

BAD HORN

Hotel & Spa ★★★★★



Smaragd-SPA Broschüre

Preis- und Angebotsänderungen bleiben ausdrücklich vorbehalten

September 2010

Hotel Bad Horn AG, Seestrasse 36, CH-9326 Horn
Spa Tel. +41 (0)71 844 51 00 / spa@badhorn.ch / www.badhorn.ch

Inhaltsverzeichnis

Allgemeine Hinweise	Seite 3 - 4
Einrichtungen im Smaragd Spa	Seite 5 - 7
Kosmetik	
Gesichtsbehandlungen	Seite 8
Pedicure, Manicure, Haarentfernung, Make-up	Seite 9
Körperanwendungen	
Bäder	Seite 10
Peelings	Seite 11
Packungen	Seite 12
Massagen	Seite 13
Spezialmassagen	Seite 14
Entschlackende, straffende Anwendungen	Seite 15
Entspannungsrituale	Seite 15
Floating	Seite 16
Hamam mit Rhassoul	Seite 16
Private Spa Suiten	Seite 17
Anwendungspakete	Seite 18
Spa Zimmerarrangements	Seite 19

Allgemeine Hinweise

Öffnungszeiten:

Spa-Reception	täglich von 09 - 20 Uhr, Sonntag bis 19 Uhr
Indoor Pool	täglich von 09 - 22 Uhr, Sonntag bis 21 Uhr
Fitnessbereich	täglich von 09 - 22 Uhr, Sonntag bis 21 Uhr
Saunalandschaft	täglich von 14 - 21.30 Uhr (auf Anfrage früher)
Damen-Spa	täglich von 16 - 21.30 Uhr

Für Hotelgäste sind Indoor Pool und Fitnessbereich ab 06.30 Uhr zugänglich, ausser montags ab 10 Uhr.

Spa-Termine:

Gerne nehmen wir Ihre Reservierung für Spa-Termine persönlich an der SPA-Reception entgegen. Sie erreichen uns auch telefonisch unter der **Direktwahl +41(0)71 844 51 00**.

Teilen Sie uns Ihre Wünsche, Bedürfnisse und eventuelle gesundheitliche Probleme mit: Unsere Fachkräfte unterstützen und beraten Sie bei der optimalen Zusammenstellung Ihrer Behandlungen. Möchten Sie von einem Herrn oder einer Dame behandelt werden, weisen Sie uns bitte bereits bei Ihrer Terminreservation darauf hin.

Vor und nach einer Behandlung:

Kommen Sie mindestens 15 Minuten vor einer Behandlung an die Spa-Reception, damit Sie gegebenenfalls noch ausreichend Zeit haben, sich umzuziehen. Sie sollten in Bademantel und Badeslipper erscheinen – für die Behandlung stehen Ihnen Einwegslips zur Verfügung und Sie werden immer mit einem Tuch bedeckt. Zur optimalen Vorbereitung wärmen Sie Ihre Muskulatur im Dampfbad oder in der Sauna vor. Bitte duschen Sie vor jeder Behandlung.

Sollten Sie bestimmte Massagetechniken oder deren Druck als unangenehm empfinden, weisen Sie den behandelnden Therapeuten darauf hin.

Nach einer Behandlung sollten Sie mindesten 20 bis 30 Minuten im Ruheraum oder Hotelzimmer nachruhen, körperliche Aktivitäten vermeiden und ausreichend Wasser oder Tee trinken.

Storno und Verspätung:

Sollten Sie einen Termin weniger als 24 Stunden vorher absagen oder zu einem vereinbarten Termin nicht erscheinen, berechnen wir die Behandlungsgebühr zu 100 %.

Wir bitten um Ihr Verständnis, dass bei verspätetem Erscheinen zu einem Termin die Behandlungszeit nicht verlängert werden kann. Ihre Behandlung wird zur geplanten Uhrzeit enden, damit der nächste Gast nicht warten muss. Verrechnet wird der volle Preis.

Gesundheitliche Probleme und Schwangerschaft:

Behandlungen

Wenn Sie unter Bluthochdruck, Diabetes, Herzbeschwerden oder Allergien leiden, erst vor kurzem eine Operation überstanden haben oder schwanger sind, weisen Sie bitte unsere Spa-Receptionisten bereits bei der Buchung Ihrer Behandlungen darauf hin. Dies gilt auch, wenn Sie bestimmte Medikamente einnehmen oder ein Kind stillen. Grundsätzlich empfiehlt es sich, vor einer Behandlung Ihren Arzt zu fragen.

Bitte informieren Sie auf jeden Fall vor Beginn der Behandlung Ihren Therapeuten über eine Schwangerschaft, akute körperliche Beschwerden, eine Erkältung, eine Grippe oder einen Hautausschlag.

Derartige Informationen sind wichtig, da alternative Heil- und Behandlungsmethoden die Beschwerden unter Umständen kurzfristig verstärken können.

Bade- und Saunalandschaft

Bei akut entzündlichen und ansteckenden Krankheiten, Infarktrekonvaleszenz und Venenthrombose sollten Sie ganz auf Baden und Saunieren verzichten.

In den ersten drei Monaten einer Schwangerschaft wird vom Saunieren abgeraten.

