

SPA IM GUTSHOF



Zeitlose Momente

Ihr Raum für Erholung

Lieber Gast,

inmitten des Alltag-Trubels und der Hektik vieler Termine verlieren wir oft aus den Augen, was wirklich zählt: uns selbst Momente der Ruhe und des Wohlseins zu gönnen. In unserem exklusiven SPA im Gutshof möchten wir Ihnen genau diese kostbare Zeit schenken.

Teilen Sie uns mit, was Sie brauchen und wonach Ihr Herz sich sehnt. Unser Team ist da, um sich voll und ganz auf Sie und Ihre persönlichen Wünsche einzulassen. Ob bei einer behutsamen Massage oder einer tiefgehenden Körper- oder Gesichtsbehandlung – hier können Sie abschalten, sich fallen lassen und ganz bei sich selbst ankommen.

Setzen Sie Ihr Vertrauen in unsere erfahrenen Hände und unser feines Gespür für das, was Ihrem Körper und Ihrer Seele guttut. Wir freuen uns, Ihnen diese Auszeit vom Alltag zu einem unvergesslichen Erlebnis zu machen.

Mit den herzlichsten Grüßen,

Ihre Familie Deimann und das SPA-Team



Inhalt

SPA-ETIKETTE	4
PRIVAT-SPA	
Zeit zu Zweit	{
"DEIMANNLIKE"- VERWÖHNT Spezielle Anwendungen	1
KOSMETIKANWENDUNGEN	
Apparative Kosmetik	14
CLARINS – Anwendungen	
CLARINS – La Méthode	2
Extras für Ihre Schönheit	
,	
KÖRPERANWENDUNGEN/MASSAGEN	0(
Massage-Klassiker Ayurveda-Massagen	
WATSU®	
Peeling & Packung	
Hamam & Rasul	
AKTIV & MUNTER	37
DAY-SPA	4(
UNSER SPA IM ÜBERBLICK	43
SPA-PLAN	44

Spa-Etikette

Ihr Komfort und Ihre Sicherheit haben für uns oberste Priorität. Unsere SPA-Etikette ist deshalb ein Wegweiser, wie wir gemeinsam das Beste aus Ihrem Deimann-SPA-Besuch machen können.

Ihre Gesundheit

Bitte teilen Sie uns bei Ihrer Terminbuchung eventuelle gesundheitliche Einschränkungen, Schwangerschaft oder Unverträglichkeiten mit, damit wir die Anwendungen optimal auf Ihre Bedürfnisse abstimmen können. Beachten Sie, dass die Verantwortung für die Bereitstellung dieser Informationen bei Ihnen liegt und wir keine Haftung für mögliche Folgen aus dem Fehlen dieser Angaben übernehmen können. Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis und Ihre Mithilfe.

Termine

Wir empfehlen Ihnen, die Wellnessbehandlungen schon vor der Anreise zu reservieren. Bei frühzeitiger Anmeldung können wir Ihre Wohlfühlzeit Ihren Wünschen entsprechend buchen.

Ruhe und Erholung

Der SPA-Bereich ist ein Ort der Ruhe. Wir bitten Sie, leise zu sprechen und sich eine handyfreie Zeit zu gönnen. In unseren Seeterrassen ist der Zutritt für Kinder untersagt.

Kostbare Momente

Bitte finden Sie sich kurz vor Ihrem Termin im Wartebereich an der SPA-Rezeption ein. Ihre Therapeutin / Ihr Therapeut wird Sie dort abholen. Bei einer Verspätung Ihrerseits kann – mit Rücksicht auf den folgenden Gast – die Behandlung verkürzt werden.



Bekleidung

Machen Sie es sich bequem und besuchen Sie den SPA-Bereich im Bademantel. Schmuck, Smartphone oder andere Wertgegenstände empfehlen wir, im Safe Ihres Hotelzimmers zu deponieren. Garderoben mit Schließfächern stehen im Erdgeschoss vor dem Schwimmbadeingang und den Seeterrassen zur Verfügung. Gerne reichen wir für Körperbehandlungen einen Einmal-Slip. Unseren Fitnessraum bitte nur in Trainingsanzug oder Turnschuhen betreten.

Preise und Zeiten

Alle Preise enthalten die gesetzliche Mehrwertsteuer. Preis- und Programmänderungen sind vorbehalten. Die angegebenen Zeiten beinhalten die persönliche Rüstzeit, d. h. Umkleidezeit, Vorgespräch und einen Moment Nachruhezeit.

