



SILVRETTA
THERME ISCHGL



Genussvoll relaxen im neuen Wellness-Paradise

Gesundheit, Entspannung und Regeneration: Minimalistisch, dennoch elegant ist die Silvretta Therme Ischgl der perfekte Ort für alle, die Sport und Erholung kombinieren möchten.

Erlebnisbecken mit Whirl-Turm

Imposante Entspannung

Sportbecken

Für Sport- und Fitnessbegeisterte

Poolbar mit Alpen-Panorama

Anstoßen an der frischen Bergluft

Solegrotte und Whirlpool

Sanfte Ruhe im warmen Solebecken

Kinderbereich innen und außen

Extra sichere Plansch- und Kinderbecken

Exklusive Saunalandschaft

Inklusive Whirlbecken mit Panoramablick und garantiertem Liegeplatz

Spa

Exquisite Wellness-Anwendungen auf der Wellssystem-Liege oder in der innovativen Kältekabine

Fitness

High-End-Fitnessbereich mit modernsten Trainingsgeräten

Panorama-Eislaufbahn

NUR IM WINTER

Mit 250 m Tunnel und Eisbar vor einem grandiosen Berg-Panorama

Vielfältiges Kulinarik-Angebot

In der italienischen Trattoria, dem Themenbuffet und der edlen Grill-Lounge



Erfahren Sie hier alles zu Ihrem Aufenthalt in der Silvretta Therme

PANORAMA-POOLLANDSCHAFT

Wasser in seiner schönsten Form

In der Badewelt der Silvretta Therme werden sowohl Sportfans als auch Erholungssuchende glücklich. Das Beste: Die mächtigen Gipfel der Tiroler Alpen hat man von hier aus stets im Blick.

Noch eindrucksvoller ist der Anblick jedoch in Kombination mit der frischen Ischgl Bergluft – im grandiosen Außenbereich mit Poolbar.

Das 25-Meter-Sportbecken bietet ausreichend Platz für alle, die in Ruhe ihre Bahnen ziehen möchten. Entspannung findet man im Wasser der Solegrotte, des Erlebnisbeckens oder im einzigartigen Whirl-Turm während die jüngsten Badegäste unbeschwert im Kleinkinderbereich planschen.





SAUNALANDSCHAFT

Wärme, die bleibt

Im hinteren Gebäude der Silvretta Therme findet sich ein Paradies für alle, die's gern heiß mögen: Die imposante Saunalandschaft der Silvretta Therme.

Hier erwartet Gäste eine „schweißtreibende“ Auswahl: Fünf verschiedene Saunen und zwei Dampfbäder laden dazu ein, dem Körper Gutes zu tun. Dazu ein Außenbecken mit Whirlpool, zwei Tauchbecken, eine Kneippanlage, eine Schneegrotte und ein großer Saunagarten.

- 🕒 **Natürliche Aufgussmittel**
 Viele unserer Saunamittel werden im Haus **selbst produziert** – mit schonender **Vakuumrotationsverdampfung** aus Bio-Kräutern der lokalen Alpenflora. Unsere Gäste können diesen Prozess sogar **live miterleben!**
- 🕒 **Intensives Training**
 Unsere Saunameisterinnen und -meister durchlaufen **mehrwöchige Trainingsprogramme** bei den besten Aufgussmeistern Europas.
- 🕒 **Mineralien aus der Region**
 Einige Sauna-Zeremonien werden mit Mineralien aus den **Bergen rund um Ischgl** durchgeführt – für ein einmaliges Erlebnis.
- 🕒 **Ausreichend Liegefläche**
 Unsere Saunalandschaft ist so konzipiert, dass immer **genug Liegen für alle Gäste** zur Verfügung stehen.



Bitte beachten Sie, dass sämtliche Saunen und Becken der Saunalandschaft **Nacktbereiche** sind. **Badebekleidung** ist in dieser textildisziplinären Zone **nicht erlaubt**. Verwenden Sie in diesen Bereichen bitte nur **Tücher aus natürlichen Materialien**. Außerdem bitten wir um Verständnis, dass im Saunabecken **keine Getränke** konsumiert werden dürfen.

Diese Saunen erwarten Sie bei uns

Panoramasauna

Unser Herzstück ist die imposante Aufguss-Sauna mit großzügigem Panorama, eine der größten Saunen Österreichs. Dank der idealen Lage und Größe eröffnet sich ein einmaliger Blick auf das Dorf Ischgl.