Grundsätzlich gilt: Bei Unwohlsein bitte den entsprechenden Bereich verlassen und zur Ruhezone wechseln.

Kleiderordnung:

In den Zimmern liegen für unsere Hotelgäste Bademäntel und Badeslipper bereit, externe Gäste bekommen beides beim Spa-Besuch ausgehändigt.

In der Sauna wird aus hygienischen Gründen keine Kleidung getragen. Im gesamten Saunabereich finden Sie Handtücher, die Sie in der Sauna bitte als Unterlage benutzen.

Bitte beachten Sie, dass der Weg zum Schwimmbad, zum See und in die Lounge zur Badekleiderzone gehören.

Kinder:

Der Zutritt in unsere Poolanlage ist für Kinder gestattet, solange sie Rücksicht nehmen auf die Ruhebedürfnisse der anderen Gäste. Unsere smaragdgrüne Wasserwelt ist ein Erholungsbereich und dem ruhigen und entspannten Baden gewidmet. Wir bitten Eltern und Kinder, dies zu respektieren.

Kinder unter 12 Jahren bekommen nur in Begleitung Erwachsener Zugang zur Poolanlage. Das Einspringen vom Beckenrand in den Pool ist nicht erlaubt.

Der Fitnessbereich und die Saunalandschaft stehen Kindern ab 12 Jahren zur Verfügung, jedoch bis zu ihrem 16. Lebensjahr nur in Begleitung eines Erwachsenen.

Bitte beachten Sie, dass das Personal keine Aufsichtspflicht übernimmt und auch keine Badeaufsicht in den Wasserlandschaften und am See besteht. Eltern haften für Ihre Kinder.

Fitnessbereich:

Bitte beachten Sie, dass dieser Bereich nur mit entsprechender Sportbekleidung und Sportschuhen betreten werden darf. Badeschuhe, Slippers, Socken oder nackte Füße sind aus Sicherheitsgründen nicht erlaubt.

Die Cardio-Geräte sollten von Ihnen nach Benutzung von Schweiß befreit und desinfiziert werden, damit auch den nachfolgenden Gästen ein angenehmes und hygienisches Trainieren möglich ist. Es stehen zu diesem Zweck Papier und Desinfektionsmittel zur Verfügung.

Verhaltensregeln:

Der Smaragd-Spa dient all unseren Gästen als Erholungs- und Ruhezone. Wir bitten Sie das zu beachten. Das Telefonieren mit Handys ist im Smaragd-Spa nicht gestattet. Der gesamte Bereich ist rauchfrei.

Aus hygienischen Gründen bitten wir Sie, vor jedem Baden und Saunieren zu duschen und lange Haare zusammenzubinden. Auch nach dem Schwitzbad duschen Sie bitte, bevor Sie sich eine Erfrischung in der Badelandschaft gönnen.

Liegestühle mit Badetüchern zu reservieren ist nicht erwünscht.

Die Benutzung aller Einrichtungen im gesamten Spa geschieht auf eigene Haftung – das Personal übernimmt keine Aufsichtspflicht.

Wertgegenstände:

Diese sollten Sie grundsätzlich in Ihrem Zimmersafe oder zu Hause deponieren. Wir können keine Haftung übernehmen für Wertgegenstände, welche während eines Aufenthaltes im Spa-Bereich vergessen werden oder verloren gehen.

Seezugang und Wasserlandschaften:

Bitte beachten Sie, dass an unserem Seezugang und in den Pools keine Badeaufsicht vorhanden ist. Schwimmen und plantschen im Wasser geschehen auf eigene Verantwortung und Haftung, Eltern müssen ihre Kinder beaufsichtigen.

Einrichtungen im Smaragd-Spa

Smaragd-Spa-Reception

An unserer Spa-Reception werden Sie zwischen 09 und 20 Uhr ausführlich über unser vielseitiges Wellness-Beautyprogramm sowie unseren Smaragd Member Club beraten. Ausserdem stellt sie den Check-in-Bereich für externe Gäste und Mitglieder dar. Auch vor einer gebuchten Behandlung melden Sie sich bitte rechtzeitig an der Spa-Reception an, Sie werden instruiert und dort von Ihrem Therapeuten abgeholt.

Fitnessraum:

Um Ausdauer und Kraft aufzubauen oder zu erhalten, stehen Ihnen verschiedene Cardiogeräte wie Laufband, Crosstrainer, Fahrrad und 6 verschiedene Kraftmaschinen der neuesten Generation von Techno Gym zur Verfügung. Werden oder bleiben Sie fit!

Hallenbad mit Whirlanlage

Der Blick über den Bodensee ist im Sommer wie auch im Winter atemberaubend, das Cheminée verbreitet eine wohlige Atmosphäre und das Wasser in unserem Schwimmbad hat zu jeder Jahreszeit eine angenehme Temperatur von 29°. Neben einer Gegenschwimmanlage und vitalisierenden Massagedüsen finden Sie rund um den Pool gemütliche Liegen zum Entspannen.

Ruhezonen und Lounge

Hier können Sie nach einem anstrengenden Tag oder nach einer Spa-Behandlung abschalten und loslassen. Die Ambiente ist ruhig und bequeme Ruheliegen laden zum Wohlfühlen ein. Freuen Sie sich im Pool-Liegebereich am herrlichen Ausblick auf den Bodensee oder entspannen Sie bei gedämpftem Kerzenlicht im Ruheraum der Saunalandschaft. In der gediegenen Lounge können Sie sich mit Wasser, Tee, Früchten oder Nüssen stärken.

