MOUNTAIN
PLAZA HOTEL

SPA

BEHANDLUNGEN
TREATMENTS

Feel Good Menu







Mountain Plaza Hotel
Oberwiesstrasse 3
CH-7270 Davos Platz
T. +41 (0)81 836 12 12
E. mountainplaza@mountain-resort.ch
www.mountainplaza.ch

MOUNTAIN
PLAZA HOTEL

ENTSPANNUNG FÜR DEN KÖRPER.
HARMONIE FÜR DIE SINNE.

Herzlich Willkommen im Mountain Plaza Wellness! Gerne reservieren wir einen Behandlungstermin für Sie. Melden Sie sich bitte unter:

E-Mail: mountainplaza@mountain-resort.ch
Telefon: +41 (0)81 836 12 12 oder direkt an der Rezeption unter 1111.

RELAXATION FOR THE BODY.
HARMONY FOR THE SENSES.

Welcome to the Mountain Plaza Wellness!
We are more than happy to reserve an appointment for you. Please contact us:

E-Mail: mountainplaza@*mountain-resort.ch*
Telefon: +41 (0)81 836 12 12 or direclty via short dial to reception #1111

SPA-ÖFFNUNGSZEITEN / *SPA OPENING HOURS*

Hallenbad 07:00 - 21:00 Uhr / *Swimming pool 07:00am – 09:00pm*
Sauna 15:00 - 21:00 Uhr / *03:00pm – 09:00pm*
Massage 09:00 - 21:00 Uhr / *09:00am – 09:00pm*
Fitness 09:00 - 22:00 Uhr / *09:00am – 10:00pm*

Stornierungen sind bis 12 Stunden vor der Behandlung kostenfrei möglich. 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. Cancellations at shorter notice or no-shows 100% of the treatment costs will be charged.



MOUNTAIN
PLAZA HOTEL

MASSAGEN
MASSAGES

MOUNTAIN PLAZA SIGNATURE MASSAGE

50 Min / CHF 125
80 Min / CHF 195

Erleben Sie die Mountain Plaza Signature Massage, bei der eine Kombination aus fachmännisch gemischten therapeutischen Techniken die ultimative Entspannung und Verjüngung hervorruft. Diese einzigartige Behandlung findet in den Räumlichkeiten des Mountain Plaza statt und entführt Sie in eine Welt der Ruhe. Es ist eine Reise der Erneuerung, die Sie erfrischt und verjüngt zurücklässt und Sie bereit macht, den Tag zu meistern, wobei die Kunst der Massage mit der Gelassenheit der Berge zu einem wirklich aussergewöhnlichen Erlebnis für Körper und Seele wird.

Experience the Mountain Plaza Signature Massage, where a combination of expertly blended therapeutic techniques creates the ultimate relaxation and rejuvenation. This unique treatment takes place in a serene Mountain Plaza setting, transporting you to a world of tranquility. It's a journey of renewal that leaves you feeling refreshed, rejuvenated, and ready to conquer the day, harmonizing the art of massage with the serenity of the mountains for a truly exceptional experience for both your body and soul.

CLASSIC MASSAGE

25 Min / CHF 65
50 Min / CHF 115
80 Min / CHF 180

Unsere Klassische Massage ist eine heitere Flucht, eine sanfte Berührung, die Verspannungen löst und Ihnen das Gefühl gibt, völlig erfrischt und in Frieden zu sein. Entspannen Sie sich und lassen Sie los, während unsere geschulten Therapeuten Sie in einen Zustand glückseliger Entspannung versetzen.

Our Classic Massage is a serene escape, a gentle touch that melts away tension and leaves you feeling completely refreshed and at peace. Unwind and let go as our skilled therapists transport you to a state of blissful relaxation.

SPORT MASSAGE

50 Min / CHF 120
80 Min / CHF 185

Revitalisieren Sie Ihren Körper mit unserer Sportmassage, die darauf ausgerichtet ist, die sportliche Leistung zu steigern und die Erholung der Muskeln zu fördern. Gezielte Techniken lösen Verspannungen und verbessern die Flexibilität, sodass Sie bereit sind, das Spiel zu erobern.

Revitalize your body with our Sports Massage, designed to enhance athletic performance and promote muscle recovery. Targeted techniques relieve tension and improve flexibility, leaving you ready to conquer the game.



