

# Behandlungen

Einzigartig für uns Frauen

[www.lapura.at](http://www.lapura.at)



**la pura**<sup>®</sup>  
women's health resort  
kamptal

# Unser Ärzte-Team

Sich verstanden fühlen.



## **Dr. med. univ. Sabine Fröhlich**

Ärztin für Allgemeinmedizin, Leitung Medizin und Therapie la pura  
Schwerpunkt: Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr, Traditionelle Chinesische Medizin, Klassische Homöopathie



## **Dr. med. univ. Isabella Schwarzmaier**

Ärztin für Allgemeinmedizin  
Schwerpunkt: Homöopathie und Osteopathie



## **Dr. med. univ. Karin Stengg, D.O.**

Fachärztin für Unfallchirurgie, Orthopädie, Doktorin der medizinischen Osteopathie, Wirbelsäulenspezialistin, Healthy Aging Expertin



## **Dr. med. univ. Manfred Zauner, MSC**

Arzt für Allgemeinmedizin  
Schwerpunkt: manuelle Medizin und Tradit. Chinesische Medizin



## **Dr. med. univ. Alex Witasek**

Arzt für Allgemeinmedizin  
Präsident der internationalen Gesellschaft der F.X. Mayr Ärzte  
Schwerpunkt: Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr



## **Univ.-Prof. Dr. med. univ. Alexandra Kautzky-Willer**

Fachärztin für Innere Medizin, Endokrinologie, Stoffwechsel und Geriatrie, Professorin des Lehrstuhls für Gendermedizin an der Medizinischen Universität Wien

# Behandlungen

Frei zubuchbar.

Um für Ihren Aufenthalt die gewünschten Behandlungen und Therapien einplanen zu können, bitten wir Sie diese frühzeitig bekannt zu geben. Kurzfristige Terminwünsche können nur nach Verfügbarkeit berücksichtigt werden.

- \* Erbrachte Leistung erfolgt im Rahmen des la pura ambulatorium für physikalische medizin kemptal
- \*\* Erbrachte Leistung erfolgt im Rahmen der la pura kuranstalt kemptal
- \*\*\* Erbrachte Leistung erfolgt im Rahmen der Privatordination Dr. Stengg



# la pura Medizin

Alles für Ihre Gesundheit.

**Ärztliche Ordination**, 20 | 30 | 40 min. \*/\*\*/\*\* € 90 | € 120 | € 150

Bei einem Beratungsgespräch werden Ihre Beschwerden erhoben und durch eine klinische Untersuchung weiter abgeklärt. Mitgebrachte Befunde werden erläutert und eventuell ergänzt. Ein individueller Therapieplan wird auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.

**Ärztliche Akupunktur**, Ersttermin, 45 min. \*/\*\* € 120  
Folgetermin, 30 min. \*/\*\* € 80

Die Behandlung der verschiedenen Akupunkturpunkte reguliert gestörte Körperfunktionen und bringt den Energiefluss wieder in Schwung. Somit kann die Akupunktur sehr vielseitig als sanfte Methode zur Verbesserung vieler Beschwerden eingesetzt werden.

**Fructose oder Lactose Toleranztestung**, 120 min. \*/\*\* € 65

Mittels eines einfachen Atemlufttests kann festgestellt werden, ob Milchzucker oder Fruchtzucker im Darm ausreichend aufgespalten und ins Blut aufgenommen werden kann. Intoleranz kann eine Vielzahl an Beschwerden verursachen, die von Blähungen, Durchfall über Schmerzen bis hin zu Depressionen und Schlafstörungen reichen.

**Neuraltherapie**, 15 min. \*/\*\* € 60

Durch sanfte Injektionen mit einem Lokalanästhetikum werden Narben und Entzündungen gelindert und Muskelverspannungen gelöst. Man nennt die Neuraltherapie auch Akupunktur des Westens. Wirksam beispielsweise bei chronischen Schmerzen der Wirbelsäule.

**Ärztliche manuelle Bauchbehandlung**, 15 min. \*/\*\* € 80

Die Bauchbehandlung bewirkt eine Entstauung der Bauchlymphe, der Leber, eine Durchblutungsförderung des Bauchraums, eine Entgiftung über den Darm und eine Entlastung der Wirbelsäule. Außerdem werden die Atmung und die Sauerstoffversorgung verbessert.

**Bioenergetische Testung und Ersttherapie**, 60 min. \*\* € 190

Allergien und Unverträglichkeiten austesten: Bei der Testung nach Dr. Voll wird an den Akupunkturpunkten (Hand/Fuß) nach Krankheitsherden und Störfeldern gesucht. Materialverträglichkeiten werden geprüft und ein Therapieplan für eine Ersttherapie wird erarbeitet. Diese Testung ist z.B. zu empfehlen bei chronischen Allergien, zur Raucherentwöhnung oder bei Pilzbelastung des Darmes.

**Oxithermie mit Sauerstoff, nach Prof. von Ardenne, 30 min. \*\*** € 98

Bei dieser Behandlung wird über eine Maske konzentrierter Sauerstoff verabreicht. Gleichzeitig wird eine Überwärmungstherapie (nach Professor von Ardenne) durchgeführt.