🌡️ 80°C 💧 10-20%

Bergkräutersauna

Die stilvolle Bergkräutersauna besticht durch ihre Gestaltung und das Ambiente: Heimische Kräuter aus der Silvretta prägen das Aroma in dieser Sauna und spiegeln so die Elemente der heimischen Natur wider.

🌡️ 75°C 💧 10-20%

Erlebnissauna

Diese klassische finnische Sauna belebt alle Sinne: Durch ausgeklügelte Licht- und Musikelemente, und Sauna-Zeremonien der besonderen Art erleben Sie hier Show-Aufgüsse der Extraklasse.

🌡️ 85°C 💧 10-20%

Dampfbad

In diesem edel gestalteten Dampfbad herrscht eine hohe Luftfeuchtigkeit, wodurch die Haut gereinigt, der Stoffwechsel angeregt und das Immunsystem gestärkt wird. Genießen Sie unsere besonderen Peeling-Zeremonien.

🌡️ 40-45°C 💧 100%

Zollhüttensauna

Diese urige, finnische Sauna ist einer traditionellen Zollhütte nachempfunden, die sinnbildlich für eine jahrhundertalte Tradition im Paznaun steht, dem Schmuggeln – Paznauner Charme ist in dieser Sauna garantiert.

🌡️ 90°C 💧 10-20%

Zirbensauna

In dieser Sauna duftet es unwiderstehlich nach Zirbe, der „Königin der Alpen“. Neben dem einmaligen Aroma ist auch was fürs Auge dabei: Die Silhouetten der prägnantesten Bergspitzen der Silvretta-Gebirgsgruppe finden sich in dieser Sauna wieder.

🌡️ 60°C 💧 10-20%

Alpenrosen-Dampfbad

Die blühende Alpenrose bedeckt mit ihren purpurnen Blüten jährlich kurzzeitig die Bergwelt im Paznaun und gilt als eine der schönsten Gebirgsblumen. In diesem Dampfbad können Sie beim Entspannen den Ausblick auf diese Kulisse genießen.

🌡️ 40-45°C 💧 100%



SPA-BEREICH

Aktiv entspannen

Erleben Sie aktive Regeneration und entspannte Gesundheit im Wellnessbereich der Silvretta Therme.

Für viele Gäste ist eine Spa-Anwendung bei uns im Haus der Gipfel der Entspannung. Wer schon einmal gespürt hat, wie sich verspannte Muskeln lösen, weiß: Man fühlt sich danach wie neu geboren.

Infrarot-Wärmekabine

Abschalten und die Wärme genießen – durch die gezielte Wärmebehandlung des Rückenbereichs. Infrarotwärme ist wohltuend, entspannend und schmerzlindernd.