Stornierung

Gebuchte Termine können bis 24 Stunden vor der Behandlung kostenfrei storniert werden. Wir bitten um Verständnis, dass bei kurzfristiger Stornierung oder Nichterscheinen der volle Preis berechnet wird.

4 SPA ETIKETTE SPA ETIKETTE SPA



Privat-Spa - Zeit zu zweit

Gute Gespräche. Ein Kuss. Eine zarte Berührung. Nicht enden wollende Augenblicke. Zelebrieren Sie Ihre Zeit zu zweit und lassen Sie in einem kleinen Wellnessbereich, der nur für Sie beide reserviert ist, die Seele baumeln.

Leistungen

Zweistündige Auszeit
 Dreistündige Auszeit
 139 €
 165 €

Zusätzlich buchbar

Paaranwendungen im Anschluss

 Relax-Ganzkörpermassage in unserem Partner-Behandlungsraum

Behandlungszeit/Preis 50 Minuten 184 €

 Pharmos- oder Clarins- Kosmetikbehandlung in unserem Partner-Behandlungsraum

Behandlungszeit/Preis 60 Minuten 206 €

Kulinarische Ergänzungen (Gegen Aufpreis nach aktueller Getränke-/Speisenkarte)

- · Flasche Champagner
- Flasche Prosecco
- Emrich-Schönleber Riesling-Sekt
- Etagere mit frischem Obst
- Etagere mit hausgemachten Canapés
- Etagere mit **Gebäck** der hauseigenen Pâtisserie





"deimannlike" - verwöhnt

Unsere entspannenden und belebenden Verwöhnprogramme nehmen Sie mit auf eine Reise weit weg von Stress und Alltagsroutine.

Deimanns Quarzsandbehandlung

Lassen Sie sich fallen auf unserer Quarzsandliege. Perfekt angepasst an Ihren Körper entspannt die sanfte, tiefenwirksame Wärme des Sandes Körper und Geist – unterstützt durch unsere Ganzkörper-massage mit Sandstempeln (ohne Öl).

Behandlungszeit/Preis

60 Minuten

115 €

Wilzenbergzauber

Eine zauberhafte Kombinationsbehandlung, die Sie durch das Land der 1000 Berge führt: Unser Fichtennadelpeeling befreit Ihre Haut von Altlasten, die anschließende Nachtkerzenöl-Cremepackung pflegt sie samtig weich. Zum Schluss sorgt eine Ganzkörpermassage für ganzheitliche Entspannung.

Behandlungszeit/Preis

120 Minuten

179€

Sauerländer Wiesenträume

Atmen Sie den Duft des Sauerlandes während eines Wiesenkräuterbades tief ein. Die anschließende Ganzkörpermassage löst Verspannungen, bevor Sie auf dem Wasserklangbett entspannen.

Behandlungszeit/Preis

110 Minuten

135 €

Winkhauser Erde

Starten Sie mit einem relaxten Fußbad, bevor Sie bei einer Ganzkörpermassage die Wohltat vollkommener Entspannung erleben. Den Abschluss bildet eine entspannende Fußmassage, die Sie wieder erdet.

Behandlungszeit/Preis

90 Minuten

139 €

Apparative Kosmetik

Strahlend schön mit HydraFacial™

HydraFacial™ ist eine der neuesten und fortschrittlichsten nicht-invasiven Behandlungsmethoden auf dem Gebiet der Hauterneuerung. Das einzigartige Hydradermabrasionsverfahren kombiniert Reinigung und Peeling und bietet zugleich Extraktion, Hydration und antioxidativen Schutz. Damit verhilft es zu einem klaren, schönen Hautbild ohne Irritationen. Das äußerst effektive HydraFacial™ ist für jeden Hauttyp geeignet, wirkt vitalisierend, einzigartig feuchtigkeitsspendend und hat viele positive Effekte auf Ihre Hautgesundheit:

Wirksam gegen:

- Hyperpigmentation /
- Ölige / verstopfte Haut
- Fortgeschrittene Alterserscheinungen der Haut

Das Ergebnis:

- Elastizität & Straffheit
- Leuchtkraft des Teints

Behandlungszeit/Preis

HydraFacialTM Gold 40 Minuten 184 €

HydraFacial™ Platin 60 Minuten 299€

HydraFacial™ Deluxe 90 Minuten 325€

HydraFacial™ Augenbehandlung mit Serum (auch für die Nachbehandlung zu Hause) 20 Minuten 89€

HydraFacial™ Lippenbehandlung mit Serum (auch für die Nachbehandlung zu Hause) 20 Minuten 89€



Pharmos Natur - Gesicht

Mit PHARMOS NATUR erleben Sie die einzigartige regenerative Wirkung ausgewählter und adaptogener Heil- & Verjüngungspflanzen.



