

BEAUTY



Amo incontrare le persone e comprendere le loro esigenze. Infondere benessere mi dà una grande soddisfazione. Riuscire a lenire dolorette e tensioni, regalando profonda rigenerazione attraverso un massaggio rilassante, mi gratifica con la gioia di aver fatto qualcosa di utile.

L'antica conoscenza erboristica e la natura mi ispirano. Salgo in montagna appena posso, e spesso ritorno con una borsa piena di erbe, fiori e radici officinali. A volte mi basta andare nel nostro giardino aromatico per trovare le erbe che cerco. Da questi preziosi tesori della natura preparo le essenze che, tra altri, utilizzo per dei trattamenti e Aufguss in sauna.

Vieni a trovarmi all'AMA Spa, ti aspetto.

I love meeting people and understanding their individual needs as well as having the chance to contribute to their well-being. Relieving minor aches and muscle tension makes me feel good because I have done something worthwhile.

Inspired by ancient herbal medicine and my love for nature, I head to the mountains whenever I can and usually come back laden with herbs, flowers and roots. I also help myself to produce from our herb garden. With these I make my own natural essences, which I use for our spa treatments and sauna Aufguss.

I look forward to seeing you at the AMA Spa!

Steffi,
Spa Manager



PHYTO ART® -

**NATURAL ORGANIC COSMETICS
FROM SOUTH TYROL**



Nel cuore delle Alpi, attingiamo all'infinita ricchezza della natura. La nostra linea cosmetica PHYTO ART® si basa su potenti piante curative e pietre preziose dell'Alto Adige. Esalta la tua bellezza interiore ed esteriore, ispirata ai quattro elementi: fuoco, acqua, terra e aria. Ogni trattamento unisce l'antica forza della natura alla cura della pelle moderna, per rigenerare e rivitalizzare la tua pelle. Con PHYTO ART® vivi un rituale olistico che armonizza corpo e mente – per una sensazione di equilibrio e vitalità naturale.



In the heart of the Alps, we benefit from the endless diversity of nature. Our exclusive PHYTO ART® skincare line is rooted in the powerful healing plants and gemstones of South Tyrol. It brings out your inner and outer beauty, inspired by the four elements: fire, water, earth, and air. Each treatment blends the ancient strength of nature with modern skincare to regenerate and revitalize your skin. With PHYTO ART® you experience a holistic ritual that harmonizes body and mind – for a feeling of balance and natural vitality.



ART OF CARE
PHYTO ART®

A close-up photograph of a hand pouring a golden liquid, likely massage oil, from a dark, glossy ceramic jar onto a person's back. The person is lying down, and their skin is visible. The background is softly blurred, showing more of the person's body and the therapist's hand. The overall tone is warm and professional.

MA SSA GE S

PHYTO ART® 4 ELEMENTS

75 MIN. — 120 €

I nostri massaggi olistici riportano in equilibrio gli elementi Fuoco, Acqua, Aria e Terra. Ogni trattamento è rilassante, rigenerante, rinvigorente o energizzante, a seconda dell'elemento di cui hai bisogno.

Our holistic massages restore balance to the elements of Fire, Water, Air, and Earth. Each treatment is relaxing, regenerating, strengthening, or energizing, depending on the element you need.

Unsere holistischen Massagen bringen die Elemente Feuer, Wasser, Luft und Erde wieder ins Gleichgewicht. Jede Behandlung wirkt entspannend, regenerierend, stärkend oder energetisierend – je nachdem, welches Element du brauchst.

01 FIRE

TONED BACK

Simboleggia l'energia, il movimento e la forza. Una carenza di questo elemento, si manifesta spesso con tensioni in corrispondenza della schiena. L'uso del rullo caldo alle erbe alpine, di un tiepido impacco di torba di montagna e del legno di cirmolo permette alla schiena di rigenerarsi e stimola la circolazione del tessuto connettivo e della muscolatura.

It symbolises energy, movement and strength. A deficiency of this element often manifests itself in tension in the back. The use of the warm alpine herb roller, a warm mountain peat pack and stone pine wood allows the back to regenerate and stimulates the circulation of connective tissue and muscles.

