Vestiaire
- 1** Eventsauna
- 2** Sièges infrarouges
- 3** Zirbensauna
- 4** Biosauna
- 5** Bassin d'hydrothérapie kneipp
- 6** Hammam
- 7** Kamin-Lounge
- 8** Sauna-Lounge
- 9** Coin douillet
- 10** Terrasse Sauna-Lounge
- 11** « Maisäss »-Sauna
- 12** « Maisäss »-Saunagarten
- 13** Vitalbar
- 14** Indoor-Relax-Whirlpool
- 15** Infinity-Relaxpool
- 16** Relaxpool-Lounge
- 17** Coin douillet
- 18** Terrasse Relaxpool-Lounge



Mode d'emploi

PRENEZ LE TEMPS

Avant d'aller à un rendez-vous pour un soin, prenez vous aussi le temps... Profitez de la piscine et de l'espace-saunas pour décélérer et vous préparer mentalement et physiquement à un soin de bien-être. Venez 5 min avant l'heure du rendez-vous à notre Spa-Lounge. Ainsi, vous profitez pleinement des vertus de nos soins.

DOUCHE

Une douche chaude avant un massage détend, élimine les impuretés et prépare la peau de manière idéale à nos crèmes et huiles de massage. Nous utilisons exclusivement des produits haut de gamme qui soignent et décontractent la peau.

VÊTEMENTS

Pour les massages, nous vous remercions de vous déshabiller, à l'exception d'un slip et de votre peignoir de bain. Pendant le soin, vous serez toujours couvert de façon à respecter votre intimité et à ce que vous sentiez bien. Si vous le souhaitez, nous disposons également de slips jetables pour femmes et hommes.

ENTRETIEN-CONSEIL

Avant chaque soin, nos spécialistes vous demandent ce qui est important à vos yeux dans le cadre de votre soin, afin de l'adapter de manière optimale à vos souhaits et attentes. Pendant le soin aussi, n'hésitez pas à leur faire part de particularités, gênes ou désagréments. La communication est la clé qui vous permet de profiter de VOTRE soin idéal.

SERVIETTES ET PEIGNOIRS

Vous trouvez un peignoir et un sac pour le bain avec des serviettes, mis à disposition dans votre chambre pour vos séances de sauna et de piscine. Des serviettes en libre-service sont disponibles à la maison des saunas «Saunahus».

NOURRITURE ET BOISSON

Il est interdit de consommer de la nourriture et des boissons au Spa.

CIGARETTE

Pour la santé de tous et par respect pour les autres vacanciers, le spa est un espace non-fumeur.

ENFANTS

L'ensemble du spa est un lieu de calme et de régénération. Nous vous remercions d'en tenir compte pour vous et les autres vacanciers. Les enfants en dessous de 16 ans n'ont pas accès à l'espace nudiste.

ZONE NATURISTE

L'ensemble de la maison des saunas «Saunahus» est une zone naturiste, les maillots de bain y sont interdits. En revanche, nous vous prions de porter un maillot de bain dans la maison des bains «Badehus». La piscine «infinity-Relaxpool» de la maison des saunas est uniquement naturiste, soit sans maillot de bain, de 16h00 à 19h30.

PROGRAMME DE SPORTS

Pour augmenter le plaisir des vacances, nous vous proposons un programme de sports et vous conseillons d'emmener des vêtements et chaussures confortables adéquats.

SALLES DE DÉTENTE

Profitez de nos salles de détente, jolies et baignées de lumière, avec magnifique vue sur la vallée Silbertal et le massif du Rätikon. La salle «aux murmures» près du sauna vous permet de vous reposer après le sauna. Ses horaires d'ouverture sont les mêmes que celui du sauna. La salle «du Silence» est à votre disposition toute la journée pour vous détendre et profiter de l'instant présent. Nous vous prions d'y respecter le calme absolu afin que chacun puisse y trouver le silence souhaité.

Nous vous souhaitons un grand moment de détente.

Sincèrement

**La famille Zudrell
et l'équipe du Fernblick**

Mentions légales :

Propriétaire de médias: Ferienhotel Fernblick Zudrell GmbH & CO. KG
Concept & Design: Agentur WIR – OE & WIR GmbH
Photos: Patrick Saely, Ägyptos, Unsplash, iStockphoto, Pexels, Benno Hagleitner. Sous réserve des modifications des tarifs, des erreurs d'impression et de composition.
Cette liste de prix remplace toutes les publications antérieures.



INSPIREZ
EXPIREZ
PLON _____ GEZ

HOTEL FERNBLICK
MONTAFON
Panoramastraße 32
6781 Bartholomäberg

FAM. ZUDRELL
t +43 . (0)5556 . 73115
e hotel@fernblick-montafon.at
w fernblick-montafon.at