



**WALDHUUS**  
DAVOS

## HERZLICH WILLKOMMEN IM WALDHUUS WELLNESS!

WELCOME AT THE  
WALDHUUS WELLNESS!



## SABRINA BLUM FREUT SICH AUF IHREN BESUCH!

SABRINA BLUM IS LOOKING  
FORWARD TO MEET YOU!



**WALDHUUS**  
DAVOS

# ENTSPANNUNG FÜR DEN KÖRPER. HARMONIE FÜR DIE SINNE.

RELAXATION FOR THE BODY.  
HARMONY FOR THE SENSES.

Herzlich Willkommen im Waldhuus-Wellness!

Gerne reservieren wir einen Behandlungstermin für Sie. Melden Sie sich bitte unter:

Welcome at the Waldhuus-Wellness!

We are more than happy to reserve an appointment for you. Please contact us:

E-Mail: [waldhuus@mountainhotels.ch](mailto:waldhuus@mountainhotels.ch)

Telefon: +41 (0)81 417 93 33 oder direkt an der Rezeption unter #9111

## SPA-ÖFFNUNGSZEITEN / SPA OPENING HOURS

Hallenbad	07:00 - 21:00 Uhr / 07:00am – 09:00pm
Saunas	12:00 - 21:00 Uhr / 12:00pm – 09:00pm
Massage	08:00 - 20:00 Uhr / 08:00am – 08:00pm
Fitness	24 Stunden / 24 hours

## VERZEICHNIS

### DIRECTORY

<b>MASSAGEN</b>	MASSAGES	3
<b>SPEZIAL-TREATMENTS</b>	SPECIAL-TREATMENTS	4
<b>WELLNESS-PAKETE</b>	WELLNESS-PACKAGES	5
<b>KINDER WELLNESS</b>	KIDS WELLNESS	5
<b>SUGARING</b>	HAIR REMOVAL	6
<b>KOSMETIK</b>	COSMETIC	7
<b>SPA-ETIKETTE</b>	SPA RULES	8



**WALDHUUS**  
DAVOS

# MASSAGEN (EMR ANERKANNT)

## MASSAGES (EMR APPROVED)

### MEDIZINISCHE MASSAGE BEI BESCHWERDEN

**25 Minuten / CHF 60**

**50 Minuten / CHF 120**

Die klassische Massage löst Verspannungen, fördert die Durchblutung, wirkt tonisierend und regt Stoffwechsel und Verdauungsvorgänge an. Sie begünstigt die Sauerstoffzufuhr und den Austausch zwischen den verschiedenen Geweben des Organismus. Ideal nach körperlichen Belastungen wie Sport oder auch Stress. Unsere Masseurin, Sabrina Blum, kann sich Ihren individuellen Bedürfnissen anpassen.

### MEDICAL MASSAGE FOR SPECIAL INDICATIONS

The classic massage relieves tension, encourages blood flow and stimulates the metabolism and digestion. It favours the oxygen supply as well as the exchange between the different tissues of the organism. Ideal after physical stress such as sports or also stress. Our massage therapist, Sabrina Blum, can adapt here to your individual needs.

### WELLNESS MASSAGE

**50 Minuten / CHF 120**

**80 Minuten / CHF 180**

Abschalten und geniessen. Schenken Sie Ihrem Körper eine Pause und begeben Sie sich in die wohltuenden Hände. Ihre Auszeit – Jetzt. Tanken Sie neue Kraft und Energie für Ihre kommenden Tage in der Davoser Bergwelt oder gönnen Sie sich eine Entspannung vor Ihrer Abreise.

### RELAX MASSAGE

Relax and enjoy. Give your body a break and give yourself into soothing hands. Your time out-now. Recharge your batteries for the days ahead in the Davos Mountains or treat yourself to some relaxation before you leave.



**WALDHUUS**  
DAVOS

### **FUSSREFLEXZONEN MASSAGE**

**40 Minuten / CHF 110**

Die Fussreflexzonenmassage ist ein ganzheitliches Naturheilverfahren. Der Mensch wird dabei als Ganzes mit Körper, Geist und Seele wahrgenommen und behandelt. Die Fussreflexzonenmassage kann den Energie Fluss wiederherstellen, Spannungen abbauen und Schmerzen lindern.

### **FOOT REFLEXOLOGY MASSAGE**

Foot reflexology is a holistic naturopathic treatment. The human being perceived and treated as a whole; with body, mind and soul. The reflexology massage can restore the flow of energy, reduce tension and relieve pain.