Feuer steht für Energie und Kraft. Ein Mangel an diesem Element äußert sich oft in Verspannungen im Rückenbereich. Die Anwendung der warmen Kräuterrolle, einer warmen Bergtorfpackung und Zirbenholz lässt den Rücken regenerieren und regt die Durchblutung von Bindegewebe und Muskulatur an.



02 WATER

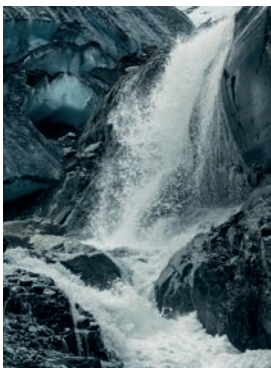
TRANQUILLITY AND RELAXATION

L'acqua purifica e porta tranquillità.

Movimenti dolci e fluidi insieme a massaggi con pietre preziose armonizzano l'energia e sciolgono le tensioni.

Water purifies and brings calm. Gentle, flowing movements and gemstone massages harmonize your energy and release tension.

Wasser reinigt und lässt Ruhe einkehren. Sanfte, fließende Bewegungen und Edelsteinmassagen harmonisieren deine Energie und lösen Blockaden.



03 AIR

STRENGTH AND VITALITY

L'Aria simboleggia vitalità e movimento.

Si punta a stimolare l'apparato respiratorio con l'inalazione di vapore alle erbe alpine e massaggi mirati, potenziando il sistema immunitario.

Air symbolizes vitality. Herbal steam inhalation and respiratory massages boost your immune system. A dynamic full-body massage revitalizes your body and refreshes your mind.

Luft steht für Vitalität. Durch Kräuterdampf-Inhalation und Atemmassagen wird dein Immunsystem gestärkt. Eine dynamische Ganzkörpermassage vitalisiert den Körper und erfrischt den Geist.



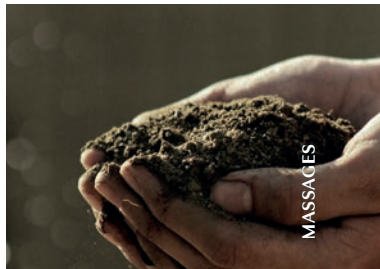
04 EARTH

HARMONY AND BALANCE

La Terra offre radicamento e equilibrio. Le pietre di serpentino riscaldate stimolano la rigenerazione, mentre il marmo di Lasa dona freschezza. Il massaggio con mani calde e fredde infondono sicurezza e tranquillità.

Earth represents grounding and balance. Warm serpentine stones stimulate regeneration, while Laaser marble adds a refreshing touch. The massage with warm and cold hands provides security and tranquility.

Erde schenkt Erdung und Balance. Warme Serpentinsteine regen die Regeneration an, während Laaser Marmor für Frische sorgt. Die Massage mit warmen und kalten Händen bringt Sicherheit und Gelassenheit.



50 MIN. — 85 €

MASSAGGIO CORPO CLASSICO

Sperimenta il potere rilassante ed energizzante del nostro massaggio classico. Favorisce l'ossigenazione dei muscoli, scioglie le tensioni e migliora la circolazione sanguigna, il metabolismo e la flessibilità muscolare.

CLASSIC FULL BODY MESSAGE

Experience relaxation and renewed energy with our classic massage. It boosts muscle oxygenation, eases tension, and enhances blood circulation, metabolism and muscle flexibility.

KLASSISCHE GANZKÖRPERMASSAGE

Erlebe Entspannung und neue Energie mit unserer klassischen Massage. Sie fördert die Sauerstoffversorgung der Muskulatur, löst Verspannungen und verbessert die Durchblutung, den Stoffwechsel und die Beweglichkeit deiner Muskeln.



25 MIN. — 50 €

MASSAGGIO PARZIALE

Gambe o schiena
Tecnica e intensità adattate alle tue esigenze specifiche.

PARTIAL BODY MESSAGE

Back or legs
Technique and intensity are individually adapted to your needs.

TEILMASSAGE

Beine oder Rücken
Technik und Intensität werden individuell an deine Bedürfnisse angepasst.





