

M S E P E A R



WOHLFÜHLPAKETE

DÜNENZAUBER

Zu zweit romantische Momente des Wohlgefühls genießen

- Ein Dünengold Körperpeeling mit gemahlenem Bernstein verfeinert zart Ihr Haut-bild
– mit dem Gefühl von Frische und purer Reinheit
- Jetzt ist Ihre Haut bereit für eine zauberhafte Massage. Lassen Sie los und spüren Sie Ruhe und Entspannung. Kostbares Bernsteinöl schenkt Ihrer Haut wertvolle, pflegende Vitamine
- Ein gemeinsamer Saunagang im Privat-SPA stimmt Sie ein auf unvergessliche Entspannungsmomente
- Genießen Sie eine erfrischende Auszeit mit Sekt und saisonalen Früchten

(110 Min.) **165 €**

Paarbehandlung für 2 Personen 295 €

DÜNENWIND – WOHLFÜHLHAUT

Die Haut, unser größtes Organ, ist für viele physiologische Regulationsabläufe verantwortlich. Sie ist unsere Visitenkarte und der Spiegel der Seele. Eine eingeschränkte Hautfunktion hat Auswirkungen auf den gesamten Organismus. Die basischen Produkte dieser Anwendung unterstützen alle Lebensprozesse der Haut, damit Sie sich leicht und entspannt fühlen.

- Basenfußbad
- Peeling mit feiner Heilerde
- anregende und pflegende Ganzkörpermassage
- erfrischende Auszeit zum Ausklang mit saisonalen Fruchtcocktail

(110 Min.) **165 €**

Paarbehandlung für 2 Personen 295 €

ZEIT FÜR RUHE

KLASSISCHE MASSAGE

Klassische Massagegriffe für die Lockerung und Entspannung der Muskulatur mit dem Öl Ihrer Wahl.

Ganzkörpermassage (50 Min.) **95 €**
Teilkörpermassage (25 Min.) **60 €**

INTENSIVE TIEFENGEWEBSMASSAGE

Durch kräftigere Massagegriffe und spezielle Techniken werden auch tiefere Ebenen der Muskulatur erreicht.

Ganzkörpermassage (50 Min.) **95 €**
Teilkörpermassage (25 Min.) **60 €**

LYMPHDRAINAGEN

Das Lymphsystem ist genau wie der Blutkreislauf eine der wichtigsten Lebensadern des menschlichen Körpers. Die Lymphzirkulation wird durch eine sanfte Massagetechnik angeregt. Dadurch wirkt diese Massage entwässernd und entschlackend.

Lymphdrainage Ganzkörperbehandlung (50 Min.) **95 €**
Lymphdrainage Teilkörperbehandlung für Gesicht, Beine oder Arme (25 Min.) **60 €**

MOORPACKUNG MIT ANSCHLIESSENDER RÜCKENMASSAGE

In wohliger warmer Atmosphäre entfaltet die Moorpackung eine positive Tiefenwirkung auf Muskeln und Gelenke, fördert die Durchblutung, lockert das Gewebe und ist eine wunderbare Vorbereitung für eine entspannte Rückenmassage.

(50 Min.) **110 €**

ZEIT FÜR RUHE

AYURVEDISCHE MASSAGEN

„Dem Leben mehr Jahre, den Jahren mehr Leben schenken“ – das ist die Essenz der indischen Gesundheitslehre Ayurveda

ABHYANGA

Abhyanga – die klassische indische Ölmassage – ist das Herzstück der ayurvedischen Anwendungen. Die Massage wird mit warmen, traditionell indischen Ölen ausgeführt. Sie erleben ein wunderbares Gefühl innerer Harmonie und Zufriedenheit und ganz nebenbei wird Ihr Körper durch Entschlackung entlastet.