MOUNTAIN
PLAZA HOTEL

MASSAGEN
MASSAGES

HOT STONE MASSAGE **50 Min / CHF 120**
80 Min / CHF 185

Lassen Sie sich von der wohltuenden Wärme unserer Hot-Stone-Massage verwöhnen, bei der glatte, beheizte Steine Verspannungen lösen und Sie tief entspannen und neue Energie tanken lassen. Diese therapeutische Erfahrung kombiniert die heilende Kraft der Wärme mit fachkundigen Massagetechniken für eine wahrhaft glückselige Entspannung.

Indulge in the soothing warmth of our Hot Stone Massage, where smooth, heated stones melt away tension, leaving you deeply relaxed and re-energized. This therapeutic experience combines the healing power of heat with expert massage techniques for a truly blissful escape.

LYMPHDRAINAGE **50 Min / CHF 115**
80 Min / CHF 180

Erleben Sie die sanfte, entgiftende Wirkung unserer Lymphdrainage-Massage, die Schwellungen reduziert und das allgemeine Wohlbefinden fördert, indem sie das natürliche Lymphsystem des Körpers unterstützt. Diese wohltuende Therapie hilft, Giftstoffe auszuschwemmen und hinterlässt ein Gefühl von Leichtigkeit, Verjüngung und Bereitschaft, sich auf ein gesünderes Leben einzulassen.

Experience the gentle, detoxifying touch of our Lymphatic Drainage Massage, designed to reduce swelling and promote overall well-being by aiding the body's natural lymphatic system. This soothing therapy helps flush out toxins and leaves you feeling lighter, rejuvenated, and ready to embrace a healthier you.

FUSS / *FOOT* MASSAGE **40 Min / CHF 100**

Entspannen und verjüngen Sie sich bei unserer Fussmassage, bei der erfahrene Therapeuten Verspannungen wegkneten und Ihre Fusssohlen revitalisieren, so dass Sie sich leichtfüssig und erfrischt fühlen.

Relax and rejuvenate with our Foot Massage, as skilled therapists knead away tension and revitalize your soles, leaving you feeling light on your feet and utterly refreshed.



MASSAGEN
MASSAGES

KOPF-, NACKEN- UND GESICHTSMASSAGE **25 Min / CHF 65**
HEAD, NECK AND FACE MASSAGE

Ein grosser Anteil täglicher Unruhe, Kummer und Sorgen sammeln sich im Kopf, Gesicht und Nacken an und verursachen Energieblockaden. Diese Massage löst verkrampfte und schmerzende Stellen. Sie stimuliert und beruhigt gleichermassen. Sie profitieren von tiefer Entspannung, verbesserter Konzentrationsfähigkeit, erneuter Energie und einem klaren, schmerzfreien Kopf.

A large part of daily restlessness, grief and worries accumulate in the head, face and neck and cause energy blockages. This massage relieves cramped and painful areas. It stimulates and soothes at the same time. You benefit from deep relaxation, improved ability to concentrate, renewed energy and a clear, pain-free head.

NATÜRLICHE GESICHTSSTRAFFUNGS MASSAGE **40 Min / CHF 100**
NATURAL FACE LIFT MASSAGE

Die Verjüngungsmassage für eine natürliche Gesichtsstraffung ist eine ganzheitliche Gesichtsbehandlung, bei der einzigartige Massagetechniken und Akupressur eingesetzt werden, um den Tonus der Gesichtsmuskulatur zu verbessern, die Durchblutung zu fördern und die Lymphdrainage anzuregen, was zu einem jugendlicheren, revitalisierten Aussehen führt. Dieser Ansatz stellt die Entspannung in den Vordergrund und zielt darauf ab, der Haut ihr natürliches Strahlen zurückzugeben.

Rejuvance Natural Face Lift Massage is a holistic facial treatment that employs unique massage techniques and acupressure to enhance facial muscle tone, boost circulation, and encourage lymphatic drainage, leading to a more youthful, revitalized look. This approach prioritizes relaxation and aims to restore the skin's innate glow.

