



Unsere Leistungen 2026

GÜLTIG AB 26.12.2025



Park Igls
MEDICAL SPA RESORT

»Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts.«

Im Park Igls Medical Spa Resort verstehen wir Gesundheit als Weg zu mehr Lebensqualität und Longevity. Mit modernster Diagnostik, individueller Betreuung und Programmen nach der Modernen Mayr-Medizin führen wir Sie zu neuer Vitalität und Balance.

Unser Anspruch: Leading you to a healthier lifestyle – in einem Umfeld, das Privatsphäre, Ruhe und Exzellenz vereint. Dafür steht unser gesamtes Team, Tag für Tag.

Herzlichst,

Mag. Andrea Gnägi
Geschäftsführerin



Dr. med. Peter R. Gartner
Medizinischer Leiter



Werner Chizzali
Kaufmännischer Direktor



PROGRAMME

Detox Classic	5	Detox Intensive	6	Detox Short Break	7	Detox Medical Check	8
De-Stress	9	Physio-Fit	10	Meno-Chance	11	Fit statt Fatigue	12
Immune Booster	13	Sleep-Fit	14	Neuro-Fit	15		

SPECIALS

Ostern im Park Igls	17	Feldenkrais®-Woche	18	Sommer-Aktiv-Wochen	19
---------------------	----	--------------------	----	---------------------	----

DIAGNOSTIK & MEDIZIN

Ärztliche Leistungen und Therapien	21	Gesundheitspsychologie	22	Labor-Diagnostik	22	Magen-Darm-Diagnostik	22
Fachärztliche Untersuchungen	23	Medizin für SIE und IHN	24	Ultrasound Check	25	Super Medical Check	26

THERAPIEN & MASSAGEN

Physio- und Trainingstherapie	28	Medizinische Massagen	28	Spa-Leistungen	29
-------------------------------	----	-----------------------	----	----------------	----

MOVEMENT

Golf	31	kybun®	32	Feldenkrais®	33	Therapieklettern	34
bellicon®	35						

WEITERE INFORMATIONEN

Kosmetik & Hair Styling	37	Zimmer und Suiten	39	Basisleistungen	40	Buchung und Anreise	42–43
-------------------------	----	-------------------	----	-----------------	----	---------------------	-------

Preise pro Person und in Euro inkl. MwSt.



Programme

Detox Classic

Fit und gesund durch eine medizinisch begleitete Auszeit! Das schlanke Therapie-
modul mit entspannenden Vollmassagen ist Ihr idealer Einstieg in die Moderne Mayr-
Medizin.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 5 Vollmassagen (à 50 Min.)
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

2.120

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39),
Folgwochen je **1.939**

Auch ohne Massagen buchbar für **1.490**

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Detox Intensive

Die Königsklasse der Modernen Mayr-Medizin und das beliebteste Detox-Programm für nachhaltige Gewichtsreduktion. Sie verbessern bereits während Ihres Aufenthalts Ihren Gesundheitszustand deutlich, fühlen sich fitter, schöpfen neue Kraft und Energie. Ihr Therapieprogramm vor Ort erstellt unser ÄrztInnenteam ganz individuell nach der medizinischen Erstuntersuchung. Empfohlene Aufenthaltsdauer, damit Sie optimale Ergebnisse erzielen: mindestens zwei Wochen.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 2 ärztliche Kontrollen – manuelle Bauchbehandlungen (à 20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 1 Bioimpedanzmessung (Zellmasse, Körperflüssigkeit und Körperfett)
- Erweitertes Blutlabor
- 1 Harnuntersuchung
- 5 Vollmassagen (à 50 Min.)
- 1 Trainingstherapie / Personal Training (25 Min.)
- 3 Detox-Wickel mit Bienenwachs
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

2.816

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39),
Folgwochen je **2.396**

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Detox Short Break

Die Alltagshektik macht jetzt Pause – und Sie genießen diesen vitalen Kurzaufenthalt, um körperlich und seelisch bestmöglich zu entspannen. Sie lernen unser Haus, die wirksame Methode der Modernen Mayr-Medizin sowie unsere exquisite Mayr-Cuisine kennen. Dabei erfahren Sie direkt vor Ort, ob empfohlene längere Kuraufenthalte – mit für Sie individuell maßgeschneiderten Behandlungs- und Therapiezielen – nach unserer bewährten Methode der richtige Weg für Sie sind.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 1 Vollmassage (50 Min.)
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

4 THERAPEUTISCHE LEISTUNGEN – BITTE WÄHLEN SIE AUS

- 1 Teilmassage (25 Min.)
- 1 Trainingstherapie / Personal Training (25 Min.)
- 1 Wärmepackung (Moor oder Heublume)
- 1 Feuchtigkeitspackung
- 1 Detox-Wickel mit Bienenwachs
- 1 »Vier-Winde-Wickel«
- 1 Brustkompressen mit Lavendel
- 1 Zirbenlocken-Packung
- 1 Detox-Kopfhautbehandlung inkl. Peeling, Lotion und Styling
- 1 individuelle kosmetische Gesichtsbehandlung (für Mann und Frau), entspricht zwei Leistungen (50 Min.)

1.318

für 4 Nächte zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39)

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Detox Medical Check

Absolvieren Sie in nur einer Woche wichtige und umfassende präventiv-medizinische Untersuchungen auf höchstem Niveau. Kein Warten auf Arzttermine, kein Anstehen, dafür höchste medizinische Kompetenz und fachärztliche Untersuchungen durch unser ÄrztInnenteam vor Ort, in exklusivem Wohlfühl-Ambiente und mit maximaler Privatsphäre sowie Diskretion. Bei Bedarf können weitere fachärztliche Untersuchungen gebucht werden.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- Erweitertes Blutlabor inklusive Hormonstatus
- 1 Messung oxidativer Stress (freie Radikale)
- 1 Harnuntersuchung
- Haemoccult® (Stuhluntersuchung auf Blut)
- 1 Spirometrie (Lungenfunktion)
- 1 physiotherapeutische Befundung (50 Min.)
- Ultraschall der Bauchorgane und Gefäße (Abdomen und Abdominal-Gefäße)
- Ultraschall der hirnversorgenden Gefäße (Carotis)
- Ultraschall der Schilddrüse
- Ultraschall von Prostata und Hoden/der weiblichen Brust
- Ultraschall des Herzens (Echokardiografie)
- Ruhe- und Belastungs-EKG
- 5 Vollmassagen (à 50 Min.)
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

4.723

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39),
nur buchbar mit **Voranmeldung**