- Konsultation
- Indische Ganzkörpermassage
- Kräuterpeeling
- Nachruhe, Tee

(100 Min.) **180 €**

KUNDALINI MASSAGE

Die indische Rückenmassage wird nach Ihrem individuellen Befinden mit warmen Ayurveda-Ölen auf die spezifischen Anforderungen abgestimmt, entweder entschlackend, entgiftend oder für eine Tiefenentspannung. (60 Min.) **120 €**

KALARI

Der gesamte Körper wird durch lange, gleichmäßige Massagestriche über die Nadibahnen (Energiezentren) massiert. Ergänzt wird diese Massage durch lokale Behandlungen der Hände, Füße, Kopf, Bauch und Kreuzbein. So wird das Gefäß-, Lymph- und Nervensystem des Körpers angeregt und verbunden. (80 Min.) **160 €**

ZEIT FÜR RUHE

PEELINGS UND REINIGUNG

SOFTPACK

Samtweiche Haut und pure Entspannung erleben Sie mit einem unserer wertvollen Pflegeprodukte auf dem warmen Wasserbett. Damit die Pflegeessenzen gut von der Haut aufgenommen werden, beginnen wir mit einem sanften Ganzkörperpeeling. Wenn danach die kostbaren Essenzen wirken, schweben Sie schwerelos leicht auf dem Wasserbett und Ihre Muskeln beginnen sich sanft zu entspannen. Sie haben die Auswahl unter:

- Bernstein-Peeling und Bernstein-Creme-Packung
- Meersalz-Peeling und Algenpackung
- Wildrosen-Peeling und Wildrosenpackung

Peeling und Packung (50 Min.) **85 €**

PEELINGS

Peelingbehandlung für eine zarte und geschmeidige Haut.

- Bernstein-Peeling
- Meersalz-Peeling
- Wildrosen-Peeling

(25 Min.) **40 €**

SCHÖNHEIT

DÜNENGOLD GESICHTSPFLEGE

Unser natürliches Pflegeprogramm auf Basis der exklusiven, hauseigenen Pflegelinie gibt Ihrer Haut Frische und Vitalität durch Entspannung und Pflege für ein verjüngtes, strahlendes Aussehen. Die Serie umfasst eine Vielzahl ergänzender Produkte zur Reinigung oder Pflege sowie Packungen, Masken und Wirkstoffampullen für gezielte Anwendungen. Das gesamte Programm der Dünengold Pflegelinie enthält keine Konservierungsstoffe und wird auf natürlicher Basis ohne Duft- oder Farbstoffe sowie ohne Mineralöle und tierische Stoffe hergestellt.

DÜNENGOLD HYDRO VITAL

Der schnelle Durstlöscher für feuchtigkeitsarme und irritierte Haut.

Mit dem feuchtigkeitsspendenden Aloe Vera Extrakt und dem regenerierenden Hydrolite-5 werden feine Fältchen geglättet und die Haut optimal mit Feuchtigkeit versorgt und beruhigt – ein sichtbarer, verjüngender Effekt. Eine effektive Pflege auch nach einem langen Aufenthalt in der Sonne.

(80 Min.) **145 €**

DÜNENGOLD HIGHTECH BIOLIFTING

Zur Reduzierung von Mimikfalten für ein jugendliches, strahlendes Aussehen.

Entspannung der Muskulatur durch eine sanfte Botox-Alternative ohne toxische Nebenwirkungen mit rein pflanzlichen Wirkstoffen. Eine neue Generation der Anti-Aging Masken auf Alginatbasis sorgt für einen durch wissenschaftlich belegte Studien sichtbaren Anti-Aging Effekt.

- Glättung der Haut
- Verbesserung des Hautreliefs
- Verbesserung der Elastizität und Spannkraft
- Stimulation der Collagensynthese
- Optimierung des Teints

(110 Min.) **175 €**

SCHÖNHEIT

DELUXE GESICHTSBEHANDLUNG

Absolutes Deluxe-Programm auf der Basis der Zellular-Therapie und Ultraschall-Technologie: Definierte Gesichtsstrukturen, jugendliche Ausstrahlung und intensive Stimulierung und Aktivierung der Hautfunktionen.

- Vorbehandlung und Tiefenreinigung
- 2-Phasen-Peeling
- Hautaktivierung
- Precious-Maske
- Zellularserum
- Gesichts- und Dekolleté-Massage mit Zellwirkstoffen
- Effektmassage
- Augenpflege
- Handpflege

(110 Min.) **195 €**

ANTI AGING GESICHTSBEHANDLUNG

Mit spezifischer Hautvorbereitung und revitalisierender Massage: Auf die individuellen Bedürfnisse zugeschnittene, luxuriöse Anti-Aging Zellularbehandlung zur Hautverschönerung.

