

## RUHE FINDEN. KRAFT SCHÖPFEN. WOHLFÜHLEN.

In unserem Vital Spa erwartet Sie ein Ort der Ruhe, an dem Zeit keine Rolle spielt und das Wohlbefinden im Mittelpunkt steht. Sanfte Düfte, warme Farben und eine entspannte Atmosphäre laden dazu ein, den Alltag loszulassen und neue Energie zu schöpfen.

Mit ausgewählten Anwendungen und hochwertigen Produkten erleben Sie Momente tiefer Entspannung – individuell abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse.

Ob kurze Auszeit oder ausgedehntes Verwöhnritual:  
Bei uns finden Körper, Geist und Seele wieder in Einklang.

Gerne beraten wir Sie individuell und unterstützen Sie bei der Auswahl der passenden Anwendung.

Ihr Team vom Vital Spa

Telefon:	+49 (0) 38 226 51- 272
E-Mail:	<a href="mailto:vitalspa@ostseehotel-dierhagen.de">vitalspa@ostseehotel-dierhagen.de</a>
Online- Reservierung:	<a href="https://shop.ostseehotel-dierhagen.de">shop.ostseehotel-dierhagen.de</a>

## ZEIT FÜR ENTSPANNUNG – UNSERE WELLNESS- KLASSIKER

Manchmal braucht es keine großen Inszenierungen, sondern bewährte Anwendungen, die den Körper wieder in Balance bringen.

Unsere klassischen Wellnessbehandlungen setzen genau hier an:

- Sie lösen Verspannungen und fördern die Durchblutung – spürbar und nachhaltig

Rückenmassage	25 Minuten, inklusive Nachruhezeit	38,00 €
Ganzkörpermassage	80 Minuten, inklusive Nachruhezeit	93,00 €
	50 Minuten, inklusive Nachruhezeit	62,00 €
Bein- und Fußmassage	25 Minuten, inklusive Nachruhezeit	38,00 €
Handreflexzonenmassage	45 Minuten, inklusive Nachruhezeit	49,00 €
Fußreflexzonenmassage	45 Minuten, inklusive Nachruhezeit	49,00 €
Migränemassage	25 Minuten, inklusive Nachruhezeit	38,00 €
Marnitz- Massage (onkologisch)	25 Minuten, inklusive Nachruhezeit	38,00 €
Lymphdrainage	50 Minuten, inklusive Nachruhezeit	62,00 €

## VERWÖHN- MASSAGEN FÖRDERN WOHLBEFINDEN UND ENTSPANNUNG

Aromaölmassagen vereinen tiefgehende Entspannung mit sinnlichen Dufterlebnissen und schenken dem Körper neue Leichtigkeit, während der Geist zur Ruhe kommt.

*Folgende Aroma-Öle stehen zur Auswahl: Sanddorn-Öl und Orangen-Lemon-Öl*

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit	93,00 €
50 Minuten, inklusive Nachruhezeit	62,00 €
25 Minuten, inklusive Nachruhezeit	38,00 €

Ohrenkerzenbehandlung

ergänzt durch eine Gesichts- und Kopfmassage

40 Minuten, inklusive Nachruhezeit	49,00 €
------------------------------------	---------

## HAWAIIANISCHE MASSAGEN HABEN VIELFÄLTIGE WIRKUNGEN AUF KÖRPER, GEIST & SEELE

Lomi Lomi Nui

Eine Ganzkörpermassage mit Mandelöl, löst Blockaden und Verspannungen, unterstützt Stoffwechsel und Lymphsystem, lindert stressbedingte Ängste, Kopfschmerzen sowie Schlafstörungen und unterstützt die Regenerationsprozesse des Körpers.

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit	98,00 €
------------------------------------	---------

Hot Stone Massage

Warme Basaltsteine gleiten sanft über den Körper und lösen durch ihre gleichmäßige Wärme tief sitzende Verspannungen.

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit	98,00 €
------------------------------------	---------

# AYURVEDA

Warme Öle, fließende Streichungen und achtsame Rituale unterstützen dabei, Körper und Geist in Einklang zu bringen und ein tiefes Gefühl von Entspannung zu erleben.

## Garshan

eine ayurvedische Trockenmassage mit Rohseide- Handschuhen, die das Hautbild verbessert, die Durchblutung anregt und das Gewebe kräftigt

25 Minuten, inklusive Nachruhezeit 38,00 €

## Mukhabhyanga

eine ayurvedische Gesichts- und Kopfmassage, die der Entspannung dient und unter anderem bei Kopfschmerzen, Verspannungen und Schlafstörungen helfen kann

25 Minuten, inklusive Nachruhezeit 38,00 €

## Shirodhara

ein ayurvedischer Stirnguss mit warmem Öl, der entspannt sowie die Konzentration und Intuition fördert

