

BALMER SEELE



2 0 2 1



## WILLKOMMEN IM SPA BALMER SEELE

Ankommen, Ruhe genießen und an einem Kraftplatz Zeit für sich finden, dafür steht unser Spa Balmer Seele.

Unser See, ein natürlicher Ort der Stille, lädt ein zum Ursprung zurückzukehren. Die herrliche Aussicht auf den See, die Sie während den Behandlungen, beim Aktivprogramm oder beim Ruhen genießen können, schafft eine einmalige Ruhe um ganz bei sich zu sein.

Erfahren Sie auf der Schwebeliege durch sanfte Schwingungen und wohlige Wärme Tiefenentspannung oder genießen Sie in unserem einmaligen Asia Pavillon authentische Ayurveda oder Thai Behandlungen.

Unsere Mitarbeiter verwöhnen Sie mit großer Kompetenz, Natürlichkeit und Freude, damit Ihr Aufenthalt zu einer unvergesslichen Auszeit wird und Sie gestärkt in den Alltag zurückgehen.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team vom Spa Balmer Seele



## INHALT

Unser Team & Philosophie .....	6-7
Schönheit .....	8
Reine Männersache .....	9
Gepflegte Hände und Füße.....	10
Wellnessanwendungen .....	11
Klassische Massagen .....	12
Massagen mit Tiefenwirkung .....	13
Schwebend locker & entspannt.....	14-15
Balmer Verwöhnpakete.....	16-17
Mama Spa.....	18
Kinder Spa .....	19
Asia Pavillon.....	20-21
Thai .....	22-23
Ayurveda.....	24-25
Asia Verwöhnpakete .....	26-27
Zeit zu zweit.....	28-29
Wissenswertes .....	30-31
Spa Etikette.....	32-33
Kontakt .....	34-35

# UNSER TEAM



# PHILOSOPHIE

Im Spa Balmer Seele können Sie ganz „Sie selbst“ sein. Unsere Passion ist es mit viel Liebe und Begeisterung ein ganz besonderes Spa Erlebnis für Sie zu schaffen. Klarheit, Individualität und Kompetenz sind uns besonders wichtig. Dafür haben wir unsere Vielfalt an Massagen und Kosmetikbehandlungen in vier Wirkungswelten eingebettet. Wählen Sie einfach aus, was sich für Sie richtig anfühlt und lassen Sie ihre Seele baumeln!



## ENTSPANNEN UND LOSLASSEN

Loslassen ist ein guter Anfang. Erkennen und spüren Sie wie gut es tut aus dem Kreislauf des Alltags zu entkommen und das erste Mal wieder bewusst tief durchzuatmen. Erleben Sie Entschleunigung, Geborgenheit und Beruhigung.



## AUFLADEN UND ENERGETISIEREN

Sie entfalten sich, Sie nehmen Schwung und gewinnen an Energie. Schlummernde Ressourcen werden wach, Wohlbehagen stellt sich ein und Sie fühlen sich mit neuer Lebensenergie aufgeladen.



## STÄRKEN UND ERFRISCHEN

Sie können wieder tief durchatmen und innehalten, um sich bewusst wahrzunehmen. Die Außenwelt rückt in beruhigende Ferne und Sie spüren körperliche und geistige Freiheit, um voll da zu sein für alles was kommt. Mit der Stärke kommt die Erfrischung und Sie erleben neue Vitalität.



## AUSGLEICHEN UND BALANCIEREN

Entspannt, gestärkt und aufgeladen finden Sie ihre Mitte und kommen ins Gleichgewicht. Mentale Ausgeglichenheit ist die Basis für volle Lebensfreude – In der Ruhe liegt die Kraft.

# SCHÖNHEIT

## GESICHTSBEHANDLUNGEN

Die Bedürfnisse Ihrer Haut sind uns wichtig. Unsere Kosmetikerinnen beraten Sie gerne individuell, so dass Sie sich auf eine perfekt auf Ihre Haut abgestimmte Behandlung freuen dürfen. Erfahren Sie, welche wundervollen Ergebnisse die Reinigung und Massage in Kombination mit den nötigen Wirkstoffen erzielen kann.

