



**L!NDNER**  
HOTELS & RESORTS

**LINDNER ALPENTHERME**  
**Leukerbad**

**ARRANGEMENTS &  
ANWENDUNGEN**

NICHT NUR BESSER. ANDERS.

## LINDNER ALPENTHERME - THERME DER ALPEN

Die Lindner Alpentherme Leukerbad ist Europas grösste und höchstgelegene alpine Medical Wellness-, Beauty-, Sauna- und Thermalbadeanlage.

An 365 Tagen im Jahr für Sie geöffnet, bietet sie alles rund um Ihr wertvollstes Gut - die Gesundheit. Neben dem wohltuenden Thermalwasser und einem breiten Spektrum an Wellness-Anwendungen steht Ihnen ein Fachärzteteam rund um die Themen Medical und Alpine Wellness, Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), Ayurveda, Sportmedizin, Physiotherapie und Anti-Aging zur Verfügung.

### AUF EINEN BLICK

#### LINDNER ALPENTHERME LEUKERBAD

- Spa-Desk: Beratung & Anmeldung
- Pool-Desk: Rezeption Thermalbäder
- Innenthalbad (200 m<sup>2</sup>) und Aussen-thermalbad (300 m<sup>2</sup>), beide mit ca. 36 °C, Warmbad mit ca. 40 °C
- Römisch-Irisches Bad auf 314 m<sup>2</sup> mit 11 verschiedenen Stationen
- Walliser Saunadorf mit Kräutersanarium, Nebel-Schwitzbad, Walliser Chalet mit Aufguss-Sauna, Steinbad im Walliser Mühlenhaus, Gletscherteich, *Gemmistube* für Wellnessgetränke sowie Ruhebereich im Walliser Ambiente
- Ladengalerie mit Bistro und Café

#### QUELLE DES THERMISCHEN VERGNÜGENS (S. 3)

- Day Spa Angebote

#### QUELLE DER RUHE (S. 4)

- Massagen
- Lymphdrainage
- Cranio Sacral Balancing
- Packungen und Wickel
- Lindner on the Rocks
- Harmonie der Sinne

#### QUELLE DER ALPEN (S. 5)

- Alpenne Kraft der Alpen
- Walliser Traubenkern Anwendungen
- Alpen- und Aromabäder

#### EXOTISCHE QUELLEN DER ENERGIE (S. 6/7)

- Thalasso Anwendungen
- Wellness-Welten

#### FERNÖSTLICHE QUELLEN DER KRAFT (S. 8/9)

- Ayurveda
- Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

#### QUELLE DER GESUNDHEIT (S. 10/11)

- Physikalische Therapien & Kuren
- Medical Wellness Anwendungen
- Alpen Fitness-Center
- Kurse

#### QUELLE DER SCHÖNHEIT (S. 12/13)

- CLARINS Beauty Center

#### INFORMATIONEN (S. 14)

- Regularien
- Öffnungszeiten
- Kontakt

## DAY-SPA

Während Ihres Aufenthaltes in der Lindner Alpentherme Leukerbad stellen wir Ihnen einen flauschigen Bademantel, ein kuscheliges Badetuch und ein Paar Badeslipper zur Verfügung.

### MEERESBRISE

- Entspannendes Thalassobad (ca. 25 Min.)
- Pflegendes Algen-Ganzkörperpeeling (ca. 25 Min.)
- Straffende Algen-Crèmpackung (ca. 25 Min.)
- Wahlweise entspannende Teilkörpermassage oder entschlackende Anti-Cellulite-Massage (ca. 25 Min.)
- Tageskarte für die Thermalbäder

CHF 260,00

### ALPENTHERME ALL INCLUSIVE

- Tageskarte für das Römisch-Irische Bad, das Walliser Saunadorf und die Thermalbäder
- Ganzkörper-Relaxmassage im Massagestübli des Walliser Saunadorfes (ca. 50 Min.)
- Konsumationsgutschein CHF 10,00 im Bistro *Eau là là*

CHF 216,00

### CLARINS PUR

- Natur Pur - klassische Gesichtsbildung für Sie (ca. 60 Min.) oder Freiheit pur - Anti-Stress-Treatment für Ihn (ca. 60 Min.)
- 5 Std. Eintritt in das Walliser Saunadorf und in die Thermalbäder
- Konsumationsgutschein CHF 10,00 im Bistro *Eau là là*

CHF 191,00

### KRAFT DER ALPEN

- 5 Std. Eintritt in das Walliser Saunadorf und die Thermalbäder
- Bergkräuterbad (ca. 25 Min.)
- Wohltuende Kräuterstempelmassage (ca. 25 Min.)
- Tages-Teller und 1 Softgetränk im Bistro *Eau là là*

CHF 157,00

### LEUKERBADNER BADETAG

- Tageskarte für die Thermalbäder der Lindner Alpentherme Leukerbad
- Fangopackung (ca. 25 Min.)
- Pflegende Teilkörper-Relaxmassage (ca. 25 Min.)
- Tages-Teller und Softgetränk im Bistro *Eau là là*

CHF 153,00

### LINDNER DAYDREAM

- Tageskarte für die Thermalbäder der Lindner Alpentherme Leukerbad
- Teilkörper-Relaxmassage (ca. 25 Min.)
- Tages-Teller und 1 Glas Vitaminsaft im Bistro *Eau là là*

CHF 116,00

### UNSER TIPP:

Erkundigen Sie sich auch nach unseren attraktiven Hotelarrangements in Verbindung mit unseren Wellness-Treatments.



