



S P A M E N U

DE | IT | EN

MIRAMONTI SPA

INFINITY POOL

Healing highlight:
the salt-water infinity pool.

ONSEN POOL

Japanese
inspired relaxation.

TREATMENTS

Organic. Natural.
Invigorating.

FOREST SAUNA

Nordic style. Finnish heat.
Sheltered and hidden.

GYM & YOGA

Opposites strike the
perfect balance.

FOREST THERAPY

Scent. Peace.
Nature.

ÖFFNUNGSZEITEN / OPENING HOURS / ORARI

POOLS 07.30 - 20.00	SPA TREATMENTS 09.00 - 19.00	FOREST SAUNA 14.00 - 20.00
BIO SAUNA & STEAM BATH 10.00 - 20.00	GYM & ACTIVITY HOUSE 07.00 - 22.00	



Independently minded

SPA TEAM



Martina | Gerhard | Myriam



MIRAMONTI SPA

FÜR KÖRPER & SEELE – WEITE, RUHE UND IDYLLE

Der Natur spürbar nah, in befreiender Weite und Intimität zugleich. Lichtvoll schwebend über Meran, inmitten der Südtiroler Bergspitzen haben wir unser MIRAMONTI Spa auf 1230 Meter Meereshöhe eröffnet.

Inspiziert durch die Landschaft und ihre wohltuende Ruhe, entstand ein neuer, komfortabler Raum für Rückzug, Körpertherapie und heilsame Rituale. Puristisch, wohligh und zugleich luxuriös. Schlicht außergewöhnlich.





Onsen Pool



Sun Deck



Relax House



MIRAMONTI Wald

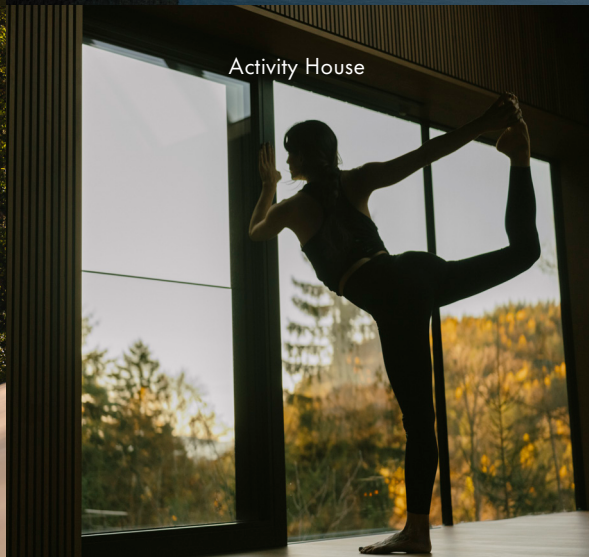


Infinity Sole Pool



Finnische Waldsauna

DE 3/15



Activity House

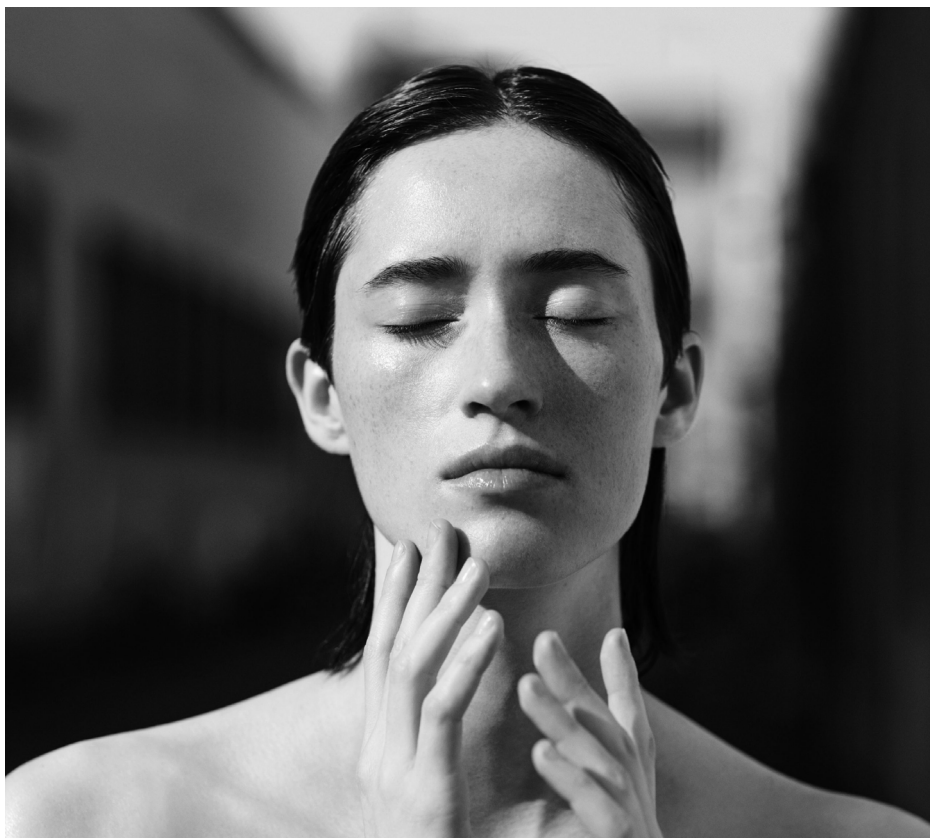
MIRAMONTI KOSMETIK

DEUTSCH

[comfort zone] – CONSCIOUS SKIN SCIENCE

Wir bieten Kosmetik mit einem Anteil von fast 100 % Inhaltsstoffen natürlichen Ursprungs, die den COSMOS ORGANIC-Standards von Ecocert Greenlife entspricht.

Mit der [comfort zone] Skin Care integrieren wir modernste Wissenschaft für die Haut- & Körperpflege in unsere Vision vom naturnahen, gesunden Leben. So wird die Regeneration unterstützt und die Schönheit zum Spiegel der Seele.



GESICHTSBEHANDLUNGEN

NEW: LUMINANT TREATMENT

50 min € 135

Intensive Dreifachbehandlung für das Gesicht: Korrektur, Aufhellung und Prävention. Sie wirkt gezielt gegen dunkle Flecken, Hyperpigmentierung, Melasma sowie einen ungleichmäßigen Hautton – mit sichtbarem Soforteffekt und langanhaltender Wirkung.

NEW: SKIN REGIMEN LX LONGEVITY

50 min € 135

Dreifach wirkende Gesichtsbehandlung: Vitaminpräparat, Peeling und Entgiftung. Dank des innovativen Anti-Aging-Systems fördert sie die Langlebigkeit der Haut, indem sie die Zellalterung reduziert und der Haut Feuchtigkeit, Spannkraft, Elastizität, Glätte und Ausstrahlung verleiht.