## FRISCHEKICK

Bei dieser Gesichtsbildhandlung gehen wir individuell auf die Bedürfnisse Ihrer Haut ein. Sie können zwischen einer Tiefenreinigung mit anschließender Pflegepackung oder einer Gesichtsmassage mit Wirkstoffkonzentraten für Augen, Hals und Dekolleté wählen.

**30 Min. Verwöhnzeit | 49 EUR**



## ENERGIEQUELLE

Eine Revitalisierungsbehandlung mit Ausreinigung, tiefwirksamem Peeling und erfrischender Gesichtsmassage mit Wirkstoffampulle. Eine entgiftende und erfrischende Algenmodelage aktiviert und kräftigt die Haut.

**70 Min. Verwöhnzeit | 109 EUR**



**Unser Tipp:** Buchen Sie das Färben von Wimpern oder Augenbrauen zu je 14 EUR zu Ihrer Gesichtsbildhandlung dazu.



## STRAHLENDES GESICHT

Ein Behandlungsklassiker bei der eine Ausreinigung sowie ein Peeling und eine Augenbrauenkorrektur durchgeführt werden. Bei einer wohltuenden Massage erfahren Sie pure Entspannung und Wirkstoffkonzentrate schenken Ihrer Haut neue Spannkraft.

**50 Min. Verwöhnzeit | 79,00 EUR**



## LIFTING & KRAFTBOOSTER

Tiefenwirksame Reinigung inklusive Peeling, Maske, spezieller Wirkstoffampulle und Verwöhnmassage für Gesicht, Dekolleté, Hände und Arme

**80 Min. Verwöhnzeit | 119 EUR**



# REINE MÄNNERSACHE

## MAN(N) TRAUT SICH

Genießen Sie eine entspannte Auszeit bei einer wohltuenden Pflegebehandlung, die speziell auf die Bedürfnisse der Männerhaut abgestimmt ist. Auf die tiefe Entspannung folgt ein Powerschub und Sie tanken neue Kraft für den Alltag.

## MAN(N) ERHOLT SICH

Eine spezielle Gesichts-, Hals- und Nackenmassage spendet neue Vitalität. Abgerundet wird die Anwendung durch eine Pflegepackung mit ausgesuchten Aktivstoffen.

**30 Min. Verwöhnzeit | 49 EUR**



## MAN(N) TANKT KRAFT

Nach einer Ausreinigung wird die Haut mit einer feuchtigkeitsspendenden und energetisierenden Maske verwöhnt. Bei einer kraftvollen Massage von Gesicht und Händen, werden Spannungen gelöst und gleichzeitig wird die Haut gepflegt.

**50 Min. Verwöhnzeit | 79 EUR**



# GEPFLEGTE HÄNDE & FÜSSE



## EIN VERWÖHNPROGRAMM

Verwöhnen Sie Ihre Hände und Füße mit einem individuellen Pflegeprogramm, denn gepflegte Hände, Füße und Nägel sind die Visitenkarte eines jeden Menschen.

### MANIKÜRE STREICHELWEICHE HÄNDE

Mit einem Peeling werden die Hände auf die Anwendung vorbereitet. Im Anschluss werden die Nägel ganz nach Wunsch gekürzt, geformt und die Nagelhaut wird behandelt. Zum Abschluss folgen Massage und Pflegepackung.

**60 Min. Verwöhnzeit | 69 EUR**

### PEDIKÜRE SAMTWEICHE FÜSSE

Mit einem Fußbad und einem Peeling werden die Füße auf die anschließende Behandlung vorbereitet. Die Nägel werden ganz nach Wunsch gekürzt, geformt und die Nagelhaut wird behandelt. Zum Abschluss genießen Sie eine Massage und Pflegepackung.