Badestrand und Freiluftterrasse am See

Geniessen Sie bei frischer Seeluft und exklusiver Sicht auf den Bodensee die Wärme des Whirlpools oder ruhen Sie sich auf den bereitstehenden Liegen aus.

Zur Abkühlung gibt es einen direkten Zugang zum See. Bitte beachten Sie, dass es keine Badeaufsicht gibt und Sie für sich selbst die Verantwortung tragen.

Whirlpool:

Der Whirlpool im Freien hat eine angenehme Temperatur von 35 bis 40 Grad. Die wohlige Wärme und die Massagedüsen helfen bei Muskelverspannungen, sind entlastend für die Gelenke, lindern Schmerzen und beleben den Kreislauf und die Durchblutung.

Verweildauer: ca. 10 bis 15 Minuten

Finnische Aufguss-Sauna

Die finnische Sauna ist der Klassiker unter den Schwitzbädern. Die Temperatur liegt zwischen 85° und 100° Celsius, die Luftfeuchtigkeit beträgt nur 5-10% . Die trockene Hitze reinigt und entspannt den Körper. Das Wechselbad von Hitze, kalter Dusche und Ruhe dient zur Entschlackung und stärkt das Immunsystem und den Kreislauf. Über ein elektrisches Rad finden automatisch regelmässig Aufgüsse statt. Ein wahrhaft schweisstreibendes Erlebnis!

Verweildauer: ca. 10 bis 12 Minuten (ein- bis dreimal)

Soffklima-Sauna

Die Biosauna ist die schonende Version der finnischen Sauna und stellt keine grosse Belastung für den Kreislauf dar. In dieser Mischform aus Sauna und Dampfbad herrscht eine Temperatur von ca. 50° Celsius. und eine Luftfeuchtigkeit von ca. 40-45%. Die angenehme Kombination von milder Wärme und feuchter Luft entschlackt den Körper und erlaubt selbst Menschen mit schwachem Kreislauf, das Saunabad in vollen Zügen zu geniessen.

Licht, Duft und Musik wirken positiv auf das vegetative Nervensystem.

Verweildauer: 20 bis 30 Minuten (ein- bis dreimal)

Dampfbad

Unser Dampfbad in der Saunalandschaft sowie im Damen Private Spa hat eine angenehme Temperatur von 45° und annähernd 100% Luftfeuchtigkeit. Die Kombination aus Wärme und Wasserdampf entkrampft, reinigt, pflegt und entspannt den Körper. Das Dampfbad bietet im Gegensatz zur Sauna eine wesentlich schonendere Form der Regeneration, da der Organismus die geringere Hitze gut verträgt und die hohe Luftfeuchtigkeit mit ätherischen Ölen Balsam für die oberen Atemwege ist und die Haut pflegt. Das Dampfbad wirkt ausserdem Blutdruck senkend.

Verweildauer: ca. 15 bis 20 Minuten (einmal bis mehrmals)

Duschen

Sie finden im gesamten Bereich unterschiedlichste Duschen wie Erlebnisduschen, Regenschallduschen, klassische Duschen.

Duschen Sie sich bitte aus hygienischen Gründen vor und nach jedem Baden, Schwimmen oder Saunieren.

Ice Corner mit Eisnebel

Der erfrischende Nebel (15° Celsius) und kaltes Crash Eis sorgen für die nötige Abkühlung nach einem Saunagang. Dies bewirkt, dass sich die erweiterten Blutgefässe wieder verengen und der Kreislauf stabilisiert wird.

Sie sollten danach ruhen und viel Wasser trinken.

Nicht geeignet bei Herz-Kreislaufproblemen und Nieren-Blasenerkrankungen.

Verweildauer: 1 bis 2 Minuten zum Abkühlen

Fussbad

In unseren Fussbecken können Sie sich warme und kalte Fussbäder einlassen. Bei Wechselbädern werden die Durchblutung und der Stoffwechsel angeregt und müde Beine wieder zum Leben erweckt. Eine Warmwasseranwendung beschleunigt die Erweiterung der Blutgefässe und erleichtert das Schwitzen in der Sauna.

Verweildauer: ca. 3 bis 5 Minuten sitzend, Wasserstand knöcheltief

Himalaya Salztherme:

Die angenehme Strahlungswärme von 60 Grad des Salzgesteins aus dem Himalaya regeneriert den gesamten Organismus, entlastet das Immunsystem, steigert auf sanfte Weise die Abwehrkräfte und das Wohlbefinden.

Die Wärme, die von den Wänden, den Sitzflächen und dem Boden aus Salzgestein abgegeben wird, erwärmt den Körper, ohne die Atemluft zu erhitzen und den Kreislauf zu belasten. Bei angenehm farbigem Licht lässt sich herrlich entspannen.

