

DAY SPA FÜR NICHT HOTELGÄSTE

~ TAGESEINTRITT SAUNA UND HALLENBAD € 17 / Tag

Im Eintritt enthalten ist die zeitlich unbegrenzte Nutzung des gesamten Spa Bereichs (Hallenbad, Saunadorf, Ruheräume) während der Öffnungszeiten inkl. Bademantel, Saunatuch und Badetasche auf Leihbasis. Anmeldung über die Hotel Rezeption. Für Hotelgäste ist die Nutzung des SPA Bereichs grundsätzlich kostenfrei.

~ DER KLEINE TRAUBE VERWÖHNTAG (€ 51)

Beginnen Sie den Tag entweder mit unserem großzügigen Frühstücksbuffet oder mit einem kleinen Mittagslunch inklusive Getränk. Anschließend genießen Sie eine kleine Verwöhnmassage von 25 Minuten. Die Nutzung des Spa Bereichs ist den ganzen Tag entsprechend den Öffnungszeiten möglich. (buchbar werktags nach Verfügbarkeit mit Vorreservierung)

~ DER GROSSE TRAUBE WELLNESSTAG MIT DINNER (€ 79)

Beginnen Sie mit einem Gläschen Apfelsecco mit oder ohne Alkohol. Anschließend werden Sie bei einer Wellness Massage von 45 Minuten verwöhnt. Zum Abschluss des Tages genießen Sie ein feines 4-Gang Wahlmenü im Restaurant. Die Nutzung des Spa Bereichs ist den ganzen Tag entsprechend den Öffnungszeiten möglich. (buchbar werktags nach Verfügbarkeit mit Vorreservierung.)

~ AFTER WORK SPECIAL (€ 25)

Erholen Sie sich nach der Arbeit ab 18 Uhr in unserem Spa Bereich. Anschließend laden wir Sie zu einem Getränk und einem herzhaften Vesper oder Flammkuchen an unserer Hotelbar ein.

~ ÖFFNUNGSZEITEN / SAUNABETRIEBSZEITEN

April bis Oktober:

Mo. bis So. 15 – 22 Uhr (für Hotelgäste und externe Besucher)

November bis März:

Mo. bis Do. 13 – 22 Uhr (für Hotelgäste und externe Besucher)

Fr. bis So. 12 – 22 Uhr (Sa. 12 – 18 Uhr und So. 12 – 15 Uhr (Saunabereich ausschließlich für Hotelgäste)

Fr. und Sa. zusätzlicher Frauenbereich 13 – 19 Uhr

~ ANWENDUNGSZEITEN FÜR MASSAGEN

täglich ab 9 Uhr je nach Vereinbarung möglich

HOTEL TRAUBE AM SEE

Familie Karl Felix
Meersburger Straße 11
88048 Friedrichshafen
Deutschland

Telefon +49(0)75 41 · 95 80
Telefax +49(0)75 41 · 95 88 88

www.traubeamsee.de
info@traubeamsee.de
www.facebook.com/traubeamsee



**** HOTEL RESTAURANT SPA
traube am see

WELLNESS-MENÜ & TAGESARRANGEMENTS

DIE IMMER BELIEBTESTEN KLASSIKER ...

- ~ **KLASSISCHE TEILMASSAGE (30 Minuten € 42)**
Klassische Massage der Rückenmuskulatur. Ideal bei Muskelverspannungen.
- ~ **WELLNESS-RELAX-MASSAGE (50 Minuten € 62)**
Entspannende Ganzkörpermassage mit einem warmen Öl. Ideal gegen Stress und Verspannungen.
- ~ **KOPF-GESICHTS-NACKEN-MASSAGE (40 Minuten € 49)**
Wirkt über Reflexzonen und Energiebahnen harmonisierend auf den ganzen Körper. Ein Genuss für Körper und Geist.
- ~ **TIBETISCHE STREICHMASSAGE (30 Minuten € 38)**
Besonders sanfte Rückenmassage, welche durch Streichungen zu besonders tiefer Entspannung führt. Diese wirkt sich speziell auf Psyche und Nervensystem aus und balanciert Körper, Geist und Seele aus.

MAL WAS ANDERES PROBIEREN ...

- ~ **HONIG-ZUPF-MASSAGE (20 Minuten € 34)**
Durch die kräftige Zupfmassage mit Honig werden Verspannungen gelöst und das Gewebe gelockert. Wertvolle Inhaltsstoffe des Honigs wirken positiv auf Haut und Körper.
- ~ **FUSSZONEN-MASSAGE (30 Minuten € 42)**
Eine über die Fußzonen harmonisierende und Stoffwechsel aktivierende Druckmassage.
- ~ **ENERGIEBÜRSTEN-MASSAGE (30 Minuten € 42)**
Durch die vitalisierende Trockenbürstung mit feinen Bronzeborsten werden direkt auf der Haut Sauerstoffionen erzeugt, die dem Körper unmittelbar zur Verfügung stehen. Der Kreislauf wird aktiviert und das Nervensystem harmonisiert.

- ~ **KRÄUTERSTEMPELMASSAGE (50 Minuten € 72)**
Eine wohltuende Massage mit warmen Kräuterstempeln. Diese wirken entspannend, entschlackend und durchblutungsfördernd, sowie straffend auf die Haut.
- ~ **ZIRBENMASSAGE (50 Minuten € 78)**
Genießen Sie eine durchblutungsfördernde und wärmende Ganzkörpermassage mit Zirbenöl und anschließender Zirbenholz Wärmepackung. Deren aromatischer, holziger Duft wirkt besonders wohltuend und entspannend.