## KLASSISCHE MASSAGEN

### TEILKÖRPER-RELAXMASSAGE

Entspannende Massage mit pflegendem Mandelöl.

ca. 25 Min. CHF 60,00  
5 = 6 CHF 300,00

### GANZKÖRPER-RELAXMASSAGE

Entspannende Massage mit pflegendem Mandelöl.

ca. 50 Min. CHF 108,00  
5 = 6 CHF 540,00

### PARTNERMASSAGE

Sie erhalten einen Einblick in die Kunst der Entspannungsmassage unter fachkundiger Anleitung, damit Sie sich auch nach dem Urlaub zu Hause gegenseitig verwöhnen können. Ihr persönliches Partnermassageöl erhalten Sie zum Üben als kleines Geschenk. (Für 2 Personen.)

ca. 50 Min. CHF 119,00

### ENTSCHLACKENDE LYMPHDRAINAGE

Bei dieser sehr sanften und entspannenden Massagetechnik werden Schlacken, Toxine und Wasseransammlungen aus dem Gewebe gelöst.

ca. 50 Min. CHF 108,00

### FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Die Stimulierung der Reflexzonen Ihres Fusses wirkt sich vitalisierend und harmonisierend auf Ihren gesamten Körper aus, hat Einfluss auf die inneren Organe sowie das Immun- und Hormonsystem.

ca. 25 Min. CHF 60,00

### CRANIO SACRAL BALANCING

Durch sehr leichte Berührungen wird der ganze Körper behandelt, mit den Schwerpunkten Kopf, Wirbelsäule und Kreuzbein. Es werden Blockaden an Knochen, Membranen und Gewebe gespürt und gelöst. Auch die körpereigenen Selbstheilungskräfte werden dadurch aktiviert.

ca. 50 Min. CHF 108,00  
5 = 6 CHF 540,00

## PACKUNGEN UND WICKEL

### HEUBLUMENWICKEL

Feuchtwarmer Wickel, der die Entgiftung Ihres Körpers anregt und Verspannungen löst.

ca. 25 Min. CHF 51,00

### NATUR-FANGOPACKUNG

Intensive und lang anhaltende Wärmepackung aus gemahlenem Vulkangestein - die Wärme wirkt durchblutungsfördernd und erzeugt ein entspannendes Wohlgefühl.

ca. 25 Min. CHF 51,00

### UNSER TIPP:

Packungen und Wickel sind die ideale Vorbereitung auf eine anschliessende Massage:

#### Natur-Fango und Teilkörper-Relaxmassage

ca. 50 Min. CHF 99,00

#### Natur-Fango und Ganzkörper-Relaxmassage

ca. 75 Min. CHF 145,00

## LINDNER SPEZIAL

### LINDNER ON THE ROCKS

Geniessen Sie Ihre Lindner Alpentherme Leukerbad energiegeladen «on the rocks»!

- Erfrischung von Kopf bis Fuss mit reinem, energetischem Kristallwasser
- Höchst entspannende Ganzkörper-Massage mit hochwertigem Nachtkerzenöl - ganz natürlich oder mit Zitronenmelisse
- Höhepunkt ist eine Gesichts- und Nackenmassage mit einer intensiv pflegenden Wirkstoff-Ampulle

- Erfrischung mit einem reichhaltigen Thermalspray
- Abschluss der Zeremonie mit einem gesunden Edelsteinwasser-Drink

#### Lindner On The Rocks

ca. 75 Min. CHF 155,00

#### Lindner On The Rocks light

ca. 30 Min. CHF 75,00

### HARMONIE DER SINNE

Verwöhnen Sie alle fünf Sinne mit einem ganzheitlichen Wellnessprogramm, das auf den von Ihnen gewählten Kräuterduft (Rosmarin, Salbei oder Zitronenmelisse) abgestimmt ist.

- Entspannendes Sauerstoffbad in der Wohlfühlwanne
- Harmonisierendes und Feuchtigkeit spendendes Ganzkörperpeeling mit Kräuteröl
- Kräuterstempel-Massage mit warmen, hochwertigen Ölen

ca. 100 Min. CHF 195,00

## ALPIENNE - KRAFT DER ALPEN



Die Marke Alpienne steht für die Verarbeitung natürlicher Produkte nach alter Tradition. In den Bergen erblüht und von Hand geerntet werden die wild wachsenden Pflanzen sorgsam und schonend verarbeitet, damit sich ihre ganze wohlspendende Kraft entwickeln kann. Entdecken Sie neue Vitalität und Lebensfreude mit der Kraft der Alpen!

### KRÄUTERSTEMPELMASSAGE

Warme Kräuterstempel entfalten Ihre Wirkung durch verschiedene Massagebewegungen und lockern die Verspannungen in den Muskeln und im Gewebe. Der wundervolle Duft der Kräuter begleitet Sie während der gesamten Behandlung.

ca. 25 Min. CHF 60,00

### ALPIENNE KRAFT DER KRÄUTER

Kräuterbad, Fussmassage sowie eine Entspannungsmassage mit dampferhitzten Kräuterstempeln auf Basis von beruhigendem Johanniskraut.

ca. 60 Min. CHF 139,00

### ALPIENNE HONIGTRAUM

Honig-Peeling-Massage mit ausleitender, entgiftender und reinigender Wirkung, Honig-Zirben-Bad mit antibiotischer und das Wohlbefinden steigernder Wirkung.

ca. 50 Min. CHF 108,00

## WALLISER TRAUBENKERN ANWENDUNGEN

In den Walliser Traubenkernen steckt der Vitalstoff OPC, der als Radikalfänger hilft und vorzeitiger Hautalterung entgegenwirkt. Darüber hinaus wirken sich die Anwendungen positiv auf Kreislauf, Durchblutung, Immunsystem und Fettstoffwechsel aus und beugen Herz-Kreislauf-Störungen, Krebs und Alzheimer vor.

### TRAUBENKERNÖLMASSAGE

Mit einer glättenden und straffenden Wirkung, stärkt das Immunsystem und unterstützt die Zellneubildung.

ca. 25 Min. CHF 60,00  
ca. 50 Min. CHF 108,00

### TRAUBENKERNPEELING

Mit pflegender, vitalisierender, reinigender und glättender Wirkung.

ca. 20 Min. CHF 65,00

### FRUCTUS VITIS

Traubenkernpeeling, Traubenkernölbad, Relaxmassage mit warmem Traubenkernöl, 1 Glas roten Traubensaft oder Walliser Rotwein.

ca. 75 Min. CHF 165,00

## ALPEN- UND AROMABÄDER

### BERGKRÄUTERBÄDER

Edelweissbad (belebend und durchblutungsfördernd), Bergflieder-Thymian-Bad (Flieder: antiseptisch, Thymian: krampflösend und desinfizierend), Johanniskrautbad (beruhigend), Echinaceabad (Abwehrkräfte steigernd).

