



**Meereszeiten**<sup>®</sup>  
★★★★ DAS HAFENHOTEL

# WELLNESS

*Zeit der Entspannung  
für SIE & IHN*

*Unser Tipp: Reservieren Sie Ihre  
Anwendung schon vor Anreise*



# Massagen Specials

## **Abhyanga Die ayurvedische Ganzkörpermassage**

Warme, duftende Öle, deren Auswahl im ayurvedischen traditionell vorgeschrieben ist, werden sowohl mit sanften, aber teilweise auch mit intensiveren Bewegungen in Ihre Haut einmassiert. Die Massage erfolgt mit dem Lymphfluss und so können die reinigende Öle im Gewebe angesammelte Gift- und Schlackestoffe lösen und ausleiten.

*60 Min. à € 89,00*

## **Pristabyhanga Die ayurvedische Rückenmassage**

Die Pristabyhanga lockert durch intensive Ausstreichungen und speziell abgestimmte Massagegriffe die Verspannungen im Rücken-, Nacken- und Schulterbereich.

*30 Min. à € 49,00*

## **Shiatsu Die japanische Ganzkörpermassage**

Eine aus Japan stammende Massagekunst, die in den letzten 100 Jahren aus den Jahrtausende alten Techniken der traditionellen Akupressur und modernen Massagetechniken entwickelt wurde. Es handelt sich um eine Druckpunkt-massage, die am bekleideten Körper praktiziert wird und eignet sich für Menschen jeden Alters. Um die Massage in vollen Zügen genießen zu können, sollten Sie während der Behandlung leichte Kleidung tragen.

*60 Min. à € 89,00*

# SPA Special

## **Oceanwell Laminaria Vitalmassage**

Diese Massage fördert die Durchblutung der Haut und lockert die Muskulatur. Verspannungen werden abgebaut und es entsteht ein weiches und glattes Hautbild.

*60 Minuten inkl. Ruhezeit  
(Reine Massagezeit 30 Minuten) à € 89,00*

# Massagen Classics

## Kopf frei Massage

Eine spezielle Grifftechnik kombiniert die Massage mit speziellen Akkupressurpunkten. Es entsteht eine spürbare Leichtigkeit und Entspannung im Kopf/Nackenbereich.

*30 Min. à € 45,00*

## Entspannungsmassage

Die wohl älteste und auch zugleich einfachste Art völlig abzuschalten, Geist und Körper etwas Gutes zu tun, ist eine Massage.

*30 Min. à € 45,00*

*50 Min. à € 75,00*

## Entspannungsmassage Plus

Mit der Massage können Sie abschalten und die Muskulatur zum Entspannen bringen. Die Zusätze helfen der Haut sich zu regenerieren und Pflegeprodukte können besser aufgenommen werden.

Das Plus steht für folgendes:

*Peeling, 25 Minuten à € 42,00*

*Packung, 40 Minuten à € 56,00 Euro*

## Fußreflexzonen-Massage

Diese traditionsreiche Methode beeinflusst über die Harmonisierung des ganzen Körpers „Erschlaffte“ Zonen. Die Energie kann somit wieder frei im Körper fließen.

*30 Min. à € 45,00*

## Aromaölmassage

Die ätherischen Öle von Blüten und Blättern und die rein pflanzlichen Essenzen werden sanft in Ihre Haut einmassiert und dringen tief in Ihr Nerven-, Blut- und Lymphsystem ein. Der wohltuende Duft steigert zudem Ihr Wohlfühl.

*60 Min. à € 79,00*

# NEPTUN

## Die Pflege für den Mann

Entfalten Sie Ihre volle Manpower mit dieser umfangreichen Kosmetikbehandlung für den Mann. Mit individuell ausgewählten Produkten erhält Ihre Haut genau das was sie benötigt, um Ihnen ein frisches und junges Auftreten zu verleihen.

*80 Min. à € 99,00*

# Beauty Specials

## OCEANWELL GESICHTSBEHANDLUNGEN

### Die klassische Gesichtsbehandlung

Bei der klassischen Gesichtsbehandlung erfolgt eine pflegende Reinigung mit speziell auf Ihren Hauttyp abgestimmten Produkten. Außerdem erhalten Sie eine Augenbrauenkorrektur, eine nährnde Packung und eine wohltuende Gesichts- und Dekolleté-Massage. Die Behandlung schließt mit einer Tagespflege.