Die reichhaltigen Wirkstoffe, die intensive Lichtenergie und die hohe Schwingung von PHARMOS NATUR sind enthalten in:

- wertvollen Pflegeprodukten, mit reiner Aloe Vera anstelle von Wasser, ohne Alkohol, ohne klassische Konservierungsstoffe
- · Lebensgesundmittel® für die Schönheitspflege von Innen

Das Highlight Ihrer PHARMOS NATUR Behandlung ist die Anwendung unseres ganz besonderen Aloe-Vera-Frischpflanzenblattes. Ihre Haut saugt das feuchtigkeitsspendende Gel vollständig auf. Die vielen Wirkstoffe versorgen Ihre Zellen, reparieren und regenerieren. Den Schwerpunkt Ihrer Behandlung stimmen Sie individuell mit Ihrer Kosmetikerin ab.

Pharmos Intensiv

Behandlungszeit/Preis 60 Minuten 99€

Pharmos Deluxe

Behandlungszeit/Preis 90 Minuten 149 €





Pharmos -Nature of Men

Frisch und gepflegt mit Aloe Vera: Die zertifizierte Naturkosmetik vitalisiert Ihre Haut und verleiht einen kraftvollen Ausdruck.

Behandlungszeit/Preis 60 Minuten

99€



Behandlungen für den Mann



"Auch der moderne Mann hat ein Recht auf Schönheit" – getreu diesem Zitat von Jean Paul Gaultier bieten wir zeitgemäße, sanfte Beautyprogramme für das starke Geschlecht.

Boxenstopp – neue Energie und Power

Energie und Power für Männerhaut.

Unterstützen Sie Ihre Haut mit der Clarins-Pflegebehandlung speziell für Männerhaut. Sie klärt, spendet Feuchtigkeit, mildert Müdigkeitsfältchen und Augenschatten. Ein effizienter Energiebooster für Ihre Haut. Der Hautreinigung folgt eine aktivierende Gesichtsmaske speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.

Behandlungszeit/Preis

60 Minuten

99 €

Active Men

Eine aktivierende Moorpackung in der Wasserschwebeliege sorgt für ganzheitliche Entspannung. Die Behandlung wird durch eine Kopf- und Körpermassage abgerundet.

Behandlungszeit/Preis

90 Minuten

144€

Clarins - Anwendungen

Schönheit à la française. Mit dem Besten aus Natur und Wissenschaft. Und mit einem geheimen Inhaltsstoff: Liebe. Entdecken Sie Clarins – die vielleicht renommierteste, innovativste, und emotionalste Kosmetikmarke der Welt.

Der Ursprung von Clarins ist das Institut in Paris aus dem Jahre 1954. Heute ist Clarins an den schönsten Orten weltweit vertreten. Die Erfolgsformel ist unverändert: Einzigartige Behandlungsmethoden verbinden sich mit hochwertigen Produkten für außergewöhnliche Pflegeerlebnisse.

Clarins Basic

Wecken Sie mit der Clarins-Gesichtsbehandlung die Feuchtigkeitsquelle Ihrer Haut, für einen taufrischen, strahlend schönen Teint. Ihre Haut ist wunderbar zart und geschmeidig, voller Vitalität!

Behandlungszeit/Preis

60 Minuten

99€

Mein Schönheitsgeheimnis

Pures Wohlbefinden, absolute Entspannung mit perfekter Hautregeneration und großem Cocooning-Effekt. Für jede gestresste, beanspruchte Haut mit wenig Spannkraft und verminderter Hautdichte. Danach genießen Sie die wohltuende Gesichtsmassage und das umfangreiche Maskenfest für Augen, Gesicht, Hals und Hände.

Behandlungszeit/Preis

90 Minuten

149 €

Clarins - La Méthode

Clarins verwöhnt Sie mit einer Kombination aus wunderbaren, mit Pflanzenextrakten angereicherten Pflegeprodukten und den perfekt abgestimmten Handgriffen Ihrer Kosmetikerin. Eine anregende und ausgleichende Gesichtsmassage, die strafft, modelliert und entspannt, ist das Herz jeder Clarins-Gesichtsbehandlung.

