

*Spüren Sie, was Ihnen gut tut und Ihnen Kraft für den Alltag gibt:*

*Entspannende Anwendungen für ein gutes Körpergefühl,*

*präventive Maßnahmen für Ihre Gesundheit oder*

*schmerztherapeutische Behandlungen.*

Auf den folgenden Seiten stellen wir Ihnen gerne unser Angebot vor.

Sie haben Fragen oder Wünsche? Unser qualifiziertes Team berät Sie gerne schon vor Ihrer Anreise unter der Telefonnummer +49 (0) 38 226 51- 272.

Oder stöbern Sie online unter [shop.ostseehotel-dierhagen.de](https://shop.ostseehotel-dierhagen.de), hier können Sie ganz bequem Ihre Wunschanwendung buchen.

Sie möchten Entspannung verschenken? Gerne stellen wir Ihnen Geschenkgutscheine aus.

Ihr Team vom Vital Spa

### **Kontakt:**

Ostseehotel Dierhagen

Wiesenweg 1 | 18347 Ostseebad Dierhagen

Telefon: +49 38226 51-0 | Mail: [info@ostseehotel-dierhagen.de](mailto:info@ostseehotel-dierhagen.de)

Homepage: <https://ostseehotel-dierhagen.de>

## Schmerzbehandlungen

*Blockaden und Muskelfunktionsstörungen behandeln, das Lymphsystem aktivieren*

Triggerpunktmassage	25 Minuten, inklusive Nachruhezeit	34,00 €
Migränemassage	25 Minuten, inklusive Nachruhezeit	34,00 €
Marnitz- Massage (onkologisch)	25 Minuten, inklusive Nachruhezeit	34,00 €
Lymphdrainage	50 Minuten, inklusive Nachruhezeit	50,00 €

## Die Klassiker

*Klassische Massagen zur Entspannung der Muskulatur und Reflexzonentherapie zur Aktivierung des körpereigenen Immunsystems*

Ganzkörpermassage	80 Minuten, inklusive Nachruhezeit	89,00 €
	50 Minuten, inklusive Nachruhezeit	59,00 €
Rückenmassage	25 Minuten, inklusive Nachruhezeit	34,00 €
Bein- und Fußmassage	25 Minuten, inklusive Nachruhezeit	34,00 €
Handreflexzonenmassage	45 Minuten, inklusive Nachruhezeit	49,00 €
Fußreflexzonenmassage	45 Minuten, inklusive Nachruhezeit	49,00 €

## Ayurveda

*Mit Anwendungen nach dieser traditionellen indischen Heilkunst bringen Sie Ihre Lebensenergien ins Gleichgewicht*

### Garshan

eine ayurvedische Trockenmassage mit Rohseidehandschuhen, die das Hautbild verbessert, die Durchblutung anregt und das Gewebe kräftigt

25 Minuten, inklusive Nachruhezeit 35,00 €

### Mukhabhyanga

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

25 Minuten, inklusive Nachruhezeit 35,00 €

### Shirodhara

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

40 Minuten, inklusive Nachruhezeit 45,00 €

### 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 warmen Öl, die Körper und Geist ganzheitlich positiv beeinflusst

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit 89,00 €

## Kosmetische Behandlungen für die Dame

*Unsere 55- minütige Basisbehandlung enthält Reinigung, Peeling, Ausreinigung, Augenbrauenkorrektur und Färben, Fluid/Ampulle, Gesichts- und Dekolletémassage, Maske, Augen- und Lippenpflege sowie eine Abschlusspflege*

*Unsere 80- minütige Intensivbehandlung verwöhnt und pflegt Sie zusätzlich mit einer Intensiv- Ausreinigung, einem reichhaltigen Serum, einer ausgiebigeren Gesichts- und Dekolletémassage und einer Handmassage*

### La mer „Meeresfrische“

vitalisierender und belebender Energiespender aus Extrakten vom Meeresschlick

55 Minuten 64,00 €

80 Minuten 74,00 €

### La mer Med „Marine care“

bietet trockener und empfindlicher Haut schnelle und intensive Hilfe

55 Minuten 64,00 €

80 Minuten 74,00 €

### La mer „Platinum“

pflanzliche Stammzellen wirken dreifach: Zellverjüngung, Zellerneuerung, Zellschutz

80 Minuten 84,00 €

### CND- Rose oder Rügener Heilkreide

diese Naturkosmetik spendet und bindet intensiv Feuchtigkeit

55 Minuten 64,00 €

80 Minuten 74,00 €

## Kosmetische Behandlungen für den Herren

*In einer 50- minütigen Basisbehandlung erwarten Sie Reinigung, Peeling, Ausreinigung, Augenbrauenkorrektur, Fluid/Ampulle, Gesichts-, Hals- und Nackenmassage, Maske, Augen- und Lippenpflege sowie eine Abschlusspflege*

La mer „Ostsee pur“

feuchtigkeitsspendende Pflege auf Basis von Meeresschlickextrakten

50 Minuten

54,00 €

CND- Rügener Heilkreide

die entzündungshemmenden und wundheilenden Inhaltsstoffe der Aloe Vera sind wohltuend für die gereizte Haut