50 MIN. — 87 €

MASSAGGIO DRENANTE

Favorisce la naturale circolazione della linfa all'interno del corpo e un rilassamento profondo.

LYMPHATIC DRAINAGE

Draining massage technique that promotes the natural circulation of lymph within the body as well as a feeling of deep relaxation.

LYMPHDRAINAGE

Drainierende Massagetechnik, fördert die natürliche Zirkulation der Lymphe im Körper und eine tiefe Entspannung.

50 MIN. — 90 €

MASSAGGIO INTENSO SCHIENA

Un trattamento intensivo per la schiena affaticata. Il massaggio profondo con un unguento a base di erbe di iperico, semprevivo, luppolo e piantaggine scioglie le tensioni nella schiena. Un impacco caldo di fango di torba montana rigenera i muscoli in modo duraturo.

INTENSE BACK MASSAGE

An intensive treatment for a strained back. The deep-tissue massage with herbal ointment, houseleek, hops, and plantain relieves back blockages. A warm mountain peat pack regenerates the muscles sustainably.

RÜCKEN INTENSIV

Eine intensive Behandlung für den belasteten Rücken. Die tiefen-wirksame Massage mit Kräuter-salbe aus Johanniskraut, Dachwurz, Hopfen und Spitzwegerich löst Blockaden im Rücken. Eine Wärmepackung aus Bergmoorfango regeneriert die Muskulatur nachhaltig.

50 MIN. — 95 €

MASSAGGIO SPORT

Questo massaggio è ideale prima o dopo le attività sportive. Un trattamento stimolante con olio alle erbe di arnica, pino cembro, abete bianco e ginepro, che rilassa e rigenera i muscoli.

SPORTS MASSAGE

This massage is ideal before or after sporting activities. A stimulating treatment with herbal oil of arnica, stone pine, silver fir and juniper, which relaxes and regenerates the muscles.

SPORTMASSAGE

Ideal vor oder nach sportlichen Aktivitäten. Eine anregende Behandlung mit Kräuteröl aus Arnika, Zirbelkiefer, Weißtanne und Wacholder, die die Muskeln entspannt und regeneriert.

50 MIN. — 87 €

MASSAGGIO ANTISTRESS

La miscela di oli con finocchio, arancia e legno di cedro aiuta a lasciare andare la routine quotidiana e liberare la mente. Tecniche di massaggio speciali sciolgono le tensioni nella zona di schiena e collo, riportando equilibrio a corpo e mente.

ANTI STRESS MASSAGE

The oil blend with fennel, orange and cedar wood helps you to let go of your daily routine and clear your head. Special massage techniques release blockages in the back and neck area and harmonise body and mind.

ANTI STRESS MASSAGE

Die Ölmischung mit Fenchel, Orange und Zedernholz hilft dabei, den Alltag loszulassen und den Kopf freizubekommen. Spezielle Massagetechniken lösen Blockaden im Rücken- und Nackenbereich und bringen Körper und Geist in Einklang.



TAKE A BREAK
AND LET
YOURSELF
DRIFT AWAY!