CLARINS PARIS

Anti-Age

Von gestresster Haut über Spannkraftverlust bis hin zu hormoneller Veränderung. Nach der Behandlung ist die Haut straffer und gestärkt, der Teint erstrahlt.

Behandlungszeit/Preis

60 Minuten

129 €

Lift & Shape

Diese lymphanregende Pflegebehandlung modelliert besonders effektiv die Gesichtskontur, sie verfeinert, liftet und festigt. Sie fühlen sich frisch, leicht und strahlend.

Behandlungszeit/Preis

90 Minuten

169 €



"Eine positive Ausstrahlung beginnt damit, sich selbst etwas Gutes zu tun."



20 CLARINS – ANWENDUNGEN CLARINS – LA MÉTHODE 21

Extras für Ihre Schönheit

Hände, Füße oder auch Augenbrauen und Wimpern – es sind viele kleine Details, die Ihren Gesamtauftritt ausmachen. Mit unseren Beauty-Extras wird er perfekt.

 Augenbrauen zupfen und färben 	
im Rahmen einer kosmetischen Behandlung	17 €

· Wimpern färben im Rahmen einer kosmetischen Behandlung

- Tages- Make-Up	35€
-------------------------	-----

Depilation

17 € ie nach Aufwand

Wimpern-Lifting (inkl. Färben)

Bei der Anwendung werden die eigenen Wimpern schwungvoll nach oben gebogen. Dadurch wirken die Wimpern länger, die Augen wacher. Es ist eine natürliche Methode mit einer Haltbarkeit von bis zu 6 Wochen. Um das Ergebnis optisch zu verstärken, werden die Wimpern gefärbt.

Behandlungszeit/Preis 60 Minuten 70 €

Deimanns Hand- und Fußkombination

Für Eilige bieten wir eine 90-minütige Kombinationsbehandlung aus Maniküre und Pediküre an.

Behandlungszeit/Preis	100 Minuten	137 €
Optional Lack (Füße oder Hände)		je 18 €



Ihre Hände sind Ihre Visitenkarte – gönnen Sie ihnen ein Pflegeerlebnis, bestehend aus einem Handbad, Maniküre mit Peeling und verwöhnender Pflege nach individuellen Bedürfnissen.

Behandlungszeit/Preis	60 Minuten	74 €
Optional Lack		18 €

Fußkosmetik

Ihre Füße tragen Sie täglich zu Ihren Zielen. Bedanken Sie sich mit einem Fußbad, einem Peeling und einem verwöhnenden Pflegeerlebnis.

Behandlungszeit/Preis	60 Minuten	78 €
Optional Lack		18 €

22 EXTRAS EXTRAS 23



Wellness für die jungen Gäste

Buchbar bis 14 Jahre

Frische & Reinheit

Gesichtspflege mit Peeling, Tiefenreinigung und Maske, abgestimmt auf die Pflegebedürfnisse einer jungen Haut.

Behandlungsdauer/Preis 45 Minuten 52€

Mini-Maniküre

Schöne Hände inklusive Lack.

Behandlungsdauer/Preis 30 Minuten 37€

Kids-Massage

Individuelle Verwöhnmassage nach Wahl.

Behandlungsdauer/Preis 20 Minuten 27€

Massage-Klassiker

Schweben Sie in Zufriedenheit und Wohlgefühl während wir Sie mit einer herrlich entspannenden Massage verwöhnen.

Vital-Massage

Gezielte, klassische Massage, in Technik und Intensität individuell Ihren Bedürfnissen angepasst.

Behandlungszeit/Preis Teilkörper 30 Minuten 69 €
Ganzkörper 50 Minuten 99 €

Relax-Massage

Harmonisch fließende Streichungen mit Öl lösen Verspannungen und sorgen für Tiefenentspannung.

Behandlungszeit/Preis Teilkörper 30 Minuten 62 €
Ganzkörper 50 Minuten 92 €

Fußreflexzonenmassage

Gezielte Druckpunktmassage für den energetischen Ausgleich, die Nerven und Organfunktionen anregt bzw. beruhigt.

Behandlungszeit/Preis 40 Minuten 73 €

Deimanns Aroma-Massage

Ganzkörpermassage mit speziell auf Sie abgestimmten ätherischen Ölen. Diese pflegen die Haut, und die hochwertigen Extrakte hinterlassen ein geschmeidiges Hautgefühl.