ca. 20 Min. CHF 39,00

### WALLISER TRAUBENKERN-ENTSCHLACKUNGSBAD

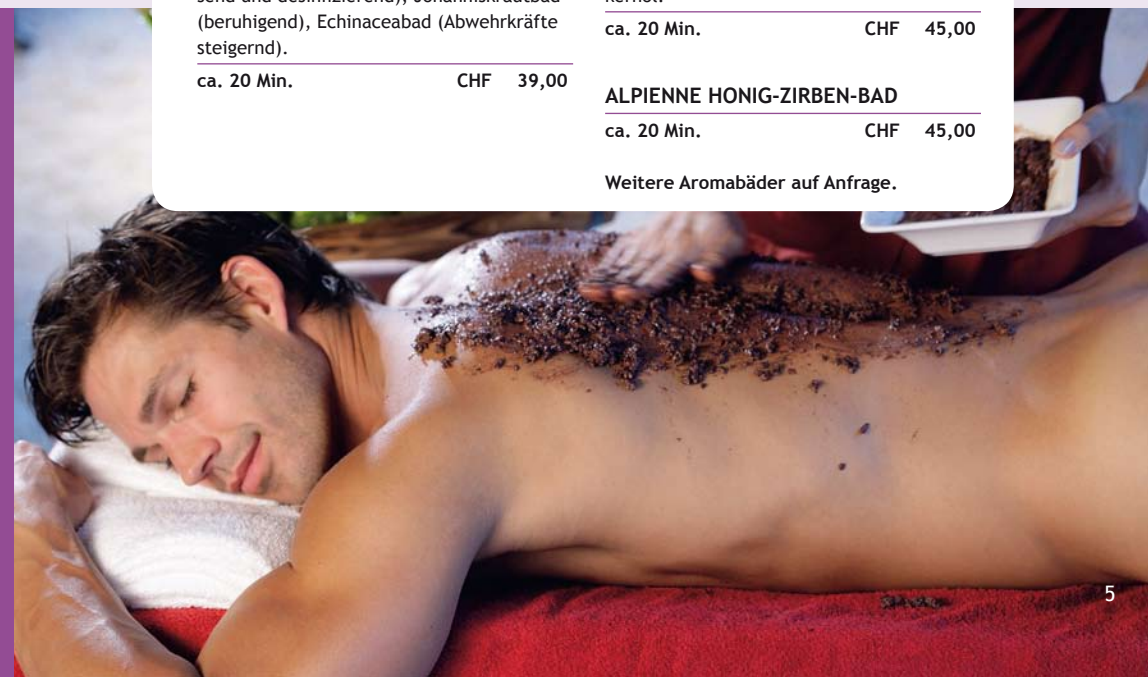
Wohltuende Entspannung und Revitalisierung Ihrer Haut mit kaltgepresstem Traubenkernöl.

ca. 20 Min. CHF 45,00

### ALPIENNE HONIG-ZIRBEN-BAD

ca. 20 Min. CHF 45,00

Weitere Aromabäder auf Anfrage.



## THALASSO ANWENDUNGEN

Nutzen Sie die Symbiose aus Thermalwasser und Algen sowie Bergluft und Meersalz für Ihr Wohlbefinden. Thalasso Anwendungen entgiften, entschlacken und straffen Ihren Körper, haben eine remineralisierende, pflegende Wirkung, lindern Hautprobleme und unterstützen beim Abnehmen. Die verwendeten Produkte werden individuell auf Ihre Haut abgestimmt, um ein optimales Ergebnis zu erzielen.

### THALASSO ALPENTHERME

Das Me(e)hr für Ihr Wohlbefinden. Erleben Sie die faszinierende Welt des Thalasso und verwöhnen Sie sich und Ihren Körper mit einer ganzheitlichen Anwendung. Dank der Kräfte des Meeres werden Sie sich wie neugeboren fühlen.

- Entspannendes Thalassobad
- Pflegendes Algen-Ganzkörperpeeling
- Straffende Algen-Crémepackung

ca. 80 Min. CHF 185,00

### ALGEN-CRÉMÉPACKUNG

Erleben Sie das Gefühl, von einem seidenweichen Mantel umhüllt zu werden und stärken Sie die Barriere-Eigenschaft Ihrer Haut.

ca. 30 Min. CHF 83,00

### AKTIVIERENDES ALGENPEELING

Intensives Ganzkörperpeeling mit wertvollem Meersalz, gewonnen aus 1000 m Tiefe. Zur Verfeinerung Ihres Hautbildes und als optimale Vorbereitung für Körperpackungen.

ca. 20 Min. CHF 65,00

### BODY-WRAP-SENSATION

Hocheffektive Wickelmethode zum Bodyforming nach Mass. Entgiftungskur aus der Antike, die gezielt Ihre Problemzonen schmelzen lässt, Körperkonturen strafft, Ihr Gewebe festigt und eine intensive Entschlackung einleitet.

ca. 50 Min. CHF 143,00

### BODY-WRAP-SENSATION TAKE AWAY (OHNE ANWENDUNG)

Das Heimpflegeset für eine nachhaltige Straffung des Gewebes erhalten Sie an unserem Spa Desk. Das Set reicht für ca. 10 Nachbehandlungen.

CHF 161,00

### THALASSO & FORM

Fühlen Sie sich wohl in Ihrer Haut: Power-Anwendung für federleichte Beine, straffes Bindegewebe und einen aktivierten Fettstoffwechsel. Nach mehrmaliger Anwendung kann das Cellulitbild verfeinert werden.

- Aktivierendes Algenpeeling mit Meersalz und Thermalwasser
- Aktivierendes Thalassobad mit Fichtennadelöl

ca. 100 Min. CHF 240,00

### STOFFWECHSELANREGENDE CELLULITEMASSAGE

Eine kräftig durchgeführte Massage, die den Abtransport von Schlacken anregt und Ihr Gewebe festigt.

ca. 25 Min. CHF 60,00  
5=6 CHF 300,00

### EINFACH UNVERGLEICHLICH - EINFACH ALOE VERA

Vollkommene Verwöhn- und Relaxbehandlung - Schönheits-Elixier für jede Haut. Das Geheimnis der Aloe Vera Pflanze liegt in der einmaligen Zusammensetzung der vielen Wirkstoffe. Diese spenden Feuchtigkeit, pflegen und straffen die Haut und stabilisieren den natürlichen Säureschutzmantel.