Kryo-Kältekabine

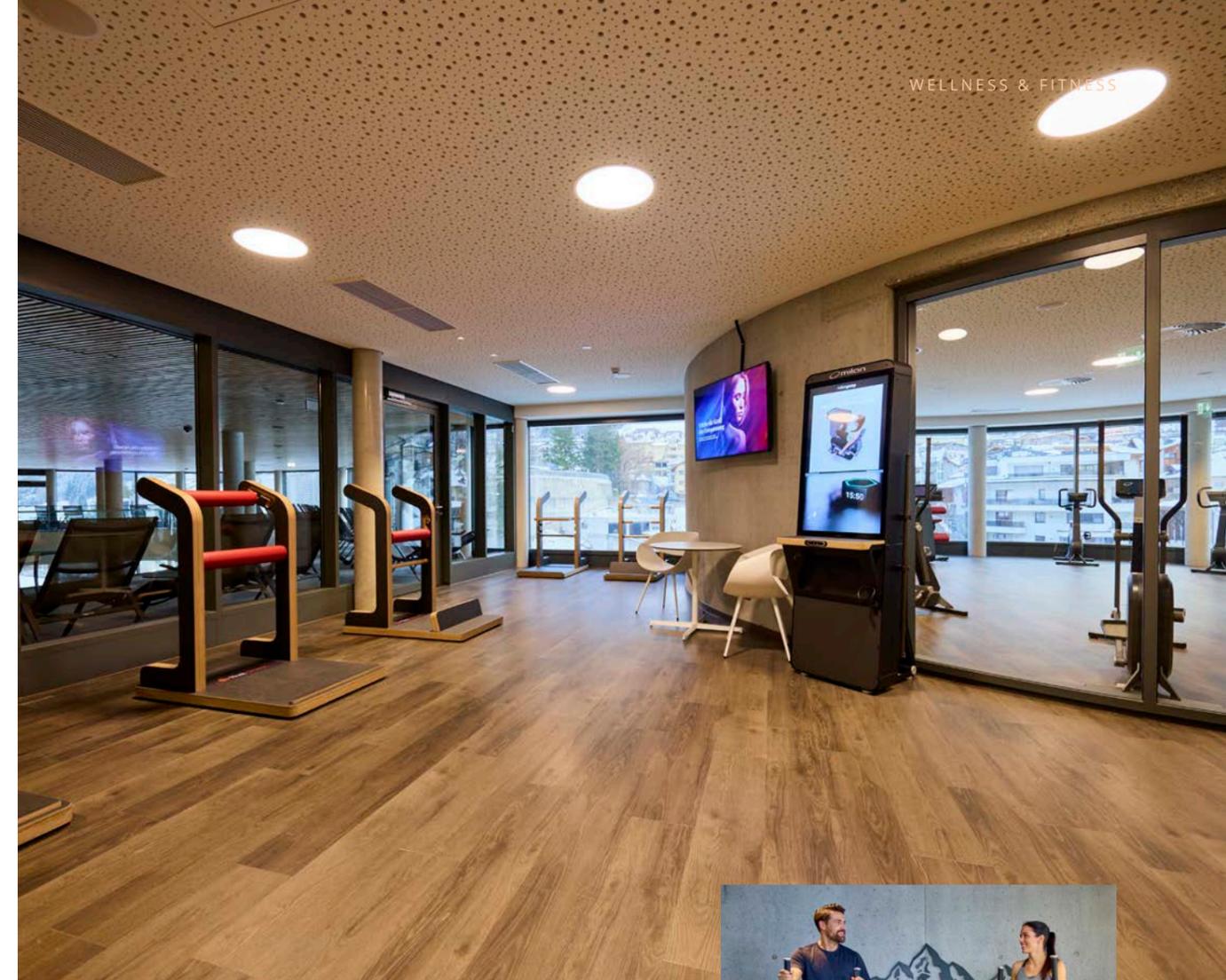
Der Aufenthalt in der Kryokammer bietet zahlreiche Vorteile, einschließlich der Linderung von Hautproblemen, Schmerzen und Entzündungen. Diese Ganzkörperkälteanwendung wirkt sich positiv auf den Körper aus und bietet eine erfrischende Erfahrung, die sowohl für Wellness als auch Beautybehandlungen geeignet ist. Sportler profitieren besonders von der Stärkung ihres Immunsystems durch die Verwendung von trockener Kälte in der Kryokammer, bei Temperaturen von **bis zu -85°C**.

Überwasser-Massage Wellsystem

Warme Wasserstrahlen massieren in bogenförmigen und gleichmäßigen Bewegungen den Körper, bei der Unterwasserdruck-Massage auf unserer Wellsystem-Liege.

Private Spa

Wer auf der Suche nach etwas besonders Exklusivem ist, dem empfehlen wir unser Private Spa – für bis zu vier Personen. Mit eigener Sauna, Dampfbad, Infrarot-Kabinen, Badewanne und Ruhezone. Der Tarif beinhaltet neben zwei Kombi-Tageskarten zusätzlich eine Behandlung auf der Wellsystem-Liege oder eine Kryotherapie.

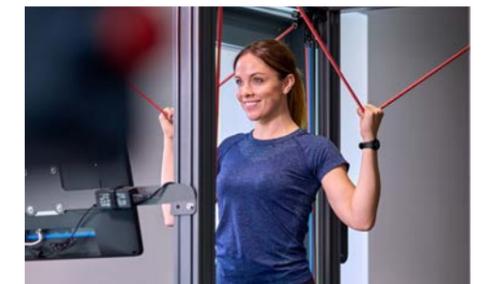


FITNESS-CENTER

Kraft, die bleibt

In unserem weitläufigen High-End Fitnessbereich sucht man Gewichte vergeblich. Stattdessen trainieren unsere Gäste auf modernste Trainingsgeräten, die jede Bewegung so effizient wie möglich in Kraft umsetzen.

Der Fokus liegt auf Training mit Eigengewicht und modernen Ansätzen des Stretchings. Unser volldigitales Equipment von milon, Skillcourt und Sensopro sorgen für maximale Fitness und Muskelstärke.



