



Zum Ankommen, Wohlfühlen und Kraft tanken.
Genießen Sie den Moment – aktiv oder passiv – in diesem Refugium für Körper, Geist und Seele.
Ziehen Sie Ihre Bahnen im Indoor-Pool mit Gegenstromanlage, Wasserfall und Massagedüsen,
kräftigen Sie Ihren Körper und Ausdauer in dem mit modernsten Geräten ausgestatteten Fitness-
Bereich, entspannen Sie im Ruheraum beim Kamin oder lassen Sie es sich bei ausgewählten
Behandlungen gut gehen. Gönnen Sie sich Ihre verdiente Auszeit und aufbauende Entspannung.

*To arrive, feel good and energise.
Enjoy the moment - actively or passively - in this beautiful place for body, mind and soul.
Take your laps in the indoor pool with counter-current system, waterfall and massage jets,
strengthen your body and endurance in the fitness area, which is equipped with the latest facilities.
Unwind in the relaxation room with its fireplace, or pamper yourself with a range of selected
treatments. Indulge yourself to some well-deserved time out and restorative relaxation.*



SIGNATURE TREATMENT

Zirbentherapie – Cura Pinus Cembra

Die Zirbe ist die „Königin der Alpen“ und speziell in den waldreichen Gebirgsregionen der Steiermark zu finden. Sie trotz Wind und Wetter bis auf 2.500 m Seehöhe und wird bis zu 1.000 Jahre alt. Es ist also naheliegend, ihr auch einen positiven Einfluss auf die menschliche Natur nachzusagen. Sie enthält ein ätherisches Öl, dessen Duft und Heilkraft intensiv auf den Organismus einwirken. Der Puls wird reduziert, der gesunde Schlaf gefördert und der Körper erfährt eine tiefe, vegetative Erholung.

In unserem G'Schlössl-Spa bieten wir eine Rundum-Anwendung mit dem wertvollen Öl der Zirbe:

- Zirbenölbad
- Zirbenwickel mit Zirbenlocken
- Zirbenölmassage

Stone Pine Therapy - Cura Pinus Cembra

The stone pine, the so-called "Queen of the Alps", is found most commonly in the wooded areas of the Styrian mountains. It defies wind and weather all the way up to 2,500 m above sea level, and can reach an age of up to 1,000 years. It contains a precious scented oil, whose curative power has an intensive impact on your body. It slows down your heart rate, promotes healthy sleep and provides deep relaxation for the vegetative nervous system.

The G'Schlössl SPA provides a wrap-around body treatment with this stone pine oil:

- *Stone Pine Bath*
- *Stone Pine Wrap with Pine Curls*
- *Full-Body Massage with Stone Pine Oil*



MASSAGEN

FÜR PURE ENTSPANNUNG

Alle Massagen haben in Ihrer Behandlungszeit eine 5 minütige Nachruhezeit inkludiert.

MASSAGES

FULLY RELAX AND UNWIND

All massages include a 5-minute rest period in the treatment time.

Klassische Massage / *Classic Massage*

Mit dieser Massagetechnik ist es möglich, auf viele körperliche Beschwerden gezielt einzuwirken. Neben der lokalen Wirkung auf den Spannungszustand und die Durchblutung der Muskulatur hat die Massage vor allem eine weitreichende Wirkung auf den gesamten Organismus. Ihr Nervensystem wird beruhigt, wodurch Stressempfindungen verringert werden und seelische Entspannung einkehrt.

This massage technique makes it possible to treat multiple physical ailments at once. Aside from the impact on the degree of tension and blood flow in our muscles, this massage has a particularly profound effect on your entire body. Your nervous system is relaxed which decreases your stress level and brings relaxation to your soul.

Gesichts-Lymphdrainage / *Facial Lymphatic Drainage*

Die Lymphdrainage ist eine sanfte Massagetechnik ohne Öl, die den Lymphfluss anregt und somit die Ausscheidung von Stoffwechselprodukten fördert. Wasseransammlungen im Gesicht werden reduziert und dadurch kann das Hautbild verbessert werden. Ein entspannendes Erlebnis zum Relaxen und Wohlfühlen.

Lymphatic drainage is a relaxing oil-free massage technique which stimulates lymphatic flow and therefore drains metabolic waste. It reduces water retention in your face and improves your complexion. An unwinding experience to relax and simply feel good.

Aromaölmassage / *Scented Oil Massage*

Lassen Sie sich mit einer entspannenden Ganzkörper- oder Rückenmassage mit ausgesuchten Aromaölen verwöhnen und tauchen Sie in eine Welt der Tiefenentspannung ein.