- Aloe Vera Pflegebad
- Aloe Vera Peeling
- Aloe Vera Modelage
- Aloe Vera Body Balm

ca. 80 Min. CHF 221,00

Viele Anwendungs- und Pflegeprodukte für zu Hause erhalten Sie in unserer Boutique am Spa-Desk.

## WELLNESS-WELTEN

Bei uns liegt Ihnen die ganze Wellness-Welt zu Füssen. Entdecken Sie mit allen Sinnen und viel Wonne die Wohlfühl- und Schönheitsgeheimnisse anderer Länder!



### BABOR KHANYA ENERGY BALANCE - TRADITIONELL AFRIKANISCHE BEHANDLUNG VON KOPF BIS FUSS

Die Kombination aus speziellen Massageformen, rituellen Auftragechniken und der Kraft von Erdsteinen und Kristallen zielt darauf ab, die Lebensenergien wieder anzukurbeln und ins Gleichgewicht zu bringen.

Wertvolles Marula-Öl und aktive Teebusch-Extrakte balancieren die natürliche Schutzfunktion der Haut aus und verhelfen ihr, die neu erworbene Vitalität und Kraft zu bewahren.

- Ganzkörperpeeling • Ganzkörpermassage • Gesichtspflege

ca. 80 Min. CHF 221,00

### BABOR SCEN TAO - DAS GEHEIMNIS ASIATISCHER SCHÖNHEITSPHILOSOPHIE

Belebender Wellness-Duft und die Natürlichkeit der asiatischen Wirkstoffe wie Ginkgo, Ginseng und Grüner Tee lösen Stress und führen zu innerer Ruhe. Mit warmen Steinen und Druckpunkt-Massage erleben Sie eine wohltuend sanfte Körperbehandlung.

- Wohlfühl-Gesichtserfrischung mit Anti-Stress-Ampulle • Leichte Ganzkörper-Streichmassage mit duftenden & warmen Ölen und Steinen • Entspannende Druckpunktmassage für Gesicht und Rücken

ca. 80 Min. CHF 221,00

### HOT STONE

Basaltsteine vulkanischen Ursprungs werden auf ca. 60 °C erwärmt und lockern durch sanfte Massage die Muskulatur. Die glatten Steine sind von zarten Händen kaum zu unterscheiden und wirken zusammen mit der wohligen Wärme nachhaltig entspannend.

Faszinierende Verbindung zwischen Massage, Aromatherapie und Energiebehandlung mit kalten und warmen Basalt-Lavasteinen.

ca. 60 Min. CHF 165,00

### KLEOPATRA-RASSOUL - SICH FÜHLEN WIE KLEOPATRA

Diese Behandlung mit reiner Rassoul-Erde ist der Insidertipp für eine intensive Hautpflege-Kur. Durch die Verwendung von Pfirsich und Aprikosen ist es eine frische, fruchtige und pflegende Anwendung, die zudem reich an Enzymen ist.

- Aprikosen-Pfirsich Bad • Aprikosen-Pfirsich Peeling • Rassoul Modelage • Aprikosen-Pfirsich Body Balm

ca. 80 Min. CHF 221,00

### BRAZILIAN GUARANA - DIE NATÜRLICHE SCHLANKHEITSBEHANDLUNG

Durch den hohen Koffeingehalt der Guarana-Samen wird der Abbau der Fettsäuren im Gewebe gefördert: Die Anwendung stellt die ideale Erweiterung für Körperstraffungsprogramme dar.

- Guarana-Bad • Kokos-Peeling • Guarana-Modelage • Cool Toner mit Guarana- und Grapefruitkern-Extrakt

ca. 80 Min. CHF 221,00

### BALI BOREH - WÄRMENDE ENTSPANNUNG

Die traditionelle aus Bali stammende Anwendung wärmt den Körper, fördert die Blutzirkulation, wehrt Erkältungen ab und bewirkt das Ausscheiden von Giftstoffen über die Haut. Ideale Anwendung zur Stärkung des Immunsystems.

- Kräuterbad • Sanfte Massage • Wärmende Boreh-Kräuterpackung • Dusche mit Carrot Tonic • Feuchtigkeit spendender Boreh Body Balm

ca. 80 Min. CHF 221,00



## AYURVEDA

Ayurveda ist mehr als die traditionelle Medizin aus Indien, sie ist das Wissen vom langen Leben. Dabei stehen das Vorbeugen von Krankheiten sowie das gesunde Altern im Vordergrund. Bei der Ayurveda-Kur stehen zu Anfang und am Ende eine eingehende Untersuchung und Befragung. Ayurveda-Kuren können bestimmte Ziele wie Gewichtsreduktion, Entschlackung, Entgiftung oder Entspannung als Ziel haben.

### THERAPIEN

#### DOSHA DIAGNOSE

Um die Körperbeschaffenheit und ihre drei Abweichungen zu benennen, bedient sich Ayurveda des Konzeptes der Doshas (Typen): Vata, Pitta und Kapha. Die Dosha Anamnese beinhaltet eine Pulsdiagnose und eine detaillierte Typenbestimmung inklusive Empfehlungen zur Ernährung und zum Lebensstil durch einen indischen ayurvedischen Arzt.

ca. 25 Min. CHF 60,00

#### DOSHA DIAGNOSE UND TYPENGERECHTE MASSAGE

Individuell auf Ihren Körpertyp abgestimmte ayurvedische Massage nach der Bestimmung Ihrer Doshas.

ca. 70 Min. CHF 160,00

#### THYLA DHARA - TIEFENENTSPANNENDE ÖLGUSS-THERAPIE (STIRNGUSS)

Erleben Sie die tiefe Entspannung des ayurvedischen Stirngusses, bei dem ein dünner Strahl von Kräuterölen auf der Stirn hin und her pendelt. Diese typische Behandlung aus Kerala verbindet Körper und Geist und ist ideal bei Stimmungsschwankungen, Schlafstörungen und anderen Stresszeichen.

Therapie über 3 Tage CHF 390,00

#### 3-TAGES-AYURVEDA-SCHNUPPER-KUR

- 1 Diagnose zu Beginn der Kur
- 1 typengerechte Anwendung à 75 Min. und 2 typengerechte Anwendungen à 45 Min.

CHF 460,00

#### 6-TAGES-AYURVEDA-KUR

- Jeweils 1 Diagnose zu Beginn und zum Abschluss der Kur
- 3 typengerechte Anwendungen à 75 Min. und 3 typengerechte Anwendungen à 45 Min.