**Zellregenerations-Therapie – Cellgym, 45 min. \*\*** € 80

Package 3 x Cellgym € 200

Package 5 x Cellgym € 350

Es handelt sich hierbei um ein simuliertes Höhentraining bei welchem die Mitochondrien (die Kraftwerke der Zellen) aktiviert und regeneriert werden. Die Anwendungsgebiete reichen von Überforderungen im Alltag, chronischer Müdigkeit, depressive Verstimmung und Energiemangel.

**Ärztliche Osteopathie, Ersttermin, 45 min. \*\*/\*\*/\*\*** € 150

Folgetermin, 30 min. \*\*/\*\*/\*\* € 130

Manuelle Behandlung von muskulär- oder gelenks-/band-/kapselbedingten Störungen oder Schmerzsyndromen. Die Osteopathie ist eine sanfte Methode, mit der die Regulation der Muskelfunktionen, Nervenfunktionen und Gelenksfunktionen in Balance gebracht wird. Sie ist eine ganzheitliche und ursächliche Behandlungsmethode mit nachhaltiger Wirkung auf alle Organsysteme.

**Funktionelle Myodiagnostik, 30 min. \*\*** € 130

Durch Beobachtung der Reaktion des menschlichen Muskels auf verschiedene Reize ist es möglich, funktionelle Zusammenhänge von Störungen der Gesundheit zu erkennen und eine individuelle Therapie zu erstellen. Es können Nährstoffmängel gefunden, als auch weitere Lebensmittel auf Unverträglichkeit getestet werden.



# Healthy Aging

Was uns Frauen länger jung hält.

## **Entzündungsherde erkennen**, 30 min.

€ 95

Parodontitis ist eine Entzündung des Zahnhalteapparates, die auch den Kieferknochen befallen kann und die Betroffenen nicht nur Zähne kostet, sondern auch Folgeschäden im ganzen Körper anrichten. Die ORALYZER-aMMP-8-Werte-Überprüfung Ihres oralen Immunsystems ermöglicht es uns, in wenigen Minuten durch einen Speicheltest versteckte Zahnfleischschädigungen festzustellen. Somit können Sie gezielt vorbeugen. Eine ärztliche Beratung ist bei diesem Test inkludiert.

## **3D Gesichtshautanalyse**, 30 min.

€ 60

Erkennen des biologischen Alters der Haut durch VISIA Scan. Um den Hautzustand auf und unter der Hautoberfläche zu analysieren, werden drei verschiedene Beleuchtungsmodi eingesetzt. Eventuelle Sonnenschäden werden sichtbar gemacht, vorhandene Porphyrine (bakterielle Ausscheidungen) in tiefen Hautschichten offenbart, Hyperpigmentierungen, Akne und vaskulären Läsionen, wie Couperose und Rosacea angezeigt. Eine Hautalterung und -verjüngung wird simuliert. Aufgrund der Analyse können wir für Sie ein individuelles Serum erstellen.

Bitte reinigen Sie ihr Gesicht und vermeiden Sie Saunabesuche direkt vor der Analyse.

## **Individuelles Serum**

€ 144

## **la pura deluxe Massage**, 80 min.

€ 135

Gleichmäßig temperierte Kräuterstempel werden gezielt über den Körper geführt und geben das Gefühl von Entspannung, Revitalisierung und ein angenehmes Wohlbefinden.



**Dr. Karin Stengg D.O.**  
Healthy Aging Expertin

## Bestimmung des biologischen Alters

€ 590

Ganzheitliche, individualisierte Gesundheitsvorsorge mit Berücksichtigung von Umwelt und Lebensstilfaktoren durch Analyse der epigenetischen Regulierung der Zellen und genetischer Ausprägung. Belegt die Neigung zu vorzeitiger Alterung, Übergewicht, Diabetes sowie Überprüfung des Immunsystems bzw. Anfälligkeit für Infektionen. Inklusive Empfehlungen und Richtlinien.

## Bestimmung des Metabolischen Typs

€ 390

Überprüfung der Funktion des Stoffwechsels und des individuellen Bedarfs an Makronährstoffen (Eiweiß, Fett und Kohlenhydrate), Analyse Ihrer Metabolische Rate und Gewichtsstabilisierung, Regulation von Hunger und Sättigung, Verhältnis von Kraft- und/oder Ausdauersport sowie Ihrer Hautgesundheit aus nur wenigen Blutropfen. Inklusive Empfehlungen und Richtlinien.

## Bestimmung biologisches Alter, metabolischer Typ

€ 890

Inklusive 42 Seiten Empfehlungen und Richtlinien.



# Infusionen

Unser Ärzteteam berät Sie gerne.

Vitamine, Mineralstoffe und Heilmittel können durch Infusionen besonders schnell und direkt in die Blutbahn eingebracht werden. Sie unterstützen das Immunsystem, Detox-Prozesse sowie den Darm- und Energieaufbau. Im Rahmen einer Stoffwechselkur, wie Detox oder F.X. Mayr-Kur, können Sie mit Infusionen ihre Fettverbrennung deutlich ankurbeln.

<b>Powerinfusion</b> (Vit C hochdosiert und Mineralstoffe), 30 min. **	€ 98
<b>Baseninfusion</b> , 30 min. **	€ 98
<b>Detox Infusion</b> , 30 min. **	€ 98
<b>Feel Good Infusion</b> , 30 min. **	€ 98
<b>Fat Burning</b> , 30 min. **	€ 98
<b>Stress release</b> , 30 min. **	€ 98
<b>Immuninfusion</b> , 30 min. **	€ 98
<b>Gelenksinfusion</b> , 30 min. **	€ 98
<b>Darmaufbau Infusion</b> , 30 min. **	€ 98





# Persönliche Beratung

Individuelles Coaching.