SPEZIALBEHANDLUNGEN
SPECIAL-TREATMENTS

SCHWANGERSCHAFTSMASSAGE* **50 Min / CHF 115**
PREGNANCY MASSAGE*

Die Schwangerschaftsmassage ist eine spezielle Form der Körperarbeit, die auf werdende Mütter zugeschnitten ist. Sie bietet sanfte, beruhigende Techniken, um häufige Schwangerschaftsbeschwerden wie Rückenschmerzen und Schwellungen zu lindern und gleichzeitig Entspannung und Stressabbau zu fördern. Sie ist so konzipiert, dass sie das Wohlbefinden der Mutter und des heranwachsenden Babys unterstützt.
* Sie kann ab dem 3. Schwangerschaftsmonat angewendet werden.

Pregnancy massage is a specialized form of bodywork tailored for expectant mothers, providing gentle, soothing techniques to relieve common pregnancy discomforts like back pain and swelling while promoting relaxation and stress reduction. It's designed to support the well-being of both the mother and the growing baby.

** It can be applied after the 3rd month of pregnancy*



MOUNTAIN
PLAZA HOTEL

KÖRPERBEHANDLUNGEN & PAKETE
BODY TREATMENTS & PACKAGES

ENTSPANNUNGS- UND VERJÜNGUNGSKUR **70 Min / CHF 160**
RELAXATION AND REJUVENATION ESCAPE

Unser Spa-Menü bietet die perfekte Harmonie eines sanften Körperpeelings, gefolgt von einer Ganzkörpermassage, die Ihre Sinne verwöhnt. Erleben Sie weiche, revitalisierte Haut und tiefe Entspannung mit dieser exquisiten Kombination von Behandlungen.

Our spa menu offers the perfect harmony of a gentle body peeling followed by a full-body massage, creating a blissful escape for your senses. Reveal soft, revitalized skin and deep relaxation with this exquisite combination of treatments.

VERWÖHNUNG FÜR KÖRPER UND SEELE **80 Min / CHF 190**
BODY AND SOUL PAMPERING

Erleben Sie die ultimative Entspannung mit unserem Spa-Paket, das ein verjüngendes Körperpeeling, eine nährende Körpermaske und eine wohltuende Kopfmassage umfasst, während Sie in Wärme und Ruhe eingehüllt sind. Verjüngen Sie Ihren Körper und Ihre Seele, während Sie erfrischt und strahlend wieder auftauchen.

Experience the ultimate relaxation with our spa package, featuring a rejuvenating body peeling, nourishing body mask, and a blissful head massage while you're cocooned in warmth and tranquility. Rejuvenate your body and soul as you emerge refreshed and glowing.

VON KOPF BIS FUSS / *TOP TO TOE* **110 Min / CHF 275**

Geniessen Sie unser "Von Kopf bis Fuss"-Spa-Paket, bei dem wir Sie von Kopf bis Fuss verwöhnen. Geniessen Sie ein verjüngendes Körperpeeling, eine luxuriöse Körpermaske, eine Ganzkörpermassage, eine erfrischende Mini-Gesichtsbehandlung und als Krönung ein Glas Prosecco für ein wirklich exquisites und umfassendes Spa-Erlebnis, das Sie entspannt und von allen Seiten strahlen lässt.

Relish our "Top to Toe" spa package, where we pamper you from head to toe. Enjoy a rejuvenating body scrub, a luxurious body mask, a full-body massage, a refreshing mini facial, and to top it all off, savor a glass of Prosecco for a truly exquisite and complete spa experience that leaves you relaxed and radiant from every angle.



MOUNTAIN
PLAZA HOTEL

KINDER SPA
KIDS SPA

MOUNTAIN KINDER MASSAGE — 20 Min / CHF 39
MOUNTAIN KIDS MASSAGE

MOUNTAIN KIDS MANIKÜRE — 20 Min / CHF 25
MOUNTAIN KIDS MANICURE

(Gültig für Kinder bis 12 Jahre | Valid for kids up to 12 years old)

KOSMETIK
COSMETICS

GESICHTSBEHANDLUNGEN
FACIAL TREATMENTS

MINI FACIAL — **25 Min / CHF 80**

Gönnen Sie sich unsere Mini-Gesichtsbehandlung, ein schnelles und erfrischendes Spa-Erlebnis, das Ihre Haut reinigt, peelt und verjüngt. Stellen Sie Ihr natürliches Strahlen in nur kurzer Zeit wieder her.

Treat yourself to our mini facial, a quick and refreshing spa experience designed to cleanse, exfoliate, and rejuve-nate your skin. Restore your natural glow in just a short time.