RECOVER TOUCH

50 min € 130

Multivitamin-, reparierende und antioxidative Gesichtsbehandlung. Das seidige Öl und die nährnde Maske, die reich an Mineralien und Vitaminen sind, regenerieren und nähren müde und dehydrierte Haut und geben Gesicht, Hals und Dekolleté wieder Nährstoffe und Schutz.

ACTIVE PURENESS

50 min € 130

Tiefenreinigende Pflege mit spezieller Spirulina-Algenmaske. Diese Maske wurde gezielt für fettige Haut, Haut mit Aknenarben sowie zu Unreinheiten neigende Haut entwickelt. Sie reinigt intensiv, glättet die Hautstruktur und sorgt für einen matten Teint.

SUBLIME SKIN LIFT COMPLETE

50 min € 135

Die straffende Anti-Ageing-Behandlung für Gesicht und Hals kombiniert eine innovative Zwei-Phasen-Peel-Off-Maske mit der Active-Lift-Massage, die der Haut neue Fülle verleiht, das Volumen neu definiert und besonders bei reifer, müder Haut für ein sichtbar vitaleres und straffereres Erscheinungsbild sorgt.



KÖRPERBEHANDLUNGEN

NEW: THERMO SHOCK TREATMENT

75 min €160

Dreiphasige Intensivbehandlung mit thermischem Effekt zur gezielten Reduktion lokalisierter Fettdepots. Wirkt modellierend, durchblutungsfördernd und gewebestraffend. Ideal zur Unterstützung der Silhouettenkorrektur.

NEW: PRESSOTECH MASSAGE

50 min €110

Pressotech ist ein elektromechanisches Gerät, das eine perfekte Alternative zur manuellen Lymphdrainage darstellt. Ideal zur Bekämpfung von Lymphstau, Ödemen, Stagnation und ödematöser Cellulite an Beinen, Gesäß und Bauch sowie zur Verbesserung der Mikrozirkulation.

BODY ACTIVE

75 min €160

Remineralisierende und straffende Körperbehandlung mit brasilianischer Tonerde, Planktonextrakt und Tuina-Massage. Formt die Silhouette und verbessert die Hautstruktur spürbar.

BODY STRATEGIST THERMAL MUD BORMIO

75 min €160

Intensiv entwässernde Behandlung mit Algen, ätherischen Ölen und Thermalwasser aus Bormio. Ideal für die Behandlung von Cellulite und für einen sofortigen, sichtbaren Schlankheitseffekt.

BODY STRATEGIST DOUBLE PEEL BODY

75 min €160

Körperbehandlung mit Doppelpeeling und nährender Anti-Ageing-Maske – sorgt für glatte, straffe Haut und tiefe Zellregeneration. Auch während der Schwangerschaft zur Vorbeugung von Dehnungsstreifen geeignet.

BODY STRATEGIST PEEL SCRUB

50 min €110

Sanftes Körperpeeling mit Mikrokügelchen aus Bitterorangenschalen und Fruchtsäuren – reinigt gründlich, glättet spürbar und pflegt die Haut intensiv. Für ein seidig-zartes Hautgefühl.

NECK & BACK MUD

50 min €110

Intensive Körperbehandlung zur Entspannung des Kopf-, Nacken-, Schulter- und Rückenbereichs. Dank des massierten Schlammes wird eine intensive Entkrampfungswirkung erzielt, die alle Schmerzen und Muskelverspannungen lindert.



MASSAGE RITUALE

NEW: OSMOTIC BLISS MASSAGE

50 min € 115

Tiefenwirksame, drainierende Massage zur gezielten Reduktion von Wassereinlagerungen. Sie fördert die Entgiftung, schenkt ein Gefühl wohlthuender Leichtigkeit und verbessert die Spannkraft – dank der perfekten Synergie aus manueller Technik und osmotischer Fangopackung.

AROMASOUL INDIAN AYURVEDIC MASSAGE

50 min € 110

Ein Wellness-Ritual, das Körper, Geist und Seele auf eine wohlthuende, sinnliche Reise mitnimmt. Es aktiviert Lymph- und Immunsystem, unterstützt die Entgiftung, strafft Muskeln und beruhigt die Nerven. So fördert es tiefe Entspannung und ein harmonisches Gleichgewicht von Körper und Geist.

AROMASOUL MEDITERRANEAN RITUAL

50 min € 110

Aromatherapeutisches Ritual mit entwässernder Wirkung, das mit seinen manuellen Techniken an die Kraft und ausgleichende Wirkung der Meereswellen erinnert. Die Mischung aus ätherischen Ölen und aromatischen Extrakten aus dem Mittelmeerraum verstärkt die wohlthuende Wirkung dieses Rituals auf Geist und Körper.

HANDS & FEET RITUAL

50 min € 90

Hand- und Fußritual mit reinigender, nährender und schützender Wirkung in einer Behandlung. Überraschend ist die erzielte Heilwirkung, die nicht nur die Haut regeneriert, sondern auch die Vitalität durch die Verbesserung der Gelenkfunktion wiederherstellt.

MATERNITY MASSAGE

50 min € 115

Sanfte Körpermassage für Schwangere ab dem zweiten Trimester. Mit sicheren Techniken und natürlichen Ölen. Löst Verspannungen, lindert Stress und fördert Entspannung und Durchblutung.



MIRAMONTI SPECIALS

MYRIAM'S SPECIAL (begrenzte Verfügbarkeit)

REIKI BEHANDLUNG

80 min € 165

„Universelle Lebensenergie“: eine japanische Technik, unmittelbar und natürlich, die durch die Nutzung der Energie, die in und aus unserem Körper fließt, das Gleichgewicht und das psychophysische Wohlbefinden wiederherstellt. Ideal, um Stress abzubauen und die Batterien wieder aufzuladen.

MM SIGNATURE

MIRAMONTI PORPHYRY & VERBENA MASSAGE

70 min € 160

Ritual mit heißen Steinen vulkanischen Ursprungs, Porphyr, und unserem eigenen Eisenkrautöl, mit entgiftender und entwässernder Wirkung. Es verleiht Spannkraft, Elastizität und tiefes Wohlbefinden. Eisenkraut ist bekannt für seine schmerzlindernde, entzündungshemmende, antidepressive und entspannende Wirkung.

CARMEN'S EMPFEHLUNG

MIRAMONTI SOUND MASSAGE

70 min € 160

Exklusives Ritual mit tibetischen Glocken und warmen Porphyrsteinen zur Wiederherstellung der Harmonie von Körper, Geist und Seele. Dank der Kombination spezifischer manueller Techniken und ätherischer Öle steigert es die Vitalität, löst psychophysische Spannungen, beseitigt Giftstoffe und reduziert Ängste.

