



**Tief durchatmen und entspannen in heilsamem  
Mikroklima – der Gesundheit zuliebe.**

## Haller Salzgrotten

Mit 60 Tonnen reinem Natursalz, verteilt auf rund 120 m<sup>2</sup>, beherbergen die Haller Salzgrotten einen wahren Schatz an wertvollen Mineralstoffen. Einzigartig ist die Kombination aus Totem- Meer-Salz, reinem, 250 Mio. Jahre altem „Himalaya“-Salz, Bochneris-Salz und Haller Sole, die in ihrem Zusammenwirken ein optimales, gesundheitsförderndes Mikroklima erzeugen.

Bei einer konstanten Luftfeuchtigkeit von ca. 45 % reichert sich die Luft in den Salzgrotten mit Ionen an, die über die Haut und die Atmung aufgenommen werden. Mit jedem Atemzug inhaliert der Besucher die Mineralstoffe und kann sich auf komfortablen Liegestühlen, in eine warme Decke gehüllt, 45 Minuten lang total entspannen und regenerieren.

Besonderer Wert wurde auf eine entsprechende Wohlfühlatmosphäre, auf Umweltverträglichkeit und hochwertige Ausstattung gelegt. Die positive Wirkung dieser bakterienfreien, ionisierten Salzluft in Kombination mit sanften Licht- und Klangeffekten führt schon nach kurzer Zeit zu einer Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens und lindert bei regelmäßiger Wiederholung nachweislich eine Vielzahl von Beschwerden. Um auch Kindern z. B. mit Hautproblemen oder Asthma zu helfen, wurde die Gemeinschaftsgrotte mit Solebrunnen und Gradierwerk (18 Plätze) um eine separate Familiengrotte (8 Plätze) mit Spielecke und „Salzschloss“ ergänzt.

### **Öffnungszeiten:**

Tägl. ab 9.45 Uhr/Sa. und So. ab 10.45 Uhr.

Aufenthaltsdauer: 45 Min. – nur nach Voranmeldung.

Termine und Karten über die Solebadkasse: Tel. 0791-75 87-130.

Die Salzgrotten können in normaler Kleidung und mit Schuhen betreten werden. Überziehschuhe werden zur Verfügung gestellt. Badegästen empfehlen wir trockene Badekleidung und Bademantel.

## Therapie- und Wellness-Programm



# Gesundheit!

- **Kneippen, Kuren, Solebaden**
- **Panorama-Sauna-Erlebniswelt**
- **Haller Salzgrotten**
- **Wellness-Insel**  
mit Kosmetikabteilung  
mit Entspannungs-Praxis
- **Solebad-Specials**
- **Physio-Well Praxis**  
mit Osteopathie  
mit Physiotherapie & Massage  
mit Ayurveda-Anwendungen

Weilerwiese 7  
74523 Schwäbisch Hall  
[www.solebad-hall.de](http://www.solebad-hall.de)

SOLBAD   
SCHWÄBISCH HALL

# Hällisch gesund!

## Unsere Solebad Specials

**Der kleine Haller Wellnessstag „Sole, Salz & Sauna“ beinhaltet:**  
Solebaden, Saunieren, Kneipen ohne Zeitlimit, 1x Solarium,  
1 Vitasaft, 1 Vital-Snack nach Wahl, 1x 45 Min. in der Salzgrotte  
(nach Anmeldung) € 29,50

**Der große Haller Wellnessstag beinhaltet:**  
Solebaden, Saunieren, Kneipen ohne Zeitlimit, 1x Solarium,  
1x Rückenmassage (30 Min.) sowie 1x 45 Min. in der Salzgrotte  
(jeweils nach Anmeldung), 1 Vitasaft, 1 Vital-Snack nach Wahl  
€ 57,00

**Wellness-Gutscheine:**  
Alle hier aufgeführten Wellness- und Therapieangebote gibt es  
auch in Form eines Geschenkgutscheines an der Solebad-Kasse.

## Kostenlose Wassergymnastik

unter fachlicher Anleitung 4x pro Woche von Di.–Fr. jeweils um  
10 Uhr, 12 Uhr und 14 Uhr je 15 Minuten.