CHF 960,00

### MASSAGEN

#### LASYA THIRUMMU - ENTSPANNENDE GANZKÖRPERMASSAGE

Sanfte Massage für den ganzen Körper inklusive Kopf- und Gesichtsmassage mit warmem Kräuteröl.

ca. 45 Min. CHF 108,00

#### ABHYANGAM - ANREGENDE GANZKÖRPERMASSAGE

Belebende Massage zur Förderung der Blutzirkulation für den ganzen Körper inklusive Kopf- und Gesichtsmassage mit warmem Kräuteröl.

ca. 45 Min. CHF 108,00

#### MARMA - MASSAGE VON VITALEN PUNKTEN

Kräftige Massage mit individuell abgestimmtem Druck auf die Vitalpunkte des Körpers (Marma Punkte).

ca. 45 Min. CHF 108,00

## TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

TCM ist eine über 3.000 Jahre alte Erfahrungsmedizin und beruht auf der Lehre der Naturkräfte Yin - die ruhende Kraft - und Yang - die aktive Kraft. Im harmonischen Wechselspiel dieser polaren Kräfte wird die Lebensenergie Qi erzeugt. Fliesst das Qi ungestört, ist der Mensch gesund. Die Selbstheilungskraft wird gestärkt, um die Gesundheit zu erhalten und Ihre Lebensqualität zu verbessern.

#### TUI NA (AKUPRESSUR THERAPIE)

Mittels Druckpunkten entlang der Meridiane und Mobilisationen von Gelenken bewirkt die chinesische Therapeutin, Blockaden zu lösen und den Energie- und Blutfluss zu verbessern. Besonders geeignet ist die Behandlung bei Blockaden der Halswirbelsäule (Nackensteife, Kopfschmerzen, Verspannungen) und der Lendenwirbelsäule (Bandscheibenvorfall), einer Dislokation der Hüfte, bei Verdauungsbeschwerden oder Schlafstörungen.

ca. 25 Min. CHF 60,00

ca. 50 Min. CHF 108,00

ca. 75 Min. (mit Check-up und Diskussion) CHF 160,00

#### TUI NA 4-TAGES-KUR

- 1 Tui Na Anwendung à 75 Min. • 2 Tui Na Anwendungen à 50 Min. • 1 Zu Di An Mo

CHF 395,00

#### XIAO HUA

Eine Spezialität unserer chinesischen Therapeutin. Diese Anwendung reguliert den Verdauungstrakt und ist ideal bei Verdauungsproblemen.

ca. 50 Min. CHF 108,00

#### HUAN JIE YA LI - ANTI-STRESS-MASSAGE

Tanken Sie Energie! Tief greifende Ganzkörper-Anti-Stress-Massage, die Ihre Lebensenergie nach dem Yin-Yang-Prinzip in Fluss bringt. Sie fühlen sich wie neu geboren!

ca. 25 Min. CHF 60,00

ca. 50 Min. CHF 108,00

ca. 75 Min. CHF 160,00

#### MEI RONG - GESICHTSMASSAGE

Ausgleichende Gesichtsmassage zur Lockerung der Mimik für einen entspannten und strahlenden Teint.

ca. 25 Min. CHF 60,00

#### ZU DI AN MO - FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Eine chinesische Fussreflexzonenmassage, die nachhaltig Ihr Wohlbefinden fördert! Die Fussreflexzonenmassage ist sowohl eine Diagnostik, als auch eine Behandlungsmethode, die davon ausgeht, dass sich alle Organe des menschlichen Körpers auf seinen Fusssohlen abzeichnen. Die Wirkung der Behandlung erstreckt sich sowohl auf den körperlichen, als auch auf den seelisch-emotionalen Bereich.

ca. 25 Min. CHF 60,00

#### TAI CHI CHUAN

Langsame fließende Bewegungen, das Wechselspiel von Körperspannung und -entspannung, bewusste Atmung und Aufmerksamkeit sind Merkmale dieser populären chinesischen Bewegungslehre, die sich aus der alten Kampfkunst „Höchste vollendete Faust“ entwickelt hat.

Einzel- oder Paartraining - ca. 50 Min. CHF 89,00

Gruppentraining (mind. 3 Personen) - pro Person CHF 30,00

## MASSAGE-WUNSCHPAKET

Stellen Sie Ihr persönliches Programm selber zusammen und kombinieren Sie fernöstliche und westliche Anwendungen ganz nach Ihrem Geschmack!

- Ganzkörper-Relaxmassage oder Lymphdrainage
- Abhyangam oder Lasya Thirummu (Ayurveda)
- Tui Na oder Huan Jie Ya Li (Traditionelle Chinesische Medizin)

3 Anwendungen CHF 291,00

6 Anwendungen CHF 540,00



## PHYSIKALISCHE THERAPIEN & KUREN

Die Lindner Alpentherme Leukerbad ist ein anerkanntes Schweizer Heilbad (Konkordatsnummer J 7013.23) und hat mit den Schweizer Krankenkassen und Versicherungsinstituten eine Vereinbarung zur Direktverrechnung von Kuren und Rehabilitationen (auch in Verbindung mit Hotelübernachtungen) ohne stationäre Pflegebetreuung.

### FOLGENDE THERAPIEN BIETEN WIR AN:

- Allgemeine Physiotherapie
- Med. Massagen / Lymphdrainage
- Hydrotherapie und Aerosol-Inhalation
- Bewegungstherapie und Domizilbehandlungen
- Thermotherapie und Elektrotherapie
- Wassergymnastik im Einzelbecken
- Medizinische Trainingstherapie (MTT)

Für weitere Fragen und Auskünfte stehen Ihnen die Mitarbeiter unseres Spa Desks und die im Haus ansässigen Ärzte Dr. med. Peter Gündner und Dr. med. Peter Kälin zur Verfügung. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse über eine Kostenübernahme für Ihre verordneten Anwendungen.

## MEDICAL WELLNESS & KUR ANWENDUNGEN

Unter Betreuung unseres Fachärzteteams und unserer medizinisch ausgebildeten Therapeuten haben wir für Sie spezielle Kur-Programme zusammengestellt zu den Themen: Herz-Kreislauf-erkrankungen, Entgiftung und Entschlackung, Rückenbeschwerden, rheumatische Erkrankungen und Angebote gegen stressbedingte Beschwerden und Störungen. Selbstverständlich kann jede Kur noch individuell mit Rücksprache des Arztes auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt werden.