MYRIAM'S SPECIAL (begrenzte Verfügbarkeit)

KU NYE MASSAGE

80 min € 165

Entspannende Massage, geeignet für muskuläre und mentale Verspannungen. Dank der von den tibetischen Glocken ausgestrahlten Schallwellen, die die speziellen Massagetechniken begleiten, werden Verspannungen, Stress, Müdigkeit und Stimmungsschwankungen beseitigt.

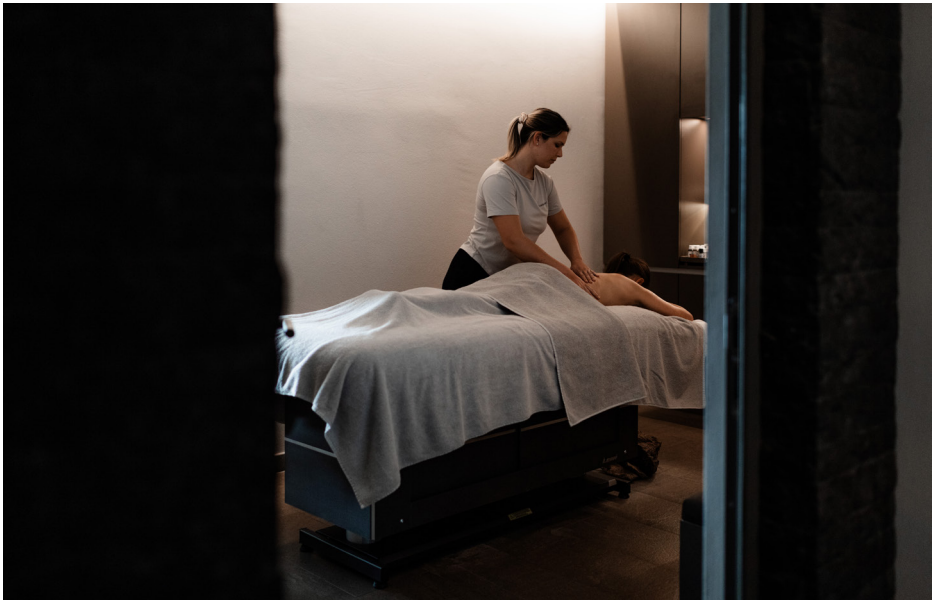
GERHARD'S SPECIAL

ANTI STRESS MASSAGE

80 min € 165

Ganzheitliche Behandlung von Rücken, Füßen und Kopf, die Ayurveda, thailändische Techniken, chinesische Medizin und die Pflanzenheilkunde Südtirols vereint. Sie beruhigt das sympathische Nervensystem und aktiviert den Parasympathikus, um ein tiefes Gefühl von Entspannung und Wohlbefinden zu schenken.





KLASSISCHE MASSAGEN

Ganzkörper-Massage Mit ätherischen Ölen oder im Haus frisch hergestelltem Eisenkraut-Öl.	50 min € 110
Sport-Massage Tiefgreifende Muskelentspannung nach dem Sport – mit Latschenkieferöl.	50 min € 120
Drainierende Massage Eine sanfte, lymphstimulierende Anwendung.	50 min € 115
Nacken-, Kopf-, Gesichts-Massage	50 min € 115
Fuss-Massage	25 min € 60
Kids-Massage (5-12 Jahre)	25 min € 60

BEAUTY SERVICE

Augenbrauen regulieren	€ 20
Wimpern oder Augenbrauen färben	€ 40
Wimpern und Augenbrauen regulieren und färben	€ 55



FRÜH AM MORGEN

KAFFEE AM POOL

Frischgebrühter Espresso zum Sonnenaufgang und dann eintauchen ins kristallklare Wasser unserer Miramonti-Pools. Mit aufgeweckten Lebensgeistern die ersten Längen schwimmen. An unserer Tee-Bar können Sie sich zwischen 7.30 und 11.00 Uhr nach Belieben auch mit heißem Kaffee versorgen.





FOREST THERAPY

PURE ENERGIE AUFTANKEN

Auf gut 30 Hektar Miramonti Wald bieten wir eine natürliche Kraft-Oase, die Sie allein oder auf einer geführten Wandertour entdecken können.

Atmen, loslassen, auf unberührtem Laub und Nadeln marschieren, dem Vogelzwitschern lauschen, die Lichtspiele zwischen den Blättern der Bäume genießen, sich den Walddüften von frischem Moos und feuchtem Holz ergeben.

Unsere ausgebildete Wild- & Waldpädagogin führt Sie durch unsere Miramonti Zauberwelt, lehrt Sie richtiges Atmen, sinnliche Wahrnehmung und Achtsamkeit.

Anmeldung jederzeit an der Rezeption. Dort gibt es auch Nordic Walking-Stöcke und unsere Landkarte zum Miramonti Forest Walk.



KIDS' SPLASH TIME

DEN KINDERN IHRE ZEIT

Täglich von 10.00 bis 13.00 Uhr & von 15.00 bis 17.00 Uhr dürfen sich die Kinder im Pool vergnügen und sind ab 17.00 Uhr auf ein Eis oder eine heiße Schokolade mit Sahne an unserer Bar eingeladen – auch im Bademantel.

Zu allen anderen Zeiten sind die Miramonti Wasserwelten für Erwachsene, die Ruhe suchen, reserviert. Wir bitten, diese Regel zu respektieren bzw. um gegenseitige Rücksichtnahme. Herzlichen Dank.

DEUTSCH



MIRAMONTI SPA

ETIKETTE

OHNE MOBILTELEFON

Genießen Sie Ihre Offline-Zeit und wahren Sie die Ruhe, die alle Miramonti Gäste suchen.

HANDTÜCHER SPAREN

Der Umwelt zuliebe, bitten wir um Zurückhaltung und Sorgfalt im Gebrauch von Badetüchern, die Sie anschließend im Wäsche-Wagen deponieren können.

KEIN RESERVIEREN

Unsere Liegen haben die Vorab- & Dauer-Reservierung nicht so gerne. Bitte geben Sie Ihren Platz auch beim Verlassen des Relax Raums sichtbar frei.

ESSEN NICHT IM SPA BEREICH

Aus hygienischen Gründen darf im Spa-Bereich nicht gegessen werden. Gebrauchte Teebeutel bitte direkt in den dafür vorgesehenen Mülleimer an der Teebar.

NACKTBADEN, LEIDER NEIN

Bitte tragen Sie Badekleidung – im Pool wie auch im Whirlpool.