### **LYMPHDRAINAGE**

**50 Minuten / CHF 120**

Bei der Manuellen Lymphdrainage wird durch spezielle Massagetechniken die Lymphaktivität gesteigert. Durch diese Form der Therapie können Schwellungen behoben und Ödeme behandelt werden. Die Therapie ist ebenso wirksam bei Lipödemen wie auch Lymphödemen und Trauma bedingten Schwellungen. Die Lymphdrainage ist eine sehr ruhige und angenehme Form der Therapie.

### **LYMPHDRAINAGE**

Manual lymph drainage uses special massage techniques to increase lymphatic activity. Through this form of therapy swellings can be removed and oedemas can be treated. The therapy is just as effective for lipedema as it is for lymphedema and trauma-related swelling. Lymph drainage is a very calm and pleasant form of therapy.



**WALDHUUS**  
DAVOS

## SPEZIAL-TREATMENTS

### SPECIAL-TREATMENTS

#### **CRANIO SACRAL THERAPHIE**

**50 Minuten / CHF 120**

Die Cranio Sacral Therapie geht von der Erkenntnis aus, dass die Cerebrospinalflüssigkeit im Gehirn und Rückenmark rhythmisch pulsiert und dass sich diese rhythmische Bewegung im gesamten Organismus fortsetzt und ihm lebenswichtige Impulse vermittelt. Unsere Masseurin, Sabrina Blum, erspürt diesen Rhythmus mit Ihren Händen und kann sanfte Impulse in den Organismus geben, die es ihm erlauben, ein neues Gleichgewicht zu finden und Selbstheilkräfte in Gang zu setzen.

#### **CRANIO SACRAL THERAPY**

Craniosacral therapy is based on the recognition that the cerebrospinal fluid in the brain and spinal cord rhythmically pulsates and that this rhythmic movement in the entire organism continues and gives him vital impulses. Our massage therapist, Sabrina Blum, feels this rhythm with her hands and can give soft impulses into the organism, which allows it to find a new balance and set self-healing in motion.

#### **HONIG MASSAGE**

**40 Minuten / CHF 110**

Honig ist ein Geschenk der Natur, das unser Leben in vielerlei Hinsicht bereichern kann und seit Jahrhunderten in der Naturheilkunde und Volksmedizin in verschiedener Art und Weise eingesetzt wird. Die Honigmassage vitalisiert, reinigt und stärkt den gesamten Organismus.

#### **HONEY MASSAGE**

Honey is a gift of nature that can enrich our lives in many ways and has been used for centuries in naturopathy and traditional medicine in various ways. The honey massage revitalizes, cleanses and strengthens the entire organism.

#### **TROCKENBÜRSTEN-MASSAGE MIT STRAFFENDER PFLEGE**

**50 Minuten / CHF 130**

Mit der Trockenbürste werden die abgestorbenen Hautzellen abgetragen. Dadurch wird die Zellerneuerung angeregt und die Haut kann besser atmen. Die oberste Hautschicht fühlt direkt Bürstendurchlauf glatter und praller an. Als Abschluss gibt es eine straffende Körperpflege von RINGANA. Damit sie weiterhin diesen Effekt zuhause geniessen können, schenkt Ihnen unsere Masseurin, Sabrina Blum, Ihre Bürste!

Ihr Geschenk: Bürste Arosha für Zuhause!

#### **DRY BRUSH MASSAGE WITH FIRING CARE**

The dry brush removes dead skin cells. This stimulates the cell renewal and allows the skin to breathe better. The uppermost skin layer feels smoother and more plump after the brushing cycle. To finish, there is a firming body care by RINGANA. To enjoy this feeling at home, our massage therapist Sabrina Blum, gives you your brush to take home!

Your Present: Brush Arosha to take home!



**WALDHUUS**  
DAVOS

## WELLNESS-PAKETE

### WELLNESS-PACKAGES

#### **FRISCHE-KICK**

**120 Minuten / CHF 210**

Entspannende Rückenmassage mit anschliessender So Fresh Gesichtspflege.  
Ihre Hände und Füsse werden mit einem Peeling und einer Massage verwöhnt

#### **FRESH-KICK**

Relaxing back massage followed by a So Fresh facial care.  
Your hands and feet will be spoiled with a scrub and a massage.