THERMENRESTAURANTS

Nach meinem Geschmack

Ob Pizza, ein Drink an der Eisbar, mediterrane Delikatessen oder Spezialitäten vom Holzkohlegrill: Entdecken Sie eine Vielfalt kulinarischer Sinnesfreude.

Wir legen großen Wert auf nachhaltiges, gesundes Essen. Daher bereiten wir unsere Speisen stets frisch nach Original-Rezepten mit hochwertigen Zutaten zu.



Grill-Lounge: Feine Küche „on top“

Gehobener Genuss mit einem Glas Wein vor knisterndem Kaminfeuer:

Unsere Grill-Lounge bietet genussvolle Abwechslung mit Grill-Spezialitäten, einem eigenen Dry-Age-Schrank und moderner Lounge mit eleganter Bar.



Trattoria: Mediterraner Genuss auf höchstem Niveau

Pizza, Pasta und mehr – in Perfektion. Die Trattoria befindet sich im Eingangsbereich des Hauptgebäudes und bietet Platz zum Gustieren und Genießen – als öffentliches Restaurant mit direktem Eintritt von außen.

Kein Eintritt in Badebekleidung möglich.

Thermenbuffet: Kulinarische Pause in Selbstbedienung

NUR IM WINTER

Was gehört zu jedem Thermenstag dazu? Richtig, mindestens ein kulinarischer Zwischenstopp, um die Energiereserven wieder aufzufüllen. Im klassischen Thermenrestaurant mit Selbstbedienung gibt es knusprige Pommes, Burger, sowie frische Salate und Nudelgerichte.



Poolbar in unserer Badewelt

Die Poolbar in unserer Badewelt erwartet Thermengäste mit einem eindrucksvollen Panorama – während sie im warmen Wasser erfrischende Drinks genießen.

Cool, cooler, Eisbar!

NUR IM WINTER

Eislaufen an der frischen Luft macht hungrig und durstig. Ideal platziert, lädt unsere Eisbar zur wohlverdienten Stärkung zwischendurch.



SKI UND WELLNESS: DIE PERFEKTE KOMBI

Von der Therme auf die Piste

Das grenzüberschreitende Skigebiet Silvretta Arena in Ischgl lässt keine Wünsche übrig: Wo der Skiurlaub zum unvergesslichen Erlebnis wird.

Inmitten der Tiroler Alpen im Paznaun gelegen, bietet Ischgl die perfekte Kulisse für Wintersportler, Genussmenschen und all jene, die die Auszeit vom Alltag suchen.

Genießen fällt hier besonders einfach: Das abwechslungsreiche Pistenangebot, die schneesichere Lage von 2.872 Metern Seehöhe sowie die Skischaukel zum Shoppingparadies Samnaun im Schweizer Graubünden macht Ischgl zum Alpen-Lifestyle-Mekka für Urlauber.

Das Beste: Die Silvretta Therme Ischgl bildet den perfekten Ausgleich.

In der Silvretta Arena Ischgl finden Sie all das, was das Skifahrer- und Snowboarder-Herz höherschlagen lässt:

-  **239 Pistenkilometer**
-  **Eigener Snowpark für Freestyler**
-  **Pistenangebot für Anfänger, Fortgeschrittene und Profis**
-  **46 moderne Seil- und Sesselbahnen**
-  **Top of the Mountain Konzerte**
Einzigartige Open-Air-Bühne auf der Idalp mit Top-Acts jährlich zu Ostern, Spring Blanc und Saisonende
-  **9 Bergrestaurants**

ISCHGL IM SOMMER UND HERBST



Wandern, Aktiv- und Genussurlaub

Fantastische Bergwelt, Gipfeltouren mit dem E-Bike und exquisite Gaumenfreuden.

Warum in die Ferne schweifen, wenn die schönsten Erlebnisse doch direkt in Reichweite liegen? In Ischgl erlebt jeder Gast den Sommerurlaub, den er sich wünscht. Prall gefüllt mit abwechslungsreichen Sommeraktivitäten wie Wandern, Mountain- und E-biken, Wellness und reichlich Genuss. Jeder einzelne Tag ist so facettenreich wie der Gast und seine Mitreisenden selbst.