INDIVIDUELLE BERATUNG

Äußern Sie gerne Ihre persönlichen Wünsche und informieren Sie uns über gesundheitliche Beschwerden wie Bluthochdruck und Herzkrankheiten oder auch über Schwangerschaft.

TERMIN VEREINBARUNG

Wir empfehlen, Termine im Spa frühzeitig zu vereinbaren. Sie können bis zu 24 Stunden vorher Ihren Termin wieder kostenlos absagen. Kurzfristige Absagen werden verrechnet.

GEMÜTLICH WARTEN

Gerne erwarten wir Sie in Bademantel & Slipper bereits fünf Minuten vor Ihrem Termin. Genießen Sie eine Tasse Tee und lassen Sie sich entspannt auf Ihre Behandlung ein.



Sun Deck



Relax House



MIRAMONTI Forest



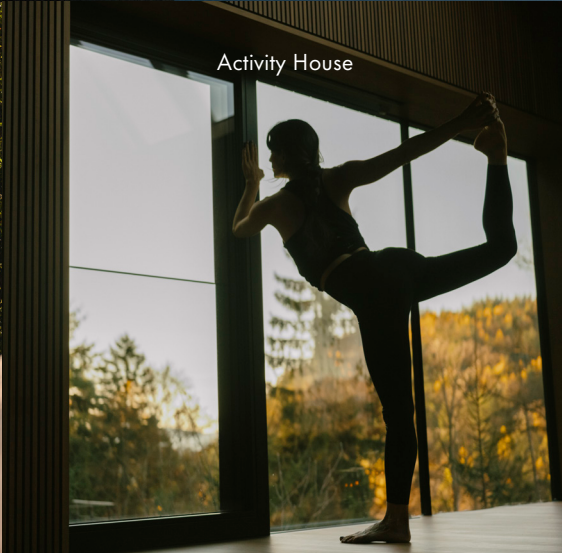
Saline Infinity Pool



Finnish Forest Sauna



Activity House



MIRAMONTI SPA

FOR BODY & SOUL – SPACIOUS, QUIET, BLISSFUL

Picture yourself floating above Merano. You are completely at one with nature and feel both its vastness and its intimacy. This landscape and the sense of peace inspired us to create a soothing space for deep relaxation, body therapy and healing rituals. Pure, yet cosy and luxurious, our MIRAMONTI spa is located in the mountains of South Tyrol at an altitude of 1,230 metres above sea level. For an extraordinary experience.

ENGLISH



MIRAMONTI COSMETICS

[**comfort zone**] – CONSCIOUS SKIN SCIENCE

We offer cosmetics that are made from almost 100% natural resources and that meet the COSMOS ORGANIC standards of Ecocert Greenlife.

By using [comfort zone] skin care products, we combine cutting-edge skin and body care research with our vision of a healthy lifestyle that is in tune with nature. In this way, beauty is truly a mirror of the soul.

ENGLISH



FACIAL TREATMENTS

NEW: LUMINANT TREATMENT

50 min € 135

Intensive triple-action face treatment: correction, brightening and prevention. Effective in preventing and correcting dark spots, hyperpigmentation and melasma and uneven skin tone, achieving an immediate and long-lasting effect.

NEW: SKIN REGIMEN LX LONGEVITY

50 min € 135

Triple action facial treatment: vitaminic, peel and detox. Thanks to the innovative anti-ageing system, it promotes skin longevity by reducing cellular ageing and giving the skin moisture, tone, elasticity, smoothness and radiance.

RECOVER TOUCH

50 min € 130

Multivitamin, repairing and antioxidant facial treatment. The silky oil and nourishing mask, rich in minerals and vitamins, regenerate and nourish tired and dehydrated skin, restoring nourishment and protection to the face, neck and décolleté.

ACTIVE PURENESS

50 min € 130

Deep cleansing treatment with a special Spirulina Algae mask. Designed specifically for oily skin, skin with acne scars or skin prone to blemishes, it provides a purifying, smoothing and mattifying action, giving the skin a fresh, radiant and even appearance.

SUBLIME SKIN LIFT COMPLETE

50 min € 135

Redensifying and lifting anti-ageing face and neck treatment, thanks to the use of the innovative two-phase peel-off mask and the Active Lift Massage technique on the face, neck and décolleté, it restores fullness and redefines volumes. Particularly effective for mature skin with the first signs of fatigue.

BODY TREATMENTS

NEW: THERMO SHOCK TREATMENT

75 min € 160

Intensive three-phase treatment with a thermal effect, specifically developed to target localized fat deposits. Stimulates circulation, firms the tissue, and enhances body contours. Ideal for supporting the refinement of the silhouette.

NEW: PRESSOTECH MASSAGE

50 min € 110

Pressotech is an electromechanical device that is a perfect alternative to manual lymphatic drainage. Ideal for combating lymph stasis, oedemas, stagnation and oedematous cellulite on the legs, buttocks and abdomen, and for improving microcirculation.

BODY ACTIVE

75 min € 160

Exclusive energetic remodelling massage that enhances the efficacy of the Body Active Massage Mask and has a toning effect. Yellow Brazilian clay forms the basis, while plankton extracts stimulate metabolic processes.

BODY STRATEGIST THERMAL MUD BORMIO

75 min € 160

Intensive draining and reshaping treatment thanks to the triple action of algae, essential oils and thermal water from Bormio Terme with remineralising properties. Ideal for treating cellulite imperfections and obtaining a visibly slimming effect immediately.

BODY STRATEGIST DOUBLE PEEL BODY

75 min € 160

Exfoliating body treatment based on a double mechanical and chemical peeling and a nourishing anti-ageing mask that promotes deep cell regeneration resulting in perfectly firm, smooth and soft skin. Also recommended during pregnancy for the prevention of stretch marks.

BODY STRATEGIST PEEL SCRUB

50 min € 110

Exfoliating body treatment with dual mechanical and chemical action. The innovative, easy-to-use vegan formula combines the mechanical action of bitter orange peel and silica microspheres with the chemical action of poly and alpha hydroxy acids, resulting in silky, supple and moisturised skin.

NECK & BACK MUD

50 min € 110

Intensive body treatment suitable for relaxing the head, neck, shoulder and back area. Thanks to the massaged mud, it promotes an intense decontracting action, relieving all pain and muscle tension.



MASSAGE RITUALS

NEW: OSMOTIC BLISS MASSAGE

50 min € 115

A deeply effective, detoxifying and draining massage that targets water retention. It stimulates purification, leaves you with a comforting sense of lightness, and enhances skin tone – all thanks to the perfect synergy of expert manual techniques and an osmotic mud wrap.