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

De-Stress

Das Burn-out-Prophylaxeprogramm: Schlafstörungen, Antriebslosigkeit, Herzrasen, Ruhelosigkeit oder Magenkrämpfe sind sehr ernstzunehmende Warnsignale unseres Körpers, die auf ein drohendes Burn-out oder eine chronische Erschöpfung hinweisen können. Massiven Druck im Berufsleben und Stress im privaten Alltag kennen viele, aber wie man damit am besten umgeht, wissen nur wenige Menschen. Tempo raus! Mit Coaching, Bewegungs- und Entspannungsübungen sowie speziellen Behandlungsformen lösen sich Blockaden. Ihre Regeneration wird effizient gefördert und Sie erlangen ein neues Wohlbefinden. Eine wertvolle Auszeit nicht nur für stressgeplagte Managerinnen und Manager.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 3 Vollmassagen – vor allem Akupunkt- und Bindegewebsmassagen (à 50 Min.)
- 2 Crano-Sacral-Therapien (à 50 Min.)
- 2 psychologische Coachings/Gesprächstherapien (à 50 Min.)
- 3 Wärmepackungen Kombi (Moor und Heublume)
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

2.846

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39),
Folgwochen je **2.665**

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Physio-Fit

Hilfe bei Rückenschmerzen und Gelenksbeschwerden, damit Sie den Alltag mit neuer Leichtigkeit und wieder schmerzfrei bewältigen können. Gezielt werden Ihre Schmerzsyndrome im Haltungs- und Stützapparat behandelt. Oft sind die Ursachen in Stress, Bewegungsmangel und ungesunder Ernährung zu finden; heilende Wärmepackungen, physiotherapeutische Behandlungen und Massagen sorgen in Kombination mit der Modernen Mayr-Medizin, gesunder Mayr-Cuisine und Bewegung für Linderung.

Dieses Programm empfehlen wir bei Rückenbeschwerden, Arthrosen, Osteoporose, schmerzhaften Muskelverspannungen, Gelenkschmerzen oder muskulärer Dysbalance.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 1 Bioimpedanzmessung (Zellmasse, Körperflüssigkeit und Körperfett)
- 1 Physiotherapie mit Befundung (50 Min.)
- 2 Physiotherapien (à 25 Min.)
- 2 Trainingstherapien (à 25 Min.) oder 1 Ganganalyse
- 3 Vollmassagen (à 50 Min.)
- 3 Elektro-/Ultraschalltherapien (à 25 Min.)
- 2 Wärmepackungen Kombi (Moor und Heublume)
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

2.719

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39),
Folgwochen je **2.379**

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Meno-Chance

Love your age – Körper, Geist und Seele als harmonische Einheit spüren, den zweiten Frühling genussvoll entdecken und Zeit fürs Frau-Sein haben. Sich seiner selbst bewusster sein zu können in einer für sehr viele Frauen besonders herausfordernden Lebensphase – unser Meno-Chance-Programm vermittelt Frauen ein neues Selbst-Bewusstsein, die Woche wirkt stressreduzierend und wohltuend auf Körper und Psyche und sorgt für ein Annehmen-Können sowie einen entspannteren Umgang mit dem neuen Lebensabschnitt. Nach Bedarf können wir für Sie einen Termin bei unserer Fachärztin für gynäkologische Endokrinologie vereinbaren.

Dieses Programm empfehlen wir bei Wechseljahrsbeschwerden wie Schlafstörungen, Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen und Gewichtszunahme.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- Erweitertes Blutlabor + Hormone Frau
- 2 Vollmassagen (à 50 Min.)
- 1 Shiatsu-Behandlung
- 1 Do-In – Körperübungen für zu Hause
- 2 Personal Trainings (à 25 Min.)
- 2 psychologische Coachings/Gesprächstherapien (à 50 Min.)
- 1 Brustkompressen mit Lavendel
- Kräuterworkshop
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

3.178

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39),
Folgwochen je **1.939**

Zusätzliche Empfehlung für 429

2 individuelle Medical-Beauty-Gesichtsbehandlungen

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Fit statt Fatigue

Holen Sie sich Ihre Energie zurück und meistern Sie den Alltag mit neuer Kraft. Mit diesem Programm helfen wir Ihnen, belastende physische und psychische Erschöpfungssymptome zu lindern und Ihr Wohlbefinden zu verbessern. Das interdisziplinäre Therapiekonzept fokussiert u. a. auf die Diagnostik von für Fatigue verantwortlichen Stoffwechselsubstanzen und auf die Mitochondrien, über die im Rahmen einer IHHT-Serie (Cell Training) eine Gewebsverjüngung und Leistungssteigerung erzielt wird. Belebende Infusionen, entgiftende Leberwickel und vitalisierende Massagen komplettieren das Angebot.

Dieses Programm empfehlen wir bei anhaltender Müdigkeit, Leistungsschwäche, Konzentrationsstörungen, myalgischer Enzephalomyelitis/chronischem Fatigue-Syndrom (ME/CFS).

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 1 CFS-Harnuntersuchung
- 4 IHHT (Cell Trainings) (à 50 Min.)
- 3 Aufbau-Infusionen
- 1 Physiotherapie mit Befundung / Atemtherapie (50 Min.)
- 2 Trainingstherapien / Personal Trainings (à 25 Min.)
- 3 Vollmassagen (à 50 Min.)
- 3 Detox-Wickel mit Bienenwachs
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

3.795

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39)
Folgwochen je **3.116**

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Immune Booster

Der Schwerpunkt dieses Programmes liegt auf der Stärkung Ihres Immunsystems und macht Sie damit widerstandsfähiger gegen Erkrankungen. Zwei Drittel der Verteidigungszellen Ihres Immunsystems sitzen im Darm, daher erzielt die Moderne Mayr-Medizin hier hervorragende Erfolge. Zusätzliche Power erhält Ihr Immunsystem durch Infusionen mit Aktivsauerstoff, Zink und Vitamin C. Dieses Programm hat ganzjährig Saison, als beste Jahreszeit empfehlen wir Ihnen den Spätsommer.

Dieses Programm empfehlen wir bei erhöhter Infektanfälligkeit.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- Erweitertes Blutlabor
- 3 Infusionen mit Aktivsauerstoff (Ozon)
- 3 Infusionen mit Zink
- 3 Infusionen mit Vitamin C
- 5 Vollmassagen (à 50 Min.)
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

3.351

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39),
Folgwochen je **2.616**

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Sleep-Fit

Erholsamer Schlaf ist keine Selbstverständlichkeit – und doch essenziell für körperliche Regeneration, geistige Klarheit und emotionale Stabilität. Sleep-Fit wurde für Menschen entwickelt, die unter Schlafstörungen, Tagesmüdigkeit, innerer Unruhe oder nicht erholsamen Nächten leiden – und dabei keine oberflächlichen Lösungen suchen. Das Programm setzt auf eine fundierte Kombination aus medizinischer Diagnostik, manueller Therapie, Mentalcoaching und entspannungsfördernden Anwendungen – individuell abgestimmt und ärztlich begleitet.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- Erweitertes Blutlabor
- 3 Vollmassagen (à 50 Min.)
- 2 Crano-Sacral-Therapien (à 50 Min.)
- 2 Brustkompressen mit Lavendel
- 1 Aromaölbehandlung (50 Min.)
- 1 Atemtherapie (25 Min.)
- 1 Schlafcoaching/Gesprächstherapie (50 Min.)
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

2.856

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39),
Folgwochen je **2.459**