Let us pamper you with this full-body or back massage using selected scented oils and embrace a world of deep relaxation.

Vitalisierende Rückenmassage / *Vitalising Back Massage*

Die aktivierende Rücken-Schulter-Nacken-Massage verringert Muskelverspannungen und wirkt belebend.

This activating back-shoulder-neck massage reduces muscle tension and has a vitalising effect.

Meridianmassage / *Meridian Massage*

Blockaden im Meridiansystem werden durch Klopfmassage und Massage sowie sanfte Streichungen und Berührungen von Akupunktur- und Reflexpunkten gelöst, wodurch die Durchblutung im Körper sowie in den Organen verbessert wird, die Immunabwehr im Körper angeregt wird sowie die Lebenskraft und körperliches und geistiges Wohlbefinden gesteigert werden können.

Blockages in the meridian system are released through tapping massage and other massage techniques, as well as gentle stroking and touching of acupuncture and reflex points. This improves blood circulation in the body as well as in the organs, it stimulates the immune system in the body, and increases vitality, physical and mental well-being.

Gesichts-Kopf-Nacken-Massage / *Face, Head and Neck Massage*

Die entspannende Gesichts-Kopf-Nacken-Massage – eine Wohltat für Körper und Geist.

A relaxing face, head and neck massage. A real blessing for body and mind.

Schröpfen und Schröpfmassage / *Cupping and Cupping Massage*

Die Saugwirkung der Schröpfgläser führt zu einer intensiven Mehrdurchblutung der behandelten Hautstellen. Die Schröpfmassage aktiviert den Stoffwechsel im Bindegewebe und wirkt dadurch entschlackend und straffend. Diese Anwendung eignet sich für den gesamten Körper, inkl. Gesicht, und lässt sich sehr gut mit einem Ganzkörper- oder Gesichtspeeling kombinieren.

The suction effect of the cups highly increases the blood circulation of the treated skin areas. The cupping massage activates your metabolism in the connective tissue and thus has a purifying and tightening effect. This application is suitable for the entire body, including the face, and is the perfect complement to a full-body or facial scrub.

Fußreflexzonenmassage / *Foot Reflexology Treatment*

Die Reflexzonen an Ihren Füßen werden durch Druck stimuliert, um verlorene Energie wieder freizusetzen. Die Massage trägt zur allgemeinen Entspannung und Harmonisierung des Körpers bei.

The reflex zones on your feet are being stimulated through light pressure to regain lost energy.

This massage aids the general relaxation and harmonisation of your body.

Hot-Stone-Massage: Sassi di Vulcano

Hot Stone Treatment: Sassi di Vulcano

Die traditionelle indianische Heilweise: Lavasteine aktivieren die Energiepunkte Ihres Körpers, lockern die Muskulatur und fördern die Durchblutung. Die Massage mit Lava- und Marmorsteinen macht aus diesem Ritual ein unvergessliches Erlebnis.

This traditional American Indian method of healing is characterised by activating the energy zones of your body using lava stones. Moreover, it relaxes your muscles and activates your blood flow. This massage using lava and marble stones turns this traditional ritual into an unforgettable experience.

Energiepunktmassage Lever-Lever

Energy Point Massage Lever Lever

Mit einem ähnlichen Ansatz wie die Meridianmassage hebt Lever-Lever durch sanfte Akupressur Blockaden und Verspannungen in Ihrem Körper auf, um die Energie wieder frei fließen zu lassen. Pflanzliche Basisöle und ätherische Aromaöle regen dabei das limbische System an. Nach dieser besonderen Energiepunkt- und Aromaölmassage werden Sie sich leicht und beflügelt fühlen.

Similar to the meridian massage, the "Lever Lever" massage uses gentle acupressure to ease blockages and tensions in your body so that the energy flows again. Herbal base oils and scented oils stimulate the limbic system. After this special energy point and scented oil massage, you will feel light and invigorated.

Kräuterstempelmassage / *Herbal Stamp Massage*

Die Kräuterstempelmassage ist eine traditionelle ayurvedische Massagetechnik. Die Wärme der Stempel entspannt und lockert die Muskulatur. Die Aromen und Essenzen der Kräuter und Blüten, mit denen die Baumwollstempel gefüllt sind, wirken positiv auf Körper und Geist.

The herbal stamp massage is an oriental and traditional massage. Herbal stamps are used during this massage. These are warm cotton bundles filled with essences and herbs that have a cleansing, activating or relaxing effect on your body and soul.