## BIOMARIS

### Gesundheit & Schönheit aus dem Meer

Lernen Sie die besondere Wirkung der Haller Sole in Verbindung  
mit den hochwertigen Pflegeprodukten von BIOMARIS, dem  
führenden Meerwasser-Spezialisten Deutschlands, kennen.

## Persönliche Beratung

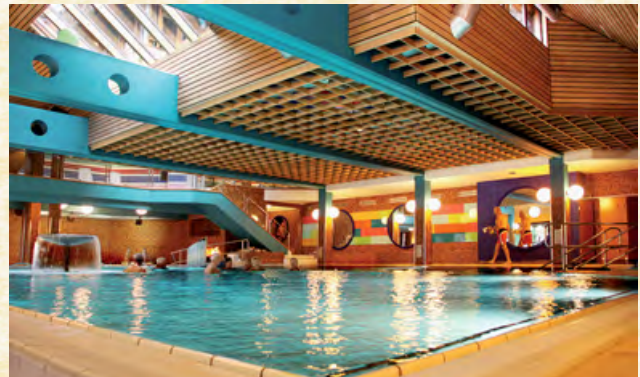
An der Solebadkasse, Eingang Weilerwiese, laufen alle Fäden zu-  
sammen. Hier erhalten die Badegäste ihre Eintrittskarten für  
Solebad, Sauna und Salzgrotten sowie Geschenkgutscheine, Ge-  
schenkartikel (Salzlampen, Salzsteine u.a.) und ein umfangreiches  
Sortiment an BIOMARIS-Produkten. Darüber hinaus kümmern  
sich die Mitarbeiterinnen am Empfang um die Terminverein-  
barung für Kosmetikbehandlungen, Massagen und den Besuch  
der Salzgrotten.

## Öffnungszeiten

Solebad: Mo.-Fr. 8.30–21 Uhr, Sa./So. 8.30–20 Uhr  
Sauna: Mo. 13–21 Uhr, Di.-Fr. 9.30–21 Uhr, Sa./So. 9.30–20 Uhr

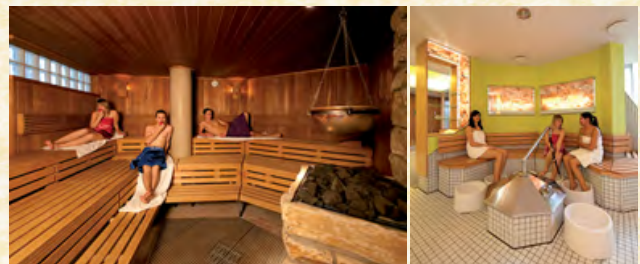


*Vital-Rundbecken mit heilsamer Haller Sole, Luftperlbank und Strömungskanal.*



*Bewegungsbecken mit Inhalierpils und Unterwassermusik nach der Verjüngungskur 2009.*

Eingerostet? Hier im Bewegungsbecken wird 4x die Woche  
kostenlos Wassergymnastik unter fachlicher Anleitung angebo-  
ten, an der jeder Besucher teilnehmen kann.



*Stein-Sauna im 1.OG*

*Panoramasauna im DG*

Über zwei Stockwerke verteilt sich die Sauna-Erlebniswelt mit  
Ruheräumen und Freiterrasse. Die gemütliche Panorama-Sauna  
unterm Dach mit Blick auf die mittelalterliche Stadtkulisse steht  
Di. und Mi. ganz den Damen, Do. den Herren zur Verfügung.



## Völlig losgelöst ... auf der Schwebeliege\*

### „Aquajet“- oder Klangwellen-Anwendung auf der Schwebeliege

Schweben auf dem warmen Wasserbett, während von unten wohltemperierte Wasserstrahlen auf den Körper treffen und so Verspannungen und Blockaden lösen.

Alternativ dazu bietet sich eine Anwendung mit energetisierenden Farblichteffekten und Klangwellen an, deren Vibration zu einer wohltuenden Tiefenentspannung führt.

30 Min. Aquajet-Massage oder Klangwellen-Vibration 29,00 €

### Ganzkörper-Softpack zur Pflege und Entspannung

Gut zugedeckt auf der Schwebeliege, eingehüllt in der Schwerelosigkeit des warmen Wasserbettes, kann sich die Wirkung der individuell abgestimmten Körperpackungen voll entfalten.