- Haut tiefenwirksam revitalisieren
- Hautgewebe hydratisieren und nähren
- Auftreten von Falten mildern
- neue nachhaltige Ausstrahlung

(80 Min.) **185 €**



SCHÖNHEIT

AUGEN PRO-COLLAGEN LIFTING

Ultrareine Pro-Collagen-Biomatrix Maske zur sofortigen Glättung der Augenpartie, auch als Ergänzung zu jeder Körperbehandlung. CellECTIVE CellCollagen Eye Contour Mask ist die bisher einzige, mit einem Zellularserum getränkte Pro-Collagen-Maske, die auf die hormonellen Eigenschaften der Haut Rücksicht nimmt: Die dunklen Schatten um die Augen werden, wie bei einem Lifting aufgehellt, Tränensäcke abgeschwollen, Augenlider gekräftigt.

(45 Min.) **80 €**

REVITALISIERUNG FÜR HÄNDE

Intensiv revitalisierende Luxuspflege für die zarte Hautstruktur der Hände als Ergänzung zu jeder Körperbehandlung. Beugt vorzeitiger Hautalterung und Pigmentflecken vor.

- Peeling mit Aromaessenzen
- Zellularampulle
- Hand-Massage
- Zellulare Abschlusspflege

(25 Min.) **45 €**

REVITALISIERUNG FÜR FÜSSE

Verwöhnende Fußmassage als Ergänzung zu jeder Körperbehandlung. Mit einem Fußpeeling wird die Mikrozirkulation angeregt, verhornte Stellen werden eliminiert.

- Fußpeeling mit Aromaessenzen
- Fußmassage
- Erfrischende Fuß- und Beinpflege

(25 Min.) **45 €**

SCHÖNHEIT

NOCH MEHR FÜR DIE SCHÖNHEIT

MANIKÜRE / PEDIKÜRE

- Maniküre (50 Min.) 55 €
- Pediküre (50 Min.) 55 €
- Nägel lackieren 15 €

AUGENBRAUEN & CO

- Augenbrauen und Wimpern färben 15 €
- Beine komplett enthaaren 40 €

MAKE-UP

- Make-up inklusive Make-up Beratung 45 €
- Braut Make-up (Probe Make-up plus Braut Make-up inkl. Lippenstift) 120 €



BEWEGUNG

PERSONAL-TRAINING

Individuell für Sie ausgearbeitetes Fitnessprogramm, das Ihre Schwerpunkte berücksichtigt
(50 Min.) **65 €**

POWER PLATE-TRAINING

Vibrationstraining, das alle Muskeln im Körper anspricht zur

- Steigerung der Muskelleistung
- Verbesserung der Muskelfunktion
- Verbesserung der Dehnfähigkeit

(25 Min.) **30 €**

PERSONAL-YOGA

Sie erlernen Asanas (Körperhaltungen), die auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt sind und mit denen Sie Ihrer Gesundheit auch zu Hause etwas Gutes tun können.

Einzelunterricht (80 Min.) **95 €**

in der Gruppe ab 2 Personen (80 Min.) **145 €**

TENNIS TRAINERSTUNDEN

Für Erwachsene und Kinder: Einzel- und Gruppentraining für Technik- und Taktikschulung inklusive Spiel-Auswertung und Besprechung
(55 Min.) **65 €**

NORDIC WALKING

Aktivierung der Selbstheilungskräfte und Stärkung des Immunsystems in sauerstoffreicher Meeresluft
(55 Min.) **65 €**



SPA ETIKETTE

TERMINVEREINBARUNGEN

Zur Reservierung Ihrer Wunschtermine empfehlen wir Ihnen, diese rechtzeitig im Voraus mit uns telefonisch oder per E-Mail zu vereinbaren:

- Dünenmeer-SPA: 038226 / 501-150, E-Mail: spa.duenenmeer@strandhotel-ostsee.de
- Fischland-SPA: 038226 / 52-653, E-Mail: spa.fischland@strandhotel-ostsee.de

ANKUNFTSZEIT / VERSPÄTUNGEN / STORNIERUNGEN

Wir laden Sie ein, 5 Minuten vor Ihrem Termin in unserem gemütlichen SPA-Bistro Platz zu nehmen. Bitte haben Sie Verständnis, dass verspätetes Eintreffen – aus Rücksicht auf nachfolgende Gäste – zu einer Kürzung der Behandlungsdauer führt. Sollten Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, informieren Sie uns bitte mindestens 24 Stunden vor Behandlungsbeginn. Bei kurzfristigen Stornierungen berechnen wir 80% des Behandlungspreises und bei Nichterscheinen ohne vorherige Absage sind die Kosten für die komplette Behandlung zu begleichen.