AROMASOUL INDIAN AYURVEDIC MASSAGE

50 min € 110

Wellness ritual that engages body, mind and spirit in a pleasant sensual journey. Stimulates the lymphatic and immune system, eliminates toxins, tones muscles and nerves. It promotes deep relaxation and a rediscovered sense of psycho-physical and emotional balance.

AROMASOUL MEDITERRANEAN RITUAL

50 min € 110

Aromatherapeutic ritual with draining action, inspired by the strength and balance of sea waves. Mediterranean essential oils and botanical extracts enhance its soothing effect on body and mind.

HANDS & FEET RITUAL

50 min € 90

Hands and feet ritual with a cleansing, nourishing and protective effect in one treatment. Surprising is the healing effect achieved, which not only regenerates the skin but also restores vitality by improving joint function.

MATERNITY MASSAGE

50 min € 115

A body massage dedicated to expectant mothers from the second trimester onwards. Thanks to gentle and safe techniques, natural oils and formulations suitable for the sensitive skin of pregnant women, it relieves physical tension, promotes mental relaxation, reduces stress and improves circulation.



MIRAMONTI SPECIALS

MYRIAM'S SPECIAL (limited availability)

REIKI TREATMENT

80 min € 165

"Universal Vital Energy": a Japanese technique, immediate and natural, which, by using the energy flowing in and out of our body, restores balance and psycho-physical well-being. Ideal for relieving stress and recharging the batteries.

MM SIGNATURE

MIRAMONTI PORPHYRY & VERBENA MASSAGE

70 min € 160

Ritual with hot stones of volcanic origin, porphyry, and our own verbena oil, with detoxifying and draining effects. It gives vigour, elasticity and a deep sense of well-being. Verbena is known for its analgesic, anti-inflammatory, antidepressant and relaxing effects.

CARMEN'S TIP

MIRAMONTI SOUND MASSAGE

70 min € 160

Exclusive ritual with Tibetan bells and warm porphyry stones to restore harmony of body, mind and soul. Thanks to the combination of specific manual techniques and essential oils, it boosts vitality, relieves psychophysical tension, eliminates toxins and reduces anxiety.

MYRIAM'S SPECIAL (limited availability)

KU NYE MASSAGE

80 min € 165

A relaxing massage suitable for muscular and mental tension. Thanks to the sound waves emitted by Tibetan singing bowls, which accompany the special massage techniques, tension, stress, fatigue, and mood swings are released, leading to a deep sense of relaxation.

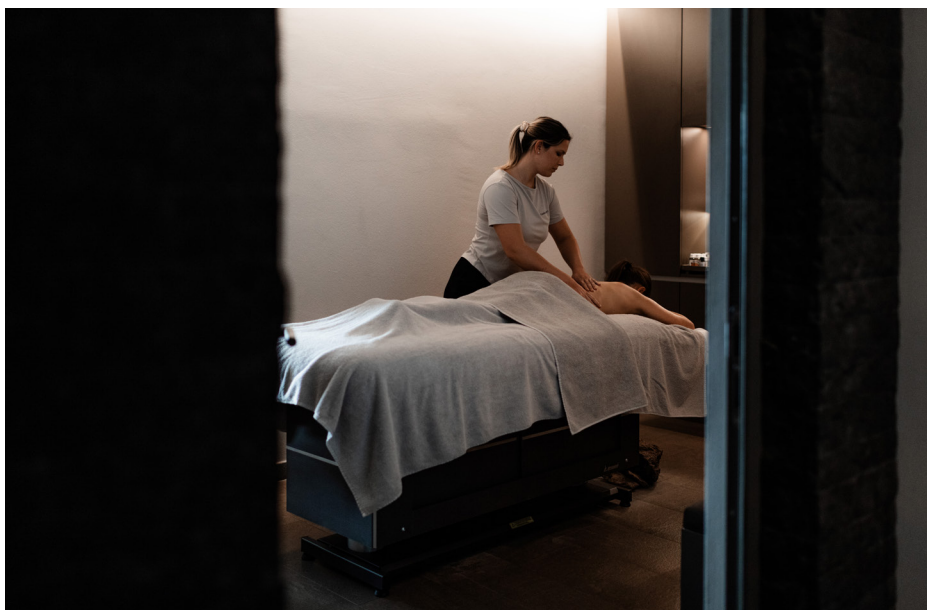
GERHARD'S SPECIAL

ANTI STRESS MASSAGE

80 min € 165

A holistic back, foot, and head treatment combining Ayurveda, Thai techniques, Chinese medicine, and South Tyrolean herbal therapy. It soothes the nervous system and promotes deep relaxation and well-being.





CLASSIC MASSAGES

Full Body Massage

50 min € 110

With essential oils or verbena oil straight from our own production.

Sport Massage

50 min € 120

A deep, intensive massage – perfect for relaxing muscles after sports, with mountain pine essential oil.

Draining Massage

50 min € 115

A gentle, lymph-stimulating treatment.

Neck, Head & Face Massage

50 min € 115

Foot Massage

25 min € 60

Kids Massage (age 5-12)

25 min € 60

BEAUTY SERVICE

Shaping eyebrows

€ 20

Tinting eyelashes or eyebrows

€ 40

Shaping and tinting eyelashes & eyebrows

€ 55



EARLY MORNING

POOLSIDE COFFEE

What better start to the day than with a freshly made Espresso coffee at sunrise and a couple of laps in the crystal-clear water of our *Miramonti* pool.

By the way, you can also help yourself to coffee at our tea bar, which is open from 7.30am to 11am.





FOREST THERAPY

ABSORB PURE ENERGY

Our Miramonti forest stretches across some 30 hectares and is a natural power spot that you are welcome to explore alone or in a group with a guide.

Experience your breath and practise letting go. Hear the sound of your steps on the leaves and tree needles and the birds chirping. Enjoy the play of light in the foliage and the fragrance of fresh moss and damp wood.

Our qualified wildlife and forest educator will lead you through our magical Miramonti forest, teach you breathing techniques and help you increase your sensory perception and mindfulness.

You can sign up at the reception anytime. Our reception staff is also happy to lend you Nordic walking poles and a map of the Miramonti Forest Walk.



KIDS' SPLASH TIME

SPECIAL TIME FOR CHILDREN

The children of our Miramonti guests get to take over the pool every day from 10am to 1pm and from 3pm to 5pm. And from 5pm there is an ice cream or a hot chocolate waiting for them at our bar – bathrobes allowed.

All other times are reserved for the adults who want to enjoy some peace and quiet. We kindly ask you to respect this rule and to show consideration for other guests. Thank you.

ENGLISH



MIRAMONTI SPA

ETIQUETTE

NO MOBILE PHONES

Enjoy the experience of being offline and savour the peace and quiet that all our guests long for.

REUSE TOWELS

Please consider the environment when using towels and ask yourself whether you can reuse them before placing them in the laundry trolley.