30 Minuten, inklusive Nachruhezeit 49,00 €

## Padabhyanga

eine ayurvedische Fußmassage, die kräftigend und revitalisierend wirkt und damit bei Schlaflosigkeit, Erschöpfung sowie Nervosität Anwendung findet

45 Minuten, inklusive Nachruhezeit 49,00 €

## Abhyanga

eine ayurvedische Ganzkörpermassage mit warmem Öl, die Körper und Geist ganzheitlich positiv beeinflusst

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit 98,00 €

## GANZKÖRPER- ANWENDUNGEN FÜR EIN ANGENEHMES HAUTGEFÜHL

Meeresschlickpackung auf der Wasserschwebeliege bei angenehmen 37°C  
mit einer wohltuenden Aromaölmassage für Ihren Rücken - regeneriert, spendet Feuchtigkeit und beruhigt  
80 Minuten, inklusive Nachruhezeit 79,00 €

Algenpackung auf der Wasserschwebeliege bei angenehmen 37°C  
ergänzt durch eine Bodylift- Massage für Gesäß und Beine, mit einem straffenden Körpergel, strafft und  
entschlackt

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit 79,00 €

Rügener Heilkreide auf der Wasserschwebeliege bei angenehmen 37°C  
wird durch eine pflegende, reichhaltige Cremémassage vervollständigt  
und regt den Hautstoffwechsel an, hilft bei sehr trockener Haut  
80 Minuten, inklusive Nachruhezeit 79,00 €

Alle Körperpackungen erhalten Sie auch ohne Massagen  
45 Minuten, inklusive Nachruhezeit 55,00 €

Ganzkörperpeeling  
für eine samtweiche und glatte Haut  
*Zur Auswahl stehen: Salz aus dem Atlantik mit Meerschlick und Schwarze Seife*  
25 Minuten, inklusive Nachruhezeit 38,00 €

# KOSMETISCHE BEHANDLUNGEN

Sichtbare Pflege, spürbare Qualität - gepflegte Haut ist Ausdruck von Wohlbefinden und innerer Balance. Unsere kosmetischen Behandlungen verbinden hochwertige Wirkstoffe mit professionellen Pflegeritualen und schenken Ihrer Haut neue Frische, Ausstrahlung und Geschmeidigkeit

## Für die Dame

Unsere **80- minütige Behandlung** enthält Reinigung, Peeling, Ausreinigung, Korrektur der Augenbrauen sowie Färben der Augenbrauen und Wimpern, Serum, Maske, Augen- und Lippenpflege sowie eine Abschlusspflege. Dazu eine verwöhnende Massage für Ihr Gesicht, Dekolleté und Ihre Hände.

Nach einer persönlichen Hauttypbestimmung empfehlen wir Ihnen aus unseren Produkten die geeignete Pflege für Ihre Gesichtshaut:

## La mer Cuxhaven

Alle La mer Hautpflegeprodukte sind „Made in Germany“. Sie enthalten marine Wirkstoffe von höchster Qualität, wie Algenextrakte und Meersalz.

80 Minuten

89,00 €

## CMD Naturkosmetik – Aloe Studioline

Die Aloe Vera in den Produkten fördert die Hautregeneration und unterstützt die Kollagenproduktion, was zu einem jüngeren, frischeren und elastischeren Hautbild führen kann. Zudem wirkt sie als natürliches Anti-Aging-Mittel, indem sie Faltenbildung verzögert.

80 Minuten

89,00 €

### Für den Herren

In einer **50- minütigen Kosmetik-Behandlung** erwarten Sie Reinigung, Peeling, Ausreinigung, Augenbrauenkorrektur, Serum, Gesichtsmassage, Maske, Augen- und Lippenpflege sowie eine Abschlusspflege.

#### La mer Cuxhaven

50 Minuten	62,00 €
------------	---------

#### CMD Naturkosmetik – Aloe Studioline

50 Minuten	62,00 €
------------	---------

### Für Sie und für Ihn

**80- minütige Kosmetik-Behandlung mit Mikrodermabrasion** als Reinigung - führt in mehrfacher Hinsicht zu einer Verbesserung des Hautbildes. Abgestorbene Hautpartikel werden abgetragen, die Poren geöffnet und Unebenheiten entfernt. Das hat unter anderem zur Folge, dass Pflegestoffe von der Haut besser aufgenommen werden. Zugleich regt das Verfahren die Durchblutung, Zellerneuerung und Kollagenbildung der Haut an.

80 Minuten für die Sie	89,00 €
------------------------	---------

50 Minuten für die Ihn	78,00 €
------------------------	---------

## WEITERE KOSMETISCHE BEHANDLUNGEN

„Augenblick“ - Augenbrauenkorrektur, Färben der Brauen und Wimpern, Augenmaske

25 Minuten	32,00 €
------------	---------

Färben der Brauen und Wimpern, Augenpflege

20 Minuten	25,00 €
------------	---------

Augenbrauenkorrektur, Augenpflege

20 Minuten	25,00 €
------------	---------

## GEPFLEGTE HÄNDE UND FÜßE

Hände und Füße tragen uns durch den Alltag – umso wichtiger ist es, ihnen regelmäßig kleine Rituale der Pflege und Entspannung zu gönnen.