#### **KÄUTER-KICK**

**120 Minuten / CHF 260**

Kräuter-Stempel-Massage kombiniert mit einer basischen Gesichtsmaske und anschliessend eine wohltuende Fussreflex-Massage. Fühlen sie sich ausgeglichen und geerdet.

#### **HERBS-KICK**

Herbal stamp massage combined with an alkaline face mask followed by a soothing foot reflex massage. Feel balanced and grounded.



**WALDHUUS**  
DAVOS

# KINDER MASSAGEN

## KIDS MASSAGES

### **GLOBI KINDERMASSEGE**

Entspannung für unsere zukünftigen Heldinnen und Helden!

**20 Minuten / CHF 39**

### **GLOBI KIDS SPA**

Relaxation for our future heroines and heroes!

### **GLOBINE STRAHLT**

Mini Gesichtspflege mit 100% natürlichen Produkten von RINGANA

**20 Minuten / CHF 39**

### **GLOBINE BRIGHT AND SHINY**

Mini facial care with 100% natural products from RINGANA

### **ZEIG HER DEINE HÄNDE**

Nägel lackieren plus Glitzersteine

**15 Minuten / CHF 25**

### **SHOW ME THOSE HANDS**

Nail polish plus sparkling stones



**WALDHUUS**  
DAVOS

# SUGARING

## HAIR REMOVAL

Haarentfernung mit Zucker ist eine uralte Tradition, die schon von den alten Ägypterinnen angewendet wurde und tausende von Jahren überlebt hat. Schon Kleopatra benutzte diese Methode für ein angenehmeres Hautgefühl.

Natural Sugaring – zuverlässig, schonend und nachhaltig.

Hair removal with sugar is an old tradition that has been used by ancient Egyptians and has survived for thousands of years. Cleopatra already uses this method for a pleasant skin feeling.

Natural Sugaring- reliable, gentle and sustainable.

<b>HALBE BEINE</b>	HALF LEGS	CHF 50
<b>GANZE BEINE</b>	FULL LEGS	CHF 85
<b>SLIPRAND</b>	PANTY EDGE	CHF 30
<b>BIKINI, TANGA</b>	BIKINI TANGA	CHF 50
<b>BRAZIL, MIT PO FALTE</b>	BRAZIL, INCLUDING BOTTOM	CHF 70
<b>ACHSELN</b>	ARMPITS	CHF 30
<b>HALBE ARME</b>	HALF ARMS	CHF 40
<b>GANZE ARME</b>	FULL ARMS	CHF 55
<b>RÜCKEN / BRUST / BAUCH</b>	BACK / CHEST / BELLY	CHF 40
<b>OBERLIPPE / KINN</b>	UPPER LIP / CHIN	CHF 20

Kombinationen möglich: bei 2 Zonen 5% Rabatt, bei 3 Zonen 10% Rabatt  
Combinations possible: 5% discount for 2 zones, 10% discount for 3 zones





**WALDHUUS**  
DAVOS

# KOSMETIK

## COSMETICS

### Gesichtsbehandlungen

#### Facial treatments

**RINGANA** vereint frische Natürlichkeit und hoch anti-oxidative Inhaltsstoffe mit geballter Wirkung in einzigartigen Pflegeprodukten.

**RINGANA** combines fresh naturalness and high-antioxidant ingredients with concentrated effects in unique care products.

#### **SO FRESH**

**70 Minuten / CHF 110**

Ein frische Kick für die ausgelaugte Haut: Reinigung, Peeling, Maske, Massage.  
A fresh kick for depleted skin: cleansing, exfoliation, mask, massage.

#### **SO MOIST**

**70 Minuten / CHF 110**

Eine Energieladung für trockene Haut: Reinigung, Peeling, Maske, Massage.  
An energy charge for dry skin: cleansing, exfoliation, mask, massage.

#### **SO FIRM**

**70 Minuten / CHF 130**

Eine Regenerationspackung mit Biolifting-Effekt: Reinigung, Peeling, Maske, Massage.  
A regeneration pack with bio-lifting effect: cleansing, exfoliation, mask, massage.



**WALDHUUS**  
DAVOS

## **NEU: Wimpern Verlängerung** **NEW: Eyelash extensions**

### **WIMPERN VERLÄNGERUNG**

**90 Minuten / CHF 110**

Für den perfekten Augenaufschlag! Natürlicher Effekt von dichten Wimpern. Die Anwendung hält zwischen 3 Wochen und 3 Monaten.