Behandlungszeit/Preis 30 Minuten 66 € mit Kopf- und Gesichtsmassage 75 Minuten 129 €

Lymphdrainage

Die Lymphdrainage ist eine spezielle Art der Massage. Dabei wird der Transport der Lymphflüssigkeit in den Lymphgefäßen durch sanfte Grifftechniken angeregt.

Behandlungszeit/Preis 40 Minuten 74 €

Faszienbehandlung

Die Gantke® Faszien-Behandlung ist eine von Robert Gantke entwickelte Behandlungsmethode des Tiefenbindegewebes. Einzigartig ist die Integration dreidimensionaler Bewegungsabläufe des Behandlers, welche die Faszien-Techniken der Behandlung besonders effektiv werden lassen. Ziel ist die Aufrichtung der Körperstruktur sowie gelöste Bewegungsabläufe bei gleichzeitig tief entspannender und wohltuender Wirkung.

Behandlungszeit/Preis 70 Minuten

139 €

129 €



Hot-Stone-Massage

Die Hot-Stone-Massage ist eine faszinierende Verbindung aus altem indischen Wissen, Massage, Energiearbeit und der wohltuenden Wirkung von heißen Steinen. Die Wärme dringt tief in die Haut und Muskeln ein, der Lymphfluss wird angeregt, die Selbstheilungskräfte stimuliert und die verhärtete Muskulatur gelockert.

Behandlungszeit/Preis 75 Minuten

26 MASSAGE-KLASSIKER MASSAGE-KLASSIKER 27



Ayurveda-Massagen

Eine ganzheitliche indische Behandlung, gegeben aus einer Haltung des offenen Herzens. Die Anwendungen mit warmem Öl haben positive Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele. Neben Verspannungen lösen sich angestaute Emotionen sowie Energieblockaden und das Immunsystem wird gestärkt.

Abhyanga – Ganzkörpermassage

Angenehme Streichungen von Kopf bis Fuß sorgen für einen reinigenden Effekt. Der Kopf wird frei und der Geist beruhigt sich.

Behandlungszeit/Preis

110 Minuten

199€

Upanahasveda – Rückenmassage

Behutsam wird Angestautes im Rückenbereich gelöst und Sie fühlen sich wie "aufgerichtet".

Behandlungszeit/Preis

60 Minuten

114 €

Padabhyanga – Fußmassage

Vitalisierende Druckpunktmassage – hilfreich bei Wasseransammlungen – mit positiver Wirkung auf den gesamten Körper.

Behandlungszeit/Preis

60 Minuten

114 €

Garshan-Peeling – ohne Öl

Angenehme Trockenmassage mit einem Rohseidehandschuh. Trockene Hautschüppchen lösen sich und der Körper wird zum Entschlacken angeregt.

Behandlungszeit/Preis

60 Minuten

114 €

Bitte beachten Sie, dass diese Massagen nicht zeitgleich buchbar sind und nicht an allen Wochentagen.



Mukabhyanga – Gesichts- & Kopfmassage

Lockert, reinigt innerlich und lässt das Nervensystem regenerieren. Gut gegen Verstimmungen.

Behandlungszeit/Preis

60 Minuten

114 €

30 AYURVEDA-MASSAGEN AYURVEDA-MASSAGEN 31



Nur mittwochs nach Voranmeldung!

Peeling & Packungen

Unser Nonplusultra für Ihre Entspannung: Lassen Sie Stress und Hektik hinter sich, kommen Sie zur Ruhe und nehmen Sie über den ganzen Körper die wohltuende Kraft natürlicher Wirkstoffe auf.

Ganzkörper-Peeling

Unser Ganzkörper-Peeling sorgt für eine glatte und samtweiche Haut. Zusätzlich regt es den Stoffwechsel an und wirkt optimal als "Türöffner" für alle weiteren Behandlungen. Wählen können Sie zwischen einem Meersalz-, Zucker- oder Fichtennadel-Peeling.

Behandlungszeit/Preis

25 Minuten

49 €

Ganzkörperpackungen

Eingewickelt in wertvolle Essenzen entspannen Sie losgelöst in der Wasserschwebeliege. Wählen Sie Ihre persönliche Körperpackung:

- Moor wärmt und lockert
- Algen entschlackt und festigt das Bindegewebe
- Nachtkerzenöl-Cremepackung versorgt die Haut mit Feuchtigkeit und wertvollen Mineralien

Behandlungszeit/Preis

30 Minuten

49€

Bäder

Genießen Sie ein wertvolles Bad mit ausgewählten Badezusätzen und entspannen Sie bei einem Glas Tee oder Prosecco.