Zusätzliche Empfehlungen

- Mobiles Schlaflabor: Umfassende Schlafdiagnostik (Polysomnografie) und ärztliche Schlafberatung für **1.292**
- Medizinische Hypnoakupunktur: Vorgespräch und gezielte ärztliche Hypnosetherapie für **534**
- 4 IHHT (Cell Trainings) (à 50 Min.) für **551**

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Neuro-Fit

Bei degenerativen Erkrankungen des Nervensystems – wie etwa Morbus Parkinson oder Multipler Sklerose – hilft Ihnen dieses spezielle Programm. Denn was Mayr-Ärzte schon seit Langem vermuten, ist mittlerweile durch neurowissenschaftliche Erkenntnisse belegt: Degenerative Erkrankungen des Nervensystems entstehen auch im Darm. Durch die neurointestinale Regeneration mittels Moderner Mayr-Medizin in Kombination mit Physiotherapie können Ihre Beweglichkeit und Koordination nachhaltig verbessert werden. Begleitende Coachings vermitteln wertvolle Alltagsstrategien, und in Feldenkrais®-Lektionen lernen Sie verloren gegangene Bewegungsmuster wieder neu. Tiefenmassagen entspannen Sie während Ihres Aufenthalts und sorgen darüber hinaus für bessere Beweglichkeit und erholsameren Schlaf.

Dieses Programm empfehlen wir bei neurodegenerativer Erkrankung wie Morbus Parkinson oder Multipler Sklerose, sowie nach Schlaganfällen mit Spätfolgen wie Restparese und motorischen Beeinträchtigungen.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 1 Physiotherapie mit Befundung (50 Min.)
- 2 Trainingstherapien (à 25 Min.)
- 1 Ganganalyse
- 3 Personal Trainings Feldenkrais® (à 50 Min.)
- 3 Teilmassagen (à 25 Min.)
- 2 psychologische Coachings/Gesprächstherapien (à 50 Min.)
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

3.206

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39),
Folgwochen je **2.772**

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**



Specials

Ostern im Park Igls

29. März bis 5. April 2026

Erleben Sie die Karwoche als wohltuende Auszeit für Körper und Geist. Sie aktivieren Ihre Selbstheilungskräfte durch innere Reinigung, kommen zur Ruhe und stärken Ihre Resilienz. Genießen Sie Achtsamkeit im Hier und Jetzt in frischer Bergluft vor einer wunderbaren Naturkulisse und finden Sie so zu neuer Leichtigkeit und positiver Lebenseinstellung. Bereits eine Woche kann spürbar und sichtbar kleine Wunder bewirken.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 3 Vollmassagen (à 50 Min.)
- 1 Cranio-Sacral-Therapie (50 Min.)
- 2 Detox-Wickel mit Bienenwachs
- 1 Feuchtigkeitspackung
- 3 Mental-Coaching-Einheiten in der Gruppe (à 50 Min.)
- 3 Entspannungs-Bewegungseinheiten in der Natur in der Gruppe
- 3 Abendmeditationen in der Gruppe
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

GENIESSEN SIE DIE BESONDERE ATMOSPHÄRE ZU OSTERN

- Ostermarkt im Park Igls, ausgedehnte Waldwanderung in Stille, Besichtigung des Doms zu St. Jakob und Besuch des Ostermarktes in Innsbruck
- Festliches Osterfrühstück als gesunder, kulinarischer Abschluss

Sehr gerne unterstützen wir Sie auch beim Handy-Fasten.

2.154

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39)

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Feldenkrais®-Woche

17. bis 24. Mai 2026

Entdecken Sie neue Bewegungsfreiheit und Leichtigkeit – durch bewusste, sanfte Impulse für Ihren Körper. Erleben Sie, wie wohltuend bewusste Bewegung sein kann! Unter der fachkundigen Anleitung eines erfahrenen Feldenkrais®-Coaches erkunden Sie Ihre gewohnten Bewegungsmuster und entdecken sanfte, entlastende Alternativen. Die Feldenkrais®-Methode fördert ein neues Körperbewusstsein, das Verspannungen löst und Schmerzen reduziert. In Kombination mit der Modernen Mayr-Medizin entsteht ein ganzheitlicher Ansatz für mehr Bewegungsfreiheit, Wohlbefinden und Leichtigkeit im Alltag.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 5 Feldenkrais®-Lektionen in der Gruppe (à 60 Min.)
- 1 Personal Training Feldenkrais® (50 Min.)
- 3 Vollmassagen bzw. Lymphdrainage, Cranio-Sacral-Therapie, Shiatsu (à 50 Min.)
- 3 Detox-Wickel mit Bienenwachs
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

2.400

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39)

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**



Sommer-Aktiv-Wochen

28. Juni bis 5. Juli bzw. 5. bis 12. Juli 2026

Verbinden Sie Ihre Leidenschaft für Sport mit der Modernen Mayr-Medizin – und lassen Sie sich von Olympiasiegerin Maria Riesch zu einem aktiven, gesunden Sommer inspirieren. Gemeinsam mit der Skirennläuferin und unserem erfahrenen Team aus MedizinerInnen, TrainerInnen und TherapeutInnen begleiten wir Sie auf Ihrem Weg zu mehr Energie, Stabilität und Wohlbefinden.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 2 Bioimpedanzmessungen (Zellmasse, Körperflüssigkeit, Körperfett)
- 4 IHHT (Cell Trainings) (à 50 Min.)
- 3 Vollmassagen bzw. Lymphdrainage, Cranio-Sacral-Therapie, Shiatsu (à 50 Min.)
- 3 Teilmassagen (à 25 Min.)
- 1 Mental-Coaching-Einheit in der Gruppe (50 Min.)
- 3 aktivierende Bewegungseinheiten in der Gruppe
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

EXKLUSIVE HIGHLIGHTS MIT MARIA RIESCH

- 1 Indoor-Bewegungseinheit pro Woche
- 1 Outdoor-Bewegungseinheit pro Woche
- Inspirierender Abendvortrag „Gold muss geschmiedet werden“ – jeweils mittwochs
- Gemeinsame Wanderung am Sonntag, 5. Juli 2026 nachmittags

Inmitten der beeindruckenden Naturkulisse der Sportstadt Innsbruck erwarten Sie optimale Bedingungen für Berglauf, Mountainbike, Klettern und vielseitige Outdoor-Aktivitäten.