PEELINGS

Für ein neues Hautgefühl

EXFOLIATING SCRUBS

Renew your skin

Ganzkörper-Peelings / *Full-Body Scrubs*

Genießen Sie unsere exklusiv ausgewählten Peelings. Spüren Sie, wie wohl Sie sich anschließend fühlen, wie Ihre Haut samtweich und rosig strahlt. Ein Ganzkörper-Peeling eignet sich ideal zur Vorbereitung auf eine Packung oder ein Bad. Wählen Sie individuell, unsere Spa-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter beraten Sie gerne.

Enjoy our exclusively selected scrubs. Enjoy how soothed you will feel afterwards, how your skin is silky smooth and has a slightly rosy glow to it. A full-body scrub prepares your skin perfectly for a wrap or a bath afterwards. Customise your experience, our staff will kindly advise you.

Traubenkern-Peeling / *Grape Seed Scrub*

Das Traubenkern-Peeling versorgt Ihre Haut mit essenziellen Fettsäuren und befreit sie von abgestorbenen Hautzellen. Die Durchblutung der Haut wird angeregt und lässt sie dadurch straffer wirken.

A grape seed scrub provides your skin with essential fatty acids and removes dead skin flakes from your skin. Blood circulation of the skin is stimulated making it appear more taut.

Alpenkräuter-Peeling / *Alpine Herbal Scrub*

Stimulierende Hautreinigung mit schützender Tiefenwirkung, mithilfe von Essenzen aus klassischen alpinen Kräutern. Überschüssige Hornschüppchen, Talg und Schmutz werden sanft entfernt und die Durchblutung angeregt.

A stimulating skin cleansing treatment with protective deep action using classic Alpine herbs. Excess skin flakes, sebum and grime are gently removed and blood circulation is stimulated.

Kaffee-Peeling / *Coffee Scrub*

Das Peeling entfernt überschüssige Hautschuppen und fördert die Zellerneuerung.

Das Koffein wirkt anregend und fördert die Durchblutung. Ebenso wirkt es vorbeugend gegen Cellulite und Ihr Hautbild verfeinert sich. Zusätzlich zur pflegenden Wirkung sorgt das Peeling für ein erfrischendes, belebendes Hautgefühl.

This scrub removes excess skin and promotes cell rejuvenation. Caffeine activates and promotes blood circulation. It is also a prophylactic anti-cellulite treatment. Above all, this scrub makes your skin feel fresh and vitalised.

PACKUNGEN & WICKEL

Wohlige Wärme und wertvolle
Wirkstoffe für jugendliche Frische

WET PACKS & WRAPS

*Cosy warmth and valuable active
ingredients for youthful freshness*

Trauben-Packung / *Grape Pack*

Die Trauben-Packung hat eine entschlackende und straffende Wirkung.

This grape wrap has a purifying and lifting effect.

Heuwickel / *Hay Wrap*

Die Kräfte von Alpenheu sind seit über 100 Jahren bekannt und belegt. Der entschlackende, entgiftende und stoffwechselanregende Wickel wird Ihre Verspannungen lösen. Unser Wickel mit Alpenheu ist ein wunderbares Erlebnis mit natürlichem Duft und entspannender Wärme.

The curative power of Alpine hay has been known for more than 100 years. Its detoxifying and purifying effect promotes your metabolism and relieves tension. In any case you will experience a wonderful treatment with the natural scent and relaxing warmth of Alpine hay.

Kürbispackung / *Pumpkin Pack*

Entschlackend, ausschwemmend und stoffwechselanregend.

Purifies, removes toxic residues and promotes your metabolism.

Rosenblütenpackung / *Rose Petal Pack*

Die Rosenblüten-Packung ist reich an ungesättigten Fettsäuren, spendet Feuchtigkeit und erhöht somit die Spannkraft der Haut.

The rose petal pack is rich in unsaturated fatty acids, moisturizes and tones the skin.

Zirbenwickel mit Zirbenlocken / *Swiss Pine Wrap with Swiss Pine Curls*

Entdecken Sie die Kraft der Zirbe, der sogenannten Königin der Alpen. Mit ihrem unvergleichlich holzig-harzigen Duft hat sie einen positiven Einfluss auf die Gesundheit, den Organismus und einen guten, gesunden Schlaf.

Discover the power of the Swiss stone pine, the so-called "Queen of the Alps", with its incomparable woody-resinous scent. It has a positive influence on health, the organism and a deep, healthy sleep.



