

LINDNER  
HOTEL

BOLTENHAGEN

*- Lindner's Spa of Senses -  
Menu*

# informationen & etikette

## ● Spa- Nutzung am Abreisetag

Sie können Ihren Spa-Urlaub gern um einige Stunden verlängern, indem Sie am Abreisetag eine **Wellnessanwendung ab 11 Uhr** reservieren. Das Gepäck können Sie in Ihr Auto bringen oder bei uns in der Umkleidekabine lagern. Auch ohne Anwendungen können Sie unseren Lindner Hotel Spa ab 11 Uhr für 24,00 Euro pro Person nutzen.

## ● Ruhe und Entspannung

Wir bitten Sie, den Ort der Ruhe und Entspannung zu achten und während Ihres Aufenthalts im Spa auf Telefonate zu verzichten.

## ● Kleidung

Für einen angenehmen Spa-Aufenthalt empfehlen wir bereits in Bademantel und Slippers zu den Behandlungen zu erscheinen. Bitte nutzen Sie den Pool in Badebekleidung. Der Saunabereich ist Nackt-bereich. Zum Saunieren verwenden Sie Tücher als Unterlage, um die Hölzer vor Schweiß zu schützen und die gegebenen Hygienevorschriften einzuhalten.

## ● Bald Mama

Anwendungen, die mit diesem Symbol gekennzeichnet sind, buchen wir gern auch für Schwangere ab der 13. Woche ein.

## ÖFFNUNGSZEITEN

### Spa-Rezeption

Handtuchausgabe und -tausch 10.00 Uhr – 19.00 Uhr

### Massagen &

### Beautyanwendungen

10.00 Uhr – 19.00 Uhr

### Sauna

11.00 Uhr – 20.00 Uhr

### Schwimmbad

07.00 Uhr – 20.00 Uhr

### Fitnessräume

08.00 Uhr – 20.00 Uhr



## zeit für kosmetik

## zeit für gepflegte hände & füße

### ● Augenblicke

Schöne Augen – Spiegelbild der Seele.  
Augenbraunkorrektur, Wimpern färben,  
Kopfmassage und Augenmaske

45 Minuten **59,00 EUR**

### ● Express Ausreinigung

Steigerung von Vitalität und Lebensfreude.  
Eine Hautklärende und straffe Gesichtsbe-  
handlung

60 Minuten **89,00 EUR**

### ● Hyaluron 24h Pflegebehandlung

Mit neuer Energie beflügelt in den Tag-/  
Abend. Der Feuchtigkeitsbooster mit dem  
Wirkstoff Hyaluron und einer spezieller Mas-  
sagetechnik, führt zu einen sichtbaren  
Resultat.

60 Minuten **109,00 EUR**

### ● Verwöhnbehandlung Gesicht & Dekolleté

Basispflege mit Ausreinigung, Peeling, Massa-  
ge, Maske und Abschlusspflege.

75 Minuten **105,00 EUR**

### ● Verwöhnzeit Kosmetik

Das Credo jeder Behandlung bedeutet, den  
Anspruch jeder Anwendung zu etwas  
Besonderen werden zu lassen.

60 Minuten **89,00 EUR**  
75 Minuten **119,00 EUR**

### ● Klassik – Maniküre

Hand- und Nagelpflege

45 Minuten **49,00 EUR**  
75 Minuten **69,00 EUR**  
(inkl. Peeling, Packung & Nagellack für  
Zuhause)

### ● Klassik – Pediküre

Fußbad und Nagelpflege

45 Minuten **49,00 EUR**  
75 Minuten **69,00 EUR**  
(inkl. Peeling, Packung & Nagellack für  
Zuhause)

## ● Kopf-Gesichtsmassage

Die Massage im Kopf- und Gesichtsbereich löst Verspannung und schenkt der Seele Streicheleinheiten.

20 Minuten **39,00 EUR**

## ● Balance Gesichtsbehandlung

Die Basispflege mit dem zarten Duft belebt die Haut, verleiht ihr eine sofortige Frische, und stärkt die Hautbarriere.

45 Minuten **79,00 EUR**



## ● Peeling

Wahlweise: Meersalz-Öl, Rosenblüten, cremiges Vulkanpeeling oder Algenpeeling

20 Minuten **39,00 EUR**

## ● Packung

Wahlweise für: mehr Feuchtigkeit, eine seidig glatte Haut oder entgiftend

30 Minuten **39,00 EUR**

## ● Algenpackung

Eine Detox- Körperbehandlung auf der Schwebeliege, bei der die Algen in ihrer reinsten Form wirken. Die Alge wirkt regenerierend, ausgleichend und feuchtigkeitsspendend. Im Anschluss erhalten Sie einen Tee, der die Entschlackung und Entgiftung unterstützt.