Verweildauer: bis 30 Minuten

Hamam

Unser Hamam besteht aus verschiedenen Einrichtungen wie einem warmen Nabelstein und dem Rhassoul – einem Dampfbad mit farbigem Licht und Regendusche. Die Temperatur liegt jeweils bei ca. 45° Celsius, die Feuchtigkeit im Rhassoul bei 60%. Das Geheimnis liegt im Zusammenspiel von Wasser, Feuer, Erde und aromatischer Luft. Diese Kombination ist sehr gut für Haut, Haare, Atemwege und Entschlackung. Die Abkühlung mit dem Kaltwasser aus dem Kneippschlauch wirkt anregend.

Verweildauer: 10 bis 15 Minuten im Rhassoul, warmer Nabelstein unbegrenzt

Solarium

Gerade im Winter sorgt ein kurzes „Sonnenbad“ nicht nur für schöne Bräune, sondern auch für seelisches und körperliches Wohlbefinden. Oder Sie nutzen es zur Vorbereitung auf einen bevorstehenden Urlaub. Natürlich gilt für die künstliche Sonne das Gleiche wie für natürliche Sonnenstrahlen: Setzen Sie Ihre Haut nur in Maßen der UV-Strahlung aus. Die Länge des Aufenthalts richtet sich nach dem Hauttyp! Münzen für die Sonnenbank erhalten Sie an der Spa-Rezeption.

Kosmetik

Gesichtsbehandlungen nach Thalgo:

Die Pflegeprodukte werden von der Kosmetikerin auf Ihren Hautzustand und die saisonale Jahreszeit abgestimmt und mit gezielt eingesetzten Techniken harmonisch ergänzt.

Basis-Gesichtsbehandlung

50 min

CHF 105

Nach der Hautanalyse wird Ihr Gesicht mit einer Reinigung, Dampf, Tiefenreinigung oder Gesichtsmassage, Augenbrauenkorrektur, Maske und Abschlusspflege verwöhnt.

Classic-Gesichtsbehandlung

80 min

CHF 150

Es wird intensiv auf die Bedürfnisse Ihrer Haut eingegangen. Sie werden verwöhnt mit einer Hautanalyse, Reinigung, Dampf, Tiefenreinigung, Augenbrauenkorrektur, Gesichtsmassage, Spezialmaske und Abschlusspflege.

De Luxe-Gesichtsbehandlung

110 min

CHF 190

Die Verwöhnbehandlung für Ihr Gesicht lässt keine Wünsche offen. Nach der Hautanalyse erhalten Sie auf Ihre Haut abgestimmte Reinigung, Dampf, Tiefenreinigung, Augenbrauenkorrektur, Färbung der Wimpern und Augenbrauen, Gesichts- und Dekolletémassage, Spezialmaske, Handmassage und Abschlusspflege.

Männer-Gesichtsbehandlung

50 min

CHF 105

Mit speziell auf die männliche Haut abgestimmten Produkten wird Ihr Gesicht vitalisiert, erholt und geglättet. Nach einer Hautanalyse, Reinigung, Dampf, Tiefenreinigung, Massage, Maske und Abschlusspflege erscheint Ihre Haut wieder frisch und gestärkt.

Express-Gesichtsbehandlung

25 min

CHF 59

Für die Kurzpflge zwischendurch wird Ihr Gesicht nach einer Reinigung angenehm massiert.

Sie können zu jeder Gesichtsbehandlung folgende Zusatzleistungen aufbuchen:

➤ Wimpern färben	CHF 18
➤ Augenbrauen färben	CHF 18
➤ Wimpern & Augenbrauen färben	CHF 35
➤ Brauenkorrektur	CHF 30
➤ Depilation Kinn	CHF 18
➤ Depilation Oberlippe	CHF 18
➤ Depilation Oberlippe&Kinn	CHF 30
➤ Fingernägel feilen und lackieren	CHF 18
➤ Tages Make-up	CHF 45
➤ Abend Make-up	CHF 60

Pflege für Hände und Füße

Kosmetische Manicure

Klassische Manicure mit Lack	45 min	CHF 60
Spa Manicure mit Peeling, Packung, Massage und Lack	60 min	CHF 75

Kosmetische Pedicure:

Klassische Pedicure mit Lack	55 min	CHF 75
Spa Pedicure mit Peeling, Packung, Massage und Lack	70 min	CHF 98

Haarentfernung:

Vor jeder Waxing-Behandlung wird die Haut gereinigt und vorbereitet. Nach der Behandlung wird ein beruhigendes und feuchtigkeitsspendendes Gel aufgetragen.

Unterschenkel	30 min	CHF 45
Ganzes Bein	50 min	CHF 85
Bikini	15 min	CHF 30
Achseln	15 min	CHF 30
Ganze Beine, Bikini, Achseln	80 min	CHF 125
Oberlippe und Kinn	30 min	CHF 30
Augenbrauen	15 min	CHF 30
Rücken oder Brust beim Mann	30 min	CHF 45

Make-up:

Tages-Make up	25 min	CHF 45
Abend-Make up	50 min	CHF 60
Hochzeits-Make up	2 mal 50 min	CHF 160
Make up-Beratung	50 min	CHF 80

Bäder

Geniessen Sie in unserer exklusiven Hydrowanne während dem Bad eine Unterwassermassage mit Lichteffekten. Durch die Wärme wird die Haut besser durchblutet, die Poren öffnen sich und die Feuchtigkeit kann besser einziehen.