DO NOT RESERVE LOUNGERS

Please do not reserve loungers in advance or for a prolonged period. Also, when you leave the relaxation area, please remove any towels to show that your lounger is now unoccupied.

NO EATING IN THE SPA AREA

Eating is not allowed in the spa area for hygiene reasons. Please dispose of your used teabags in the dedicated bin at the tea bar.

NO NUDE BATHING

Please wear swimwear – in both the pool and whirlpool.

PERSONALISED ADVICE

Please feel free to share any individual requests you may have. Also, let us know if you have any health issues such as high blood pressure or a heart condition, or if you are pregnant.

MAKE AN APPOINTMENT

We recommend booking your spa treatments well in advance. You can cancel your booking up to 24 hours before your appointment. In case of cancellations with less than 24 hours' notice, we charge the full price of the treatment.

RELAX WHILE YOU WAIT

You're welcome to arrive five minutes before for your appointment in your bathrobe and slippers. You can enjoy a cup of tea as you relax your body and mind in preparation for your treatment.



MIRAMONTI SPA

PER IL CORPO E L'ANIMA – LIBERTÀ, TRANQUILLITÀ E IDILLIO

Sentirsi connessi con la natura, in piena libertà e avere al contempo una sensazione di intimità, stare sospesi sopra Merano, avvolti dalla luce. Il nostro centro benessere privato sorge nel mezzo delle montagne altoatesine, a 1.230 metri di altezza.

Ispirati dal panorama e dalla tranquillità accomodante, abbiamo creato uno spazio confortevole dove poter ritirarsi, dedicarsi alla cura del corpo e lasciarsi andare ai rituali terapeutici. Una scelta purista ma anche rassicurante e lussuosa. Semplicemente straordinaria.

ITALIANO



Onsen Pool



Terrazza solarium



Relax House



Bosco MIRAMONTI



Piscina a sfioro con acqua salina

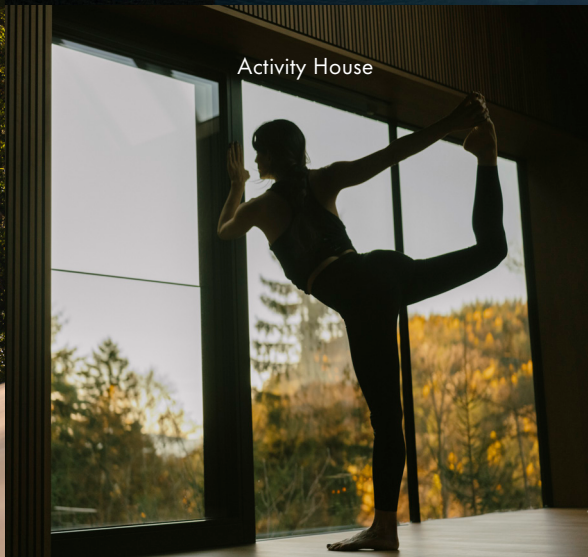


ITALIANO

Sauna finlandese nel bosco



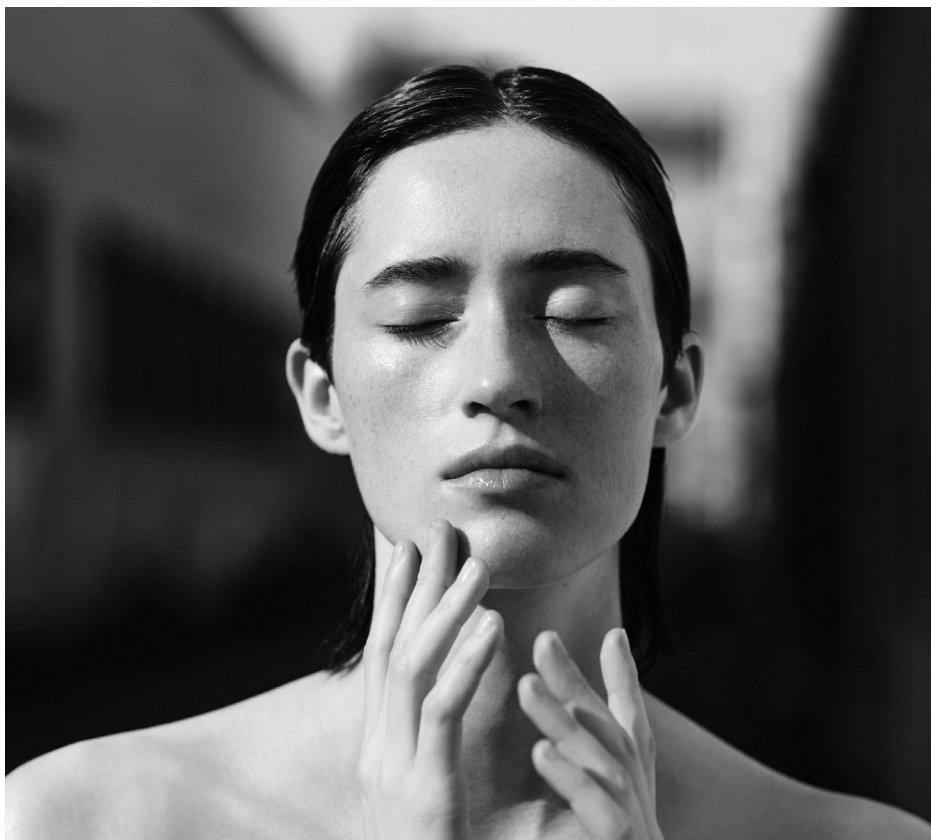
Activity House



TRATTAMENTI COSMETICI

[**comfort zone**] - CONSCIOUS SKIN SCIENCE

Offriamo trattamenti cosmetici di origine 100 % naturale che corrispondono agli standard COSMOS ORGANIC di Ecocert Greenlife. Con [comfort zone] Skin Care amalgamiamo le più moderne conoscenze scientifiche per la cura della pelle e del corpo nella nostra visione di vita sana e naturale per favorire la rigenerazione: la bellezza è lo specchio dell'anima.



TRATTAMENTI VISO

NEW: LUMINANT TREATMENT

50 min € 135

Trattamento viso intensivo a tripla azione: correzione, luminosità e prevenzione. Efficace nel prevenire e correggere macchie scure, iperpigmentazione e melasma e tono della pelle non uniforme, ottenendo un effetto immediato e a lunga durata.

NEW: SKIN REGIMEN LX LONGEVITY

50 min € 135

Trattamento viso a tripla azione: vitaminic, peel e detox. Grazie all'innovativo sistema anti-age, promuove longevità cutanea riducendo l'invecchiamento cellulare e donando alla pelle idratazione, tono, elasticità, levigatezza e luminosità.