AQUAFRESH HAUTERNEUERUNG — **50 Min / CHF 145**
AQUAFRESH SKIN RENEWAL

Erleben Sie die Aquafresh Skin Renewal-Gesichtsbehandlung, eine Behandlung, die Ihre Haut mit Feuchtigkeit versorgt und ihr ein erfrischendes Strahlen verleiht. Entfalten Sie Ihren strahlenden Teint mit diesem revitalisierenden Spa-Angebot.

Experience the Aquafresh Skin Renewal facial, a treatment that replenishes and hydrates your skin, leaving it with a refreshing glow. Unveil your radiant complexion with this revitalizing spa offering.



CLEAR RADIANCE **80 Min / CHF 180**

Enthüllen Sie Ihre natürliche Schönheit mit unserer "Clear Radiance"-Gesichtsbehandlung, die speziell auf die Bedürfnisse von Haut mit Unreinheiten zugeschnitten ist. Tiefenreinigung der Poren und Entfernung von Komedonen. Diese Behandlung reinigt und revitalisiert und lässt Ihren Teint strahlend und frei von Unreinheiten erscheinen.

Reveal your natural beauty with our "Clear Radiance" facial, specially tailored for skin with impurities. Deep pore cleansing and comedone extraction. This treat-ment purifies and revitalizes, leaving your complexion radiant and blemish-free.

FÜR IMMER JUNG - VERJÜNGUNGSBEHANDLUNG **80 Min / CHF 195**
FOREVER YOUNG REJUVENATION

Erleben Sie unsere Anti-Aging-Gesichtsbehandlung, eine luxuriöse Behandlung, die hilft, den Zeichen der Zeit zu trotzen und Ihrer Haut jugendliche Vitalität zurückzugeben. Entdecken Sie Ihre zeitlose Schönheit wieder.

Experience our "Forever Young Rejuvenation" anti-aging facial, a luxurious treatment that helps defy the signs of time and restore youthful vitality to your skin. Rediscover your timeless beauty.

KOSMETISCHE MANIKÜRE & PEDIKÜRE
COSMETIC MANICURE & PEDICURE

MANIKÜRE **60 Min / CHF 85**
Nagelpflege, Nagelhautpflege, Nagellack und Handmassage
Nail care, cuticle care, nail varnish and hand massage

PEDIKÜRE **60 Min / CHF 85**
Fussbad, Nagelpflege, Nagellack und Massage
Footbath, nail care, nail polish and massage

MANIKÜRE/ PEDIKÜRE FÜR MÄNNER **40 Min / CHF 60**
Nagelpflege für Männer
Nail care for men



MOUNTAIN
PLAZA HOTEL

HAARENTFERNUNG
HAIR *REMOVAL*

HALBE BEINE *HALF LEGS*	CHF 50
GANZE BEINE *FULL LEGS*	CHF 79
SLIPRAND *PANTY EDGE*	CHF 30
BRAZIL, MIT POFALTE *BRAZIL, INCLUDING BOTTOM*	CHF 65
ACHSELN *ARMPITS*	CHF 25
HALBE ARME *HALF ARMS*	CHF 40
GANZE ARME *FULL ARMS*	CHF 55
RÜCKEN / BRUST / BAUCH *BACK / CHEST / BELLY*	CHF 40
OBERLIPPE / KINN *UPPER LIP / CHIN*	
Fadentechnik / *Threading*	CHF 25
Wachsen / *Waxing*	CHF 20
OBERLIPPE MIT KINN UPPER LIP AND CHIN	
Fadentechnik / *Threading*	CHF 40
Wachsen / *Waxing*	CHF 30
AUGENBRAUEN *EYEBROWS*	CHF 35



MOUNTAIN
PLAZA HOTEL

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 loungers 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 Mountain Plaza-Wellness.
Please arrive 10 minutes prior to your appointment in our Mountain-Plaza Wellness.

INFORMATION
Unser Mountain Plaza-Wellness befindet sich im Untergeschoss. Mit Ihrer Zimmerkarte gelangen Sie bequem in den SPA-Bereich.
Our Mountain Plaza Wellness is located in the lower level. 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.

SCHWANGERSCHAFT UND STILLZEIT / *PREGNANCY AND BREAST FEEDING*
Bitte informieren Sie unser Empfangsteam wenn Sie schwanger sind oder stillen. Sie werden versuchen, Ihre speziellen Anforderungen zu erfüllen.
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.