2.430

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39)
Folgwoche **2.149**

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Ärztliche Leistungen und Therapien

Große Neuraltherapie	192
Kleine Neuraltherapie	112
Akupunktur oder Laserakupunktur	156
Medizinische Hypnose/Hypnoakupunktur	394
5 Infusionen mit Aktivsauerstoff (Ozon)	905
10 Infusionen mit Aktivsauerstoff (Ozon)	1.491
4 IHHT (Cell Trainings)	551
9 IHHT (Cell Trainings)	1.102
IP-Kompressionstherapie	82
Medizinischer Aderlass	80
Infusionstherapie, je nach Zusätzen, z. B.	
– <i>Vitamin C</i>	112
– <i>Aufbau</i>	198
– <i>Base</i>	198
Haemo-Laser-Therapie (5 x)	550
Haemo-Laser-Therapie (10 x)	905
Dickdarmreinigung (Colon-Hydro)	278
Leberreinigung	2.054
Spirometrie (Lungenfunktion)	95
24-Std.-Blutdruck-Monitoring	284

Weitere diagnostische und medizinische Leistungen auf Anfrage

Gesundheitspsychologie

Psychologisches Coaching/Gesprächstherapie (50 Min.) **235**

Labor-Diagnostik

Normales Blutlabor	100
Erweitertes Blutlabor	240
– mit Spezial-Labor »Immunprofil«	<i>auf Anfrage</i>
Herz-Kreislauf-Blutlabor	160
Hormone Frau	145
Hormone Mann	145
Tumormarker	<i>auf Anfrage</i>
Messung oxidativer Stress (freie Radikale)	97
Vitalblutuntersuchung (Dunkelfeld)	212
Großer Nahrungsmittelallergie-Bluttest	490

Magen-Darm-Diagnostik

Intoleranztest (Fructose-, Sorbit- oder Laktoseunverträglichkeit)	91
Pilzbelastungstest (Harnuntersuchung)	110
Biovis-Mikrobiom-Analyse	<i>auf Anfrage</i>

Weitere diagnostische und medizinische Leistungen auf Anfrage

Fachärztliche Untersuchungen

Ultraschall-Diagnostik (Radiologie)	
– <i>Hirnversorgende Gefäße (Carotis)</i>	209
– <i>Schilddrüse</i>	209
– <i>Bauchorgane und -gefäße</i>	392
– <i>Prostata, transrektal</i>	209
– <i>Hoden</i>	209
– <i>Weibliche Brust (Mamma)</i>	278
Herz-Kreislauf-Diagnostik	
– <i>Ruhe-EKG</i>	127
– <i>Ruhe- und Belastungs-EKG/Ergometrie</i>	424
– <i>Echokardiografie (Ultraschall des Herzens)</i>	368
CT- und MRT-Untersuchung	<i>auf Anfrage</i>
Somnografie/Schlafdiagnostik	1.292
Pulmologische Beratung	<i>auf Anfrage</i>
Dermatologische Untersuchung (Haut)	227
Neurologische Untersuchung	296
Klinisch-urologische Untersuchung inkl. Beratungsgespräch (50 Min.)	455
Endokrinologische Beratung	<i>auf Anfrage</i>
Koloskopie/Gastroskopie	<i>auf Anfrage</i>
Augenhintergrund und Augeninnendruck	<i>auf Anfrage</i>
HNO-Untersuchung	<i>auf Anfrage</i>
Phlebologische Untersuchung (Venen)	<i>auf Anfrage</i>

Weitere diagnostische und medizinische Leistungen auf Anfrage

Medizin für SIE und IHN

Seit Jahren bieten wir unseren Gästen während des Aufenthalts die Möglichkeit, unser ÄrztInnenteam auch für sehr geschlechtsspezifische Fragestellungen zu konsultieren. Das Park Iglis bietet dazu im Bereich der Gendermedizin präzise Diagnostik auf höchstem Niveau und Beratung unter anderem bei diesen Themen: Better Aging, Menopause, unerfüllter Kinderwunsch, Unfruchtbarkeit oder erektiler Dysfunktion.

Hormonstatus	145
Klinisch-urologische Untersuchung inkl. Beratungsgespräch (50 Min.)	455
Ultraschall-Diagnostik (Radiologie)	
– <i>Prostata, transrektal</i>	209
– <i>Hoden</i>	209
– <i>Blase und Nieren</i>	278
– <i>Weibliche Brust (Mamma)</i>	278
Endokrinologische Beratung	auf Anfrage
Osteoporose-Prophylaxe	auf Anfrage

Weitere diagnostische und medizinische Leistungen auf Anfrage

Es ist erwiesen, dass eine Mayr-Kur die Fruchtbarkeit erhöht und ideal für die Vorbereitung auf eine geplante Schwangerschaft ist.

Ultrasound Check

Nutzen Sie Ihren Aufenthalt im Park Igls für eine umfassende fachärztliche Ultraschalluntersuchung bei unserem Radiologen. Die Ultraschall-Diagnostik findet direkt bei uns in der medizinischen Abteilung statt und Sie können dieses Diagnostikmodul ganz einfach – idealerweise schon vor Reiseantritt – ergänzend zu Ihrem Programm buchen. Für Ihre Gesundheitsvorsorge, insbesondere auch Krebsvorsorge, decken Sie mit einer jährlichen Ultraschalluntersuchung der Bauchorgane, der Gefäße, der hirnversorgenden Gefäße, der Schilddrüse, der Prostata oder der weiblichen Brust ein breites Feld ab.

UMFASSENDES DIAGNOSTIKMODUL

- Ultraschall der Bauchorgane und Gefäße (Abdomen und Abdominal-Gefäße)
- Ultraschall der hirnversorgenden Gefäße (Carotis)
- Ultraschall der Schilddrüse
- Ultraschall von Prostata und Hoden/der weiblichen Brust

1.088

Als Zusatzleistung zu einem Programm buchbar, nur mit **Voranmeldung**

Super Medical Check

Während Ihres Aufenthalts absolvieren Sie in nur wenigen Tagen mit diesem umfassenden Diagnoseprogramm eine präventiv-medizinische Versorgung auf höchstem Niveau. Das spart neben Zeit auch den Gang zu mehreren FachärztlInnen und liefert Ihnen eine umfassende Analyse aller wichtigen Funktionsabläufe Ihres Organismus. Mit der Bewertung möglicher Risikofaktoren durch unser ÄrztlInnenteam bieten wir Ihnen damit ein optimales Vorsorgeprogramm mit State-of-the-Art-Diagnostik.

UMFASSENDES DIAGNOSTIKMODUL

- Erweitertes Blutlabor inklusive Hormonstatus
- 1 Harnuntersuchung
- Haemoccult® (Stuhluntersuchung auf Blut)
- 1 Spirometrie (Lungenfunktion)
- 1 Messung oxidativer Stress (freie Radikale)
- 1 physiotherapeutische Befundung (50 Min.)
- Ultraschall der Bauchorgane und Gefäße (Abdomen und Abdominal-Gefäße)
- Ultraschall der hirnversorgenden Gefäße (Carotis)
- Ultraschall der Schilddrüse
- Ultraschall von Prostata und Hoden/der weiblichen Brust
- Ultraschall des Herzens (Echokardiografie)
- Ruhe- und Belastungs-EKG

2.604

in Kombination mit einem Programm. Nur buchbar mit **Voranmeldung**;
ohne Programm müssen zusätzlich eine Erstuntersuchung für **252**
und eine Abschlussbesprechung für **229** gebucht werden.

● **Zusammenarbeit mit der Universitätsklinik Innsbruck:** Nach Bedarf können weitere Untersuchungen vor Ort gebucht werden. In Kooperation mit der Universitätsklinik Innsbruck und spezialisierten privaten Anbietern steht die gesamte Vielfalt modernster Diagnostikmethoden zur Verfügung.