**Mental Coaching**, 25 | 50 | 90 min. \*\*

€ 60 | € 120 | € 220

Fühlen Sie sich müde oder überfordert? Vereinbaren Sie ein individuelles Gespräch mit unserer Psychologin und erfahren Sie hier unter anderem Entlastung, Strategien für eine gute Stressbewältigung oder Tipps rund um das Thema Gesundheit (Ernährung, Bewegung, ...)

**Stressbelastungsanalyse**, 50 min. \*\*

€ 120

Bei der Stressbelastungsanalyse werden Ihre Stressoren erhoben, sowie das Ausmaß Ihrer persönlichen Belastung. Danach geht unsere Psychologin den Ursachen auf den Grund, zeigt die Zusammenhänge auf und erarbeitet mit Ihnen individuell angepasste Lösungen.

**24 Stunden HRV / Beratungsgespräch**, 24 Stunden / 30 min. \*

€ 240

HRV steht für Herzratenvariabilitätsmessung. Der Körper reguliert ständig zwischen äußeren Reizen wie Tag und Nacht, Anspannung und Entspannung, Hunger und Sättigung. Die Fähigkeit Ihres autonomen Nervensystems kann mit dieser Methode perfekt und genau überprüft werden. Die Überwachung mit einem kleinen Gerät dauert 24 Stunden, um viel über Ihre innere Regulation herauszufinden.

**Kurz HRV**, 10 min. \*

€ 35

Wollen Sie einen schnellen Einblick in Ihr autonomes Nervensystem gewinnen, steht Ihnen auch eine 10-minütige Kurzzeitmessung zur Verfügung. Somit können Sie Ihren Stressindex und Ihre Anpassungsfähigkeit testen.

# Bewegungstraining

Richtig Bewegen mit unseren Sportwissenschaftlerinnen.

## **Sportwissenschaftliches Personal Training, 25 | 50 min. \*\* € 50 | € 90**

Das one-to-one Training ist individuell auf Sie abgestimmt und daher auch sehr wirkungsvoll. Sie erhalten Trainingsempfehlungen, die Sie auch nach Ihrem Urlaub im la pura women's health resort kamptal anwenden können.

## **Medizinische Trainingstherapie, 25 | 50 min. \*\* € 50 | € 90**

Die Heilgymnastik betrachtet den Körper ganzheitlich und geht auf die individuellen Bedürfnisse ein. Einerseits können präventiv Funktionsstörungen des Bewegungsapparates vermieden werden. Andererseits kann rehabilitativ gearbeitet werden mit dem Ziel, die natürlichen Bewegungsabläufe und Körperfunktionen wiederherzustellen.

## **Galileotraining, 20 min. \*\* € 45**

Das Galileotraining ist eine Kombination aus Vibrations-, Koordinations-, Gleichgewichts- und Krafttraining und aktiviert tiefliegende Muskelgruppen. Die Anwendungsgebiete sind sehr vielfältig und reichen von der Lockerung von Verspannungen, Mobilisation, Osteoporose, Verletzungs- und Sturzprophylaxe bis hin zur Steigerung der Muskelleistung und -kraft.

## **Pilates Einzeltraining, 50 min. \*/\*\* € 90**

Pilates bietet ein ganzheitliches Körpertraining, dessen Basis die Kräftigung der Körpermitte ist, um so den Körper ideal aufzurichten und die Haltung zu verbessern. Das Ziel ist eine Balance zwischen Dehnung und Kräftigung der Muskulatur zu erreichen.

## **Muskelfunktions- und Koordinationscheck, 40 min. \*/\*\* € 90**

Es wird untersucht, welche Muskelgruppen verkürzt, verspannt oder geschwächt sind. Außerdem wird mittels eines S3-Checks getestet, wie gut die Regulationsfähigkeit, die Stabilität und das Symmetrieverhältnis des Körpers sind. Diese Aspekte spielen eine wichtige Rolle in Zusammenhang mit einer aufrechten Haltung und der Sturz- und Verletzungsprophylaxe.

## **BIA – Bioimpedanzanalyse, 20 min. \*\* € 45**

Die bioelektrische Impedanzanalyse ist eine professionelle und wissenschaftlich fundierte Methode zur Bestimmung der Körperzusammensetzung. Basierend auf dem Prinzip der Widerstandsmessung, wird die Beziehung zwischen Fett-, Wasser- und Muskelanteilen des Körpers sicher und schnell analysiert.

**Faszientraining, 50 min. \*/\*\*****€ 90**

Durch die gezielte Kombination aus Rollen, Federn, Dehnen sowie Übungen zur Körperwahrnehmung können Verklebung gelöst und somit Schmerzen reduziert werden.

**Aircheck Fettverbrennungstest, 25 min. \*\*****€ 90**

Die Atemgasanalyse liefert Informationen über die individuelle Fett- und Kohlenhydratverbrennung unter körperlicher Belastung. Dies ermöglicht die Ermittlung des individuellen Trainingspulsbereiches unter anderem auch den, der optimalen Fettverbrennung. Diese Testung kann am Ergometer, am Laufband oder als Gehstest durchgeführt werden.