50 MIN. — 95 € **MASSAGGIO CON TAMPONI AI FIORI ALPINI**

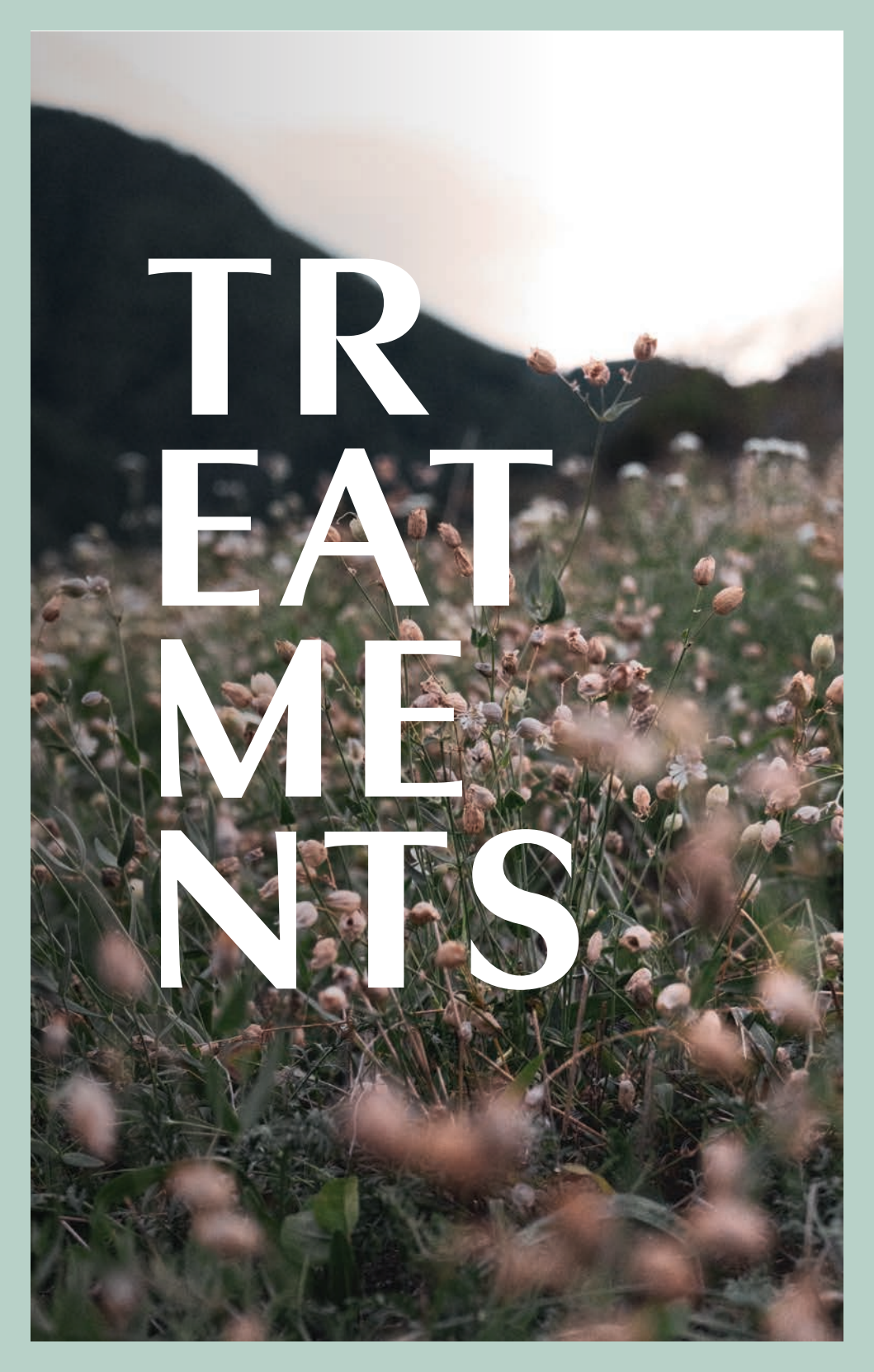
I delicati movimenti eseguiti durante questo massaggio con i tamponi caldi ai fiori alpini trasmettono tutta la forza di queste piante, per rivitalizzare, purificare e rilassare il corpo.

FLOWER STAMP MASSAGE

The gentle massage movements release the effects of the herbal blossoms from the warm flower stamps for a revitalising, detoxifying and relaxing treatment. Enjoy the beneficial effects of marigold, yarrow, cornflower, lavender, elderflower and linden blossom. Your skin will appear soothing and velvety soft.

BLÜTENSTEMPELMASSAGE

Die sanften Bewegungen entlocken den warmen Blütenstempeln die Wirkungen der Kräuterblüten für eine vitalisierende, entschlackende und entspannende Behandlung. Genieße die wohltuende Wirkung von Ringelblume, Schafgarbe, Kornblume, Lavendel, Holunder- und Lindenblüten. Deine Haut wird wohligh und samtweich.

A photograph of a field of wildflowers, possibly baby's breath, with a soft sunset or sunrise in the background. The sun is a bright, glowing orb partially obscured by dark, silhouetted hills. The foreground is filled with green foliage and numerous small, light-colored flower buds and blossoms, some of which are out of focus, creating a sense of depth. The overall mood is peaceful and natural.