Aromaceane Thalgo

20 min

CHF 57

Lassen Sie sich vom Meer berühren und spüren Sie die Wirkung von Algen und Pflanzen in Verbindung mit 100% reinen, natürlichen ätherischen Ölen. Kostbare Essenzen wirken darin straffend, fettabbauend, vitalisierend, tonifizierend oder beruhigend – Sie dürfen das Öl auswählen.

Algenbad

20 min

CHF 57

Klassisches Thalassobad mit mikropulverisierten Algen in reiner, natürlicher Form. Dieses maritime Powerpaket aus Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen und Aminosäuren regt den Stoffwechsel an, entschlackt, entsäuert, durchfeuchtet, entspannt, remineralisiert, strafft den gesamten Körper und schenkt ihm Wohlbefinden.

Ziegenmilch Bad

20 min

CHF 57

Das hochwertige Ziegenmilchbad garantiert ein pflegendes und entspannendes Badevergnügen. Es versorgt die Haut mit wichtigen Mineralien wie Kalzium und Magnesium, sowie den Vitaminen A und E und macht die Haut weich und geschmeidig.

Peelings

Durch feine Schleifkörperchen in Cremes und Ölen werden abgestorbene Hautschuppen der oberen Hautschicht abgelöst und abgetragen. Das Hautbild wird verfeinert und die Aufnahmefähigkeit für hochwertige Pflegeprodukte erleichtert.

Algen-Sahne-Ganzkörperpeeling

25 min

CHF 59

Ein sahniges, warmes Algen-Mousse befreit Ihren Körper mit exfolierenden Partikelchen sanft und pflegend von abgestorbenen Hautschüppchen. Sie fühlen sich erfrischt und vitalisiert.

Meersalz-Öl-Peeling

45 min

CHF 75

Ein Mix aus reinem Meersalz und Maisstärke befreit Ihren Körper von abgestorbenen, trockenen Hautzellen. Zugleich spüren Sie die Wirkung von Algen und Pflanzen in Verbindung mit 100% reinen, natürlichen ätherischen Ölen. Ausgesuchte, individuell für Sie zusammengestellte kostbare Essenzen wirken anschliessend in der Schwebeliege straffend, fettabbauend, vitalisierend, tonifizierend oder beruhigend – ganz wie Sie möchten. Danach atmet Ihr Körper auf, Sie fühlen sich so leicht und gepflegt wie nach einem Bad im Meer.

Zucker-Öl-Peeling

25 min

CHF 59

Durch Zucker und feines Mandelöl, welches aus dem reifen Samen der Nuss gewonnen wird, ist diese Kombination eine optimale Vitaminversorgung für Ihre Haut.

Packungen in der Softpackliege

Vollkommen entspannt genießen Sie die Schwerelosigkeit im Wasserbett. Der gesamte Körper wird entlastet. Umhüllt von behaglicher Wärme können die Wirkstoffe durch die Porenöffnung optimal in die Haut eingeschleust werden.

Algenpackung

45 min

CHF 75

Frisch angerührte, 100% reine, natürliche mikropulverisierte Algen wirken in dieser Körperpackung entschlackend, entsäuernd, stoffwechsellregend, mineralisierend und befeuchtend. Wasseransammlungen und Fettdepots werden gezielt abgebaut. Haut und Gewebe werden mit den in Algen enthaltenen wertvollen Vitaminen, Spurenelementen und Mineralien versorgt. Eine Hautpflege im Anschluss spendet Ihrer Haut Feuchtigkeit.

Algen-Gel-Packung

45 min

CHF 75

Eine frisch zubereitete, transparente, nicht fettende Algen-Gel-Packung aus reinen Algenextrakten wirkt durchfeuchtend, stoffwechsellregend und remineralisierend. Ihr Körper entschlackt, wird mit Mineralien und Spurenelementen versorgt, Fettdepots werden reduziert. Ausserdem sehr regenerierend bei Sonnenbrand und Neurodermitis.

Meerschlammpackung „Prélude Marin“

45 min

CHF 75

Körperpackung mit angewärmtem, reinem Meeresschlamm aus den Tiefen des Toten Meeres – entspannend, entzündungshemmend, remineralisierend, hautstraffend, durchblutungsfördernd. Ausserdem ideal bei Neigung zu Allergien, entzündlichen Hautproblemen und muskulären Verspannungen.

Nachtkerzen-Öl-Packung

45 min

CHF 90

Diese Wohlfühlbehandlung pflegt, nährt, restrukturiert und glättet die Haut von Kopf bis Fuß. Der Körper wird umhüllt von einer Soft-Creme-Maske aus maritimen und pflanzlichen Extrakten. Darin wirken kostbare Öle, zum Beispiel aus Jojoba, Weizenkeimen, Sesam, Aprikosenkernen, Tamanu.

Massagen

Klassische Massage

50 min CHF 98
25 min CHF 59

Ideal bei Verspannungen oder nach einem anstrengenden Tag. Mit sanftem oder starkem Druck, je nach Ihren Bedürfnissen, wird die Muskulatur gelockert, die Durchblutung angeregt und die natürlichen Hautfunktionen werden unterstützt.