**Aircheck Ruheumsatzmessung, 20 min. \*\*****€ 90**

Mittels Atemgasanalyse wird der individuelle tägliche Energiebedarf (Fett- und Kohlehydratverbrennung) im Ruhezustand gemessen. Dadurch können Ursachen für Gewichtsprobleme erkannt und entsprechende individuelle Empfehlungen erteilt werden.

**Beckenbodentraining, 50 min. \*\*****€ 90**

Das Beckenbodentraining dient dazu, die Muskulatur des Beckenbodens zu trainieren. Dies ist wie bei jeder anderen Muskelgruppe möglich. Allerdings ist ein gezieltes Training der Beckenbodenmuskulatur für viele Menschen schwierig, weil es sich dabei um „unsichtbare“, im Körperinneren verborgene Muskeln handelt. Beckenbodentraining ist sehr gut wirksam nach Schwangerschaften und Geburten, bei Blasensenkung und auch bei Stuhlinkontinenz.



# Schwanger

Wir freuen uns mit Ihnen.

Unser Ärzte- und Therapeutenteam freut sich auf Sie. Wir bieten Ihnen **individuell abgestimmte Therapien** an, damit Sie diese schöne Zeit gut verbringen können.

Wir würden Ihnen am **Anreisetag das ärztliche Gesundheitscoaching** bei einem unserer Ärzte empfehlen, um Ihnen Behandlungen, speziell für Ihre Bedürfnisse, einplanen zu können.

## Massagen:

Teilmassage, Ganzkörpermassage, Lymphdrainage, Ganz-Frau-sein Behandlung

## Kosmetische Behandlungen:

Gesichtsbehandlungen, Maniküre deluxe, Pediküre deluxe, Entspannungstraining

## Ärztliche Leistungen:

Akupunktur, Moxabehandlungen, Ernährungsberatung, Osteopathie, bioenergetische Testung, FMD

Nach **Absprache mit** einem **unserer Ärzte**, abgestimmt auf Ihre Schwangerschaft: Myoreflextherapie, Kopfspezial- und Fußspezialmassage, chinesische Massage, Pilates

Bei den Aktivitäten würden wir das Sling Training in der Schwangerschaft nicht empfehlen, falls dies zum gewünschten Aufenthaltszeitraum stattfinden sollte. Die restlichen Aktivitäten können Sie gerne je nach Empfinden mitmachen.

Im SPA sollten Sie Produkte mit Menthol, Eukalyptus und Pfefferminz meiden, ansonsten können Sie den SPA Bereich uneingeschränkt genießen!



# Loslassen und Entspannen

Lassen Sie los.

**Yoga Einzeltraining**, 50 min. \*\* € 90

Yoga ist eine indische philosophische Lehre, die eine Reihe geistiger und körperlicher Übungen umfasst, mit dem Ziel die Gesundheit zu verbessern, das Wohlbefinden zu steigern und mehr Harmonie zu Erlangen.

**Qi Gong Einzeltraining**, 50 min. \*\* € 90

Qi Gong ist eine mehr als tausend Jahre alte, gewachsene Bewegungsform zur Energiestärkung von Körper und Geist. Die Übungen umfassen langsame Bewegungsabläufe und statische Körperhaltungen, bei denen Körperspannung, Konzentration und Atmung eine wichtige Rolle spielen.

**Entspannungstraining**, 25 | 50 min. \*\* € 50 | € 90

Unser Körper benötigt ausreichend Entspannung, um einen Ausgleich zu den zunehmenden Belastungen im Alltag zu schaffen. Mit verschiedenen Entspannungstechniken kann sowohl die Muskelspannung reduziert, als auch die Aufmerksamkeit, die Wahrnehmung und die Konzentrationsfähigkeit verbessert werden.

**Energy Island**, 25 min. \*\* € 45

Sie liegen im warmen Sandbett und genießen die gesundheitsfördernde Wirkung der individuellen Farblichttherapie und können somit entspannt Energie tanken.

**Hot Stone Massage**, 70 min. € 135

Die Hot Stone Massage ist eine Kombination aus wohltuender Massage und tiefgehender Wirkung erwärmter Massagesteine. Es werden Basalsteine aus natürlichem Lavagestein verwendet, um Verspannungen zu lösen und den Stoffwechsel zu stimulieren.

**Pantei Luar Kräuterstempelmassage**, 50 min. \* € 105

Mit pflanzlichen Extrakten gefüllte Stoffbeutel werden vor der Massage in heißem Kräuteröl erhitzt. Die Massage erfolgt in unterschiedlichen Bewegungen und Intensitäten und regt somit den Stoffwechsel an und wirkt entschlackend, hautpflegend und entkrampfend.

# Massagen & Körpertherapien

Nachhaltig. Für Ihr Wohlbefinden.

**Massage**, 25 | 50 min. \*\*

€ 49 | € 84

Ob klassische Massage, Energetische Therapie oder Reflexzonentherapie. Je nach Ihren persönlichen Bedürfnissen wird die für Sie optimale Massagereinheit zusammengestellt.

**Heilmassage**, 25 | 50 min. \*\*

€ 49 | € 84

Bei dieser Teil- oder Ganzkörpermassage werden Elemente aus verschiedenen Massagetechniken in die Heilmassage integriert, wodurch ein besonders positiver und nachhaltiger Wirkungsgrad erreicht wird.