THERAPIEN & MASSAGEN

Physio- und Trainingstherapie

Physiotherapie mit Befundung (50 Min.)	177
Physiotherapeutischer Muskelfunktionstest (50 Min.)	177
Physiotherapie (25 Min.)	95
Elektro-/Ultraschalltherapie (3 x)	160
Ganganalyse	200
Trainingstherapie / Personal Training (50 Min.)	156
– ab 2 Personen pauschal	240
Trainingstherapie / Personal Training (25 Min.)	83
– ab 2 Personen pauschal	126
Therapieklettern (25 Min.)	83
Atemtherapie (25 Min.)	95

Medizinische Massagen

Akupunktmassage nach Penzel, Bindegewebsmassage, Cranio-Sacral-Therapie, Dorn-Breuß-Methode, Entgiftungsmassage, Fußreflexzonenbehandlung, klassische Massage, Lymphdrainage, Rücken-Intensiv-Massage, Shiatsu-Behandlung, Strukturelle Integration, Tiefenmassage nach Dr. Marnitz

Spezialmassage (80 Min.)	201
Vollmassage (50 Min.)	140
Teilmassage (25 Min.)	76

Weitere therapeutische Leistungen auf Anfrage

Spa-Leistungen

Aromaölbehandlung	96
Body-Wrap	175
Brust- oder Unterbauchkompressen	63
Cleopatrapackung	129
Detox-Wickel mit Bienenwachs	80
Entgiftende Algenpackung	160
Feuchtigkeitspackung	98
Ganzkörper-Peeling	175
Inhalation mit verschiedenen Zusätzen	38
Nasenrödern mit ätherischen Ölen	23
Schiele-Fußbad	47
Straffende Körperpackung (Anti-Cellulite, entwässernd)	129
Terra-Vit-Wickel	197
Venenwickel	72
»Vier-Winde-Wickel«	63
Wärmepackung (Moor oder Heublume)	66
Wärmepackung Kombi (Moor und Heublume)	95
Zirbenlocken-Packung	70

Weitere therapeutische Leistungen auf Anfrage



Movement

Golf

Rund 60 Prozent aller GolfspielerInnen leiden unter Schmerzen – ausgelöst durch einen falsch angelernten Bewegungsablauf oder durch muskuläre Dysbalancen. Das Park Igls bietet ein spezielles golfspezifisches Trainingsprogramm, das medizinische und physiotherapeutische Erkenntnisse vereint. Es kann allen GolferInnen jeder HCP-Klasse zu einem gesunden und sportlichen Schwung verhelfen. Um die nicht richtigen Bewegungsabläufe zu erkennen und entsprechend zu korrigieren, steht Ihnen ein ausgebildetes Team an TherapeutInnen zur Seite, damit Sie Ihre künftigen Golfrunden mit schmerzfreiem Schwung genießen können. Auch ideal zur Vorbereitung auf die Golfsaison!

Das herrliche Sonnenplateau rund um das Park Igls ist ein wahres Eldorado für GolferInnen – gleich drei **Golfplätze und eine Driving Range** befinden sich in unmittelbarer Nähe und bieten abwechslungsreiche Fairways sowie unterschiedliche Schwierigkeitsgrade. Außerdem liegen im Umkreis von 100 Kilometern etliche weitere Golfplätze, z. B. in Seefeld, am Achensee, in Kitzbühel ...

Mit dem **eigenen Chipping- und Putting-Green** auf Golfplatzniveau eröffnen sich im Park Igls zusätzliche Bewegungsmöglichkeiten. Auf dem Green lässt sich vor allem das Kurzspiel ideal trainieren und verbessern.

- Golfspezifische Funktionsanalyse (50 Min.) **156**
- Golfspezifisches Koordinations- und Kräftigungstraining (50 Min.) **156**
- Pre-Shot und Warm-up (25 Min.) **83**
- Golfstunde mit dem Pro *auf Anfrage*

☞ Als Gründungsmitglied des Golfclubs Innsbruck-Igls kann das Park Igls seinen Gästen stark reduzierte Greenfees für die Golfplätze Rinn und Lans ermöglichen.

kybun®

Mit dem Stehen, Gehen und Laufen auf weichem Untergrund trainieren Sie neben Kraft, Ausdauer, Koordination und Gleichgewicht vor allem Ihre stabilisierenden Muskeln rund um die Gelenke und die Wirbelsäule.

kybun® beruht auf modernster biomechanischer Grundlagenforschung. Es fördert das Zusammenspiel von Gehirn, Nerven und Muskulatur und wird in der Prävention, Regeneration und Rehabilitation eingesetzt. kybun® fördert die Körperwahrnehmung und Sensomotorik und hilft so, Heilungsprozesse zu beschleunigen. Die kybun®-Technik in ihren verschiedenen Facetten eignet sich als ergänzende Therapie nach Verletzungen und Operationen.

KYBUN®

- stärkt die stabilisierende Muskulatur des gesamten Körpers
- verbessert Körperhaltung und Gleichgewicht
- intensiviert die Beinvenen-Pumpe
- steigert Konzentration und Leistungsfähigkeit
- fördert Widerstandskraft und Belastbarkeit

PERSONAL TRAINING KYBUN®

- auf dem kyBounder (Matte)
- auf dem kyTrainer (Laufband) mit dem einzigartigen Mikro-Intervall-Training
- kyBoot Intervall Walking outdoor mit kyBoots (Luftkissenschuhen)

Personal Training kybun® (50 Min.)	156
Personal Training kybun® (25 Min.)	83

◆ KyBoots für zu Hause können Sie bei uns im Shop erwerben.

Feldenkrais®

Bei der Feldenkrais®-Methode gibt es kein »Richtig« und kein »Falsch«, sie ist in erster Linie eine körperorientierte Lernmethode. Dr. Moshé Feldenkrais (1904–1984) studierte die Zusammenhänge zwischen Bewegung, Wahrnehmung, Denken und Fühlen. Aus der Erkenntnis ihrer engen Wechselwirkung entwickelte er eine Methode, die auf der natürlichen Lernfähigkeit des menschlichen Nervensystems basiert: Seine Fähigkeit, neue Verknüpfungen im Gehirn aufzubauen, ist elementarer Bestandteil jeder echten Veränderung.

DIE WIRKUNG VON FELDENKRAIS®

- Verbesserung der Beweglichkeit und persönlichen Lebensqualität
- Verbesserung der sportlichen Leistung ohne zusätzliche Anstrengung
- Verbesserung der Ausdrucksmöglichkeiten künstlerisch tätiger Menschen (z. B. TänzerInnen, MusikerInnen)
- Verbesserung von psychomotorischen Beschwerden (z. B. Rückenschmerzen, Nackenverspannungen, Tinnitus)
- Verspannungen und Stress können abgebaut werden
- Ideal bei neurologischen Erkrankungen

BEWUSSTHEIT DURCH BEWEGUNG: FELDENKRAIS® IN DER GRUPPE

In der Gruppenarbeit erhalten Sie verbale Anleitungen zu Bewegungsabfolgen.