Die Wärme fördert die Durchblutung und öffnet die Poren, die Wirkstoffe werden so optimal von der Haut aufgenommen. Das Peeling verstärkt diese Wirkung und schenkt ein leichtes bis stark prickelndes Gefühl auf der Haut.

Ganzkörper-Softpack 30 Min. 38,00 €

Ganzkörper-Softpack mit Peeling 60 Min. 58,00 €

## Ganzkörper-Softpacks auf der Schwebeliege, kombiniert mit Beauty & Entspannungsmassagen

### Einige Wellnesspakete – für SIE und IHN arrangiert:

#### Auszeit vom Alltag

**Softpack-Anwendung** mit einer individuell abgestimmten, pflegenden Ganzkörperpackung (30 Min.), gefolgt von einer **Kleinen Gesichtsbehandlung** (ca. 55 Min.) und einer **Maniküre** (45 Min.)

Aufenthalt inkl. Nachruhen ca. 140 Min. 125.- €

#### Zeit zum Träumen

**Softpack-Anwendung** mit einer individuell abgestimmten, pflegenden Ganzkörperpackung (30 Min.) und einer anschließenden **Klangmassage** mit tibetischen Klangschalen (60 Min.).

Aufenthalt inkl. Nachruhen ca. 100 Min. 90.- €

#### Oase der Sinne

**Softpack-Anwendung** auf der Schwebeliege mit einer Ganzkörperpackung aus hochwertigem Kräuteröl, begleitet von einer **KL. Gesichtsbehandlung** (ins. 80 Min.). Danach wartet eine **Kräuterstempel-Massage** (60 Min.) in der Entspannungspraxis.

Aufenthalt inkl. Nachruhen ca. 150 Min. 140.- €

#### Aloha Hawaii

30 Min. auf der Schwebeliege von der Last des Alltags befreit die Schwerelosigkeit genießen, das ist die beste Vorbereitung für die darauffolgende ganzheitliche hawaiianische Energie- und Entspannungsmassage, z.B. **Lomi Lomi Nui** (90 Min.)

Aufenthalt inkl. Nachruhen ca. 130 Min. 120.- €

\* Bei Schwangerschaft, künstlichen Gelenken oder Herzschrittmachern bitte vor Nutzung der Schwebeliege Ihren Arzt befragen.

## Abschalten und Tee trinken in der Sauna-Erlebniswelt



### Tipp für Saunaeinsteiger:

Probieren Sie verschiedene Varianten bzw. Kombinationsmöglichkeiten aus, bis Sie Ihren persönlichen Wohlfühlrhythmus gefunden haben. Ein warmes Fußbad oder eine Trockenbürstenmassage vorab unterstützt das Schwitzen. Nach dem letzten Saunagang (nicht zwischendurch) ausreichend trinken.

Frischen Kräutertee als Durstlöscher gibt es in der Sauna-Erlebniswelt gratis, so viel Sie mögen.

### Wählen Sie Ihr persönliches Wohlfühlklima:

#### Sauna-Erlebniswelt (1.Obergeschoss)

Finnische Saunakabine (80 °C)

Sole-Dampfbad mit Salzsiederpfanne

Sanarium (60 °C) mit max. 55% Luftfeuchtigkeit

Scheunen-Sauna (90 °C) mit verschiedenen Aufgüssen

Stein-Sauna (85 °C)

#### Panorama-Sauna

(im Dachgeschoss)

Finnische Saunakabine (80 °C)

Römisches Dampfbad (ca. 45 °C)

Aroma-Sanarium (60 °C)





## Kosmetik im Solebad

### Ganzheitliche Gesichtspflege für SIE und IHN – z.B. mit



GERTRAUD  
GRUBER  
KOSMETIK

Die Haut ist unser größtes Sinnesorgan. Sie wird auch als Spiegel der Seele bezeichnet, weil sie viel über unser Wohlbefinden und unseren Gesundheitszustand aussagt.