*70 Min. à € 89,00*

### Pro-Age-Gesichtsbehandlung

Bei dieser Gesichtsbehandlung erfolgt eine pflegende Reinigung mit speziellen Produkten der ProAge-Linie von Oceanwell. Außerdem erhalten Sie eine Augenbrauenkorrektur und eine wohltuende Gesichts- und Dekolleté-Massage. Die Behandlung schließt mit einer Tagespflege.

*90 Min. à € 99,00*

## Die Luxus-Gesichtsbehandlung

Bei der Luxus-Gesichtsbehandlung erfolgt eine pflegende Reinigung mit einer individuellen Produktauswahl. Außerdem erhalten Sie ein sanftes Peeling mit Bernsteinpulver, eine Tiefenreinigung, eine Augenbrauenkorrektur, Massage mit Bernstein. Die Behandlung schließt mit einer Tagespflege.

*90 Min. à € 119,00*

## Schönheitsauffrischung

Jedes Gesicht ist anders – deshalb steht für uns die Analyse Ihres Hauttyps an erster Stelle. Wir stimmen die Behandlung individuell auf die Bedürfnisse Ihrer Haut ab. Tipps und Tricks zur optimalen Pflege für Zuhause geben wir Ihnen natürlich auch mit.

*30 Min. à € 48,00*



## Lomi Lomi Nui

Die „Lomi Lomi Nui“ ist eine hawaiianische Ganzkörper-Öl-Massage und dort Bestandteil der traditionellen Naturheilkunde. Die eigentliche „Lomi Lomi Nui“-Massage richtet sich nach einem traditionellen Ablauf, der den spirituellen Hintergrund dieser Behandlung widerspiegelt.

Sie erleben dabei, wie mit sanftem, aber teilweise auch kräftigem Druck, das erwärmte, samtige Öl der Kukui-Nuss in fließenden und rhythmischen Bewegungen, mit meinen Händen, Unterarmen und Ellenbogen, in Ihre Haut einmassiert wird.

*70 Min. à € 99,00*

## Hot Stone Massagen

Entspannung pur! Genießen Sie das Zusammenspiel von Massage, Energiearbeit und wohltuend wärmenden Lavasteinen. Die Hot Stone Massage, die wir als Wellness-Behandlung anbieten, schöpft aus altem medizinischem Wissen. Anstelle der sonst üblichen Grifftechniken kommen sorgsam erwärmte Basaltsteine und warmes Körperöl zum Einsatz. Die damit ausgeführte sanfte Massage lockert die Muskulatur, bringt Körper und Geist ins Gleichgewicht und löst so tiefenwirkend Energieblockaden auf. Die Kombination von Wärme und Massage sorgt dabei für eine hohe Effizienz und trägt zum Stressabbau bei.

Laden Sie Ihre Energie und Vitalität auf und lassen Sie sich von der Kraft der Steine überzeugen!

*50 Min. à € 78,00*



## Diana Graetke & Renate Donath

Massage und Kosmetik

**Für Beratung und Terminvergabe wenden Sie sich gerne an unseren SPA-Empfang im 4. Obergeschoss oder an die Rezeption im Erdgeschoss.**

**Stornierungen von Massagen sind bis 24 Stunden vorher kostenlos möglich. Spätere Stornierungen werden mit 50 % des Preises berechnet.**



**Wellness in Zeiten von Corona**

**Für kosmetische Behandlungen muss der Kosmetikerin ein negativer Test (tagesaktuell) vorgelegt werden.**

**Das „Meereszeiten Wellness“ wird ausschließlich von unseren Hotelgästen genutzt und befindet sich im 4. Obergeschoss**

**Sauna- und Fitness ist geöffnet.**

**Die Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte der Beilage der Willkommensunterlagen.**

## OCEANWELL PRODUKTE

Bequem online bestellen unter  
[meereszeiten-shop.de](https://meereszeiten-shop.de)

 **Klimaneutral**  
Druckprodukt  
ClimatePartner.com/11151-2109-1135

Hafenhotel Meereszeiten GmbH  
Am Yachthafen 2-4 · 23774 Heiligenhafen  
Telefon: 04362 500 500  
E-Mail: [info@hhm.sh](mailto:info@hhm.sh)  
[hafenhotel-meereszeiten.de](https://hafenhotel-meereszeiten.de)