SICH DAS BESONDERE GÖNNEN ...

- ~ **HOT STONE MASSAGE (70 Minuten € 88)**
Eine Ganzkörpermassage mit heißen schwarzen Basalt-Steinen. Durch diese Massage werden Energiebahnen geöffnet und ausgeglichen, die Durchblutung angeregt und die Selbstheilungskräfte aktiviert, sowie die Muskulatur besonders tief entspannt.
- ~ **HAMAM-TRAUBE-SPEZIAL (60 Minuten € 88)**
Orientalisches Schönheitsritual für Rücken, Arme und Beine in abgewandter Form. Der mit Kompressen aufgewärmte Körper wird mit einem Seidenhandschuhpeeling und einer kräftigen Seifenschaummassage gereinigt und anschließend mit kostbarem Arganöl massiert. Der Stoffwechsel wird angeregt und die Muskeln gelockert.
- ~ **TRAUBE-EXCLUSIV-TREATMENT (75 Minuten € 98)**
Ein sanftes Körperpeeling aus gemahlten Traubenkernen und kaltgepresstem Traubenkernöl macht die Haut auf natürliche Weise weich und frisch. Ihre Haut ist nun bestens vorbereitet für die wohltuende Massage mit warmen Traubenkernsäckchen. Im Anschluss an diese herrlich entspannende Behandlung genießen Sie ein Glas Traubensaft aus der Bodenseeregion.

WEIL ES GUT TUT ...

- ~ **SCHRÖPFMASSAGE RÜCKEN (30 Minuten € 48)**
Wärmepackung und intensive Massage von Muskulatur, Bindegewebe und Haut mit Schröpfköpfen. Sehr wirksam bei Muskelverspannungen. Wirkt sich reflektorisch auch auf innere Organe aus und leitet die Selbstregulation von gestörten Körperfunktionen ein.
- ~ **RÜCKEN FIT (40 Minuten € 58)**
Zur Vorbeugung von Wirbelsäulenbeschwerden. Nach einer kurzen Einführung wird Ihr Rücken durch eine Kombination von speziellen Massage- und Dehntechniken gelockert und mobilisiert. Auf Wunsch erhalten Sie eine Anleitung für individualisierte Heimübungen.
- ~ **MANUELLE THERAP. LYMPHDRAINAGE (50 Minuten € 66)**
Streichmassage, die die Aktivität der Lymphgefäße anregt. Wirkt schmerzlindernd, entstauend und entspannend. Eignet sich besonders bei schweren, gestauchten Beinen, Wasseransammlungen und Migräne.
- ~ **KLANGSCHALENMASSAGE (40 Minuten € 59)**
Der lang nachklingende Ton tibetischer Klangschalen berührt Sie auf tiefer körperlicher und seelischer Ebene. Die tiefgehende Klangvibration kann Stress und Spannungen lösen.
- ~ **OSTEOPATISCHE ANWENDUNG (60 Minuten € 92)**
Durch sehr sanfte Berührung des Cranio-Sacralen-Systems lösen sich auf besondere Weise tiefe Verspannungen und Blockaden. Unsere Selbstheilungskräfte, sowie das Nervensystem werden aktiviert und ausbalanciert. Besonders Stress lösend, sehr tief entspannend und Prävention geeignet. Führt Körper, Geist und Seele zusammen. Diese Anwendung wird ausschließlich von unserer Cranio Sacral Therapeutin durchgeführt.

AUF DIE SCHÖNHEIT ...

- ~ **ANTI-AGING-BEHANDLUNG (50 Minuten € 72)**
Nach einem reinigenden Gesichtspeeling wird eine Vliesmaske mit basischmineralischem Salz und Edelsteinverreibungen aufmodelliert. Die Ausscheidung von Gift- und Schadstoffen wird dadurch angeregt. Im Anschluss an diese intensive Hautreinigung genießen Sie eine hautstraffende Gesichtsmassage mit hochwertigem Pflegeöl.
- ~ **KLEINE ANTI-AGING-BEHANDLUNG (30 Minuten € 46)**
Entspannende Gesichtsmassage mit anschließender pflegender und straffender Gesichtsmaske.
- ~ **VERWÖHNBEHANDLUNG GESICHT (50 Minuten € 72)**
Intensiv hautreinigende und hautstärkende Wirkung. Befreit von Gift- und Schlackenstoffen. Symbiose aus einer Behandlung mit warmen Kräuterstempeln und pflegenden Ölen.
- ~ **ANTI-CELLULITE-TREATMENT (75 Minuten € 98)**
Speziell für Frauen. Wirkt intensiv hautstraffend, gegen Gewebeverhärtungen und Cellulite. Effektive Behandlungskombination aus Körperpeeling, Schröpfmassage, Teilkörperpackung und individuell auf den Typ abgestimmten hochwirksamen Phytoextrakten.

Alle Behandlungen können erweitert werden um ein entspanntes Nachruhen mit einer Wärmepackung als Abschluss der Behandlung (15 Minuten € 15).

Wir empfehlen eine frühzeitige Terminierung der Anwendungen. Kostenfreie Stornierung bereits gebuchter Termine ist bis 24 Std. vor dem Termin möglich.

Weitere Infos unter www.traubeamsee.de