**Ganz-Frau-Sein Behandlung**, 50 min. \*\*

€ 95

Diese Behandlung besteht aus Elementen der Lymphaktivierung zur Entgiftung, Stimulation von Organen zur Hormonregulation, Reflexzonenbehandlung, Akupressur an Energiepunkten und sanften Massagetechniken für Rücken, Bauch und Becken. Der erste Teil der Behandlung erfolgt im Sitzen.

**Detox Massage**, 50 min. \*/\*\*

€ 84

Entgiftung der Organe: Mit Hilfe von Saugglocken, Elementen der Lymphdrainage und Reflexzonenbehandlung werden die wichtigsten Organsysteme zu einer starken Entgiftungsleistung angeregt. Zusätzlich wird die Entgiftung über das Lymphsystem gefördert.

**Gesichtslymphdrainage**, 50 min. \*

€ 84

Durch diese spezielle Gesichts- und Dekolleté-Massage werden Einlagerungen und Schwellungen verringert. Schlackenstoffe werden besser abtransportiert.



**Bauchmassage, 25 min. \*/\*\*** € 49

Entgiftung durch den Darm: Durch eine Bauchmassage wird die Darmtätigkeit ausbalanciert und die Durchblutung gesteigert. So wird der Darm zu einer verbesserten Nährstoffaufnahme und Entgiftungsleistung angeregt.

**Lymphdrainage, 50 min. \*** € 84

Mit dieser sanften Massagetechnik wird der Lymphfluss angeregt, Stauungen und Schwellungen werden verringert und der Abtransport von Zellstoffwechselprodukten und Körperschlacken unterstützt. Besonders effektiv ist diese Methode bei allgemeinen Schmerzzuständen, chronischen Entzündungen und Ödemen.

**Unterwasser Extensions-Therapie, 20 min. \*** € 55

Diese einzigartige la pura Behandlung ist eine Kombination aus Extensionstherapie und Massage im warmen Wasser. Sie wird in einem speziellen Therapiebecken durchgeführt. Damit können vor allem Verspannungen und Fehlstellungen von Wirbelsäulenabschnitten sanft und effektiv behandelt werden. Gelenke und Bandscheiben werden entlastet und Muskeln gelockert.

**Myoreflextherapie, 50 min. \*/\*\*** € 84

Eine sehr wirksame Kombination aus verschiedenen therapeutischen Techniken, welche gemeinsam die Funktion ganzer Muskelketten beeinflussen. Beschwerden im Bewegungsapparat sowie muskuläre Verspannungen können hiermit unter anderem behandelt werden. Damit wird nicht nur die Beweglichkeit, sondern auch die körpereigene Regulation aller Bewegungsmuster und des vegetativen Nervensystems angesprochen.

**Fußreflexzonenmassage, 25 min. \*/\*\*** € 49

Über Reflexzonen an den Füßen werden alle Körpersysteme positiv und ausgleichend beeinflusst. Dadurch können diese aktiviert oder beruhigt und zusätzlich das vegetative Nervensystem reguliert werden.

**„Thai Bodywork“ – Traditionelle Thaimassage, 85 min.** ab € 135

Eine Ganzkörperbehandlung bestehend aus einer sanften Druckpunktmassage in Kombination mit Dehnung und Bewegung. Diese Behandlung hat das Ziel, Ihre Energie (Prana) in Fluss/Balance zu bringen, Sie zu entspannen, sodass Sie mit neuer Energie in den Tag gehen.

**Elektrotherapie \*** € 30

Nach einer Verordnung zur Ultraschallbehandlung, Magnetfeldtherapie und diversen Strombehandlungen können Sie diese nach einer Rücksprache mit unserem Ärzteteam bei uns in Anspruch nehmen.

# Ästhetische Medizin<sup>1</sup>

Individuelle Schönheit.

## Ärztliches Beratungsgespräch

€ 90

Jeder Behandlung geht ein ärztliches Beratungsgespräch voraus. Hierbei wird mit der Patientin gemeinsam genau abgeklärt, welche Ergebnisse gewünscht werden und es wird ein Behandlungsplan vorgeschlagen. Bei Buchung einer ästhetischen Behandlung werden die Kosten rückerstattet.

### Was vor einer Behandlung zu beachten ist:

Bei der Einnahme von blutverdünnenden Medikamenten empfehlen wir Ihnen eine Rücksprache mit unserem Ärzte-Team im Vorfeld.

## Botulinumtoxin ästhetisch<sup>\*\*\*</sup>

ab € 290

Beseitigt Falten die durch die Mimik entstanden sind, wie Zornesfalten oder Krähenfüße. Auch zur Hebung der Augenbrauen oder zur Milderung von Hängebäckchen kann Botulinumtoxin effektiv eingesetzt werden. Der Behandlungseffekt hält je nach Region 4–6 Monate an und kann beliebig oft wiederholt werden.

## Botulinumtoxin gegen Schwitzen Achseln

€ 600

## Hautverjüngung durch Mesotherapie<sup>\*\*\*</sup>

Gesicht

€ 250

Gesicht, Hals, Dekolleté

€ 350

Cellulite

ab € 300

Hyaluronsäure und erfrischende Vitamincocktails werden in tiefe Hautschichten eingebracht. Die Behandlung kann im Gesicht, Hals und Dekolleté, aber auch am Handrücken gemacht werden. Sehr gute Behandlungserfolge können bei Faltenbildung, trockener Haut, Spannkraftverlust, ersten Anzeichen von Hautalterung und Dehnungsstreifen erzielt werden.