Unser Arzt Dr. med. P. Gündner bietet zudem spezielle Kuren an zu den Themen **Thymus-Therapie** (Stärkung des Immunsystems) und **Sauerstoff-Therapie** (gegen die so genannte „Schaufensterkrankheit“ PAVK = periphere arterielle Verschlusskrankheit).

Beispiel einer einwöchigen Kur in der Lindner Alpentherme Leukerbad: Rehabilitationsprogramm Bewegungsapparat	Dauer	Anzahl Anwendungen / 7 Tage
Medical Check up Dr. med. Gündner Medizinische Grunduntersuchung, Blutbild-Analyse	30 Min.	1
Konsultation Dr. med. Gündner Laborergebnisse des Blutbild-Test und ggfls. Anpassung des weiteren Kurprogramms	30 Min.	1
Naturfango & Teilkörpermassage	50 Min.	2
Physiotherapie	25 Min.	2
Wassergymnastik im Therapiebad	25 Min.	2
Rückenschule	50 Min.	1
Fichtennadel Moorbad	25 Min.	2
Medizinische Trainingstherapie	50 Min.	3
Thermalbaden	180 Min.	6
Abschlussuntersuchung Dr. med. Gündner Abschlussuntersuchung und medizinischer Bericht	30 Min.	1

Preis pro Person **CHF 1.670,00**  
(zzgl. Übernachtung und Verpflegung)

## ALPEN FITNESS-CENTER

Die Angebote des Fitness-Centers der Lindner Alpentherme Leukerbad überzeugen durch ganzheitliche Bewegungskonzepte, bei denen das Wohlfühlen im Mittelpunkt steht. Ob leistungsorientierter Hobbysportler oder passiver Geniesser, für jeden Gast gibt es das entsprechende Angebot mit individueller Betreuung. Moderne Geräteausstattung, aktuellste Trainingskonzepte unter Anleitung bestens ausgebildeter Coaches in einem einmaligen Ambiente stellen die Besonderheit der Lindner Alpentherme Leukerbad dar.

### SELFTRAINING

1 Tag	CHF	15,00
1 Monat	CHF	110,00

### PERSONAL TRAINING

Unsere *Personal Trainer* zeigen Ihnen, wie Ihr individuelles Training zum Erfolg führt. Schwerpunktmässig wird auf Folgendes eingegangen: Stretching, individuelle Behebung von Rückenbeschwerden und Verspannungen, Körperformung, Kraftaufbau und Gewichtsreduktion.

ca. 50 Min.	CHF	89,00
2 Personen, ca. 75 Min.	CHF	129,00

### DR. WOLFF FITNESS-TEST (MUSKELFUNKTIONSTEST)

Genaue Computeranalyse Ihrer muskulären Leistungsfähigkeit sowie der Balance zwischen linker und rechter Seite. Basierend auf dem Ergebnis der schriftlichen Auswertung kann ein auf Sie abgestimmtes Trainingskonzept erstellt werden. Eine genaue Trainingserfolgskontrolle ist möglich.

ca. 50 Min.	CHF	89,00
2 Personen, ca. 75 Min.	CHF	129,00

## KURSE

### MBT WALKING - NATURNAHES LAUFEN

Ein neuer Trendsport, der mit der revolutionären Sohlenkonstruktion des MBT-Schuhs muskelaktivierend, gelenkentlastend und fettverbrennend den Körper trainiert.

Einzel- oder Paartraining - ca. 75 Min.	CHF	89,00
Gruppentraining (ab 3 Personen) - pro Person	CHF	30,00

### UNSER TIPP:

Am MBT-Point des Spa-Desks können Sie verschiedene Modelle der MBT-Schuhe käuflich erwerben.



physiological footwear

### RÜCKENSCHULE (WIRBELSÄULENTRAINING)

Spezielle Heilgymnastik gegen muskuläres Ungleichgewicht und für richtiges Bewegen im Alltag. Osteoporose-Prophylaxe. Diese dient dazu, jahrelang falsches Wirbelsäulenverhalten zu korrigieren und in Eigenverantwortung zu richtiger und rückenentlastender Haltung zu führen.

Einzel- oder Paartraining - ca. 50 Min.	CHF	89,00
Gruppentraining (ab 3 Personen) - pro Person	CHF	30,00



## CLARINS BEAUTY CENTER



Die CLARINS Behandlungen kombinieren seit über 50 Jahren Pflanzenkräfte mit Fingerspitzengefühl. Gezielte Berührungen und mehr als 80 perfekt aufeinander abgestimmte Massagegriffe im Zusammenspiel mit den CLARINS Pflegeformeln bringen sichtbare Resultate und unvergessliche Wohlfühl-Erlebnisse.

### GESICHTSBEHANDLUNGEN

#### NATUR PUR - DIE KLASSISCHE GESICHTSBEHANDLUNG

Entdecken Sie die aussergewöhnlichen Resultate ätherischer Öle und deren ausgleichende Wirkung, Gesichts- und Nackenmassage (inkl. Augenbrauenzupfen, Ausreinigen mit Vapozon).

ca. 60 Min. CHF 145,00

#### CLEAR PUR - KLÄRENDE TIEFENREINIGUNG FÜR IHR GESICHT

Besonders intensive Tiefenreinigung mit Peeling, Vapozon und regulierender Maske. Ohne Gesichtsmassage und Make-up.

ca. 50 Min. CHF 110,00

#### LUXUS PUR - CLARINS METHODE PRO-ACTIVE GESICHTSBEHANDLUNG

Hochkonzentrierte Seren sorgen für einen einzigartigen Soforteffekt (inkl. Augenbrauenzupfen, ohne Ausreinigen und Vapozon).

ca. 75 Min. CHF 150,00

#### RELAXING PUR - KLEINE OASE DER ENTSPANNUNG

Wohltuende, energetisierende Gesichts-, Nacken- und Dekolletémassage mit herrlich duftenden Aromaölen zur Wahl.