**60 Min. Verwöhnzeit | 69 EUR**

**Unser Tipp:** Buchen Sie das Lackieren von Hand- oder Fußnägeln zu je 14 EUR dazu.

# WELLNESSANWENDUNGEN

## KÖRPERPEELING

Unsere sanften Peelings reinigen, pflegen, straffen und nähren Ihre Haut und regen die Durchblutung an. Freuen Sie sich auf ein glattes und sichtbar verfeinertes Hautbild.



### Meersalz & Öl

Glätte und Elastizität



### Tibetische Kräuter

Intensive sanfte Reinigung



### Aroma & Öl

Sanfte Pflege

**30 Min. Verwöhnzeit | 49 EUR**

## OHRENKERZEN RITUAL

Mit Wirkstoffen wie Bienenwachs, Heilkräutern, Kamille und Johanniskraut lässt sich wunderbar entspannen. Die Ohrenkerze erzeugt eine sanfte Trommelfellmassage mit angenehmer Wärme und sorgt somit für eine intensive, wohltuende Entspannung und Entgiftung. Sie führt zu einem reinigenden und entstauenden Effekt für Stirn und Nasennebenhöhlen.

**25 Min. Verwöhnzeit | 39 EUR**



## KÖRPERPACKUNGEN

### AUF DER SCHWEBELIEGE

Sie entspannen und fühlen sich nahezu schwerelos und wohligh warm im Wasserbett. Eine Wohltat für Muskeln und Gelenke.



### Hautpflege pur

Mit Milch und Honig oder Nachtkerzenöl



### Detox

Entstauend und entlastend



### Vital

Mit Kräutern in Schwung kommen



### Meereskraft

Erfrischend und belebend



### Immunboost

Aktivierend und stärkend mit Rügener Heilkreide

**40 Min. Verwöhnzeit | 59 EUR**

### Unser Tipp:

Die Körperpeelings bereiten die Haut ideal auf eine anschließende Körperpackung vor.

# KLASSISCHE MASSAGEN

## BALMER SEE MASSAGE

Genießen Sie eine entspannende Massage vom Kopf bis zu den Zehen mit individuellem Duft, warmem Öl und entspannenden Massagegriffen. Eine inkludierte Gesichtsmassage liefert die Extraportion Entspannung.

**70 Min. Verwöhnzeit | 109 EUR**



## INDIVIDUELLE MASSAGE

Tiefenwirksame Massagegriffe kommen zum Einsatz und es lösen sich Verspannungen, die durch Überlastung oder bei sportlicher Aktivität entstanden sind. Zudem wird der Stoffwechsel angeregt und die Durchblutung gefördert. Bei all dem gehen wir individuell auf Ihre Schwerpunkte ein.

Ganzkörpermassage

**50 Min. Verwöhnzeit | 89 EUR**

Teilkörpermassage

wahlweise Nacken, Rücken, Beine und Füße

**30 Min. Verwöhnzeit | 49 EUR**



## FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Eine Fußbehandlung mit Ganzkörperwirkung.

Während beide Füße mittels Druckpunktmassage behandelt werden, wirkt ein wohlig warmes Kräuterkissen als Wirkkraftbeschleuniger unter Ihrem Rücken – eine Wohltat!

**40 Min. Verwöhnzeit | 69 EUR**



## LYMPHDRAINAGE

Diese außergewöhnlich sanfte Massage fördert die Entgiftungsprozesse im Gewebe und Sie holen sich Ihr leichtes Körpergefühl zurück. Zudem stärken Sie Ihr Immunsystem.

Ganzkörpermassage

**70 Min. Verwöhnzeit | 99 EUR**

Teilkörpermassage,

wahlweise Beine, Oberschenkel, Gesicht

**30 Min. Verwöhnzeit | 49 EUR**



### Unser Tipp:

Kombinieren Sie die Lymphdrainage mit dem Ohrenkerzen Ritual und erzielen Sie ein optimiertes Entgiftungsergebnis.