Jede Haut ist anders. Und jede Haut verändert sich im Laufe der Zeit, stellt immer wieder neue Ansprüche. Deshalb arbeiten wir ausschließlich mit renommierten Kosmetikmarken wie beispielsweise GERTRAUD GRUBER oder BIOMARIS. Die Auswahl der für Ihren Hauttyp passenden Pflege erfolgt zu Beginn der Behandlung im Rahmen der Hauttyp-Analyse.

#### Kleine Gesichtsbehandlung „basic“

Schnupperangebot für alle, die nicht so viel Zeit mitbringen oder in erster Linie eine hautklärende Behandlung benötigen:

Reinigen, ggf. mit Peeling/Dampf, Entfernen von Hautunreinheiten, Maske, Abschlusspflege. Ca. 55 Min. 54,00 €

#### Gesichtsbehandlung „klassisch“

Das komplette Pflegeprogramm: Reinigen, ggf. mit Peeling/Dampf, Entfernen von Hautunreinheiten, Augenbrauenkorrektur, Gesichtsmaske, Gesichts-, Arm- und Nackenmassage, Abschlusspflege. Ca. 75 Min. 69,00 €

#### Die Extras: Weitere Leistungen

Korrektur Augenbrauen	15.- €
Färben Wimpern/Augenbrauen	15.- €/10.- €
Paket Brauen-Korrektur & Färben von Wimpern u. Brauen	35.- €
Tages-Make-up	25.- €

#### Depilation

Oberlippe	10.- €	Kinn, Achseln, Bikinizone je	15.- €
Unterarme	20.- €	Brust, Rücken je	35.- €
Unterschenkel	29.- €	Beine komplett	59.- €

## Pediküre & Maniküre für Sie und IHN

Wie heißt es so schön? „Unsere Füße tragen uns durch unser Leben“. Pediküre ist daher ein wichtiges Element für unser Wohlbefinden. Die entsprechende Pflege kann zur Entspannung, Aktivierung und Regeneration des gesamten Organismus beitragen.

Die Haut auf unserem Handrücken ist ähnlich dünn wie die unseres Gesichts. Sie besitzt nur minimales Fett-Unterhautgewebe und wenige Talgdrüsen. Dementsprechend kann sie sehr anfällig für Alterungsprozesse und auch sehr empfindlich sein. Schenken Sie Händen und Füßen die Aufmerksamkeit, die sie verdienen.

#### Pediküre\* oder Maniküre „basic“

Fuß- oder Handbad, Kürzen und Feilen der Nägel, Entfernen der Hornhaut/Nagelhaut, Abschlusspflege. Ca. 45 Min. 40,00 €

#### Pediküre\* oder Maniküre „klassisch“

Vorbereitendes Fuß- oder Handbad inklusive Peeling, Kürzen und Feilen der Nägel, Entfernen der Hornhaut/Nagelhaut, Abschlusspflege inkl. Lack oder French Lack. Ca. 60 Min. 59,00 €

\* Nur kosmetische Pediküre, keine medizinische Fußpflege.

## NEU: Anwendungen nach der Lehre der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

Frau D. Xiong setzt die Erkenntnisse der trad. chinesischen Heilkunst bei Beauty- und Wohlfühlanwendungen authentisch um.

### 美 Schönheit – Gesichtsbehandlung „chinesisch“

Reinigen, ggf. mit Peeling/Dampf, entfernen v. Hautunreinheiten, Augenbrauenkorrektur, Chinesische Gesichts-Energiepunktmassage, Gesichtsmaske, Arm-, Hand-, Nacken- und Schultermassage, auf Wunsch Kopfmassage, Abschlusspflege. Ca. 90 Min. 88,00 €

### 静 Innere Ruhe – Softpackanwendung auf der Schwebeliege

Gut zugedeckt auf der Schwebeliege, eingehüllt in die Schwerelosigkeit des warmen Wasserbettes, kann sich die Wirkung der Körperpackung aus hochwertigen Naturölen voll entfalten. Die Packung wird zu Beginn durch eine ca. 15-minütige Teilkörper-Energiepunktmassage aufgetragen. Ca. 60 Min. 58,00 €

### 通 Fließen – Rückenbehandlung mit „Schröpftechnik“

Diese Art der Massage, welche die inneren Organe stimuliert, kann verstärkt zur Entgiftung und Entschlackung des Körpers beitragen.