FUNKTIONALE INTEGRATION: PERSONAL TRAINING FELDENKRAIS®

Feldenkrais®-Arbeit, angewandt in Einzelstunden, ist speziell auf Ihre individuellen Bedürfnisse ausgerichtet. Das passive Bewegtwerden eröffnet einen direkten, schnelleren Zugang zu neuen Bewegungsmustern.

Personal Training Feldenkrais® (50 Min.)

177

Therapieklettern

Beweglichkeit, Kraft und Koordination verbessern mit therapeutischem Klettern: Diese Therapiemethode optimiert das koordinative Zusammenspiel verschiedener Muskelgruppen oder Extremitäten (Bewegungskoordination). Mögliche Kraftdefizite können analysiert und behoben werden (Gelenksstabilisation). Durch gezieltes Kräftigen der Halte- und Stützmuskulatur kann diese Therapiemethode bei jedem Leistungs- bzw. Kraftniveau angewandt werden.

Therapieklettern wird in Kombination mit der Modernen Mayr-Medizin vielseitig eingesetzt und erzielt sehr gute Therapieergebnisse in diesen Einsatzbereichen:

ORTHOPÄDIE/TRAUMATOLOGIE

- Haltungsschwäche
- Rückenschmerzen (Lumbalgie)
- Skoliose (Verkrümmung der Wirbelsäule)
- Instabilitäten und muskuläre Dysbalancen (Wirbelsäule, Schulter, Knie, Sprunggelenk)
- Rehabilitation zum Beispiel nach Bandscheibenvorfall, Cervikalsyndrom, Kreuzbandriss, Schulterluxation, Knochenbruch

NEUROLOGIE

- Störungen in der Bewegungsplanung und -ausführung wie Multiple Sklerose (MS), Parkinson oder Ataxie
- Lähmungserscheinungen nach Schlaganfällen
- Koordinationsstörungen und Gleichgewichtsdefizite
- Körperwahrnehmungsstörungen

Personal Training Therapieklettern (25 Min.)	83
5 x Personal Training Therapieklettern (25 Min.)	353
10 x Personal Training Therapieklettern (25 Min.)	623

bellicon®

Bewegungsfreude und wirkungsvolle Trainingsreize – das »neue« Trampolintraining mit dem hochelastischen Minitrampolin *bellicon®* macht kräftig und glücklich. Das Schwingen auf dem Trampolin stärkt nicht nur das Herz-Kreislauf-System und sämtliche Muskeln, sondern aktiviert den Stoffwechsel jeder Körperzelle.

EFFEKTE EINES TÄGLICHEN 5-MINUTEN-TRAININGS

- Das Herz-Kreislauf-System und sämtliche Muskeln werden gestärkt.
- Das Gleichgewicht wird verbessert.
- Der Stoffwechsel jeder Körperzelle wird aktiviert.
- Die Lymphdrainage wird angeregt und das Immunsystem gestärkt.
- Die Körperhaltung wird verbessert.
- Das Training schont Gelenke und Rücken.
- Der Beckenboden wird gestärkt.
- Es wirkt vorbeugend gegen Osteoporose.
- Es hat einen positiven Einfluss bei Allergien und Diabetes.
- Stress und Müdigkeit werden abgebaut.
- Glückshormone werden ausgeschüttet.

PERSONAL TRAINING BELLICON®

- wirkungsvolles Wechselspiel aus An- und Entspannung
- einfaches Training für jedermann

Personal Training <i>bellicon®</i> (50 Min.)	156
Personal Training <i>bellicon®</i> (25 Min.)	83

► Stellen Sie Ihr persönliches **bellicon® für zu Hause** bei uns im Shop zusammen.

Kosmetik & Hairstyling

KOSMETIKSTUDIO IM PARK IGLS

Im Erdgeschoss | Geöffnet: werktags 8.30–18.00 Uhr
kosmetik-park-igls.at | Termin buchen: Tel. +43 (0)676 377 3005

Hoch spezialisiert auf exklusive Medical-Beauty-Behandlungen, erstklassige modernste Derma-Kosmetik für Gesicht und Körper, Podologie sowie individuelle und einfühlsame Beratung: Dafür steht die **Kosmetik im Park Igls** unter der Leitung von Sonja Sojer und Tabea Stöckl. Ausgezeichnet mit dem REVIDERM-Gütesiegel verwöhnt Sie das Expertinnenteam mit herausragender Behandlungsqualität.

Empfehlungen:

- Neu: IMAGE Skincare – Hautpflege der Profis
- Mesoporation und Radiofrequenz – Gewebe straffen und Falten vermindern
- REVIDERM-Ultraschall – Anti-Aging-Behandlung für gesündere und schönere Haut
- Micro-/Nano-Needling – sanft oder intensiv zur Hautverjüngung und mehr Glow
- Multi face one – Frische-Kick

FRISEURSALON IM PARK IGLS

Im Untergeschoss | Geöffnet: Dienstag bis Freitag sowie an zwei Samstagen pro Monat
headandsoul.at | Termin buchen: Tel. +43 (0)660 904 0528

Ganzheitliche Haarpflege – dafür steht **Head & Soul** unter der Leitung von Claudia Steixner. Haarpflege auf einem neuen Niveau: neues Hair-Styling, modischer Cut, frische Farbe, Föhnen für den Theaterbesuch oder wohltuende Treatments. Jede Behandlung erfolgt mit größter Sorgfalt – für gesunde Haare, vitale Kopfhaut und ein neues Körpergefühl.

Empfehlungen:

- Kopfhautpeeling, angereichert mit ätherischen Ölen
- Kopfhautanalyse mit individuell abgestimmter Kopfhautpflege
- Energetischer Haarschnitt
- Detox Intensiv-Haarwäsche



Zimmerpreise

EINZELZIMMER

Standard (ca. 20 m ²)	217
Superior (ca. 24 m ²)	276
Deluxe (ca. 35 m ²)	454
Deluxe plus* (ca. 40 m ²)	501

DOPPELZIMMER

Standard (ca. 28 m ²)	210	(Zuschlag Einzelbelegung 84)
Superior (ca. 33 m ²)	252	(Zuschlag Einzelbelegung 101)
Deluxe (ca. 43 m ²)	365	(Zuschlag Einzelbelegung 146)

SUITEN

Standard (ca. 45 m ²)	399	(Zuschlag Einzelbelegung 160)
Superior (ca. 50 m ²)	494	(Zuschlag Einzelbelegung 198)
Deluxe (ca. 64 m ²)	589	(Zuschlag Einzelbelegung 236)
Deluxe plus* (ca. 64 m ²)	637	(Zuschlag Einzelbelegung 255)
Park Igls Suite	1.460	(Pauschalpreis bis 5 Personen)

◆ Preise in Euro jeweils pro Tag und Person inklusive Frühstück sowie Parkplatz in der Tiefgarage oder Transfer vom/zum Flughafen/Bahnhof Innsbruck. Moderne Mayr-Cuisine, Bewegungsprogramm und Behandlungen nicht inbegriffen. Bei einem Aufenthalt ohne Programm werden zusätzlich die Basisleistungen von 133 Euro pro Tag verrechnet (Leistungen siehe Seite 40). Ermäßigung: 5% ab zwei Wochen, 10% ab drei Wochen. Alle Zimmer sind ausgestattet mit Safe, Flat-Screen, kostenlosem Internetzugang, Badewanne und/oder Dusche sowie Bidet. Alle Zimmer sind klimatisiert und haben einen Balkon mit Blick auf die Tiroler Alpen. Zwei Zimmer sind komplett barrierefrei.