Behandlungszeit/Preis

Einzelbad 30 Minuten 45 € Partnerbad 30 Minuten 60 €

32 WATSU PEELING & PACKUNGEN 33

Hamam & Rasul

Tauchen Sie ein in unser besonderes Dampfbad und erleben Sie eine anregende Badekultur, die Sie direkt in die märchenhafte Welt von 1001 Nacht entführt.

Hamam pur

Auf unserem warmen Hamamstein werden Sie mit einem Peeling durch einen Rohseidehandschuh verwöhnt. Es folgen reinigende Wassergüsse und anschließend eine wohlige Seifenschaummassage.

Behandlungszeit/Preis60 Minuten121 €für 2 Personen60 Minuten231 €

Hamam Deluxe

Im Anschluss an das "Hamam pur" genießen Sie eine feuchtigkeitsspendende Nachtkerzenpackung, um dann bei einer sanften Einölung zu entspannen.

Behandlungszeit/Preis 120 Minuten 235 € für 2 Personen 120 Minuten 410 €

Rasul

Eine Dampfbadvariante mit Heilerde. Der wertvolle Schlamm lässt die Haut besser durchbluten, entschlackt und regt den Stoffwechsel an.

Behandlungszeit/Preis30 Minuten44 €jede weitere Person (max. vier Personen)35 €



Gönnen Sie sich nach der Zeremonie etwas Ruhe oder genießen Sie eine Relax-Massage.





Gut in Form

Fern vom Alltag haben Sie endlich Zeit für Ihr persönliches Fitnessprogramm. Starten Sie sportiv in den Tag oder machen Sie Bewegung zu Ihrem Urlaubsmotto.

Sport und Fitness

Das Sauerland ist der ideale Ort für Aktive und die, die es noch werden möchten. Im Sport- und Fitnessbereich "Vitaloase" des Hotel Deimann erwarten Sie umfangreiche In- und Outdoorprogramme und -angebote. Mit unserem Team kompetenter Coaches bieten wir individuelle Möglichkeiten, Ihren Weg zur persönlichen Bestform zu finden. Je nach Ziel unterstützen wir Sie auch in Steigerung von Beweglichkeit, Kondition und Technik.

Die Fitnesswelt – Vitaloase

In unserem großzügigen Fitnessstudio in der Vitaloase finden Sie ausreichend Platz für Ihre ganz persönlichen Trainingseinheiten in angenehmer Atmosphäre. Ein Lichtband erlaubt den Blick in die Natur. Modernste Fitness- und Cardiogeräte von Precor und TechnoGym und neu auch ein Peloton Bike erlauben vielseitige Trainingsmöglichkeiten. Zusätzlich bietet der Gymnastikraum "Raum der Stille" Komfort für Ihren Trainingserfolg.

Mehrmals wöchentlich stehen unsere Personal Trainer für eine kostenfreie Einweisung auf der Fläche zur Verfügung.

Treffpunkt für alle Kurse ist der "Raum der Stille" in der Vitaloase.

Ganz bei sich

Ob aktiv oder meditativ oder beides in Kombination – in unserer Vitaloase füllen Sie Ihre Energiespeicher.

Betreute Gruppenkurse

Gönnen Sie Ihrem Körper ein paar Stunden in unserer Vitaloase und erleben Sie Bewegung in der Harmonie einer Gruppe. Bei den täglich wechselnden Fitness- und Entspannungsprogrammen bieten wir Ihnen trendige und effektive Fitness-Workouts sowie lockernde und meditative Kurse. Profitieren Sie von der langjährigen Erfahrung und Kompetenz unserer ausgebildeten Trainer. Auch können Sie bei uns witterungsabhängig Kurse in der freien Natur, z. B. im Hotelgarten, erleben. Nahezu alle Kurse des Sportund Aktivprogramms sind für jede Alters- und Leistungsgruppe geeignet.



Die Arbeit gegen den Wasserwiderstand trainiert die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System.

Treffpunkt: Schwimmbad



Zu unserem täglich variierenden, abwechslungsreichen Kursprogramm.



Personal Training

Entdecken Sie die Effektivität der individuellen Betreuung im Personal Training. Beim Erreichen Ihrer persönlichen Ziele helfen wir Ihnen mit einem eigens auf Sie abgestimmten Trainingsplan, persönlicher Betreuung und der Durchführung personalisierter Workouts. z. B. Personal Yoga, Personal Jogilatis, Personal Nordic Walking.