Ca. 30 Min. 42,50 €



Klang-Therapeutin und Heilpraktikerin Giselinde Dieterle-Stephani setzt die Erkenntnisse fernöstlicher Heilkunst, insbesondere auch der Traditionellen Chinesischen Medizin TCM zur Gesunderhaltung und Stärkung von Körper, Geist und Seele ein.

### Mit der TCM die Kräfte des Lebens nähren und bewahren

Die TCM ist ein ganzheitliches Heilverfahren mit mehr als dreitausendjähriger Tradition, das auf verschiedenen fernöstlichen Denkansätzen fußt. Die TCM benutzt unterschiedliche Therapietechniken, die sich gegenseitig in ihrer Wirkung unterstützen, z. B. **Qigong – Tuina-Massage – Akupressur – Moxibustion – Gua Sha – Schröpfen**. Alle Anwendungen können einzeln oder in Kombination mit anderen gebucht werden.

### Qigong – eine bewegende Entspannung

Mit Qigong werden langsame, bewusst ausgeführte Bewegungsübungen bezeichnet. Die Übungen fördern die innere Ruhe, kräftigen den Körper, regulieren die Atmung, bringen Energie in Fluss und stellen die Ying-Yang Balance wieder her. Qigong kann einzeln oder als Gruppe gebucht werden.

60 Min. 79,00 €

### Tuina-Wellness-Massage – die traditionelle chinesische Massage

– die nicht nur den Bewegungsapparat, Muskeln und Gelenke berücksichtigt, sondern auch die Energien im Körper ausgleicht. Sie orientiert sich an den Meridianverläufen, Akupunkturpunkten und Energiezentren im Körper. Damit werden Muskelverspannungen und Blockaden gelöst, Gelenke mobilisiert und die vitale Energie aktiviert. Bei Bedarf wird die Massage durch begleitende TCM-Techniken (z.B. Gua Sha, Schröpfen) ergänzt.

45 Min. 59,00 €      60 Min. 79,00 €

### Klangmassage

Bei der Klangmassage wird mit tibetischen Klangschalen, Gongs und Zimbelen gearbeitet, deren harmonische Klänge jede Zelle zum Schwingen bringen. Die angestaute Energie kommt wieder in Fluss, Blockaden werden aufgelöst und die Selbstheilungskräfte mobilisiert. Eine sehr effektive, stressabbauende Massage, die Nervosität oder Verspannungen zu lindern hilft.

60 Min. 72,00 €

**Meditative Klangentspannung** mit Klangschalen 30 Min. 38,00 €

## Im Einklang mit sich und der Welt

### Entspannungs-Massage

mit warmen, hochwertigen Ölen – behutsame Mischung aus östlichen und TCM-Techniken sowie westlicher Massage in Verbindung mit Energiearbeit und Klangmassage. Die Wohlfühlmassage belebt die Sinne, steigert die Körperwahrnehmung und versetzt den Körper in einen erholsamen Ruhezustand.

Rückenmassage 30 Min. 31,00 €      Ganzkörper 60 Min. 59,00 €

### Ostasiatische Kräuterstempel-Massage (Pantai Herbal)

Ganzkörpermassage mit erhitzten Kräuterstempeln aus Heilkräutern und Gewürzen. Durch sanften Druck und Streichungen werden die Kräutersubstanzen freigesetzt und vom Organismus aufgenommen. Fördert die Durchblutung, entschlackt, löst Verspannungen und beruhigt die Nerven.

60 Min. 83,00 €

90 Min. 102,00 €

### Kupferbürsten-Massage

Die Bürste mit feinen Kupferhärchen durchblutet, energetisiert und peelt die Haut. Sie belebt den ganzen Körper und führt ihm neue Lebensenergie zu. Das anschließende Einmassieren von hochwertigem Öl sorgt für einen tiefen Entspannungszustand.

Teilmassage 30 Min. 39,00 €      Ganzkörper 60 Min. 69,00 €

### Breuss-Klang-Massage

Energetische Rückenmassage mit Johanniskrautöl nach Rudolf Breuss, kombiniert mit einer Klangmassage. Damit lassen sich Wirbelsäulenbeschwerden, degenerierte Bandscheiben, leichte Skoliosen und Rückenverspannungen auf sanfte Art lindern und beheben.