ca. 30 Min. CHF 80,00

### KÖRPERBEHANDLUNGEN

#### PFLEGE PUR - HAUT WIE SAMT UND SEIDE

Pflegendes und hauterneuerndes Ganzkörperpeeling zur Verfeinerung Ihres Hautbildes inklusive Auftragen einer Körperpflegecreme.

ca. 50 Min. CHF 120,00

#### ANTI-CELLULITE-POWER

Mit Slimmingeffekt für den ganzen Körper. Erleben Sie eine äusserst effektive Behandlungsmethode für einen rundum attraktiven Körper - fühlen Sie sich einfach wohl in Ihrer Haut!

ca. 60 Min. CHF 150,00

#### PEELING PUR - CLARINS METHODE PRO-ACTIVE KÖRPERPEELING

Besonders intensives Ganzkörperpeeling mit hochwirksamer Frucht-Enzympower aus der exklusiven Linie Pro-Active für ein feines und gepflegtes Hautbild, inklusive Auftragen einer Pflegecreme.

ca. 50 Min. CHF 130,00

#### SUPER RELAX-KÖRPERBEHANDLUNG

Für Ausgeglichenheit und Harmonie von Körper und Geist. Geniessen Sie diese wohltuende Behandlung und erleben Sie ein Gefühl der absoluten Entspannung und Regeneration.

ca. 50 Min. CHF 130,00

#### SUPER TONIC-KÖRPERBEHANDLUNG

Vitalisierungskur par excellence! Sie fühlen sich nach der Anwendung körperlich und geistig jünger und voller Energie. Ihre Haut ist weicher, straffer und optimal mit Feuchtigkeit versorgt.

ca. 50 Min. CHF 130,00

## CLARINS EXKLUSIV

#### NATUR PUR VON KOPF BIS FUSS FÜR SIE

Verwöhnende Aroma Phyto Gesichtsbildung und modellierende Aroma Phyto Körperbehandlung

ca. 105 Min. CHF 250,00

#### LUXUS PUR VON KOPF BIS FUSS FÜR SIE

Exklusive Pro Active Gesichtsbildung inklusive Anti-Cellulite-Ganzkörperpower (Kombination Gesicht & Körper) mit Slimmingeffekt.

ca. 135 Min. CHF 290,00

### MÄNNERWELTEN - WAS MANN GUT TUT

#### FREIHEIT PUR - HERREN-ANTI-STRESS-TREATMENT

Eine erfrischende Gesichtsbildung inklusive Relaxation, Reinigungsphase, Maske und energetisierender Gesichts-, Kopf- und Nackenmassage.

ca. 60 Min. CHF 135,00

#### ENTSPANNUNG PUR - SCHNELLER ENERGIEKICK

Die ausgleichende Rücken- und Kopfmassage lädt Ihre Batterien auf und schenkt Ihnen neue Kraft für die Aufgaben des Alltags.

ca. 30 Min. CHF 100,00

#### KOMBI PUR - HERREN-ANTI-STRESS-TREATMENT & ENERGIEKICK

Eine perfekte Kombination aus einer energetisierenden Gesichtspflege und einer ausgleichenden Rücken- und Kopfmassage.

ca. 90 Min. CHF 220,00

#### ANTI-AGING SPEZIELL FÜR DEN MANN

Zellaktivierende Pflegebehandlung, die die Gesichtskonturen modelliert und verfeinert.

ca. 75 Min. CHF 150,00

### EXTRAS

#### WIMPERN- ODER AUGENBRAUENFÄRBN

CHF 35,00

#### KLASSISCHE MANIKÜRE MIT LACK UND HANDMASSAGE

ca. 50 Min. CHF 95,00

#### WIMPERN- UND AUGENBRAUEN-FÄRBN inkl. Augenbrauenzupfen

CHF 65,00

#### KOSMETISCHE PEDIKÜRE

Schönheitspflege für die Füsse inklusive Aroma-Fusskompressen und Massage

ca. 50 Min. CHF 115,00

Für die Haarentfernungen verwenden wir ausschliesslich warmes Qualitätswachs zum einmaligen Gebrauch. Tarife auf Anfrage.

Inklusive Nagellack auftragen

ca. 60 Min. CHF 135,00



## REGULARIEN

### WELLNESS/BEAUTY/THERAPIE

Für alle Behandlungen und Anwendungen ist eine Anmeldung erforderlich! Der gebuchte Termin kann nur bis 24 Stunden vorher kostenfrei storniert werden. Termine: Bitte erscheinen Sie 5 Minuten vor Behandlungstermin am vereinbarten Meeting Point und warten Sie dort, bis Sie vom Therapeuten abgeholt werden. Erkundigen Sie sich bitte rechtzeitig nach dem Weg dorthin. Umkleiden mit Spindschränken stehen Ihnen gegen ein Deposit von CHF 5,00 im 2. OG zur Verfügung. Behandlungen sind grundsätzlich im Voraus zu bezahlen.

Behandlungszeiten sind Circa-Zeiten, welche je nach Behandlung das Duschen, Abtrocknen und Ankleiden sowie ein Beratungs- und Analysegespräch beinhalten können. Therapien und Kuren, die über die Krankenversicherung abgerechnet werden sollen, bedürfen einer vorher einzuholenden Kostenübernahme-Erklärung durch den Patienten. Bitte informieren Sie uns im Voraus über Ihr Vorhaben, damit wir Ihnen einen je nach Versicherungsgesellschaft zugelassenen Therapeuten zuweisen können. Spätere Angaben können nicht berücksichtigt werden. In diesem Fall haben Sie die entsprechenden Kosten selbst zu tragen. Behandlungs-Abonnements haben eine Gültigkeit von einem Jahr ab Kaufdatum, eine Verrechnung mit anderen Leistungen ist nicht möglich.

### FITNESS

Alle Geräte sind ausschliesslich nach Vorschrift und zum beschriebenen Zweck zu bedienen. Zuwiderhandlungen können mitunter gefährliche oder teure Folgen haben. Bitte nutzen Sie die Möglichkeit einer individuellen Einführung durch unsere Therapeuten, damit Sie sich keinen körperlichen Schaden zufügen. Bitte legen Sie ein Handtuch unter und desinfizieren Sie die berührten Teile der Geräte mit dem zur Verfügung stehenden Spray und Papier. Bitte verhalten Sie sich den übrigen Gästen gegenüber sportlich fair. Das Tragen von Sportbekleidung und -schuhen ist obligatorisch.