Trainingsdauer/Preis jede weitere Person	60 Minuten	94 € + 35 €
Trainingsdauer/Preis jede weitere Person	30 Minuten	65 € + 19 €

38 AKTIV & MUNTER AKTIV & MUNTER 39

Day-Spa

Unser SPA im Gutshof steht Ihnen Montag bis Donnerstag bei Verfügbarkeit und nach vorheriger Reservierung als Tagesgast offen. Nutzen Sie mit dem Day-SPA-Tagesticket alle Indoor- und Outdooreinrichtungen unserer Vitaloase mit Bade- und Saunalandschaft, Fitnessbereich, Gymnastikprogramm, Gartenbistro und vielem mehr. Ergänzungen können dazugebucht werden. Einen Leihbademantel, Badeschuhe und Handtücher stellen wir Ihnen gern zur Verfügung.



Day-SPA-Basic

- Tagesticket
- Begrüßungscocktail

Preis 64 €

Day-SPA-Deluxe

- Tagesticket
- Begrüßungscocktail
- 6-Gang-Überraschungsmenü in unserem Restaurant

Preis 119 €

Buchbar Montag bis Donnerstag.





Day-SPA-Auszeit #deimannlike - für Sie inklusive!

- Umkleiden mit abschließbarem Spind für Wertsachen, kleiner Einführung und alkoholfreiem Begrüßungscocktail
- relaxen in der 5.000 m² SPA-Landschaft inklusive Adults-only-Bereich Seeterrassen – unserer ganzjährig nutzbaren Außenund Innenpoolanlagen mit lauschigen Liegewiesen und in der großzügigen Badewelt & Saunalandschaft
- entspannen in der Relaxlandschaft auf Hänge- und Schaukelliegen, vor dem offenen Kamin, im Sophien Stollen, im Gradierwerk oder auf einer der elektrisch verstellbaren Ruhebetten mit Blick in den Hotelgarten
- im neuen Adults-only-Bereich Seeterrassen entspannen Sie auf 3 Etagen mit Panoramasaunen und -terrasse
- Nutzung der Fitnessgeräte in der Vitaloase
- Teilnahme am täglich wechselnden Sport- und Aktivprogramm, das aktuelle Kursprogramm finden Sie unter deimann.de/app
- flauschiger Bademantel, Badeschlappen und Handtücher in Ihrer persönlichen Badetasche
- erfrischende oder wärmende Getränke, Wellnesswasser sowie ganztägig frisches Obst im SPA an unserem Buffet

40 DAY-SPA DAY-SPA 41



Unser Spa im Überblick

Unser großer sonnendurchfluteter Badebereich bietet Ihnen einen herrlichen Blick auf den Teich im Park. Direkt nebenan genießen "Adults only" exklusive Ruhezonen in unseren mehrstöckigen Seeterrassen. Zur Stärkung lädt unser Gartenbistro zwischen 11:00 und 18:00 Uhr mit leckeren Snacks, kleinen Köstlichkeiten und gesunden Vitalcocktails ein.

Schwimmbäder und Saunen

Sie erreichen die Badelandschaft durch die Vitaloase mit Ihrer Zimmerkarte. Bade- und Liegetücher finden Sie auf Ihrem Zimmer sowie im Schwimmbad- und Saunabereich.

Infinity-Außenpool

- Panoramapool (Adults only) / 28 30° C / Süßwasser 200 m²
- Inneneinstieg mit Whirlliegen und Massagedüsen

Solefreibad

- 100 m² / 30° C / 4%iges Solewasser
- Freibad mit Inneneinstieg und Liegewiese im Garten
- In Ruhezeiten abgedeckt, wird auf Wunsch jederzeit gerne für Sie geöffnet!

Siißwasserschwimmhad

- 150 m² / 30° C / Süßwasser
- Reserviert von 8:30 bis 9:00 Uhr für die Wassergymnastik

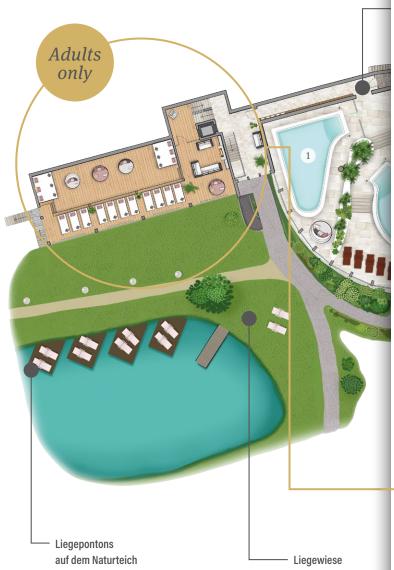
Warmwasserbecken

- 50 m² / 36° C / Süßwasser

Alle Preise sind gültig bis zum Erscheinen einer geänderten Preisliste. Alle Preise beinhalten die zum Zeitpunkt ihrer Erstellung gültigen MwSt.-Sätze (Änderungen vorbehalten).