45 Minuten **69,00 EUR**

## ● Hamam – orientalisches Reinigungsritual

Nach einigen Minuten im Dampfbad erleben Sie ein Ganzkörperpeeling mit dem Seiden-Handschuh, Kесе genannt, warme Wassergüsse und die traditionelle Seifenschaummassage. Zum Nachruhen reichen wir Ihnen einen frisch gebrühten Tee.

60 Minuten **109,00 EUR**

# zeit für massagen & rituale

---

- **Bürstenmassage**

Diese kräftige Bürstung regt den Blut- und Lymphkreislauf an und reduziert die charakteristischen Symptome von Cellulite und Muskelverspannungen.

35 Minuten **59,00 EUR**

- **Fußreflexmassage**

Gezielte Druckpunktmassage der Fußreflexe für die Förderung des energetischen Ausgleichs und die Aktivierung von Selbstheilungskräften.

35 Minuten **59,00 EUR**

- **Kombimassage**

Die klassische Massage sorgt für die Lockerung der Muskelverspannung und gleichzeitig für mehr Bewegungsfreiheit.

Wählen Sie zwischen:

Rückenmassage mit Ganzkörper – Peeling  
oder

Rückenmassage mit wärmender Rücken -  
Packung

50 Minuten **79,00 EUR**

- **Ganzkörpermassage**

Durch die Kombination aus Streichung, Frikationen und knetenden Massagegriffen spürt der Körper Entspannung und die Muskulatur wird gelockert.

50 Minuten **79,00 EUR**

- **Entspannungs-Ritual**

Treten sie ein in einen Moment der Entspannung. Sie gelangen durch ein Gefühl von Tiefenentspannung und Balance zu neuer Energie und Kraft.

Die ideale Behandlung bei Stress und Schlaflosigkeit.

60 Minuten **99,00 EUR**

- **Aromaöl Ritual**

Entspannen Sie bei einer sanften Ganzkörpermassage, inklusive einer hochwertigen Gesichtsmaske.

75 Minuten **109,00 EUR**

- **Verwöhnzeit von Kopf bis Fuß**

Sprechen Sie individuell Ihre Massage, mit dem Therapeuten ab.

75 Minuten **109,00 EUR**

## zeit für ayurveda ~ das wissen, das leben

- **Mukabhyanga** – stresslösende Kopf- und Gesichtsmassage

35 Minuten **69,00 EUR**

- **Padabhyanga** – beruhigende Bein- und Fußmassage

35 Minuten **69,00 EUR**

- **Pristabhyanga** – ausreichende Rückenmassage

**69,00 EUR**

- **Abhyanga** – Ayurvedische Ganzkörpermassage

Der Körper wird mit warmen öl, von Kopf bis Fuß massiert, Energieblockaden und Verspannungen werden gelöst.

Die Massage reinigt und festigt das Gewebe und beruhigt das Nervensystem.

Zum Ausklang reichen wir Ihnen einen frischgebrühten Tee, passend zu ihrem Dosha.

90 Minuten **135,00 EUR**

## zeit für mich & zeit für uns

- **Entspannungsbad zu Zweit**

Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit bei einem gemeinsamen Bad in der Paarwanne mit einem Glas prickelndem Prosecco. wahlweise mit:

Rosenblüten, Seifenbad, pulverisierte Algen oder Marine Chlorella Milchbad

25 Minuten **59,00 EUR**

45 Minuten **79,00 EUR**

- **Rhassoul deluxe – Romantik zu Zweit**

Genießen Sie gemeinsam ein Pflegeritual in unserem privaten Dampfbad. Sie erleben Ihre Zeit zu zweit bei einem Rosenblütenpeeling, Rügener Kreideschlamm und Heilerde. Zum romantischen Ausklang der Zweisamkeit reichen wir Ihnen ein Glas Sekt.

60 Minuten **99,00 EUR**

- **Zweisamkeit genießen**

In unserem Private Spa genießen Sie gemeinsam eine Rückenmassage mit wärmender Rückenpackung. Bei stimmungsvollen Klängen und einem prickelndem Gläschen Prosecco genießen Sie im Anschluss das sprudelnde Bad zu Zweit.

75 Minuten (Zeit nur für mich ganz allein)

**149,00 EUR**

75 Minuten

**179,00 EUR**

- **Glücksmomente**

Entfliehen Sie gemeinsam dem Alltag in unserem Private Spa bei einer Ganzkörpermassage und anschließend mit entspannendem Bad in der Paarwanne und einem Glas Sekt.

75 Minuten

**209,00 EUR**

Alle angegebenen Anwendungszeiten beinhalten eine Nachruhezeit.

Die Preise und Zeiten der Anwendungen gelten ab 01.11.2023.

Ältere Spa Menüs verlieren somit ihre Gültigkeit.