# MASSAGEN MIT TIEFENWIRKUNG



## HOT STONE MASSAGE

Die heißen Steine wirken mehrfach – als Thermoreiz, als Massagewerkzeug und als Auflage zur Lockerung und Entspannung der Muskulatur. Wohlig warmes Öl, heiße Steine, die einfach und effektiv Blockaden lösen und die Muskelanspannungen im Körper verringern. Der Körper entspannt sich in wenigen Minuten.

Ganzkörpermassage  
**70 Min. Verwöhnzeit | 119 EUR**



## LOMI LOMI NUI

Die hawaiianische Königin der Massage wird mit viel warmem Öl, nicht nur mit den Händen, sondern mit dem gesamten Unterarm durchgeführt. Sie kann sehr sanft und beruhigend sein, aber auch tiefe Spannungen auflösen. Sie fühlen sich je nachdem tiefenentspannt, geborgen, losgelöst, belebt oder glücklich.

Ganzkörpermassage  
**70 Min. Verwöhnzeit | 119 EUR**



## SHIATSU MASSAGE

Eine einfühlsame Druckmassage nach fernöstlicher Tradition entlang der Meridiane, mit sanften Dehnungen und bewegten Gelenken. Durch die beruhigende und mentale Wirkung, werden die Abwehrkräfte gesteigert sowie Ihre Leistungsfähigkeit verbessert. Ihr Energiehaushalt wird ausgeglichen, Sie fühlen sich ganz in Ihrer Mitte und bekommen einen klaren Kopf. (Massage in bequemer Bekleidung auf einem Futon)

Ganzkörpermassage  
**50 Min. Verwöhnzeit | 89 EUR**

Massage für Gesicht, Kopf- und Nacken  
**30 Min. Verwöhnzeit | 49 EUR**





# SCHWEBEND LOCKER & ENTSPANNT

## WAVEBALANCE®

Unser Wavebalance Floater, ist eine mit etwa 500 Litern warmen Wasser gefüllte, speziell angefertigte Behandlungsliege. Durch die natürlichen Schwingungseigenschaften und die wohlig warme Temperatur des Wassers fühlen Sie tiefe Entspannung ab dem ersten Moment. Erleben Sie unsere ausgewählten Massagerituale in einer neuen Dimension und spüren Sie das erholsame Gefühl der Schwerelosigkeit und des Getragenwerdens im Rhythmus der Welle. Selbst die kleinsten Berührungen breiten sich harmonisch-rhythmisch über den gesamten Körper aus. Ein absoluter Massage-Wirkkraftverstärker!

## VITALMASSAGE

Belastungen des täglichen Lebens stören den Energiefluss und können sich in seelischen und körperlichen Beschwerden bemerkbar machen. Energiebehandlungen stellen die innere Balance wieder her – tanken Sie neue Kraft bei unserer Vitalmassage.

**50 Min. Verwöhnzeit | 89 EUR**

**70 Min. Verwöhnzeit | 119 EUR**



## HYDROJET

Der Hydrojet ist eine spezielle Massageliege, auf der man von druckvollen feinen Wasserdüsen pulsierend massiert wird. Dabei liegen Sie bekleidet, ganz entspannt auf der wohlig warmen Wasserliege. Diese Kombination aus „trockener“ Wassermassage und entspannender Wärmebehandlung garantiert ein wunderbar harmonisches Körpergefühl. Sie fühlen sich geborgen, locker und revitalisiert.

Hydrojet Rückenbehandlung  
**30 Min. Verwöhnzeit | 29 EUR**

Hydrojet Ganzkörperbehandlung  
**50 Min. Verwöhnzeit | 49 EUR**





# BALMER VERWÖHNPAKETE

Mit unseren Verwöhnpaketen vergessen Sie den Alltag. Lassen Sie sich von Kopf bis Fuß verwöhnen und entdecken Sie ein neues Körpergefühl.