TREATMENTS

BODY TREATMENTS

25 MIN. — 55 € **PEELING CORPO**

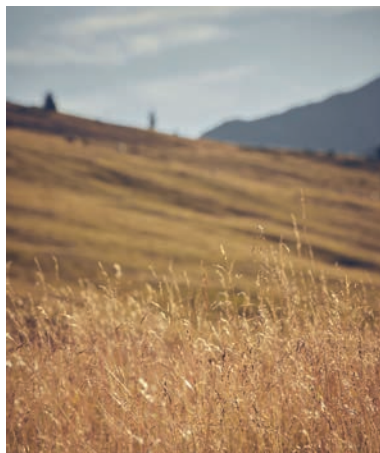
Grazie alla struttura fine del sale, la pelle viene liberata dalle cellule morte mentre l'olio nutritivo alla nocciola e pompelmo tonifica e leviga il tessuto connettivo.

BODY PEEL

Thanks to the fine texture of the salt, the skin is freed of dead cells while the nutritive hazelnut-grapefruit oil tones and smoothes the connective tissue.

KÖRPERPEELING

Dank der feinen Textur des Salzes wird die Haut von abgestorbenen Zellen befreit, während das nährstoffreiche Haselnuss-Grapefruit-Öl das Bindegewebe strafft und glättet.



FACIAL TREATMENTS

50 MIN. — 85 € **BALANCE & SHINE**

Un trattamento olistico con erbe selezionate in combinazione con una speciale tecnica di massaggio ai cristalli per donare equilibrio alla pelle e farla risplendere.

A holistic treatment with selected herbs in combination with a special crystal massage technique brings the skin into balance and lets it shine.

Eine ganzheitliche Behandlung mit erlesenen Kräutern in Kombination mit einer besonderen Kristall-massagetechnik bringen die Haut in Balance und lassen die Haut erstrahlen.

80 MIN. — 95 € **BALANCE & REGENERATE**

Trattamento individuale realizzato con le creme adatte al tuo tipo di pelle. La sinergia tra una cura duratura della pelle e un massaggio ad azione profonda riattiva la cute consentendole di autorigenerarsi.

Individually tailored to you and your skin's needs. The synergy of sustainable skin care and a deeply effective massage reactivates the skin, allowing it to regenerate itself.

Ganz individuell auf dich und die Bedürfnisse deiner Haut abgestimmt. Die Synergie aus einer nachhaltigen Pflege der Haut und der tiefenwirksamen Massage, aktivieren die Haut zur Selbstregeneration.



80 MIN. — 105 €

HOLISTIC LIFT & GLOW

Questo trattamento olistico è progettato per ridurre naturalmente le rughe e ringiovanire la pelle. Tecniche di massaggio mirate rassodano la pelle e stimolano il rinnovamento cellulare. Una maschera attivante favorisce la rigenerazione cellulare e illumina l'incarnato. La combinazione di acido ialuronico, crescione ed erbe garantisce una pelle liscia e uniforme, offrendo un effetto anti-invecchiamento duraturo.

This holistic treatment targets natural wrinkle reduction and skin rejuvenation. Targeted massage techniques tighten the skin and stimulate cell renewal. An activating mask promotes cell regeneration and enhances the radiance of your complexion. The combination of hyaluronic acid, cress, and herbs ensures smooth and even skin, providing lasting anti-aging benefits. radiant.

Diese ganzheitliche Behandlung zielt auf natürliche Faltenreduzierung und Hautverjüngung ab. Mit gezielten Massagetechniken wird die Haut gestrafft und die Zellerneuerung angeregt. Eine aktivierende Maske fördert die Zellregeneration und bringt den Teint zum Strahlen. Die Kombination aus Hyaluronsäure, Kresse und Kräutern sorgt für eine glatte und ebenmäßige Hautstruktur und bietet eine nachhaltige Anti-Aging-Wirkung.