30 Min. 39,00 €

60 Min. 76,00 €

### Hawaii Massagen

– **Lomi Lomi Nui**. Die von hawaiianischen Klängen und Düften begleitete, tiefgehende Energie- und Entspannungsmassage berührt außen wie innen, löst Blockaden u. baut Stress ab. Lange, fließende Massagestriche werden abgelöst von sanften Gelenklockerungen, Dehnungen und Energiearbeit.

90 Min. 98,00 €

– **Huna Mana**. Energievolle Gesamtkörpermassage, die auch wohltuend entspannt. Eine Mischung aus dynamischen, großflächigen Bewegungen auf der Körperrückseite und einer behutsam fließenden, meditativen Massage auf der Vorderseite, die durch Auflegen unterschiedlicher Muscheln noch verstärkt wird.

75 Min. 88,00 €

### – Ho'oponopono Lomi Lomi<sup>SM</sup>

traditionelle hawaiianische Heilmassage (180 Min.) auf Anfrage.

Weitere Infos unter [www.entspannungspraxis-gaildorf.de](http://www.entspannungspraxis-gaildorf.de)

# Physio-Well

**Nehmen Sie sich eine Auszeit und entspannen Sie Körper, Geist und Seele.**

Die „Physio-Well“-Praxis unter fachlicher Leitung der Physiotherapeutin und Osteopathin (BAO) Yolanda Parente bietet in Kooperation mit dem Ringhotel Hohenlohe sowohl medizinische Therapien als auch Ayurveda und verschiedene (Wohlfühl-) Massagen, Ganz- oder Teilkörperbehandlungen an, die auf Wunsch durch ein Körperpeeling oder eine Körperpackung ganz individuell ergänzt werden können. Sie werden nur von ausgebildeten Therapeuten behandelt.



## Ganzkörperbehandlungen

### Klassische Ganzkörpermassage

Sie lindert Verspannungen, fördert die Durchblutung, aktiviert den Stoffwechsel und wirkt wohltuend auf den ganzen Körper und Organismus und schließt auch Geist und Seele mit ein. Es werden ausschließlich hochwertige Massage-Öle verwandt. Sie wählen Ihre Duftichtung aus und entscheiden mit. Aufwärmen, massieren, pflegen – der Dreiklang für totale Entspannung in Verbindung mit gezielter Körperarbeit.

60 Min. inkl. Nachruhen 59,00 €  
5er-Karte nur 260,00 €

### Osteopathie-Behandlungen (BAO)

Osteopathie ist eine ganzheitliche Behandlungsmethode, die versucht, den natürlichen Mechanismus im Körper wiederherzustellen. Ziel ist die Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Körpers. Durch die Harmonisierung von Struktur, Weichteilen und Körperflüssigkeiten soll ein Gleichgewicht erreicht werden, das Grundvoraussetzung für die Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit ist.

60 Min. Intensivbehandlungen 80,00 €

### Craniosacral Integration

Ganzheitliche, sehr feine manuelle Arbeit am craniosacralen System. Es umfasst Schädel (cranium), Wirbelsäule, Kreuzbein (sacrum) sowie die dazugehörigen Strukturen, mit Wirkung und Einfluss auf den gesamten Organismus.

60 Min. Behandlung inkl. Nachruhen 68,00 €

## Ganzkörperbehandlungen

### Manuelle Lymphdrainage

Die Lymphdrainage ist eine Abfolge von Griffen, die durch rhythmische Schub- und Entspannungsphasen den Lymphbahnen des Körpers folgen. Die Massage mit sanftem Druck lässt schwere Beine sofort leichter werden, reduziert Gewebestauungen und stärkt das Immunsystem.

60 Min. Behandlung inkl. Nachruhen 62,00 €

### Dorn-Ganzkörperbehandlungen/sanfte Chiropraktik

Ideal bei Gelenk- und Rückenbeschwerden. Mit Hilfe dieser Spezialbehandlung können einzelne Wirbel und alle wichtigen Gelenke sanft eingerichtet und Blockaden gelöst werden. Zum Abschluss folgt eine Breuss-Wirbelsäulenmassage mit reinem Johanniskrautöl.