## Hinweis:

Gönnen Sie sich einen ganzen Tag voller Entspannung oder teilen Sie die Anwendungen unserer Verwöhnpakete auf Ihre Auszeit über mehrere Tage auf.

## ENTSPANNUNG PUR

Professionell abgestimmte Massagetechniken für Kopf, Schulter, Nacken und Rücken lassen Sie entspannen. Bei der Fußreflexzonenmassage werden einzelne Reflexzonen intensiv behandelt und massiert. Tiefenentspannung und Tiefenwirkung in wunderbarer Form.

- > Rückenintensivbehandlung
- > Shiatsu-massage für Kopf, Nacken und Schulter
- > Fußreflexzonenmassage

**140 Min. Verwöhnzeit | 179 EUR**



## MASSAGE INTENSIV

Neue Energie und Belebung des gesamten Organismus können Sie bei einer Fußreflexzonenmassage erleben. Die Vitalmassage auf unserer Schwebeliege ist ein besonderes Wohlfühlerlebnis. Wärme und sanfte Schwingungen sowie ein duftendes Öl bei der Massage lassen Sie den Alltag vergessen. Die Hydro Jet Behandlung rundet Ihre Auszeit ab.

- > Fußreflexzonenmassage
- > Vitalmassage
- > Hydro Jet Behandlung

**160 Min. Verwöhnzeit | 179 EUR**



## DETOX TAGE

Haut und Körper werden durch Hormonschwankungen besonders beansprucht. Die Spannkraft der Haut lässt nach und benötigt besondere Pflege. Die optimale Kombination von Lymphdrainage und hoch effektiven Aktivstoffen sorgt für mehr Jugendlichkeit, geschmeidige Haut und eine schlanke Silhouette.

- > Lymphdrainage
- > Algenkörperpackung
- > Körper-Entschlackungs-Wickel

**140 Min. Verwöhnzeit | 189 EUR**



# MAMA SPA

## WELLNESS FÜR WERDENDE MAMAS

Sehnsucht nach Verwöhnzeit? Halten Sie noch einmal inne und gönnen Sie sich eine ICH-Zeit, in der Sie Kraft für die bevorstehende Zeit als Mama sammeln.

Gerne beraten wir Sie individuell, welche Massage zum gegenwärtigen Zeitpunkt Ihrer Schwangerschaft zu empfehlen ist bzw. was eventuell zu beachten ist. Entscheiden Sie sich für Ihre Beauty- oder Massagezeit.

**30 Min. Verwöhnzeit | 49 EUR**

**50 Min. Verwöhnzeit | 69 EUR**

**70 Min. Verwöhnzeit | 99 EUR**



# KINDER SPA

## WELLNESS FÜR KINDER BIS 14 JAHRE

Auch kleine Wellnessfans kommen bei uns auf Ihre Kosten. Egal ob eine Gesichtsbehandlung für die junge Haut, eine entspannende Massage oder gepflegte Hände und Füße.

### RELAX MASSAGE

Eine kurze Auszeit für Kinder und junge Teenager bei einer wohltuenden Massage, die die Muskeln lockert und Entspannung spüren lässt.

**30 Min. Verwöhnzeit | 49 EUR**



### GESICHTSBEHANDLUNG FÜR TEENAGER

Abgestimmt auf die Bedürfnisse der jungen Haut findet eine schonende und wirksame Reinigungsbehandlung mit Peeling, Ausreinigung & Maske statt, um ein gesundes und gepflegtes Hautbild zu erzielen.

**40 Min. Verwöhnzeit | 59 EUR**



### SCHÖNE HÄNDE UND FÜSSE

Ein Verwöhnprogramm für Hände und Füße, bei dem die Nägel gefeilt und auf Wunsch lackiert werden.