WUNSCHERFÜLLUNG

Bei der Behandlung möchten wir ganz individuell auf Ihre Wünsche eingehen. Deshalb erfragen wir vor der Behandlung, was Ihnen besonders wichtig ist. Kompetente Beratung ist ein Bestandteil der Behandlung und liegt uns sehr am Herzen. Machen Sie uns bitte auf bekannte gesundheitliche Besonderheiten aufmerksam, da einzelne Behandlungen möglicherweise für Sie ungeeignet sein können. Wir haben männliche und weibliche Therapeuten. Bitte teilen Sie uns Ihre Präferenzen schon bei der Terminvereinbarung mit.



SPA ETIKETTE

KLEIDUNG

Für einen angenehmen SPA-Aufenthalt empfehlen wir Ihnen, zu den Behandlungen in Bademantel und Badeslippern (liegen für Sie in Ihrem Hotelzimmer bereit) zu erscheinen. Die Gäste aus unseren Ferienwohnungen und -Häusern erhalten ihre Bademäntel und Badeslipper an der SPA-Rezeption.

KINDER

Im Dünenmeer-SPA sind junge Erwachsene ab dem 16. Lebensjahr herzlich willkommen. Für jüngere Gäste steht im Strandhotel Fischland der Wellnessbereich mit einem großen Pool und einem Angebot für Kinder zur Verfügung.

STILLE UND RUHE...

... sind die Grundvoraussetzung für tiefgehende Entspannung. Aus Rücksicht auf Sie selbst und andere Gäste bitten wir Sie, Ihre Mobiltelefone während Ihres SPA-Aufenthaltes auszuschalten. Verzichten Sie bitte während Ihres Aufenthaltes auch auf die Benutzung von Video- und Fotokameras. Aus Rücksicht auf andere Gäste bitten wir Sie, sich in allen Bereichen leise und respektvoll zu unterhalten.

LEBEN UND LEBEN LASSEN. LIEGEN UND LIEGEN LASSEN. ABER NICHTS LIEGEN LASSEN.

Genießen Sie Ihre Zeit in unserem Dünenmeer SPA mit dem fantastischen Blick auf die Düne und die Ostsee. Freuen Sie sich an Luxus und Stille. Laden Sie Ihre Energie bei wohltuender Entspannung auf und tanken Sie den einzigartigen Meerblick als unvergessliches Urlaubssouvenir. Aber machen Sie bitte auch mit bei der großen, liegenswerten Meerblicksolidarität: denn **nachdem Ihre Liege 20 Minuten Pause ohne Mensch** darauf gemacht hat, muss sie wieder ran und ihren Job tun – damit die Ruhepausen nicht zum Erliegen kommen. Deswegen wird unser freundliches SPA-Service-Team nach ca. 20 Minuten unbelegter Liege alle Sachen, die evtl. zur Reservierung abgelegt wurden, sorgsam in einer neuen SPA-Tasche für Sie auf die Seite stellen. Bitte deshalb einfach Ihre Handtücher und persönlichen Dinge mitnehmen, damit auch andere Gäste sich ausruhen können – und ebenso gleich den schönsten Ruheplatz für sich finden.



LIEBE & MEER VERBINDEN

DIE LIEBE ZUM GAST VERBINDET,
DER SCHÖNE STRAND AUCH – UND DAS MEER.

Wir empfehlen Ihnen, rechtzeitig im Voraus Ihre Wünsche und Termine mit uns abzustimmen.

Die Termine können Sie telefonisch oder per E-Mail vereinbaren:

Dünenmeer-SPA: 038226 / 501-150, E-Mail: spa.duenenmeer@strandhotel-ostsee.de

Fischland-SPA: 038226 / 52-653, E-Mail: spa.fischland@strandhotel-ostsee.de



STRANDHOTEL
FISCHLAND

★★★★ SUPERIOR

Strandhotel Fischland GmbH & Co. KG
Ernst-Moritz-Arndt-Straße 6
18347 Ostseebad Dierhagen
Telefon 038226 - 520



STRANDHOTEL
DÜNENMEER

★★★★

Strandhotel Dünenmeer GmbH & Co. KG
Birkenallee 20
18347 Ostseebad Dierhagen
Telefon 038226 - 5010