## Mesotherapie bei Haarausfall<sup>\*\*\*</sup>

ab € 200

Dabei wird ein Revitalisierungscocktail in die Kopfhaut injiziert. Dadurch kann Haarausfall wirksam verlangsamt und das Haarwachstum angeregt werden.



## Fadenlift\*\*\*

auf Anfrage

Das Fadenlifting wird unter örtlicher Betäubung durchgeführt. Dabei werden Fäden von außen wie ein Netz in die Haut eingezogen, dies führt zu einer Zunahme der Kollagenproduktion. Damit werden sehr gute Behandlungserfolge bei Verlust an Hautelastizität erzielt.

## Filler\*\*\*

ab € 390

Eine Unterspritzung mit Hyaluronsäure füllt verloren gegangenes Volumen wieder auf und verleiht der Haut ein glattes, frisches Aussehen und neue Konturen. Daher nennt man dies auch Fillerbehandlung.

## PRP Facelift

€ 320

Plättchenreiches Plasma (Platelet Rich Plasma) enthält aktive Wachstumsfaktoren die stimulierend auf Kollagensynthese wirken und das gesunde Gewebewachstum im Körper fördern. So wird ein Hautverjüngungsprozess in Gang gesetzt der sich in einem strahlenden und jüngeren Teint auswirkt. Man bezeichnet diese Behandlungsform auch als Vampir Lifting da mit körpereigenem Plasma behandelt wird. Von Ihrer Ärztin wird eine kleine Menge Blut abgenommen. Dieses wird zentrifugiert, sodass das blutplättchenreiche Plasma übrigbleibt, das mit einer sehr dünnen Nadel in die Haut injiziert wird. Die Behandlung wird mit einer Hyaluron Maske abgeschlossen.

*1) Ästhetische Behandlungen verstehen sich inkl. 20 % MwSt. / Bitte um Terminvereinbarung im Vorfeld. Bei kombinierten Therapien / Behandlungen verändern sich die Einzelpreise. Vor Behandlungsbeginn wird ein individueller Kostenvoranschlag für Sie erstellt.*



# Kosmetik

Alles für Ihre Schönheit.

## Körperbehandlungen

**Meersalz-Traubenkern Ganzkörperpeeling**, 30 min. \*/\*\* € 45

Reinigendes Salz, straffende Traubenkerne und regenerierendes Traubenkernöl werden in einem intensiven Körperpeeling Ihre Durchblutung anregen, trockene Hautschuppen entfernen und Ihre Haut samtweich pflegen. Das Ergebnis ist streichelzarte Haut.

**Packung Softpack individuell**, 30 min. \*/\*\* € 59

Je nach Ihren Bedürfnissen oder ärztlicher Empfehlung angepasste Individualpackung wie z.B.: pflegende Körper-, Detox-, Moorpackungen, etc.

**Peeling & Packung**, 50 min. \*/\*\* € 95

Genießen Sie eine Verwöhnkombination aus Peeling und Packung.

**Fatburn & Slim Wickel**, 50 min. € 90

Straffender fettverbrennender Wickel unterstützt den Körper ideal beim Abnehmen. Durch die ätherischen Öle entsteht eine äußere Kälte und eine innere Wärme die den Stoffwechsel und die Durchblutung anregen.

**Bodyforming-Wickel mit Pressomassage**, 50 min. € 105

Diese Körperwickel sind reich an aktiven Wirkstoffen die bei allen Arten von Cellulite, Wassereinlagerungen, schweren müden Beinen, mangelnder Spannkraft und dem Wiederaufbau der Haut geeignet sind. Die Pressomassage in einem speziellen Drainageanzug dient der Verbesserung des venösen Rückflusses und fördert die Ausscheidung von Giftstoffen.



## Tiefenwirksame Körperbehandlungen

Durch die Saugwellenmassage werden Ihre Fettzellen entleert und über das Lymphsystem abgebaut. Durch den anschließenden Ultraschall wird ein spezielles Wirkstoffgel zur Aktivierung der Fettverbrennung eingeschleust. Mit dieser Behandlung wird Ihr Bindegewebe von innen heraus sichtbar gestrafft, geformt und dauerhaft gefestigt. Durch die besondere Tiefenwirksamkeit der Behandlung kann diese an manchen Stellen unangenehm sein.

**Oberarme**, 40 min. € 90

**Bauch**, 60 min. € 110

**Anti Cellulite – Oberschenkel / Po**, 90 min. € 190

## Maniküre, Pediküre

**Maniküre Deluxe**, 50 min. € 70

Maniküre mit wohltuendem Handbad, Nägel formen, Nagelhaut entfernen und Polieren mit abschließender Pflege. Wählen Sie zwischen einer nährenden Pflege oder lakieren der Nägel inkl. Lackfläschen für zu Hause.

**Pediküre Deluxe**, 50 min. € 70

Pediküre mit wohltuendem Fußbad, Nägel formen, Nagelhaut entfernen und Polieren mit abschließender Pflege. Wählen Sie zwischen einer nährenden Pflege oder lakieren der Nägel inkl. Lackfläschen für zu Hause.

