



## **MASSAGEN & SPA-PACKAGES**





# ENTSPANNUNG

Ihr Kurzurlaub mit Langzeitwirkung

Stress im Alltag oder  
einfach nur der Wunsch  
nach ein wenig Wellness?

Lassen Sie den Alltag einfach hinter sich.  
Sie haben es sich verdient.



*explore . experience . remember*



# Klassische Gesichtsbehandlung

Für eine strahlende Haut

Gönnen Sie sich und Ihrer Haut eine Auszeit, um Ihren Teint zu verbessern.

Diese maßgeschneiderte Hautpflegebehandlung mit tiefenreinigenden und hochkonzentrierten Wirkstoffen revitalisiert Ihre Haut und schenkt neue Frische.

Nach einer Hautdiagnose folgt ein sanftes Reinigungsritual mit Peeling, um die Haut von Unreinheiten zu befreien und die Poren wieder aufatmen zu lassen.

Die hochwertige Schaummaske spendet intensive Feuchtigkeit. Eine entspannende Gesichtsmassage und die anschließende Wirkstoff-Ampulle, die auf die Be-

dürfnisse Ihrer Haut ausgelegt ist, runden die Behandlung ab.

Ihre Haut wird regeneriert und spürbar strahlender sein.

Ampullen nach Wahl

- Omega Repair
- Hyaluron Splash
- Instant Glow
- Collagen Lift Effect

Optional hinzubuchbar sind Augenbrauenkorrektur und Wimpern färben.

Facial

60 min | 79 eur



# Detox Your Body

Die Allrounder für den Körper

Body

## Ganzkörper Body Peeling

Verwöhnen Sie Ihren Körper mit einem Körper-Peeling, das die Durchblutung fördert, Ihre Hautstruktur verbessert und Ihre Haut wieder frisch und rosig aussehen lässt.

Das Peeling wird mit kreisenden Bewegungen auf die Haut getragen und die Haut wirkt elastischer und straffer und ist für die nachfolgende Body-Pflege aufnahmefähiger.

Ferner können leichte Muskelverspannungen gelöst werden.

## Detox Body Wrap

Der Detox Body Wrap ist eine Kombination aus Aromatherapie und Körperwickel mit dem Ziel, die Durchblutung und die Lymphzirkulation zu fördern, da sich der Körper unter dem Wickel besonders erwärmt.

Zunächst säubern wir den Körper und massieren ihn mit einer Body Forming-Crème ein, bevor er anschließend in Bananenblätter gewickelt wird.

Die in der Body Forming-Crème enthaltenen Wirkstoffe können dadurch besonders gut von der Haut aufgenommen werden.

40 min | 49 eur

60 min | 75 eur



# Spa Ritual

Stunden nur für mich

Zur Einstimmung auf Ihren Spa Ritual servieren wir einen Kräutertee zur Entspannung.

Die Me-Time beginnt mit einem sanften Body Peeling, das die Haut reinigt und von Hautschüppchen befreit. Nach Wunsch kann auch ein Fruchtsäure-Peeling eingesetzt werden.

Im Dampfbad wird die Haut anschliessend erwärmt, um die Muskeln für die Körpermassage vorzubereiten.

Bei der folgenden 60-minütigen Ganzkörper-Massage entscheiden Sie, auf welche Problemzonen wir besonders fokussieren sollen.

Nach der entspannenden und wohltuenden Massage rückt die Haut wieder in den Fokus und Sie

erfahren ein großzügiges Body Balm Erlebnis: Body Butter wird eingerieben, um die Haut strahlend schön erscheinen zu lassen.

Unser Spa Ritual soll Ihnen neben dem wohltuenden Effekt der Massage ebenso einen Beauty-Booster für die Haut schenken, damit Körper und Seele im Einklang sind.

Zum Abschluss servieren wir Health Snacks und einen Kräutertee.

SPA Package

180 min | 149 eur

**Wir verwenden  
Produkte von**



*Charlotte Meentzen*



SEIT 1930  
MADE IN  
GERMANY



*Heidi Linder*  
**DERMA CONTROL**  
SERUM  
HYALURONIC ACID  
VITAMIN C  
VITAMIN E

*Heidi Linder*  
**DERMA CONTROL**  
AMBIEN-CHOC  
LAMPOLLO CALMO  
SÉRUM À LA CÉRAMIDE

*Heidi Linder*  
**DERMA CONTROL**  
MOISTURISANT  
SÉRUM À LA CÉRAMIDE  
HYALURONIC ACID  
VITAMIN C  
VITAMIN E

*Heidi Linder*  
**DERMA CONTROL**  
CRÈME  
SÉRUM À LA CÉRAMIDE  
HYALURONIC ACID  
VITAMIN C  
VITAMIN E

*Heidi Linder*  
**DERMA CONTROL**  
PROTECTANT  
SÉRUM À LA CÉRAMIDE  
HYALURONIC ACID  
VITAMIN C  
VITAMIN E

*Heidi Linder*  
**DERMA CONTROL**  
SOUVERAINE  
SÉRUM À LA CÉRAMIDE  
HYALURONIC ACID  
VITAMIN C  
VITAMIN E

*Heidi Linder*  
**DERMA CONTROL**  
EQUINOXE  
SÉRUM À LA CÉRAMIDE  
HYALURONIC ACID  
VITAMIN C  
VITAMIN E





# Aromaöl

Klassische Ganzkörper-Massage

Fühlen Sie sich kraftlos und erschöpft? Stress hinterlässt bei jedem Menschen Spuren und verhindert nach einem anstrengenden Tag abzuschalten und zu entspannen. Die Folgen sind Verspannungen, ein unruhiger Schlaf und mangelnde Konzentration.