* mit eigener Infrarotkabine

Basisleistungen

Die Grundlage Ihres Aufenthaltes und fixer Bestandteil jedes Programms:

- Tägliches Kneippen (Bein-, Arm- oder Sitzwechselbäder)
- Köstliche basenorientierte Moderne Mayr-Cuisine nach individuellem Diätplan
- Mineralwasser, Kräutertee und Basenbrühe
- Vielfältiges medizinisches Bewegungs- und Entspannungsprogramm
- Gesundheitspsychologisches Lebensstilmanagement und mentales Coaching in der Gruppe
- Fachvorträge zum Gesundwerden und Gesundbleiben
- Benutzung von Schwimmbad, Saunen, Dampfbad, Infrarotkabine und großzügigem, modernem Panorama-Fitnessraum
- Benutzung unseres Chipping- und Putting-Greens

133

pro Tag und Person, in den Programmen bereits inkludiert

► **Aufenthaltsdauer:** Für eine nachhaltige Regeneration und Optimierung der Gesundheit empfehlen wir einen Aufenthalt von mindestens 14 Tagen, idealerweise von drei Wochen. Aber auch schon eine Woche setzt richtungsweisende Impulse für eine spürbare Verbesserung Ihres Wohlbefindens.



Informationen

VITALPUNKTE

Für jeden Ihrer Aufenthalte in unserem Hotel erhalten Sie bei Direktbuchung 10 % des Zimmerpreises in Form von Vitalpunkten für Ihren nächsten Aufenthalt gutgeschrieben. Für Ihre Weiterempfehlung an Ihre Freunde, Familie oder Geschäftspartner ebenso!

UNSERE LIEBEN VIERBEINER

Hunde sind nur nach Absprache im Zimmer des Gastes erlaubt. Kosten: 30 Euro pro Tag und Hund im eigenen Korb ohne Verpflegung, zuzüglich 150 Euro einmalige Spezialreinigung des Zimmers. Wir bitten um Verständnis, dass Hunde im Allgemeinbereich, in der Parkanlage und in der medizinischen Abteilung keinen Zutritt haben.

VORBEREITUNG VOR IHREM AUFENTHALT

Bei einer Buchung erhalten Sie detaillierte Informationen, wie Sie sich bereits zu Hause vorbereiten können, um den Erfolg Ihres Gesundheitsaufenthaltes zu optimieren.

AN- UND ABREISE

Ab 14 Uhr ist Check-in möglich, Zimmerfreigabe am Abreisetag bis 11 Uhr. Wir empfehlen, sonntags anzureisen: Unsere Gäste begrüßen wir um 17.30 Uhr mit einem Willkommensdrink mit anschließender Hausführung und einem Willkommensmenü. Am Montag um 16.30 Uhr erfahren Sie die neuesten Erkenntnisse der Modernen Mayr-Medizin bei einem Einführungsvortrag von einem unserer Ärzte oder einer unserer Ärztinnen.

PREISE UND ZAHLUNGSBEDINGUNGEN

Die angegebenen Preise verstehen sich pro Person und in Euro inklusive aller Steuern und Abgaben, gültig ab 26.12.2025. Neben Banküberweisung akzeptieren wir Bargeld, EC-Karte, Visa, MasterCard, Amex und Diners.

STORNOGEBÜHR

bis 2 Wochen vor Anreise: keine Stornogebühr,
bis 1 Woche vor Anreise: 50 % aller gebuchten Leistungen,
in der letzten Woche vor Anreise: 100 % aller gebuchten Leistungen. Bei vorzeitiger Abreise kann auf Pauschalen und fixe Zimmerreservierungen kein Abzug gewährt werden. Generell gelten die österreichischen Hotelvertragsbedingungen.

WEB UND SOCIAL MEDIA

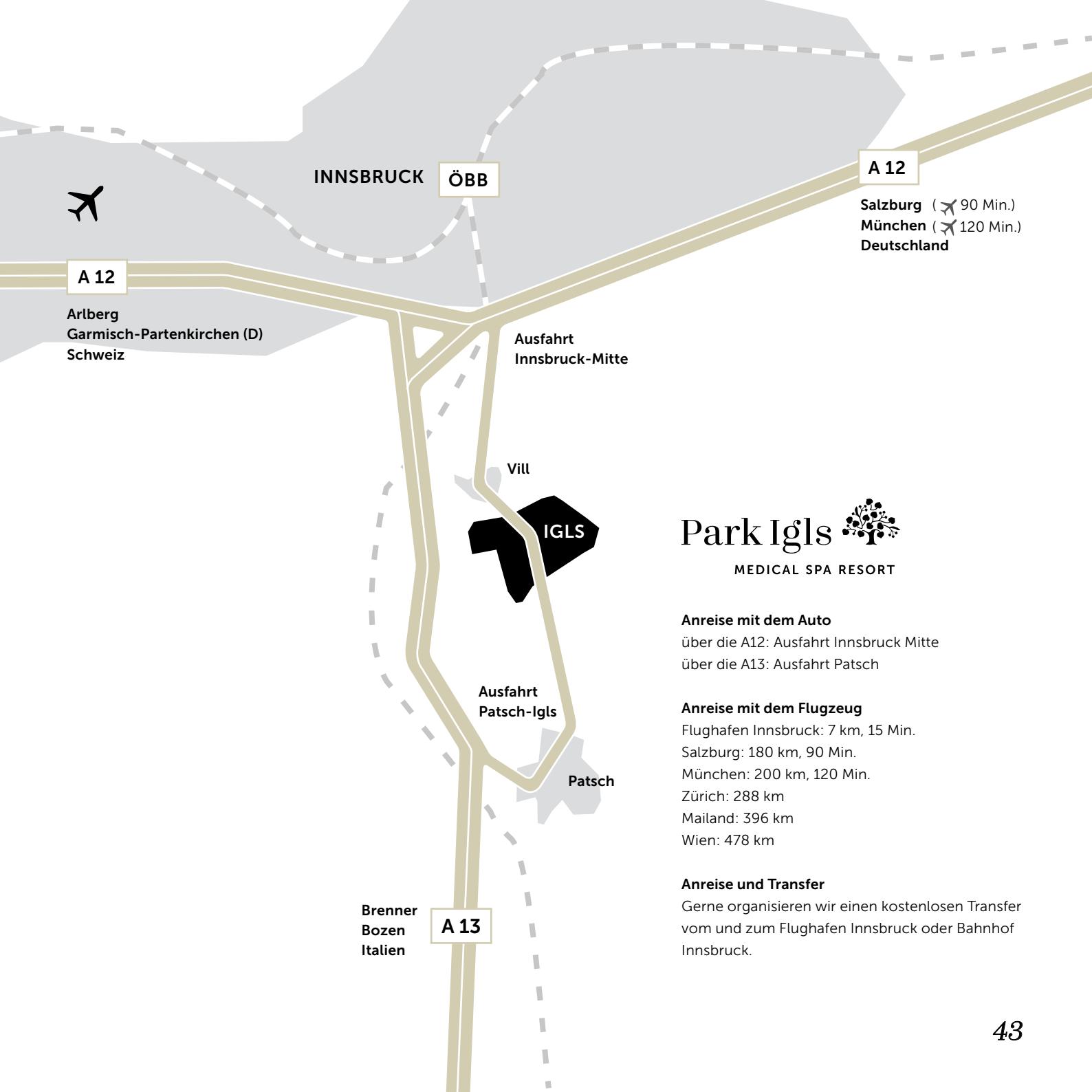
Tipps und Neuigkeiten finden Sie in unserem Gesundheitsblog unter www.park-igls.at sowie in unserer Park-Igls-App. Besuchen Sie uns auch auf Facebook und Instagram.