Lymphdrainage

50 min CHF 98

Die sanfte Massage mit weichen Bewegungen stimuliert das Abwehrsystem und hat eine reinigende und entgiftende Wirkung auf den Körper. Auf sanfte Weise unterstützt sie den Abtransport der Lympheflüssigkeit bei Schwellungen und Stauungen im Gewebe. Empfehlenswert bei schweren Beinen, Cellulite und Schmerzzuständen sowie speziell nach Verletzungen und Operationen.

Fussreflexzonen-Massage

50 min CHF 98
25 min CHF 59

Eine wohltuende Druckmassage der Reflexzonen am Fuß regt bestimmte Funktionen von Organen, Gelenken und Körperteilen an. Selbstheilungskräfte werden aktiviert, Stauungen des Energieflusses beseitigt und Stresssymptome gemildert.

Aromaöl-Massage/Aromaceane

50 min CHF 107

Sanfte Verwöhnmassage mit warmen Aromaölen und beruhigenden, langen Massagestreichungen. Algen und Pflanzen in Verbindung mit 100% reinen, natürlichen ätherischen Ölen wirken dabei vitalisierend, straffend, fettabbauend, tonifizierend oder beruhigend. Ganz nach Ihren Wünschen.

Kombimassage

50 min CHF 98

Ein angenehmes Zusammenspiel aus Fußreflexzonenmassage und klassischer Rückenmassage.

Rücken-, Schulter-, Nackenmassage

40 min CHF 80

Verspannungen der gesamten Rückenmuskulatur werden bearbeitet und gelockert. Wirkt Schmerzen nach langer Arbeit am Computer, bei schlechter Haltung oder Stress entgegen.

Sportmassage mit Aromaöl

40 min CHF 90

Dient der Vorbereitung und Aktivierung der Muskulatur vor einem Training oder Wettkampf. Nach dem Sport unterstützt sie die Regeneration durch Entsäuerung und Entschlackung. Es wird ein regenerierendes oder aktivierendes Aromaöl eingesetzt

Spezialmassagen

Hot Stone

90 min

CHF 180

Eine Ganzkörper-Behandlung mit warmen, glatten Lavasteinen (Basalt), die die Wärme speichern und über den Körper in die Muskulatur führen. Die Wärmebehandlung fördert die Lösung von Verspannungen und Verkrampfungen, sogar in den tieferen Muskelschichten. Zudem regt die Behandlung den Blutkreislauf an, wodurch das Wohlbefinden Ihres gesamten Organismus gefördert wird.

Hot-Stone Rücken und Dekolleté

50 min

CHF 120

Intensive Behandlung der verschiedenen Schmerzpunkte des gesamten Rückens. Die Kombination aus heissen Steinen und klassischen Massagegriffen löst selbst hartnäckige Verspannungen.

Gesichts- und Kopfmassage

40 min

CHF 80

Auf feinfühlig Art werden Kopf, Gesicht, Dekolleté und Nacken mit pflegenden Ölen verwöhnt. Diese harmonische Massage löst Verspannungen und belebt Kopf- und Gesichtshaut. Ärger und Stress werden weggezaubert.

Fuss- und Beinmassage

50 min

CHF 90

Nach einem warmen Fussbad geniessen Sie eine äußerst wohltuende und entspannende Massagetechnik, die eine erneuernde und kräftigende Wirkung auf den ganzen Körper hat. Mit warmem Öl werden Ihre Füße und Waden bis hoch zu den Knien kunstvoll ausgestrichen, geknetet und durch eine integrierte Druckpunktmassage vitalisiert. Wohlig-warme Kompressen runden dieses Verwöhnerlebnis ab.

Spezial-Körperbehandlungen – entschlackend, formend, straffend

Thalgomince: entschlackend und reduzierend 90 min CHF 200
Ultimatives Behandlungsprogramm zur effektiven Reduzierung von Cellulite und unschönen Pölsterchen. Das Ergebnis sind sichtbar gefestigte Körperkonturen und streichelzarte Haut.

Frigi-Wickel Thalgo: belebend und kühlend 45 min CHF 110
Kühlende Wickel fördern die Durchblutung, straffen und wirken hervorragend bei Venenproblemen und schweren Beinen.

Spezial Entspannungsrituale

Indoceane-Behandlung Thalgo 120 min CHF 250
Eine Entdeckungsreise durch Düfte und Rituale aus aller Welt – vom Mittelmeerraum, aus Ägypten, Indien, und China. Mit kostbaren Wirkstoffen und Essenzen, mit Massagen und hochwertigen kosmetischen Behandlungen entführt Sie dieses vierstufige Ritual in eine Welt höchsten Wohlbefindens und schenkt Ihnen vitale Entspannung in Vollendung.

Wellenreiten (Fussritual, Kopfmassage, klassische Ganzkörpermassage)
80 min CHF 160
Kommen Sie an in der Welt der Entspannung indem Sie bei einem Fussbad, dem anschließenden Fusspeeling und einer kleinen Massage Ihren heissen Tee geniessen. Die Kopfmassage mit der anschliessenden Ganzkörpermassage befreit Sie von muskulären Verspannungen und lässt Sie wieder mit neuer Energie in den Alltag gehen.