Ob Familien-, Wander-, Bike- oder Badeurlaub: All das deckt Ischgl während der warmen Monate ab. Dabei bieten die zahlreichen Aktivitäten auch für Kinder jeden Alters das passende Programm.



Das bekannte Skigebiet der Silvretta Arena Ischgl punktet auch ohne Schnee mit einem abwechslungsreichen Angebot inmitten der Alpen:

-  **5- Seil- und Sesselbahnen**
von 29. Juni bis 13. Oktober in Betrieb
-  **Durchgehende Betriebszeiten**
Keine Eile nötig
-  **Skyfly**
Die zwei Kilometer lange Zipline führt über eine Schlucht und erreicht bis zu 85 km/h, man kann sogar zu zweit nebeneinander fliegen.
-  **Erlebnispark Vider Truja**
Spiel und Spaß auf der bekannten Idalp mit Wasserpark, Boulderturm, Slackline und Grillplätzen, einfach von der Silvretta- oder Fimbabahn erreichbar.
-  **Bergrestaurant Alpenhaus und Bergrestaurant Alp Trida Sattel**





NUR IM
WINTER

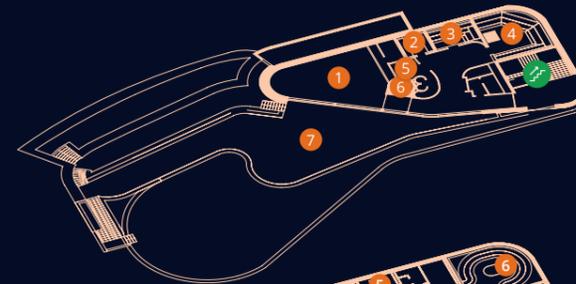


PANORAMA-EISLAUFBAHN

Belebt, Runde um Runde

Wer bei einem Thermenbesuch „nur“ an Schwimmen, Saunieren und Wellness denkt, kennt noch nicht das Winter-Highlight der Silvretta Therme im Paznaun.

Auf einer Fläche von 1.300 Quadratmetern führt im ersten Obergeschoss eine Eislaufbahn im Freien um das Gebäude herum und durch einen 250 Meter langen Tunnel. Der Schlittschuhverleih samt Schleiferei, Eisstockbahnen sowie eine Eisbar komplettieren dieses außergewöhnliche Angebot.



Saunalandschaft Ebene 5

- 1 Ruheraum Madlein 2 Dampfbad Alpenrose
- 3 Zirbensauna 4 Zollhüttensauna
- 5 Duschbereich 6 Tauchbecken 7 Saunagarten



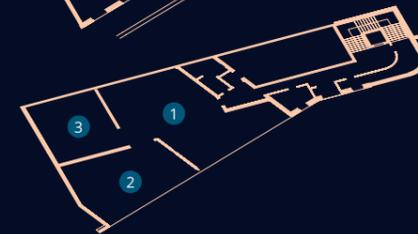
Saunalandschaft Ebene 4

- 1 Ruheraum Pardatsch 2 Panoramasauna
- 3 Schneegrotte 4 Duschbereich
- 5 Tauchbecken 6 Bergkräutersauna
- 7 Dampfbad 8 Tretbecken 9 Erlebnissauna
- 10 Whirlbecken 11 Grill-Lounge



Saunalandschaft Ebene 3

- 1 Wellnesstheke 2 Hydromassage 3 Kryokabine
- 4 Physiotherapie 5 Massage 6 Private Spa
- 7 Infrarotkabine



Saunalandschaft Ebene 2

- 1 Ruheoase Silvretta 2 Ruheraum Holz
- 3 Ruheraum Salz



Ebene 4

- Freibad
- Übergang Saunabereich
- Grill-Lounge
- VIP-Ruheräume Velill und Fimba



Ebene 3

- Garderobe Sauna
- Garderobe Fitness
- Bezahl-Automat
- Thermen-Ruheraum Silvretta



Ebene 2

- Badewelt
- Garderobe Therme
- Thermenbuffet
- Bezahl-Automat



Ebene 1

- Eisring inkl. Garderobe
- Eisbar

NUR IM WINTER



Ebene 0

- Trattoria
- Veranstaltungssaal
- Kassa





Infos & Buchung Spa
+43 5444 606 444

Pizza Take-Away &
Reservierungen Trattoria
+43 5444 606 450



Speisekarte
Trattoria



ERFAHREN SIE ALLES
ZU IHREM AUFENTHALT
IN UNSEREN FAQs