PARK IGLS-BÜCHER

Unser Mayr-Buch »Gesundheit im Zentrum« (47,90 Euro) vereint viele Tipps für einen gesunden Lebensstil. Ebenso können Sie bei uns das Kochbuch »F.X. Mayr für Gourmets« (30 Euro) und das Fastentagebuch »Glück im Bauch« (12,90 Euro) bestellen.

SORRY, NO SMOKING

Das Gebäude des Park Igls ist rauchfrei.



Auszeichnungen

CONDÉ NAST JOHANSENS AWARDS FOR EXCELLENCE

Winner 2026 Best Wellness Programme
Winner 2025 Best Destination Spa

THE TIMES MAGAZINE

The World's Best Detox Spa 2025

LOOK! SPA AWARDS

Winner Best Medical Spa 2025
Winner Best Medical Spa 2023

CONNOISSEUR CIRCLE

Winner Top Medical Spa 2025
Top 3 Medical Spa 2024, 2023, 2022, 2021

THE LUXURY SPA EDIT AWARDS

Top 3 Best Global Detox Retreat 2025

CONDÉ NAST TRAVELLER READERS' CHOICE AWARDS

Winner 2024 Best Destination Spa Europe

CONDÉ NAST TRAVELLER SPA AWARD

Winner 2023 Destination Health
Winner 2015 Most Effective Medi-Spa

CONDÉ NAST TRAVELLER SPA GUIDE

Listung 2023, 2019, 2018, 2017, 2016, 2015, 2014, 2013

LUXLIFE RESORTS & RETREATS AWARD AUSTRIA

Winner 2023 Best Alpine Health & Wellness Retreat

FALSTAFF READERS' CHOICE

Top 3 Medical 2023

NATIONAL GEOGRAPHIC TRAVELLER

Winner 2021 Best for Serious Spa-lovers

TATLER SPA GUIDE

Listung 2023, 2021, 2019, 2018, 2017, 2016, 2015, 2014, 2013, 2012, 2011

TATLER SPA TROPHY

Winner 2014 Best for Medical Marvels
Winner 2011 Hardcore Turnaround

CONDÉ NAST TRAVELLER READERS' TRAVEL AWARDS

Winner 2013 Best Destination Spa

WORLD LUXURY SPA AWARD

Regional Winner 2020 Best Detox Program

Park Igls | Gesundheitszentrum Igls GmbH | Igler Straße 51, 6080 Innsbruck-Igls, Österreich

Tel. +43 (0)512 377 305 | info@park-igls.at | www.park-igls.at

© November 2025



Feldenkrais®-Woche

17. bis 24. Mai 2026

Entdecken Sie neue Bewegungsfreiheit und Leichtigkeit – durch bewusste, sanfte Impulse für Ihren Körper. Erleben Sie, wie wohltuend bewusste Bewegung sein kann! Unter der fachkundigen Anleitung eines erfahrenen Feldenkrais®-Coaches erkunden Sie Ihre gewohnten Bewegungsmuster und entdecken sanfte, entlastende Alternativen. Die Feldenkrais®-Methode fördert ein neues Körperbewusstsein, das Verspannungen löst und Schmerzen reduziert. In Kombination mit der Modernen Mayr-Medizin entsteht ein ganzheitlicher Ansatz für mehr Bewegungsfreiheit, Wohlbefinden und Leichtigkeit im Alltag.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- 1 ärztliche Kontrolle – manuelle Bauchbehandlung (20 Min.)
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 5 Feldenkrais®-Lektionen in der Gruppe (à 60 Min.)
- 1 Personal Training Feldenkrais® (50 Min.)
- 3 Vollmassagen bzw. Lymphdrainage, Cranio-Sacral-Therapie, Shiatsu (à 50 Min.)
- 3 Detox-Wickel mit Bienenwachs
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

2.400

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39)

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

Sommer-Aktiv-Wochen

28. Juni bis 5. Juli bzw. 5. bis 12. Juli 2026

Verbinden Sie Ihre Leidenschaft für Sport mit der Modernen Mayr-Medizin – und lassen Sie sich von Olympiasiegerin Maria Riesch zu einem aktiven, gesunden Sommer inspirieren. Gemeinsam mit der Skirennläuferin und unserem erfahrenen Team aus MedizinerInnen, TrainerInnen und TherapeutInnen begleiten wir Sie auf Ihrem Weg zu mehr Energie, Stabilität und Wohlbefinden.

- Erstuntersuchung – ganzheitlicher Gesundheits-Check (30 Min.)*
- Abschlussuntersuchung (30 Min.)
- 2 Bioimpedanzmessungen (Zellmasse, Körperflüssigkeit, Körperfett)
- 4 IHHT (Cell Trainings) (à 50 Min.)
- 3 Vollmassagen bzw. Lymphdrainage, Cranio-Sacral-Therapie, Shiatsu (à 50 Min.)
- 3 Teilmassagen (à 25 Min.)
- 1 Mental-Coaching-Einheit in der Gruppe (50 Min.)
- 3 aktivierende Bewegungseinheiten in der Gruppe
- Basisleistungen (siehe Seite 40)

EXKLUSIVE HIGHLIGHTS MIT MARIA RIESCH

- 1 Indoor-Bewegungseinheit pro Woche
- 1 Outdoor-Bewegungseinheit pro Woche
- Inspirierender Abendvortrag „Gold muss geschmiedet werden“ – jeweils mittwochs
- Gemeinsame Wanderung am Sonntag, 5. Juli 2026 nachmittags

Inmitten der beeindruckenden Naturkulisse der Sportstadt Innsbruck erwarten Sie optimale Bedingungen für Berglauf, Mountainbike, Klettern und vielseitige Outdoor-Aktivitäten.

2.430

für 1 Woche zuzüglich Kurmedikamente und Hotelzimmer (siehe Seite 39)
Folgwoche **2.149**

* Verlängern Sie die **Erstuntersuchung auf 50 Minuten**. Anmeldung erforderlich; Aufpreis: **108**