Spa-Plan

Die Zeichnungen geben einen Überblick und helfen Ihnen, die passenden Oasen für Ihren Wellnessurlaub zu finden.

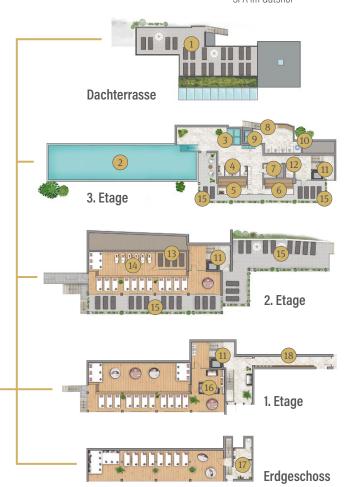


Seeterassen

Adults only

- 1 Panorama Liegefläche Dach
- 2 Infinity Pool
- 3 Tretbecken
- 4 Dusch- und Umkleidekabine
- 5 Finnische Panoramasauna
- 6 Niedertemperatur Panoramasauna
- 7 Dampfbad
- 8 Frischluftbereich und Dachzugang
- 9 Tauchbecken

- 10 Eisbrunnen
- 11 Aufzug
- 12) Toilette
- Micro Salt Kabine
- 14 Infrarotliegen
- 45 Außenliegebereich
- 16 Kaminlounge
- 17 Toiletten
- Übergang Badelandschaft SPA im Gutshof

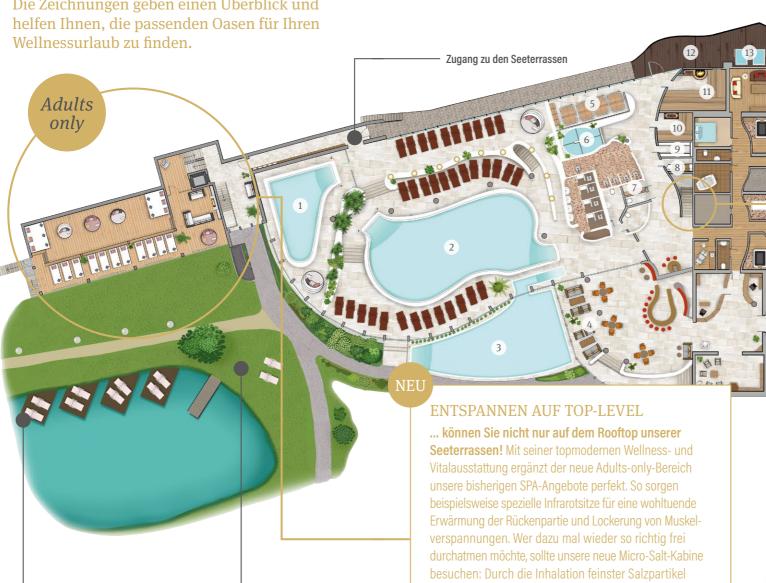


Spa-Plan

Liegepontons

auf dem Naturteich

Die Zeichnungen geben einen Überblick und



Liegewiese

werden Atemwege gereinigt und die Haut profitiert vom

Meerlufteffekt. So geht Wellness #deimannlike!

- 1. Warmwasserbecken
- 2. Innenschwimmbad
- 3. Soleaußenbecken
- 4. Gartenbistro
- 5. Tecaldarium
- 6. Tretbecken
- 7. Infrarotsauna
- 8. Aromabad
- 9. Dampfbad
- 10. Biosauna
- 11. Finnische Sauna
- 12. Frischluftbereich
- 13. Tauchbecken
- 14. Behandlungsräume
- 15. Quarzsand-Massage
- 16. Privat-SPA
- 17. Ayurveda und eigenständige Praxis für Podologie Frau Sonja Streit
- 18. Liegestollen
- 19. Gradierwerk
- 20. Hamam
- 21. Rasul
- 22. Schaukelliegen



Alte Handelsstraße 5 57392 Schmallenberg-Winkhausen T 02975 810 · www.deimann.de spa@deimann.de