**Lack**, 10 min. € 12

Egal ob Finger- oder Fußnägel, Nagellack rundet Ihr gepflegtes Erscheinungsbild perfekt ab. Kräftige Farben, Pastelltöne oder durchsichtiger Nagellack – Sie entscheiden, welche Farbe Ihr Herz und somit Ihre Nägel erobert.

## Harzen

Haare entfernen mit Warmwachs verspricht Resultate, mit denen Sie mehrere Wochen Freude haben.

**Achsel**, 15 min. € 25

**Gesicht - kleiner Bereich**, 15 min. € 25

**Unterschenkel**, 20 min. € 35

**Beine**, 35 min. € 50

## Gesichtsbehandlungen VINOBLE Naturkosmetik

### **Gesichtsmassage, 25 min.**

€ 45

Beruhigende Gesichtsmassage mit speziellen Vinoble-Produkten, pflegt Ihre Haut und sorgt für einen entspannten und drischen Teint.

### **Basis Gesichtsbildung, 50 min.**

€ 80

Eine Auszeit ganz nach Ihrem Geschmack. Ob porentiefe Reinigung oder wohltuende Gesichtsmassage - Sie können selbst entscheiden. Gönnen Sie sich Zeit für sich.

### **Basis Facelift Behandlung, 50 min.**

€ 98

Durch ein intensives Peeling wird Ihre Haut von abgestorbenem Gewebe befreit und danach mit wertvollen Anti-Aging Wirkstoffen versorgt. Das Ergebnis ist ein strahlendes Aussehen mit straffer und spürbar geschmeidiger Haut.

### **Deluxe Gesichtsbildung, 80 min.**

€ 135

Wir verwöhnen Sie neben einem intensiven Peeling, Augenbehandlung und Massage mit einem individuell auf Ihre Haut abgestimmten Ampullen Cocktail, der Fältchen ausradert und Ihre Haut intensiv strafft. Wählen Sie selbst zwischen einer feuchtigkeitsspendenden oder kühlenden Maske und erleben Sie, wie Ihre Haut sichtbar an Ausstrahlung und Kontur gewinnt.

## Tiefenwirksame, ästhetische Gesichtsbildungen

Eine ästhetische Kosmetik auf dem neuesten Stand. Diese Behandlung setzt sich aus 3 Schritten zusammen:

Die **Microdermabrasion** – ein intensives Peeling, dass die Haut von abgestorbenen Hornhautschüppchen befreit.

Die **Saugwellenmassage** – durch das Schröpfen mit kleinen Glasglocken wird das Bindegewebe, die Lymphe und der Stoffwechsel aktiviert.

Der **Ultraschall** – dadurch können spezielle Wirkstoffgele tief in der Haut ihre Wirksamkeit entfalten.

Durch diese Behandlung schenken Sie Ihrer Haut ein frisches, strahlendes Aussehen.

### **Gesicht, 50 min.**

€ 98

### **Gesicht, Hals & Dekolleté, 80 min.**

€ 150

## Gesichtsbehandlungen

**Microneedling mit Dermaroller, 45 min.** € 189

Nachfolgebehandlung, 50 min. € 109

Microneedling ist ein einzigartiges, ästhetisch-medizinisches Verfahren zur Verjüngung der Haut und Verbesserung der Hautstruktur. Die Behandlung mit dem Dermaroller ist höchst wirksam mit dauerhaften Ergebnissen. Während einer Microneedling Behandlung entstehen tausende, mikroskopisch kleine Verletzungen, die den Wundheilungsprozess des Körpers aktivieren. Durch winzige Nadeln werden die körpereigenen Reparatur- und Erneuerungsmechanismen angeregt. Dies führt zur Neubildung von Kollagen sowie von Elastin während des Heilungsprozesses, um Falten und Narben auf natürliche Weise wieder aufzufüllen und auszugleichen. Außerdem regeneriert sich die Haut, wodurch sich der Teint verschönert.

**Wimpernlifting mit Laminierung, 50 min.** € 90

Durch das Wimpernlifting wirken selbst kurze Wimpern länger und dichter und der Effekt hält bis zu 6 Wochen an. Die Wimpern werden nach oben geliftet, gefärbt und mit einer Keratin Spezialpflege laminiert und geschützt. Sie bekommen perfekte, gesunde Wimpern ganz ohne künstliche Verlängerung.

## Zusatzleistungen während einer kosmetischen Behandlung

**Wimpern färben, 15 min.** € 17

Für einen atemberaubenden Augenaufschlag: Gefärbte Wimpern lassen Sie zu jeder Tages- und Nachtzeit bezaubernd aussehen. Beim schonenden Färben der Wimpern wird Ihre natürliche Wimpernfarbe verstärkt, die Wimpern wirken nach dem Färben dichter und voller.

**Brauen färben, 10 min.** € 12

Für ein ausdrucksstarkes Gesicht: Gefärbte Brauen geben Ihrem Gesicht das gewisse Etwas. Die passende Farbe setzt natürliche Akzente.

**Brauen zupfen/fassonieren, 15 min.** € 12

Perfekt geformte Augenbrauen gehören zu einem ansprechenden Äußeren einfach dazu. Lassen Sie Ihre Brauen fassonieren und geben Sie Ihren leuchtenden Augen so den passenden Rahmen.