50 Minuten

54,00 €



## Weitere kosmetische Behandlungen

„Augenblick“

Augenbrauenkorrektur, Färben der Brauen und Wimpern, pflegende Augenmaske

25 Minuten 24,50 €

Färben der Brauen und Wimpern, Augenpflege

20 Minuten 18,50 €

Augenbrauenkorrektur, Augenpflege

20 Minuten 14,00 €

Make-up für den Tag oder den Abend

25 Minuten 25,00 €

## Gepflegte Hände und Füße für Sie und Ihn

Basis- Maniküre 25 Minuten 30,00 €

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 30,00 €

Intensiv- Pediküre

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

50 Minuten 49,00 €

## Verwöhnbehandlungen

### Ohrenkerzenbehandlung

ergänzt durch eine Gesichts- und Kopfmassage, beruhigt und entspannt

50 Minuten, inklusive Nachruhezeit 55,00 €

### Hot Stone Massage

eine energetische Behandlung Hawaii- Massage mit heißen Lavasteinen

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit 89,00 €

### Lomi Lomi Nui *NEU ab 01. April 2023*

eine hawaiianische Ganzkörpermassage mit ätherischen Ölen, ideal, um dem Alltag zu entfliehen - entspannt Körper, Geist und Seele, löst Blockaden und Verspannungen, unterstützt Stoffwechsel und Lymphsystem, lindert stressbedingte Ängste, Kopfschmerzen sowie Schlafstörungen und unterstützt die Regenerationsprozesse des Körpers

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit 89,00 €

110 Minuten, inklusive Nachruhezeit 120,00 €

### Aromaölmassage

warme, ätherische Öle wirken entspannend, anregend oder beruhigend

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit 89,00 €

50 Minuten, inklusive Nachruhezeit 59,00 €

25 Minuten, inklusive Nachruhezeit 38,00 €

## Teilkörperpackung

Schweriner Naturmoor

regt die Durchblutung an und löst Verspannungen

25 Minuten

15,00 €

Honig-Packung

sorgt nachhaltig für ein samtweiches, geschmeidiges Hautgefühl und vitalisiert strapazierte Haut

25 Minuten

15,00 €

## Ganzkörperanwendungen - Entspannung und Pflege -

*Ganzkörperpeeling für samtweiche und glatte Haut*

mit Salz aus dem Atlantik

25 Minuten, inklusive Nachruhezeit

35,00 €

mit Schaumseife

25 Minuten, inklusive Nachruhezeit

35,00 €

mit Rosenöl- Salz

25 Minuten, inklusive Nachruhezeit

35,00 €

mit Honig- Ingwer- Salz

25 Minuten, inklusive Nachruhezeit

35,00 €

## Ganzkörperanwendungen - Entspannung und Pflege -

*Ganzkörperpackungen auf der Wasserschwebeliege bei 37°C*

### Meeresschlickpackung

mit einer wohltuenden Aromaölmassage für Ihren Rücken - regeneriert, spendet Feuchtigkeit und beruhigt

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit 80,00 €

### Algenpackung

ergänzt durch eine Bodylift- Massage für Gesäß und Beine, mit einem straffenden Körpergel - strafft und entschlackt

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit 80,00 €

### Rügener Heilkreide

wird durch eine pflegende, reichhaltige Crememassage vervollständigt und regt den Hautstoffwechsel an, hilft bei sehr trockener Haut

80 Minuten, inklusive Nachruhezeit 80,00 €

Alle Körperpackungen erhalten Sie auch ohne Massagen

45 Minuten, inklusive Nachruhezeit 55,00 €

## Fit und Gesund

Aquagymnastik

Wirbelsäulengymnastik

Thera- Band- Gymnastik

Bauch- Beine- Po

Progressive Muskelentspannung

Autogenes Training

Einzeltraining	25 Minuten	30,00 €
----------------	------------	---------

ab 4 Personen	25 Minuten	10,00 €
---------------	------------	---------

Nordic Walking

Einzeltraining	50 Minuten	50,00 €
----------------	------------	---------

ab 4 Personen	50 Minuten	20,00 €
---------------	------------	---------



## Unsere Menüs

*Einzelne Anwendungen wirkungsvoll kombiniert mit bis zu 20 % Spareffekt (nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar)*

### 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

Inklusive zwei entspannenden Moorpackungen, einer klassischen Schulter- Nacken- Massage und einer Fußreflexzonenmassage

70 Minuten, inklusive Nachruhezeit 95,00 €

### Menü „Body“

Inklusive einem Ganzkörper- Meersalzpeeling, einer Ganzkörper- Creme- Kur und eine entspannende Rückenmassage

50 Minuten, inklusive Nachruhezeit 59,50 €

## Unsere Menüs

*Einzelne Anwendungen wirkungsvoll kombiniert mit bis zu 20 % Spareffekt (nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar)*

### Menü „Leichte Füße“

Basis- Pediküre ergänzt mit einer 45- minütigen Fußreflexzonenmassage

70 Minuten, inklusive Nachruhezeit

72,00 €

### Menü „Wellness“

Inklusive einer kosmetischen Intensivbehandlung und einer entspannende Rückenmassage mit einem Aromaöl Ihrer Wahl

105 Minuten, inklusive Nachruhezeit

96,00 €

### Menü „Auszeit“

Inklusive einer Honigpackung für samtweiche und geschmeidige Haut in Kombination mit einer Aromaölmassage für den Rücken

50 Minuten, inklusive Nachruhezeit

49,00 €

### Menü „Innere Ruhe“

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

120Minuten, inklusive Nachruhezeit

119,00 €