60 Min. Behandlung inkl. Nachruhen 69,00 €

### Biomaris-Ganzkörperritual

Gesundheit und Schönheit aus dem Meer: Blaualgen und Meersalz erhöhen die Spannkraft der Haut und spenden Feuchtigkeit. Genießen Sie ein tolles, intensives Körperpeeling und eine entschlackende und straffende Körperpackung, gefolgt von einer Ganzkörpermassage mit speziellen Biomaris-Pflegeölen.

75 Minuten inkl. Nachruhen 78,00 €

## Ganzkörperbehandlungen

### Hot Stone

Die Hot Stone Behandlung ist eine faszinierende Verbindung aus Massage, Energiearbeit und der wohltuenden Wirkung von heißen Steinen. Der Körper wird mit warmen Ölen eingesalbt und mit angenehm temperierten Basaltsteinen entlang der Energiezentren des Körpers behandelt und massiert. Die Wärme der Steine überträgt sich auf den Körper, was eine tiefenwirksame Lockerung der Muskulatur nach sich zieht. Der gesamte Organismus wird harmonisiert und gestärkt.

Die Behandlung durch warme Steine ist eine uralte Tradition der indianischen Völker und wird auch in China bis heute genutzt.

75 Min. Ganzkörperbehandlung 78,00 €

### Relax-Massage (Aroma-Öl-Massage)

Unser Leben ist schneller geworden, alles läuft im Eiltempo an uns vorbei. Gönnen Sie sich eine Auszeit ...

Bei der Relax Massage werden Elemente der klassisch westlichen Massage mit Elementen aus fernöstlichen Massagetechniken kombiniert. Vorrangiges Ziel ist es, die körperlichen und geistigen Lebensvorgänge des gestressten Menschen zu harmonisieren und zu optimieren.

60 Min. Behandlung inkl. Nachruhen, Dusche 59,00 €

### Shiatsu – Im Nichtstun viel tun

Lassen Sie sich aus Ihrem Alltag heraus in eine tiefe Entspannung und Eigenwahrnehmung bringen. Mit Daumen und Handfläche wird sanfter, tiefwirkender Druck auf die Meridiane (Energiebahnen) entlang des Körpers ausgeübt. Ruhige fließende Bewegungen dehnen Ihren Körper und bringen Ihre Gelenke in Schwung. Shiatsu findet in bequemer elastischer Kleidung statt.

60 Min. Behandlung inkl. Nachruhen 69,00 €

Ser-Karte, statt 350,00 € nur 320,00 €



### Sinnlicher Schokoladentraum

Lassen Sie sich mit einem Traum aus Schokolade massieren. Erlesene Substanzen wie Kakao, Sheabutter und Mandelöl verwöhnen Ihre Haut. Der Duft von warmer Schokolade stimuliert Ihre Sinne und belebt die Endorphine-Ausschüttung. Diese Glückshormone stimmen uns positiv.

60 Min. Behandlung inkl. Nachruhen, Dusche 70,00 €

### Honig-Ingwer-Ganzkörperverwöhnpaket

Genießen Sie eine sinnliche Ganzkörpermassage mit Honig-Ingwer-Aromaöl. Anschließend ruhen Sie auf einer warmen Honigwaxpackung und genießen dabei eine hautpflegende, regenerierende Gesichtsmaske mit Gelee Royal. Die Honigmassage ist tibetischen und russischen Ursprungs. Dieses spezielle Verwöhnpaket regt vor allem den Stoffwechsel an, hilft bei der Entschlackung des Gewebes und kann zur Linderung von Schmerzen beitragen.

90 Min. inkl. Nachruhen 98,00 €

### Säure-Basen-Cellulite-Kur

Ein Übermaß an Säuren und Schadstoffen führt zur Gewebeverschlackung. Diese spezielle Entschlackungskur dient der intensiven, tiefenwirksamen Anregung der Durchblutung und des Stoffwechsels. Die Entspannungstherapie regt das lymphatische System an. Dies führt zur Straffung des Gewebes und Beseitigung von Wasseransammlungen.