Tiefgang (Fussritual, Kopf- und Gesichtsmassage, Aromaöl-Ganzkörpermassage)
90 min CHF 180
Tiefste Entspannung erwartet Sie bei einer Tasse heissen Tees, während Sie Ihr Fussbad und die peelende Fussmassage bekommen. Die Berührungen und sanften Streichungen am Kopf und im Gesicht mit fließendem Übergang zu einer weichen Aromaölmassage lösen Körper, Geist und Seele und vermitteln eine nie gekannte Leichtigkeit. Sie fühlen sich danach wie neu geboren.

Floating – vom Bodensee zum Toten Meer

Erfahren Sie in unserem Floating Becken bei 37° Celsius einen nie gekannten Zustand der Schwerelosigkeit und geniessen Sie die einzigartige Tiefenentspannung von Körper, Geist und Seele.

Die hohe Konzentration des Salzes im Wasser führt zu so viel Auftrieb, dass Ihr Körper frei auf dem Wasser schwebt.

Floating hat gesundheitsunterstützende Eigenschaften auf der physiologischen und mentalen Ebene. So bewirken die Sole, die Schwerelosigkeit und die Ausschaltung aller Sinnesreize durch Stille und Dunkelheit u.a. eine Entlastung von Muskulatur, Wirbelsäule und Gelenken. Heilungsprozesse werden unterstützt. Stressreduzierung, Steigerung der Kreativität und der Konzentrationsfähigkeit sowie Linderung von Hautproblemen sind weitere positive Effekte des Floatings.

Floating

45 min

CHF 85

Hamam mit Rhassoul

Unter Hamam versteht man im Allgemeinen das traditionelle orientalische Schwitzbad. Doch es ist weit mehr als nur ein Schwitzbad, es ist vielmehr eine Aneinanderreihung von wohltuenden und pflegenden Anwendungen – Reinigungsrituale für Körper und Geist. Unser Hamam besteht aus verschiedenen Einrichtungen wie einem warmen Nabelstein und dem Rhassoul, einem Dampfbad mit farbigem Licht und Regendusche. Das Geheimnis liegt im Zusammenspiel von Wasser, Feuer, Erde und aromatischer Luft.

Rituale

Kleines Hamam Ritual

50 min

CHF 60

Nach dem Aufwärmen im Dampfbad führen Sie selbstständig ein Kese-Peeling mit einem speziellen Seidenhandschuh und Seife durch, um Ihre Haut optimal für die Aufnahme im Rhassoul vorzubereiten. Ruhen Sie nach dem Peeling einige Zeit auf dem warmen Nabelstein aus. Im Rhassoul geben Sie danach selber verschiedene Heilerden auf Ihren Körper, die den Stoffwechsel anregen, die Haut pflegen und Sie ganzheitlich in romantischer Atmosphäre entspannen. Eine Regendusche und eine Hautpflege mit Aromaöl bilden den Abschluss des Verwöhnrituals. Ein himmlisches Gefühl von samtweicher Haut!

Ruhen Sie nach dem Hamam Besuch noch ein wenig nach, in unserem Loungebereich bei Tee und frischen Früchten.

Private Spa-Suiten

My Spa is my Castle: Tauchen Sie ein in eine einzigartige Privatsphäre und geniessen Sie einen Ort der Ruhe, den Sie ganz für sich alleine oder zu zweit nutzen können.

Sie verfügen auf 48 m² über Sauna, Dampfbad, Whirlwanne oder Relaxwanne, Erlebnisdu-
sche und WC. Im Loungebereich knistert das Kaminfeuer nur für Sie. Von Ihrer Kuschelliege
aus schauen Sie TV/DVD oder Ihre Lieblings- CD über die Hifi-Anlage. Tee, Wasser und Früchte
stehen ebenfalls für Sie bereit.

Einfach Abtauchen

3 Stunden für maximal 2 Personen CHF 350
Jede weitere Stunde kostet CHF 100

Die Private Spa-Suiten sind maximal 5 Stunden buchbar. Kinder dürfen sich in Begleitung Er-
wachsener ebenfalls in den Private Spa-Suiten aufhalten.

Verweilen Sie wahlweise in der Asia- oder Nautik Private Spa Suite und geniessen Sie schöne
Momente zu zweit. Inklusive:

- Tee, Wasser und Früchte
- Bademäntel, Frottewäsche, Slippers
- Freier Zugang zum gesamten Smaragd-Spa für weitere 2 Stunden

Zusätzliche Snacks und Getränke oder Behandlungen können Sie gegen einen Aufpreis be-
ziehen.

Kreuzfahrt zu zweit

3 Stunden für maximal 2 Personen im für CHF 510

Entspannen Sie ungestört in unserer nautischen Privaten Spa Suite und geniessen in ange-
nehmer Atmosphäre Ihre Zweisamkeit.

Inklusive:

- je 1 Ganzkörper Peeling in unserem Spa Suite Dampfbad
- je 1 gemeinsames Aromaölbad in unserer großen Spa Suite Whirlwanne
- je 1 Teilkörpermassage mit warmen Ölen
- je ein Glas Champagner
- Tee, Wasser und Früchte
- Bademäntel, Frottewäsche, Slippers
- Freier Zugang zum gesamten Smaragd-Spa für weitere 2 Stunden

Zusätzliche Snacks und Getränke oder Behandlungen können Sie gegen einen Aufpreis be-
ziehen.