### Intensiv- Maniküre

vervollständigt die Nagelpflege durch ein pflegendes Handbad mit Meersalzpeeling, eine entspannende Handmassage und ein Paraffinbad oder Lack

50 Minuten	49,00 €
------------	---------

### Basis- Pediküre

25 Minuten	38,00 €
------------	---------

### Intensiv- Pediküre

ergänzt die Nagel- und Hornhautpflege mit einem Meersalzpeeling und einer wohltuenden Fußmassage oder Lack

50 Minuten	49,00 €
------------	---------

## UNSER PROGRAMM ZUM FIT- UND GESUNDBLEIBEN

Progressive Muskelentspannung - Anspannung lösen, Ruhe finden

Autogenes Training - Ruhe aus eigener Kraft

Einzeltraining	25 Minuten	30,00 €
ab 4 Personen	25 Minuten	10,00 €

### Nordic Walking

Einzeltraining	50 Minuten	45,00 €
ab 4 Personen	50 Minuten	20,00 €



## TEILKÖRPERPACKUNGEN

Unsere Teilkörperpackungen sind kleine Auszeiten mit großer Wirkung. Sie wirken gezielt dort, wo der Körper besondere Aufmerksamkeit braucht und verbinden wohltuende Wärme mit natürlichen Wirkstoffen.

Die Schweriner Naturmoorpackung entfaltet durch ihre angenehme Wärme eine tiefgehende Entspannung. Sie regt die Durchblutung an, lockert verspannte Bereiche und vermittelt ein wohliges Gefühl von Leichtigkeit.

25 Minuten

18,00 €

Die Honig- Packung verwöhnt die Haut mit wertvollen natürlichen Inhaltsstoffen, lockert verspannte Bereiche und unterstützt die Hautpflege für ein angenehmes Körpergefühl.

25 Minuten

18,00 €



# UNSERE WELLNESS- MENÜS

Unsere Wellness- Menüs sind sorgfältig zusammengestellte Auszeiten für alle, die mehr möchten als eine einzelne Anwendung.

Harmonisch aufeinander abgestimmt, entfalten sie ihre Wirkung Schritt für Schritt und schenken intensive Entspannung sowie ein nachhaltiges Wohlbefinden.

## Menü „Wohlbefinden“

Anwendungen die Entgiften und das Bindegewebe entschlacken inklusive einem Meersalzpeeling, einer Algenpackung auf der Wasserschwebeliege und einer entspannenden Rückenmassage

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit

95,00 €

## Menü „Entspannter Rücken“

die Last von den Schultern nehmen mit zwei entspannenden Moorpackungen, einer klassischen Schulter- Nacken- Massage und einer Fußreflexzonenmassage

70 Minuten, inklusive Nachruhezeit

98,00 €

## Menü „Body“

ein Ganzkörper- Meersalzpeeling, eine Ganzkörper- Crémé- Kur und eine entspannende Rückenmassage

50 Minuten, inklusive Nachruhezeit

67,00 €

#### Menü „Leichte Füße“

Basis- Pediküre kombiniert mit einer 45- minütigen Fußreflexzonenmassage

70 Minuten, inklusive Nachruhezeit

79,00 €

#### Menü „Wellness“

eine kosmetische Intensivbehandlung und eine entspannende Rückenmassage  
mit einem Sanddornöl

105 Minuten, inklusive Nachruhezeit

105,00 €

#### Menü „Auszeit“

eine Honigpackung für samtweiche und geschmeidige Haut in Kombination  
mit einer Aromaölmassage „Orangen-Lemon-Öl“ für den Rücken

50 Minuten, inklusive Nachruhezeit

52,00 €

#### Menü „Innere Ruhe“

Körper und Geist ganzheitlich positiv beeinflussen mit einer ayurvedischen Ganzkörpermassage und einem  
ayurvedischen Stirnölguss

110 Minuten, inklusive Nachruhezeit

118,00 €

Unsere Wellness- Menüs sind nicht mit weiteren Vergünstigungen  
oder Gutscheinen kombinierbar.

# HINWEIS ZU UNSEREN BEHANDLUNGEN

Ihre Gesundheit steht für uns an erster Stelle.

Aus diesem Grund behalten wir uns vor, Behandlungen bei folgenden gesundheitlichen Umständen an Ihre Bedürfnisse anzupassen bzw. nicht durchzuführen:

- Fieber
- Akute Infekte
- Entzündete oder offene Hautstellen
- Vorerkrankungen oder laufende Therapien (z.B. Schilddrüsenüberfunktion, Krebs)
- Schwangerschaft

Gerne beraten wir Sie persönlich zu alternativen Anwendungen.

Ihr Team vom Vital Spa