BÄDER

Entspannende Erholung für Muskeln,
Organismus und den Geist

BATHS

*Relaxing recovery for muscles,
organism and the mind*

Romantikbad

Romantic Bath

Der süße Duft des kostbaren Rosenblütenöls, die frischen Rosenblätter auf dem Wasser, das bei jeder Bewegung sanft plätschert und die harmonische Atmosphäre im Raum laden zur wunderbaren Entspannung und auf eine Reise für die Sinne ein.

The sweet scent of precious rose petal oil, fresh leaves of roses on the water that gently laps with every movement and the harmonious atmosphere in the room invite you to wonderful relaxation and a journey for the senses.

Kräuterheubad

Herbal Hay Bath

Beruhigend, atemwegsklärend und entspannend. Mit frischen Alpenkräutern.

Soothes and relaxes the body while clearing the respiratory tract. With fresh Alpine herbs.

Milch-Honig-Bad

Milk & Honey Bath

Das Milch-Honig-Bad reinigt sanft, entspannt und sorgt für geschmeidige und elastische Haut. Es ist besonders gut geeignet für trockene, gereizte, strapazierte Problemhaut und somit besonders gut verträglich.

The milk and honey bath gently cleanses, relaxes and provides smooth and elastic skin. It is particularly suitable for dry, irritated, stressed problem skin and is therefore especially well tolerated.

WELLNESS FÜR HÄNDE UND FÜSSE

Intensive Wohlfühlbehandlung für
Nägel und Haut

*SPOIL YOUR HANDS AND
PAMPER YOUR FEET*

*Intensive feel-good treatment
for your nails and skin*

Maniküre ohne Lack

Manicure without polish

Pediküre ohne Lack

Pedicure without polish

Lack

Polish

Waxing

Waxing

Oberlippe und Kinn, Achsel, Bikinizone

Upper lip, chin, armpit, bikini area

Unterschenkel

Lower legs

Beine

Legs

Brust und Rücken

Chest and back

WELLNESS FÜR IHR GESICHT

Für strahlende Schönheit

PAMPER YOUR FACE

Enhance your radiant beauty

Klassische Gesichtsbehandlung / *Classic Facial*

Individuelle Beratung, Tiefenreinigung, Peeling, entspannende Massage, pflegende und regenerierende Maske sowie abschließende Pflege.

A classic facial with individual consultation, deep cleansing, exfoliating scrub, relaxing massage, nurturing and regenerating mask and after care.

Luxus- und Anti-Age-Gesichtsbehandlung / *Luxury Anti-Aging Facial*

Individuelle Beratung, Reinigung, sanftes Peeling, entspannende Massage, auf Ihren Hauttyp abgestimmte Intensivpflege mit Seren und Elixieren, pflegende und regenerierende Maske und Abschlusspflege.

Individual consultation, cleansing, gentle exfoliating scrub, relaxing massage, intensive care using serums and elixirs tailored to your skin type, nurturing and regenerating mask and after care.

Frische-Kick / *Refreshing Boost*

Individuelle Beratung, Peeling, Maske, Massage und Abschlusspflege.

Individual consultation, exfoliating scrub, mask, massage and after care.

Dekolleté-Behandlung / *Cleavage Treatment*

Augenblicke / *Feast your eyes*

Wimpern färben

Eyelash tinting

Wimpern und Augenbrauen färben

Lash and eyebrow tinting

Augenbrauen formen

Eyebrow shaping

Augenbrauen färben

Eyebrow tinting

Augenbrauen formen und färben

Eyebrow shaping and tinting



WOHLFÜHL - ARRANGEMENTS

*Für effektive Tiefenentspannung –
in wunderschönem Ambiente*

SPA PACKAGES

*The ultimate rest and
relaxation experience*

Rosenzauber

Bed of Roses

- Rosenblütenbad
Rose petal bath
- Aromaölmassage
Scented oil massage
- Klassische Gesichtsbehandlung
Classic facial

Kleopatra

Cleopatra

- Milch-Honig-Bad
Milk and honey bath
- Aromaölmassage mit Honiglotion
Scented oil massage with honey lotion
- Joghurtdrink
Yogurt drink

Wellness für Sie und Ihn

Wellness for her and him

- Ganzkörperpeeling
Full-body scrub
- Vitalisierende Rückenmassage
Revitalising back massage
- Frische-Kick Gesichtsbehandlung
Refreshing facial