### THERME

Abonnements für Thermalbad, Römisch-Irisches Bad und Walliser Saunadorf haben eine Gültigkeit von einem Jahr ab Kaufdatum, eine Verrechnung mit anderen Leistungen ist nicht möglich. Im 2. Untergeschoss stehen Umkleiden, Garderobenschränke und Wertschließfächer zur Verfügung. Für Diebstähle kann keine Haftung übernommen werden.

Aufgrund der hohen Temperaturen empfehlen wir zuvor einen ärztlichen Besuch bezüglich eventueller Unverträglichkeiten. Gönnen Sie Ihrem Körper nach einer 20-minütigen Thermalbadezeit eine Ruhe- und Erholungsphase. Bitte tragen Sie zu Ihrer Sicherheit geeignete, rutschfeste Badeschuhe in der gesamten Anlage. Das Duschen vor Betreten der Bäder ist obligatorisch. Das Einspringen ins Wasser und Spritzen mit Wasser ist nicht gestattet. Ruhe und Erholung unserer internationalen Gäste stehen im Vordergrund.

Die Bereiche *Walliser Saunadorf* und *Römisch-Irisches Bad* sind Nacktbadebereiche. Das Unterlegen von Frottiertüchern ist in allen Saunen (ausser Dampfbädern) obligatorisch. Sexuelle Belästigungen haben den sofortigen Ausschluss aus der Gesamtanlage nebst Hausverbot zur Folge. Aus Rücksicht auf unsere übrigen Gäste achten unsere Sauna-Guides auf die strikte Einhaltung der Regularien.

Die gebuchte Badezeit kann mit einer Karenzzeit von 10 Minuten überschritten werden, danach erfolgt automatisch die Aufbuchung der Nachzahlgebühr lt. Aushang. Anwendungen oder Kurse werden zu fixen Zeiten lt. Aushang angeboten und sind im Rahmen unserer Gästeunterhaltung kostenfrei. Die Nichtinanspruchnahme derer kann demnach nicht rückvergütet werden. Bei ausgefallenen Terminen aufgrund Teilnehmermangel, Krankheit, Notfällen, Brandalarm, schlechtem Wetter o. ä. besteht kein Ersatzanspruch.

### ALLGEMEIN

Mit unserem Transpondersystem können Sie sich frei und bargeldlos in der Anlage bewegen. Bitte bedenken Sie, dass der Verzehr von Speisen und Getränken sowie die Inanspruchnahme von Dienstleistungen und Arrangements kostenpflichtig sind. Die auf Ihren Transponder gebuchten Leistungen sind in jedem Fall spätestens am Zahlautomat vor dem Ausgang zur Zahlung fällig.

Bitte achten Sie auf Ihren persönlichen Transponder. Verlorene Transponder können nicht ersetzt werden. In diesem Fall verlangen wir den Höchstbetrag an aufbuchbaren Leistungen von CHF 250,00 zzgl. dem Wiederbeschaffungswert des Transponders in Höhe von CHF 25,00.

Teile der Anlage sind zu Ihrer Sicherheit kameraüberwacht.

Die **Regularien** hängen öffentlich in der Lindner Alpentherme Leukerbad aus. Bitte informieren Sie sich vor dem Besuch ausführlich. Mit Betreten der Anlage akzeptieren Sie unsere Regularien. Die Nichteinhaltung der Regularien kann einen Ausschluss zur Folge haben, bei

dem kein Anspruch auf Rückerstattung der getätigten Umsätze besteht.

Beim Erwerb eines unserer Abonnements werden Ihre persönlichen Daten computer gespeichert. Dies dient zu Ihrer Sicherheit bei Verlust Ihrer Karte. Darüber hinaus informieren wir Sie regelmässig über aktuelle Neuigkeiten aus der Lindner Alpentherme Leukerbad. Sollten Sie dies nicht wünschen, so teilen Sie uns dies bitte schriftlich mit. Abonnements sind grundsätzlich persönlich ausgestellt und nicht übertragbar. Abonnements haben eine Gültigkeit von 1 Jahr.

Bei Feueralarm ist die Anlage auf direktem Weg ins Freie zu verlassen. Den Anweisungen der Guides und der Feuerwehr ist unbedingt Folge zu leisten. Das grundlose und nachweislich absichtliche Auslösen der Alarmanlagen ist kostenpflichtig! Das Rauchen ist ausschliesslich an den Raucherstationen im Freien gestattet.

**Gez.**  
Die **Direktion**

### ÖFFNUNGSZEITEN

Täglich geöffnet - 365 Tage im Jahr:

- Spa-Desk  
08.00 bis 19.00 Uhr
- Pool-Desk  
08.00 bis 20.00 Uhr
- Thermalbäder  
08.00 bis 20.00 Uhr  
(letzter Einlass 19.00 Uhr)
- Römisch-Irisches Bad  
10.00 bis 20.00 Uhr  
(letzter Einlass 17.50 Uhr)
- Walliser Saunadorf  
10.00 bis 20.00 Uhr  
(letzter Einlass 19.00 Uhr)
- Ladies only - Damensauna  
dienstags, 10.00 bis 13.00 Uhr
- Alpen Fitness-Center  
08.00 bis 20.00 Uhr
- Wellness / Therapie  
08.00 bis 19.00 Uhr
- CLARINS Beauty Institut  
09.30 bis 18.30 Uhr

Saisonale Änderungen vorbehalten!

### INFORMATION

Spa-Desk - Beratung und Anmeldung  
Telefon +41 27 4721-806 / -807

Pool-Desk - Rezeption Thermalbäder  
Telefon +41 27 4721-805 / -809

info@alpentherme.ch  
www.alpentherme.ch

Diese Preisliste ersetzt alle vorherigen.  
Änderungen vorbehalten. Stand 01/2011.





# LINDNER

HOTELS & RESORTS

## LINDNER ALPENTHERME Leukerbad



**Quality.**  
Our Passion.



8.000/01/2011

Lindner Alpentherme Leukerbad  
Dorfplatz  
CH-3954 Leukerbad  
Fon +41 27 4721-010  
Fax +41 27 4721-011  
info@alpentherme.ch  
www.alpentherme.ch

NICHT NUR BESSER. ANDERS.