Körperpackung, Körperwickel – speziell für Problemzonen – sowie Lymphdrainage

90 Min. Behandlung inkl. Nachruhen und Dusche 86,00 €

## Teilkörperbehandlungen

### Klassische Nacken- und Rückenmassage

Diese Behandlung konzentriert sich auf Rücken, Schultern und Nacken, um Verspannungen zu lockern und zu lösen. Stärke und Druck bestimmen Sie unter Absprache mit Ihrem Therapeuten.

30 Min. inkl. Nachruhen 28,00 €

5er-Karte 125,00 €

### Das „Physio-Well“ Fußritual – purer Luxus für die Füße!

(Auch als klassische Fußreflexzonenmassage buchbar)

Auf den Füßen spiegelt sich der ganze Körper. Alle Organe und Energiesysteme des Menschen können über die Reflexzonen stimuliert werden. In der Vielfalt der verschiedenen Grifftechniken unterscheidet sich das Fußritual – unter anderem – von herkömmlich bekannten Fußreflexzonenmassagen.

Nach einem Fußbad mit ätherischen Ölen werden die Füße und Waden sanft gelockert, mit einem Meersalz gepeelt und mit leichter Druckpunktmassage energetisiert. Die anschließende Behandlung der Reflexzonen aktiviert die Selbstheilungskräfte.

45 Min. inkl. Nachruhen 42,00 €

5er-Karte 190,00 €

### Ohrkerzenbehandlungen

Genießen Sie die sanfte Wärme einer Ohrkerzenbehandlung. Die Ohrkerzen in verschiedenen Duftrichtungen sind ausschließlich aus Bienenwachs, Honigextrakten und traditionell indischen Kräutern. Diese Indianische Entspannungs-Zeremonie ist bei Kopfschmerzen, Migräne, Anspannung, Tinnitus und Ohrgeräuschen oder Erkältungskrankheiten sehr zu empfehlen. Eine Kopf-Dekolleté-Lymphmassage wird Ihnen zusätzlich gut tun!

45 Min. inkl. Nachruhen 42,00 €

## Ergänzende Anwendungen

Lassen Sie sich von Ihren Therapeuten individuell beraten:

### Körperpeeling

zusätzlich zu einer Massage, Teil- oder Ganzkörperbehandlung.

20 Min. 18,00 €

### Pflegende Körperpackung

Nährstoffreiche Packung nach Wahl, z. B. mit hochwertigen Ölen, Kräutern, Aloe Vera, Moor, Molke, Alge oder Sheabutter.

30 Min. 24,00 €



## Ayurveda – „Das Wissen vom Leben“

Im Mittelpunkt des Ayurveda steht immer der ganze Mensch. Anregende und entschlackende Trockenmassagen sowie harmonisierende Ölmassagen befreien den Körper von Stress und stressbedingten Beschwerden.

### Abhyanga – sinnliche Ganzkörpermassage

Indische Massage mit warmen Ölen entschlackt, reinigt und entwässert den Körper. Die streichenden Massagebewegungen regenerieren und harmonisieren den Körper und berühren die Seele. Körpergefühl und Sinnlichkeit stellen sich ein.

75 Min. inkl. Dusche und Nachruhen 85,00 €

### Udvarthana – ayurvedisches Kräuterpeeling

Peelingmassage mit ayurvedischem Kräutergewürzpulver strafft das Gewebe, belebt die Glieder und regt den Stoffwechsel an. Für streichelzarte Haut!

60 Min. inkl. Dusche und Nachruhen 55,00 €

### Liebe Badegäste,

*ein Wort zur SPA-Etikette: Die meisten Behandlungen genießen Sie unbedeckt. Die Therapeuten werden Sie während der Massage immer gut bedecken, um Sie in Ihrer Intimsphäre zu schützen, damit Sie sich rundum wohlfühlen. Alternativ stehen Ihnen selbstverständlich Einwegslips zur Verfügung. Alle Anwendungen sind inkl. Ruhephasen.*

*Gönnen Sie sich einen Solebad- oder Saunabesuch vor einer Behandlung, um Körper, Geist und Seele aufzuwärmen und so den maximalen Nutzen daraus zu ziehen. Eine warme Dusche kurz vor der Massage entspannt zusätzlich.*

**Termine nach Vereinbarung über die Solebadkasse**

**Tel. 0791/75 87-130 – Fax 0791/75 87 84**