RECOVER TOUCH

50 min € 130

Trattamento viso multivitaminico, riparatore e antiossidante. L'olio setoso e la maschera nutriente, ricche di minerali e vitamine, rigenerano e nutrono la pelle stanca e disidratata, ridonando a viso, collo e décolleté nutrimento e protezione.

ACTIVE PURENESS

50 min € 130

Pulizia profonda con maschera all'Alga Spirulina, ideale per pelli grasse e con imperfezioni. Purifica, leviga e opacizza, donando un aspetto fresco e luminoso.

SUBLIME SKIN LIFT COMPLETE

50 min € 135

Trattamento anti-età con immediato effetto liftante grazie all'innovativa maschera bifasica peel-off. Particolarmente efficace per le pelli più mature con i primi segni di stanchezza.



TRATTAMENTI CORPO

NEW: THERMO SHOCK TREATMENT

75 min € 160

Trattamento intensivo trifasico rimodellante, riattivante, e tonificante per un'azione d'urto su adiposità localizzate.

NEW: PRESSOTECH MASSAGE

50 min € 110

Pressotech è un dispositivo elettromeccanico che costituisce una perfetta alternativa al drenaggio linfatico manuale. Ideale per contrastare stasi linfatiche, edemi, ristagni e cellulite edematosa su gambe, glutei e addome, e per migliorare la microcircolazione.

BODY ACTIVE

75 min € 160

Massaggio energizzante e rimodellante che potenzia l'efficacia della maschera all'argilla gialla brasiliana ed estratto di plancton, tonificando e stimolando il metabolismo.

BODY STRATEGIST THERMAL MUD BORMIO

75 min € 160

Trattamento intensivo drenante e rimodellante grazie alla triplice azione di alghe, oli essenziali e acqua termale di Bormio Terme con caratteristiche remineralizzanti. Ideale per trattare gli inestetismi della cellulite ottenendo un effetto visibilmente snellente da subito.

BODY STRATEGIST DOUBLE PEEL BODY

75 min € 160

Trattamento esfoliante con doppio peeling meccanico e chimico e maschera nutriente anti-age. Rigenera in profondità, rendendo la pelle compatta, liscia e morbida. Indicato anche in gravidanza per prevenire le smagliature.

BODY STRATEGIST PEEL SCRUB

50 min € 110

Trattamento esfoliante corpo a doppia azione meccanica e chimica con scorza d'arancio amaro, microsfere di silice e acidi naturali. Per una pelle morbida, liscia e profondamente idratata.

NECK & BACK MUD

50 min € 110

Trattamento corpo intensivo indicato per rilassare la zona della testa, collo, spalle e schiena. Grazie al fango massaggiato, promuove un'intensa azione decontratturante alleviando ogni dolore e tensione muscolare.



MASSAGGI RITUALS

NEW: OSMOTIC BLISS MASSAGE

50 min € 115

Massaggio drenante profondo che riduce i liquidi in eccesso e dona leggerezza e tono grazie all'azione sinergica del trattamento e del fango osmotico.

AROMASOUL INDIAN AYURVEDIC MASSAGE

50 min € 110

Rituale di benessere che coinvolge corpo, mente e spirito in un piacevole viaggio sensoriale. Stimola il sistema linfatico e immunitario, elimina le tossine, tonifica muscoli e i nervi. Favorisce una profonda distensione ed un ritrovato senso di equilibrio psico-fisico ed emozionale.

AROMASOUL MEDITERRANEAN RITUAL

50 min € 110

Rituale aromaterapico ad azione drenante, che richiama nelle manualità la forza e l'effetto riequilibrante delle onde del mare. Il blend di oli essenziali ed estratti aromatici del bacino Mediterraneo amplifica gli effetti benefici su mente e corpo di questo rituale.

HANDS & FEET RITUAL

50 min € 90

Rituale per mani e piedi con effetto detergente, nutriente e protettivo in un unico trattamento. Sorprendente è l'effetto curativo ottenuto che non solo rigenera la pelle ma ridona vitalità migliorando la funzione delle articolazioni.

MATERNITY MASSAGE

50 min € 115

Massaggio dolce e rilassante per future mamme dal secondo trimestre. Con tocchi delicati e oli naturali allevia le tensioni, favorisce il benessere e stimola la circolazione.



MIRAMONTI SPECIALS

MYRIAM'S SPECIAL (disponibilità limitata)

REIKI TRATTAMENTO

80 min € 165

"Energia Vitale Universale": una tecnica giapponese, immediata e naturale, che, usando l'energia, che scorre dentro e fuori il nostro organismo, permette di ripristinare l'equilibrio e il benessere psico-fisico. Ideale per alleviare lo stress e per ricaricare le batterie.

MM SIGNATURE

MIRAMONTI PORPHYRY & VERBENA MASSAGE

70 min € 160

Rituale con pietre calde vulcaniche, porfido, e il nostro olio di verbena, ad effetto detossinante e drenante. Dona tono, elasticità e profondo benessere. La verbena è nota per le sue funzioni analgesiche, antinfiammatorie, antidepressive e rilassanti.

SCELTO DA CARMEN

MIRAMONTI SOUND MASSAGE

70 min € 160

Esclusivo rituale con campane tibetane e pietre di porfido calde per ritrovare l'armonia di corpo, mente e anima. Grazie alla combinazione delle manualità specifiche e oli essenziali favorisce l'incremento della vitalità, allontana le tensioni psicofisiche, elimina le tossine e riduce l'ansietà.

MYRIAM'S SPECIAL (disponibilità limitata)

KU NYE MASSAGE

80 min € 165

Un trattamento ispirato alla tradizione tibetana che, attraverso tecniche di pressione mirate e allungamenti, scioglie le tensioni, armonizza il flusso energetico e favorisce un profondo rilassamento – ideale per stress e stanchezza.