Höchste Zeit, dem Körper und Geist neue Energie zu geben und bestehende Blockaden zu lösen.

Unsere Massagen helfen Ihnen, dem Alltag zu entfliehen, neue Kräfte zu tanken und beginnen mit warmen Kompressen für die Füße.

## Massagen

Die anschließende Massage konzentriert sich auf die Belastungszonen, die von Verspannungen gelöst werden sollen.

Sanfte Berührungen, ein allergiefreies Mandelöl und ätherische Öle stimulieren das Wohlbefinden des ganzen Körpers.

Durch die Anwendung unterschiedlicher Massagegriffe, wie Kneten, Streichen und Reiben, wird jegliche Verspannung und Verhärtung aus den Muskeln und dem Gewebe entfernt, sodass eine tiefe Entspannung eintritt.

Aroma-Therapy Ganzkörper-Massage

60 min | 69 eur

Stress-Less Rücken | Nacken-Kopf-Massage

60 min | 69 eur



# Hot Stone

Wärme für die Seele

Die Hot Stone Massage kombiniert eine Ganzkörperaromaöl-Massage mit der heilenden Kraft der Wärme. Es kommen warme Vulkansteine zum Einsatz, die über die geölte Haut geführt werden.

Das Besondere der Hot Stone Massage ist die wohltuende Kombination aus Massage, Thermo-therapie und Energiearbeit. Dabei werden entweder einzelne Körperpartien oder der ganze Körper mal sanft, mal kräftig bearbeitet und angenehm durchwärmt.

Die intensive Wärme wirkt beruhigend auf Herz, Kreislauf und Wohlbefinden, das den Entspan-

nungsprozess begünstigt und stressbedingte Symptome wie Schlaflosigkeit lindern kann.

Die Kombination aus tiefgehender Massage und Wärme regt den Lymphfluss an und Muskelverspannungen und -verhärtungen können sich lösen.

Die Wärme öffnet die Hautporen, sodass die Haut die pflegenden Inhaltsstoffe des Mandelöls noch besser aufnehmen kann.

Massagen

Volcanic Hot Stone Ganzkörper-Massage

60 min | 75 eur

Hot Stone Rücken-Massage

45 min | 55 eur



# Salzkompresen

Die Gesunde

Diese Massage kombiniert die wohltuenden Eigenschaften von wärmender Muskel-Relaxation mit den gesundheitlichen Vorteilen, die uns mineralstoffreiches Salz spendet:

- Entgiftung der Haut und Linderung von Hautproblemen.
- Exfoliation anhand des sanften Peelings durch die Salzkörner.
- Stärkung des Immunsystems durch die antimikrobiellen Mineraleigenschaften.
- Förderung der Atemwege durch die Inhalation der salzigen Luft während der Massage.

Das Ziel der Salzkompresen-Massage ist neben der vollkommenen

Massagen

Entspannung auch eine Unterstützung bei chronischen Beschwerden, wie Muskelverspannungen und degenerativen Gelenkschmerzen.

Unsere Salzkompresen bestehen aus faustgroßen Stoffbeutelchen, die mit speziellen Salz und ätherischen Ölen, wie Zitronengras gefüllt sind.

Diese Massage bietet eine Vielzahl von gesundheitlichen Vorteilen, die über die reine Entspannung hinausgehen.

75 min | 85 eur



# Fußreflexzonen

Happy Feet

Die Fußreflexzonenmassage beruht auf der Erkenntnis der traditionellen chinesischen Medizin, dass die Füße über Nervenbahnen mit allen Organen des Körpers verknüpft sind.

Dabei werden unter den Füßen Reflexzonen stimuliert, die alle Organe und Muskelgruppen im Körper widerspiegeln.

Wir starten mit einer Fuß- und Knöchelmassage, um die Belastung zu mindern und die Muskeln zu lockern.

Danach wird die Therapeutin mit Hilfe eines Massagestäbchens

Massagen

die einzelnen Reflexpunkte unter den Füßen aktivieren und anschließend durch anregende oder beruhigende Griffe und Presspunkte die belasteten Zonen bearbeiten, bis eine wohltuende Wirkung eintritt.

Diese Massage eignet sich besonders für Menschen, die durch Körperfehlhaltungen ihre Füße übermäßig belasten.

45 min | 49 eur



HOTEL ▪ RESTAURANT ▪ TAGUNG ▪ WELLNESS

Romantik Hotel Ahrenberg

Telefon +49 56 52 95 73-0

Auf dem Ahrenberg 5  
37242 Bad Sooden-Allendorf

[info@hotel-ahrenberg.de](mailto:info@hotel-ahrenberg.de)  
[www.hotel-ahrenberg.de](http://www.hotel-ahrenberg.de)

  
ROMANTIK  
HOTEL & RESTAURANT

*explore*<sup>o</sup>  
ROMANTIK