Zu beachten: Bitte ungeschminkt und ohne Kontaktlinsen zum Termin erscheinen. Anschliessend empfehlen wir für 24 Stunden nicht in die Sauna, heiss duschen oder schwimmen gehen.

### **EYELASH EXTENSIONS**

**90 Minuten / CHF 110**

For the perfect eyelash effect! Natural look of thick eyelashes. The application lasts between 3 weeks and 3 months.

To note: Please come to the appointment without make-up and contact lenses. Afterwards, we recommend not going to the sauna, taking a hot shower or swimming for 24 hours.

## **Kosmetische Pediküre** **Cosmetic pedicure**

### **QUICK FIX**

**25 Minuten / CHF 40**

Feilen, Pflege und Nagellack  
Shaping, care and nail polish

### **DELUXE MIT NAGELLACK**

**70 Minuten / CHF 85**

Fussbad, Peeling, Nagelpflege, Massage und Nagellack

### **DELUXE WITH VARNISH**

Foot bath, peeling, nail care, massage and nail polish

### **DELUXE MIT GELLACK**

**70 Minuten / CHF 95**

Fussbad, Peeling, Nagelpflege, Massage und Gellack

### **DELUXE WITH GEL VARNISH**

Foot bath, peeling, nail care, massage and nail polish

### **ENTFERNUNG VON GELLACK IN DER BEHANDLUNG** **REMOVAL OF GEL VARNISH DURING TREATMENT**

**CHF 10**



**WALDHUUS**  
DAVOS

# SPA-ETIKETTE

## SPA RULES

### **ALLGEMEINES / GENERAL**

Im Saunabereich und im Ruheraum bitten wir Sie, aus Rücksicht zu den anderen Gästen, auf Ihr Mobiltelefon zu verzichten und Handtücher auf den Liegeflächen unterzulegen.

Out of consideration towards the other guests, we ask you to leave your mobile phone in the locker and place towels on the beds in the sauna and relaxation area.

### **BUCHUNGEN / BOOKINGS**

Bitte melden Sie sich für Buchungen an unserer Rezeption.

Please sign up for reservations at our reception.

### **BEKLEIDUNG / CLOTHING**

Wir empfehlen Ihnen, Ihren Bademantel zu tragen.

We recommend you to wear your bathrobe.

### **CHECK-IN**

Bitte erscheinen Sie 10 Minuten vor Ihrem Behandlungstermin im Waldhuus-Wellness.

Please arrive 10 minutes prior to your appointment in our Waldhuus Wellness.

### **EMR**

Wir empfehlen Ihnen, vorab mit Ihrer Krankenkasse die EMR Anerkennung zu prüfen.

We recommend that you check the EMR recognition in advance with your health insurance company.

### **INFORMATIONEN / INFORMATION**

Unser Waldhuus-Wellness befindet sich im Untergeschoss unseres Hauptgebäudes. Mit Ihrer Zimmerkarte gelangen Sie bequem in den SPA-Bereich.

Our Waldhuus Wellness is located in the lower level of our main building. Your room card allows you easy access to the spa area.

### **MEDIZINISCHE BESONDERHEITEN / MEDICAL CONSIDERATIONS**

Bitte melden Sie uns gesundheitliche Beschwerden oder Besonderheiten. Gerne gehen wir ganz individuell auf Ihre Bedürfnisse ein.

Please report health problems or peculiarities. We are happy to respond to your individual needs.



**WALDHUUS**  
DAVOS

### **SCHWANGERSCHAFT UND STILLZEIT / PREGNANCY AND BREAST FEEDING**

Bei Schwangerschaft oder in der Stillzeit melden Sie sich bitte bei der Rezeption für besondere Wünsche.

Please let our reception team know if you are pregnant or breastfeeding. They will attempt to serve your specific requirements.

### **STORNIERUNGEN / CANCELLATIONS**

Stornierungen können bis 12 Stunden vor der Behandlung kostenfrei vorgenommen werden.

Bei kurzfristigeren Absagen oder Nichterscheinen müssen 100% der Behandlungskosten verrechnet werden.

Cancellations can be made free of charge up to 12 hours before the treatment.

For shorter cancellations or no shows, 100% of the treatment costs have to be charged.

Ihre Sabrina Blum

Dipl. med. Masseurin FA SRK (EMR anerkannt)