Anwendungspakete

Thalasso Entschlackungstag zum Kennenlernen **CHF 163**

Ganzkörper-Meerespeeling
Algenbad in der Hydromassagewanne
Ganzkörper-Algenpackung in der Softpackliege

Thalasso Entschlackungstage verteilt auf 3 Tage **CHF 367**

Ein Ganzkörper-Meerespeeling mit anschliessender Algenpackung (ca. 70 min)
Ein straffendes Bad mit anschliessender Lymphdrainage (ca. 70 min)
Eine Algenpackung mit anschliessender Fussreflexzonen-Massage (ca. 70 min)

Thalgo Relax Day **CHF 279**

Ein Aromaceane Bad in der Hydromassagewanne (ca. 20 min)
Eine Aromaceane Massage (ca. 50 min)
Eine Classic Gesichtsbehandlung (ca. 80 min)
Ein Fruchtcocktail

After Sport **CHF 192**

Ein Aromaceane Bad in der Hydromassagewanne (ca. 20 min)
Eine Moorpackung in der Softpackliege (ca. 45 min)
Eine Sportmassage (ca. 40 min)

Schön wie eine Meerjungfrau in 2 bis 3 Tagen **CHF 484**

Ein Cleopatrabad in der Hydromassagewanne (ca. 20 min)
Ein Zucker-Öl-Ganzkörperpeeling (ca. 25 min)
Eine pflegende Packung für die Haut in der Softpackliege (ca. 45 min)
Eine Gesichtsbehandlung de Luxe (ca. 110 min)
Spa Manikure und Spa Pedicure (ca. 120 min)

Gepflegt wie ein Wassermann in 2 bis 3 Tagen **CHF 355**

Ein Ölbad in der Hydromassagewanne (ca. 20 min)
Ein Zucker-Öl-Ganzkörperpeeling (ca. 25 min)
Eine pflegende Packung in der Softpackliege (ca. 45 min)
Eine Basis Gesichtsbehandlung für den Mann (ca. 50 min)
Eine klassische Pedicure (ca. 45 min)
Eine klassische Teilmassage (ca. 25 min)

2 Tage Auszeit für Paare **CHF 695**

Spa Suite für 3 Stunden inklusive Peeling im Dampfbad, Aromaölbad,
2 Fruchtcocktails
Tiefenentspannung für Sie (90 min)
Von Kopf bis Fuss für Ihn (80 min)

Spa-Zimmerarrangements

Romantiktage zu zweit

**3 Tage, 2 Nächte
ab CHF 650 p.P.**

- Ein prickelnder Aperitif
- Zwei Übernachtungen im Zimmer zur Seeseite nach Wahl
- Jeweils 3-gängiges Dîner aus unserer Wellnessküche
- Reichhaltiges Swiss Zmorge vom Buffet
- **Gemütliche Zeit zu zweit im privaten Hamam mit einer Rasul-Anwendung und anschließender Hautpflege mit Aromaöl auf dem warmen Stein**
- **Hydrobad mit Algen für Ihn, Algenpackung für Sie**
- **Sportmassage für Ihn, Wellnessmassage für Sie**

Girls forever

**4 Tage, 3 Nächte
ab CHF 750 p.P.**

Entspannung für Freundinnen, Mütter und Töchter

- Ein Begrüssungsaperitif
- Drei Übernachtungen im Zimmer zur Seeseite nach Wahl
- Jeweils 3-gängiges Dîner aus unserer Wellnessküche
- Reichhaltiges Swiss Zmorge vom Buffet
- Je eine Classic-Gesichtsbehandlung
- Je eine Spa-Pedicure und Spa-Manicure
- Behandlung im Private Spa (2 Stunden) mit Dampfbad inklusive Zucker-Salz-Peeling, wohltuendes Aromabad und je eine Teilmassage

Sternstunden zu zweit

**5Tage, 4 Nächte
Arrangement für Sie ab CHF 1280, für Ihn ab CHF 1180**

- Ein Begrüssungsaperitif
- Vier Übernachtungen im Doppelzimmer zu Seeseite nach Wahl
- Jeweils 3-gängiges Dîner aus unserer Wellnessküche
- Reichhaltiges Swiss Zmorge vom Buffet
- **Schönheit für die Meerjungfrau:**
 - Eine Gesichtsbehandlung à 90 min
 - Eine Spa-Manicure und Spa-Pedicure
 - Ein Meersalz-Öl-Peeling
 - Eine Wellnessmassage à 60 min
- **Entspannung für den Wassermann**
 - Eine Gesichtsbehandlung à 60 min
 - Eine klassische Manicure und klassische Pedicure
 - Eine Vollmassage à 50 min
 - Ein Sprudelbad nach Wahl

Lazy Sunday

**2 Tage, 1 Nacht
CHF 330 p.P.**

Die Anreise ist nur sonntags möglich!

- Ein prickelnder Aperitif
- Eine Übernachtung in einer grosszügigen Junior Suite zur Seeseite
- Romantisches Candle-Light-Dinner (4 Gänge)
- Reichhaltiges Swiss Zmorge vom Buffet
- Ein Algenbad zur Entschlackung
- Eine Aromaölmassage nach Ihrer Wahl