# UNIVERSKIN™

## Personalisierte Hautpflege

Universkin™ - die Kosmetika von morgen - ist eine einzigartige, wissenschaftlich basierte und von Medizinerinnen entwickelte, maßgeschneiderte Hautpflege. Jede Person ist individuell, wie auch ihre Haut und ihre Erwartungen. Daher sollte auch die Pflege individuell auf die einzelnen Bedürfnisse der Haut angepasst sein.

Der einzigartige Ansatz von Universkin™ ermöglicht aufgrund seiner erstaunlichen Wirksamkeit, verschiedene ästhetische und dermatologische Konditionen, wie Falten, Rötungen und Hyperpigmentierung, sowie trockene oder unreine Haut, zu behandeln.

### **Dabei werden 8 Funktionen berücksichtigt:**

1. Oxidativer Stress
2. Erscheinungsbild der Haut
3. Rötung
4. Hautschutzbarriere
5. Keratose
6. Talgbildung
7. Pigmentierung
8. Hautflora

### **Die "Hightech"-Formel des Serums besteht aus:**

- Bio Leindotteröl (Camelina Sativa)
- Biomimetische Peptide: biologische Botenstoffe für das physiologische Gleichgewicht der Haut
- Hyaluronsäure: um die ordnungsgemäße Funktion der Extrazellulären Matrix aufrechtzuerhalten und die Haut mit Feuchtigkeit zu versorgen
- Vitamin E: ein Antioxidans, das eine Reduktion UV-bedingter Hautschäden bewirkt und gegen die vorzeitige Hautalterung vorbeugt

Um Ihre personalisierte Formel zu erstellen, wird eine 3D Hautanalyse durchgeführt. Dadurch kann die richtige Auswahl aus den 19 aktiven Inhaltsstoffen getroffen werden, die abhängig von den Bedürfnissen der Haut mit dem Serum P kombiniert werden. Die aktiven Inhaltsstoffe werden auf Basis bewährter wissenschaftlicher Erkenntnisse ausgewählt.

Ihr für Sie maßgeschneidertes Serum ist innerhalb von einer Minute frisch für Sie zubereitet und je nach ärztlicher Empfehlung ist es morgens und/oder abends aufzutragen. Speziell auf Sie zugeschnitten, erhält Ihre Haut genau das, was sie braucht.

Im Laufe der Zeit wird Ihre personalisierte Formel Ihrem Lebensstil, Alter und Hautzustand sowie an die Jahreszeit und Umweltfaktoren angepasst.

Ärztliche Expertise + 1 High Tech Serum + 19 aktive Inhaltsstoffe = 1.159 mögliche Formulierungen in 57 Konzentrationsstufen

**Ausgangsbasis bildet:**

3D Gesichtshautanalyse, 30 min.	€ 60
Individualisiertes Serum	€ 144
2 individualisierte Seren	€ 252



# Allgemeines

## Terminvereinbarungen:

- vor Ort an der Therapie-Rezeption
- telefonisch: +43 (0) 2985 / 26 66 - 660
- via Mail: [medizin@lapura.at](mailto:medizin@lapura.at)

Wir empfehlen Ihre gewünschten Termine so früh wie möglich im Voraus zu reservieren. Selbstverständlich kann es immer vorkommen, dass auch kurzfristige Termine verfügbar sind.

## Verspätung & Stornierung:

Aus Respekt gegenüber nachfolgenden Gästen bitten wir Sie um Verständnis, dass bei Verspätung Ihrerseits, diese von der Behandlungszeit abgezogen wird. Sollten Sie Ihren Termin nicht einhalten können, bitten wir Sie, spätestens 24 Stunden vorher zu stornieren, da wir nicht fristmäßig annullierte und nicht wahrgenommene Termine zu 100 % in Rechnung stellen müssen. Auch für Termine in Form eines Gutscheines oder für Day Spa Buchungen gelten dieselben Bedingungen.

## Hinweis:

Bitte beachten Sie, dass die angegebene Behandlungsdauer neben der Massagezeit ebenso die Begrüßung, das Entkleiden, die jeweilige Ruhezeit sowie die Verabschiedung beinhaltet.

## Wertsachen:

Wir empfehlen Ihnen, Ihre Wertsachen im Hotelzimmersafe oder in einem der Garderobekästchen einzuschließen.

## la pura women's health resort kauptal

Hauptplatz 58

A-3571 Gars am Kamp, Austria

Tel.: +43 (0) 2985 / 26 66 - 0

Mail: [willkommen@lapura.at](mailto:willkommen@lapura.at)

[www.lapura.at](http://www.lapura.at)

Ein Resort der:

VAMED  
VITALITY  
WORLD

the  
relaxing  
way  
of life

Druck- und Satzfehler, sowie Preisänderungen vorbehalten. Stand: Februar 2020

Gültig sind die aktuellen Preise auf der Website [www.lapura.at/behaltungen](http://www.lapura.at/behaltungen)

Impressum: Gesundheitsresort Gars Betriebs GmbH, Hauptplatz 58, A-3571 Gars am Kamp, Austria // Foto-Credit: Suzy Stöckl, Marianne Feiler, Nils Voges, Alexander Maria Lohmann, Universkin™; Stock: Squaredpixels, Shutterstock: Demkat