HAN DS & FEET

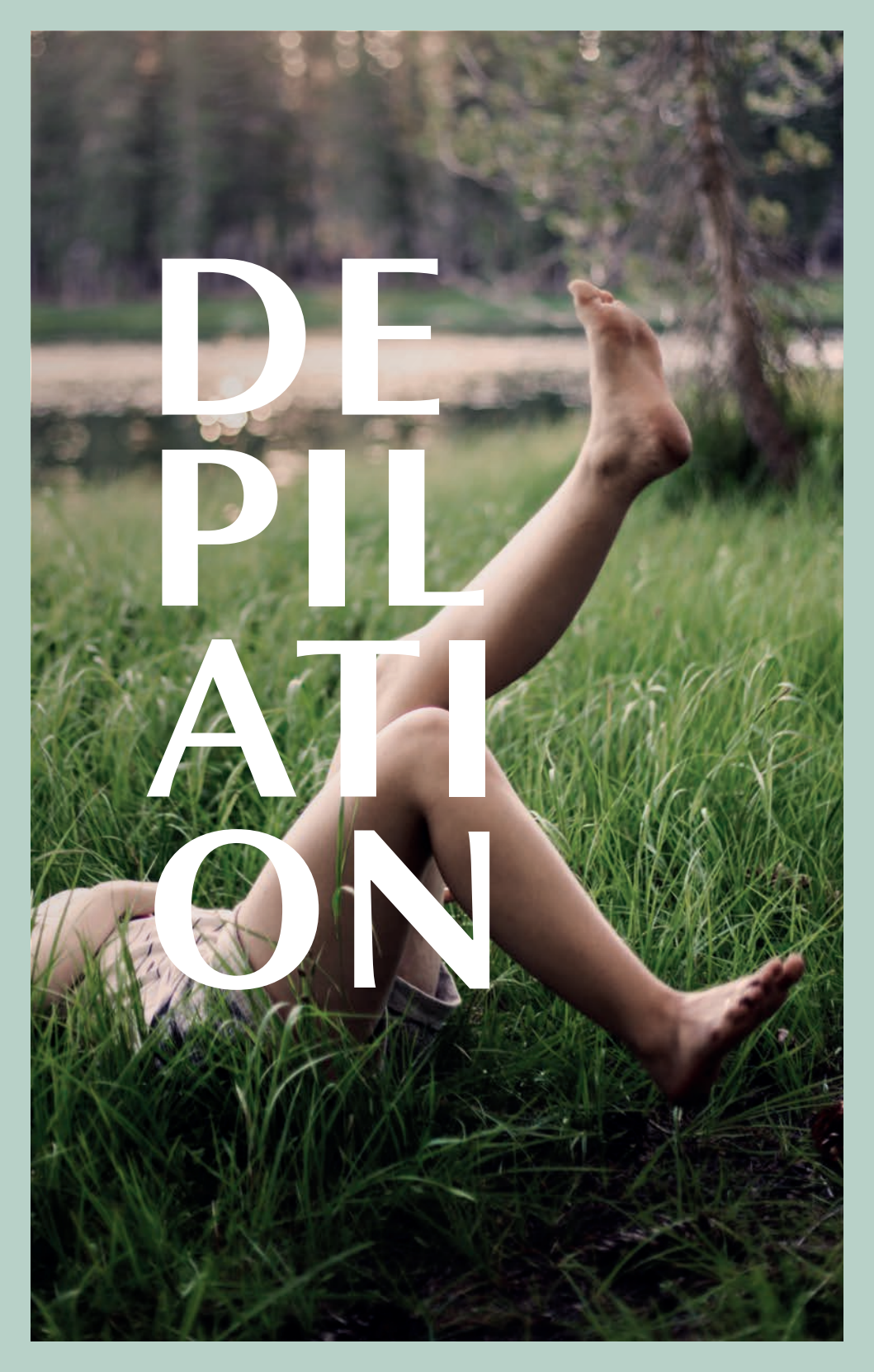
50 MIN. — 30 €
MANICURE CLASSICA
CON/SENZA SMALTO
CLASSIC MANICURE
WITH/WITHOUT NAIL POLISH
KLASSISCHE MANIKÜRE
MIT/OHNE LACK

80 MIN. — 35 €
MANICURE CON SMALTO
PERMANENTE
MANICURE WITH PERMANENT
NAIL POLISH
MANIKÜRE MIT
PERMANENTLACK

50 MIN. — 40 €
PEDICURE CLASSICA
CON/SENZA SMALTO
CLASSIC PEDICURE
WITH/WITHOUT NAIL POLISH
KLASSISCHE PEDIKÜRE
MIT/OHNE LACK