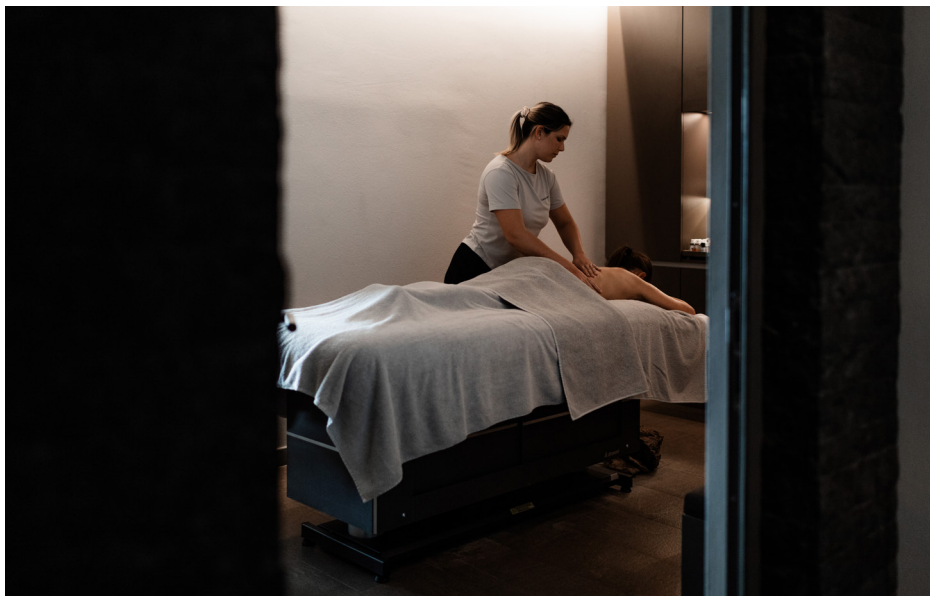
GERHARD'S SPECIAL

ANTI STRESS MASSAGE

80 min € 165

Trattamento olistico su schiena, piedi e testa che combina Ayurveda, tecniche thailandesi, medicina cinese e fitoterapia altoatesina. Rilassa il sistema nervoso simpatico e attiva il parasimpatico per un profondo stato di benessere.





MASSAGGI CLASSICI

Massaggio corpo completo Con oli essenziali o con l'olio di verbena fresco di nostra produzione.	50 min	€ 110
Massaggio sportivo Per un rilassamento profondo dei muscoli dopo lo sport con olio essenziale di pino mugo.	50 min	€ 120
Massaggio drenante Un trattamento delicato e stimolante per il sistema linfatico.	50 min	€ 115
Massaggio collo, testa e viso	50 min	€ 115
Massaggio piedi	25 min	€ 60
Massaggio bimbo (5-12 anni)	25 min	€ 60

BEAUTY SERVICE

Correzione sopracciglia	€ 20
Colore ciglia o sopracciglia	€ 40
Correzione e colore per ciglia e sopracciglia	€ 55



PRIME ORE DEL MATTINO

CAFFÈ A BORDO PISCINA

Un buon caffè Nespresso al mattino presto e poi un tuffo nelle acque cristalline delle nostre piscine Miramonti.

Nuotare con tutte le energie risvegliate già dalle prime vasche della giornata. Al nostro Tea Bar, a tutti i nostri ospiti offriamo anche caffè caldo tra le 7:30 e le 11:00 del mattino.





FOREST THERAPY

RICARICARSI DI PURA ENERGIA

Il bosco del Miramonti si estende su 30 ettari: un'oasi naturale da godersi da soli o durante una delle nostre camminate organizzate.

Respirare profondamente, lasciarsi andare, camminare sulle foglie d'autunno e sugli aghi di pino, sentire gli uccelli cantare e perdersi tra i giochi di luce creati dalle foglie degli alberi, l'odore del muschio fresco e del legno e l'aroma del bosco.

La nostra guida ambientale specializzata nel Bosco e Natura vi guiderà attraverso il fantastico Miramonti, con consigli per una giusta respirazione, maggiore consapevolezza e attenzione.

Iscrizioni possibili ogni giorno alla reception dove sono inoltre disponibili bastoncini da Nordic Walking e la nostra cartina per la Miramonti Forest Walk.

ITALIANO



KIDS' SPLASH TIME

IL TEMPO LIBERO DEI BAMBINI

Ogni giorno dalle 10:00 alle 13:00 e dalle 15:00 alle 17:00 i nostri piccoli ospiti del Miramonti possono utilizzare e intrattenersi nella piscina. Dalle 17 in poi invitiamo tutti i bambini a gustarsi un gelato o una cioccolata calda con panna al nostro bar, anche in accappatoio.

In tutte le altre fasce orarie, l'accesso alle vasche Miramonti è consentito esclusivamente agli adulti, per garantire agli ospiti un'esperienza di relax in silenzio e tranquillità. Nel rispetto di tutti i nostri ospiti, Vi ringraziamo per rispettare queste fasce orarie.



INFORMAZIONI MIRAMONTI SPA

RELAX SENZA TELEFONO

Un invito a godersi finalmente il proprio tempo offline e apprezzare il silenzio: ecco quello che cercano i nostri ospiti al Miramonti.

RISPARMIARE ASCIUGAMANI E SALVARE L'AMBIENTE

Nel rispetto dell'ambiente, chiediamo ai nostri ospiti attenzione e cura nell'utilizzo degli asciugamani, che possono essere depositati nell'apposito carrello della biancheria alla fine della vostra visita.

SENZA PRENOTAZIONE

Non è possibile prenotare lo sdraio. Per poter accomodare tutti i nostri ospiti chiediamo gentilmente di lasciare completamente liberi i propri posti quando non utilizzati o all'uscita dallo spazio relax.

NIENTE CIBO NELLA SPA

Per motivi di igiene, non è possibile mangiare nella spa. Le bustine del tè usate possono essere gettate negli appositi cestini al Tea Bar.

NIENTE NUDITÀ

Invitiamo i nostri ospiti a indossare sempre il costume da bagno, sia nella piscina che nella vasca idromassaggio.

CONSULENZE INDIVIDUALI

Per rispondere meglio alle esigenze dei nostri ospiti, consigliamo sempre di comunicarci i propri desideri o necessità personali ed eventuali problematiche di salute come ad esempio ipertensione, problemi cardiaci o anche gravidanza.

PRENDERE APPUNTAMENTO

Consigliamo sempre di prenotare i propri appuntamenti per tempo. Le cancellazioni sono possibili senza penali fino a 24h prima dell'appuntamento. Disdette all'ultimo minuto saranno invece addebitate per intero.

ATTESA IN PIENO RELAX

Accogliamo i nostri ospiti cinque minuti prima dell'appuntamento già in accappatoio e ciabatte. Per godersi una buona tazza di tè e qualche minuto di relax prima del trattamento.

Intimate and liberatingly open. Close to nature, centring and purist. We are opening our private spa 1.230 metres above sea level. It appears to float high above Merano and its rural idyll. This is what inspired us to create treatments and beauty rituals with perceptible added value, and retreats with an exceptional aura and incomparable views. Relaxation. Providing space for the development of new thoughts and ideas. Snuggling. Returning to yourself. And reconnecting with the rhythm of nature.

www.hotel-miramonti.com

St. Kathreinstraße 14 / Via Santa Caterina 14, I-39010 Haflling-Meran / Avelengo-Merano
T 0039 0473 27 93 35 / info@hotel-miramonti.com