Kräuterglück

Alpine pearls

- Ganzkörperpeeling
Full-body scrub
- Ganzkörperpackung
Full-body pack
- Rückenmassage
Back massage

DAY SPA

Entspannte Auszeiten für Körper,
Geist und Seele

DAY SPA

*Relaxing time out for body,
mind and soul*

Day Spa / *Day Spa*

- Benutzung unseres 600 m² großen Spa-Bereiches:
Indoorpool mit Massagedüsen, Gegenstromanlage und Wasserfall, finnische Sauna, Sanarium und Infrarotkabine, Dampfbad, Wärmebänke mit Kneipp-Becken, Kneipp-Tauchbecken, Fitnessraum mit Kraft- und Ausdauergeräten, Ruheraum mit Kamin. 1.500 m² großer Naturteich mit Teichhaus.
Getränkerverpflegung inklusive.
- *Use of our 600 m² spa area:*
Indoor pool with massage jets, counter-current system and waterfall, Finish sauna, sanarium, infra-red cabin, steam bath, heated benches with Kneipp basins, Kneipp plunge pool, gym with strength and endurance equipment, relaxation room with fireplace. 1,500 m² natural pond with pond house. Free beverages.

Day Spa Deluxe / *Day Spa deluxe*

- Benutzung unseres 600 m² großen Spa-Bereiches:
Indoorpool mit Massagedüsen, Gegenstromanlage und Wasserfall, finnische Sauna, Sanarium und Infrarotkabine, Dampfbad, Wärmebänke mit Kneipp-Becken, Kneipp-Tauchbecken, Fitnessraum mit Kraft- und Ausdauergeräten, Ruheraum mit Kamin. 1.500 m² großer Naturteich mit Teichhaus.
Getränkerverpflegung inklusive.
- Zum Ausklang eines entspannenden Tages erwartet Sie ein 4-Gänge-Wellness-Menü in unserem Restaurant.
- *Use of our 600 m² spa area:*
Indoor pool with massage jets, counter-current system and waterfall, Finish sauna, sanarium, infra-red cabin, steam bath, heated benches with Kneipp basins, Kneipp plunge pool, gym with strength and endurance equipment, relaxation room with fireplace. 1,500 m² natural pond with pond house. Free beverages.
- *After a relaxing day in our spa, a 4-course wellness menu awaits you in our restaurant.*

SPA-ETIKETTE

Gerne steht das Spa-Team des G'Schlössl Murtal für detaillierte Informationen zu den Anwendungen telefonisch (Durchwahl 4170) oder persönlich zur Verfügung.

Wir ersuchen Sie, die vereinbarten Zeiten einzuhalten, und bitten um Verständnis, dass verspätetes Eintreffen aus Rücksicht auf nachfolgende Gäste zu einer kürzeren Behandlungszeit führt, jedoch nicht zu einem reduzierten Behandlungspreis.

Termine, die nicht wahrgenommen werden, können bis zu 24 Stunden vorher kostenlos telefonisch oder schriftlich storniert werden. Bis zu vier Stunden vor dem Termin verrechnen wir 50 % des Preises, danach oder bei Nichterscheinen werden 100 % des Preises verrechnet.

Unser Spa-Bereich ist ein Ort der Ruhe und Entspannung. Wir danken für Ihr Verständnis, dass Kindern der Zutritt nur unter Aufsicht ihrer Eltern gestattet ist.

SPA ETIQUETTE

If you need further information regarding our treatments or products, please call or visit us at the G'Schlössl Spa. Our team will provide you with professional advice.

We would like to politely remind you that any delay on your behalf will reduce the duration of your treatment, but not its price. If you are not able to use your booking, it can be cancelled up to 24 hours in advance by telephone or in written form free of charge. Up to 4 hours before, we charge 50% of the treatment price, after that or in case of a no show, we charge 100% of the treatment price.

To maintain the relaxing and tranquil atmosphere we would like to inform you that children are only allowed to enter the Spa under their parents' supervision.

ÖFFNUNGSZEITEN SPA

Spa: 08.00 bis 20.00 Uhr
Sauna und Dampfbad: 10.00 - 19.00 Uhr

TERMINVEREINBARUNG

T +43 3512 46904-4170 | spa@gshloessl-murtal.at

SPA OPENING HOURS

*SPA: 08.00 am to 08.00 pm
Sauna and steam bath: 10.00 am to 07.00 pm*

APPOINTMENTS

T +43 3512 46904-4170 | spa@gshloessl-murtal.at

Änderungen vorbehalten