80 MIN. — 45 €
PEDICURE CON SMALTO
PERMANENTE
PEDICURE WITH PERMANENT
NAIL POLISH
PEDIKÜRE MIT
PERMANENTLACK



A photograph of a person lying on their back in a field of tall, green grass. Their legs are raised and bent at the knees, with feet pointing towards the top right corner. The person is wearing patterned shorts. The background is a blurred landscape with trees and a body of water under soft, warm lighting. The word "DEPIILATION" is written in large, white, sans-serif capital letters across the center of the image, with "DE" on the first line, "PIL" on the second, "ATI" on the third, and "ON" on the fourth.

DE PIL ATI ON

60 € **INTERA GAMBA & BIKINI**
FULL LEG & BIKINI AREA
GANZBEIN & BIKINIZONE

42 € **METÀ GAMBA**
HALF LEG
HALBBEIN

25 € **ZONA BIKINI**
BIKINI AREA
BIKINIZONE

15 € **ASCELLE**
ARMPITS
ACHSELHÖHLE

30 € **BRACCIA**
ARMS
ARME

LOVE TO
UNWIND



SPA ETI QU TTE

Per avere la certezza di accedere al trattamento che desideri, ti consigliamo di mandarci un' e-mail alla **beauty@ama-stay.com** già prima del tuo arrivo da AMA Stay.

La Beauty si trova al 1° piano. Ti invitiamo a presentarti al tuo trattamento in accappatoio.

Eventuali disdette devono essere comunicate 3 ore prima dell' appuntamento. In caso di arrivo in ritardo, il tuo trattamento non potrà avere la durata prevista ma verrà accorciato per rispetto dei successivi clienti.

Sia in caso di disdetta tardiva che di arrivo in ritardo, è previsto l' addebito dell'intero costo del trattamento.

Nell' area piscina è previsto l' uso del costume da bagno, mentre l' area saune è una zona nudisti. Per motivi igienici, non è consentito alcun tipo di indumento: accedi alle saune con un telo e stendilo sulla superficie dove vuoi accomodarti.

To avoid disappointment, we recommend booking treatments per mail to **beauty@ama.stay.com** prior to your arrival at AMA Stay.

The beauty and treatment area is located on the 1st floor. Please come to your treatment in a bathrobe.

Appointments must be cancelled at least 3 hours in advance. Out of respect for subsequent guests, we advise you that your treatment time will be reduced accordingly should you arrive late. Unfortunately, we have to charge you the full price for late arrivals and late cancellations.

Swimwear should be worn in the pool area. The sauna area is a nudist area and you are requested not to wear any clothing. You should take a towel into the sauna to sit on. We ask you to please respect other guests and refrain from making any noise in our quiet areas.

Um dir deine Wunschbehandlung zu sichern, empfehlen wir dir, bereits vor deiner Anreise per Mail an die **beauty@ama-stay.com** anzufragen.

Die Beauty befindet sich im 1. Stock. Bitte erscheine zu deiner Anwendung im Bademantel.

Terminabsagen müssen bitte mind. 3 Stunden vor Behandlungsbeginn erfolgen. Bei Verspätung wird deine Behandlung um die entsprechende Zeit gekürzt. In beiden Fällen müssen wir dir leider den vollen Preis in Rechnung stellen.

Bitte trage im Poolbereich Badebekleidung. Der Saunabereich ist ein Nacktbereich und wir bitten dich, aus hygienischen Gründen keine Kleidung zu tragen und die Sauna ausschließlich mit einem Handtuch zu betreten und dieses unterzulegen.

IMPRINT

Images:

AMA Stay, David Rasche, Andreas
Tauber, Archiv Phyto Art, upscale
marketing, Max von Treu, unsplash.com,
pexels.com

Graphics:

AK. Anna Kröll

AMA Stay
Str. Plan de Corones 44
39030 San Vigilio
di Marebbe (BZ) Italy

+39 0474 431480
beauty@ama-stay.com
ama-stay.com