**30 Min. Verwöhnzeit | 39 EUR**





## ASIA PAVILLON



**„Einmal Japan und zurück, für eine Stunde ohne Zeitverschiebung, gibt es nur im Balmer See Hotel!“**

In der deutschlandweiten Welt der Spas ist unser Asia Pavillon einmalig. Bereits wenn Sie durch das Sonnentor (jap. Torii) schreiten, verlassen Sie die Insel Usedom und finden sich im 8.770 km entfernten Japan wieder. Unser Zen Garten begleitet Sie auf dem Weg in den Asia

Pavillon und stimmt Sie auf Ihre kommende Zeit voller Ruhe und Entspannung ein. Wenn Sie beim Betreten der Duft von Kirsch- und Zedernholz empfängt, wissen Sie, dass Sie angekommen sind.

Unsere Thai- & Ayurveda Anwendungen sowie Wohlfühlmomente zu zweit entführen Sie in fernöstliche Welten. Zudem finden verschiedene Aktivprogramme in dieser besonderen Atmosphäre statt.



# THAI



## THAI MASSAGE

Die traditionelle Thai-Massage Nuad Phaen Boran – „Massieren nach uralten Mustern“, fasziniert durch ihre außergewöhnliche Technik. Mit passiven Dehn- und Streckübungen, sanften Gelenkmanipulationen, Akupressur und Reflexzonenmassagen wird der ganze Körper geschmeidig und locker. Die Griffe erfolgen in langsamer, meditativer Abfolge entlang der Energiebahnen des Körpers und werden meist mit einer Dehnung abgeschlossen. Energie kann fließen und ihr Geist erwacht. Die Thaimassage wird auf einem bequemen Futon durchgeführt.



## THAI KÖRPER

**70 Min. Verwöhnzeit | 119 EUR**

## THAI RÜCKEN

**40 Min. Verwöhnzeit | 69 EUR**

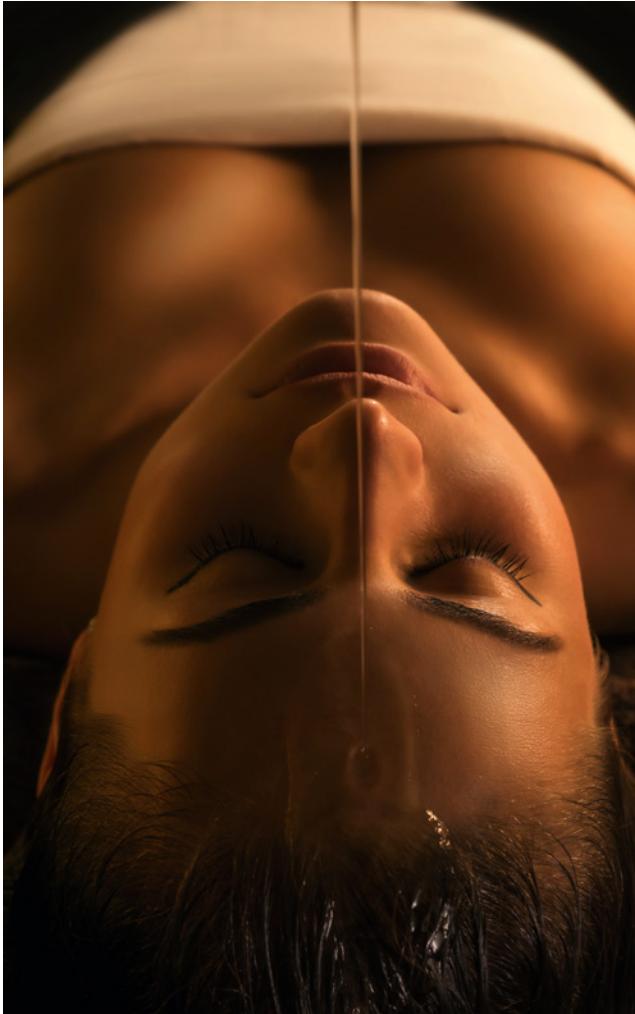
## THAI FÜSSE, BEINE & HÜFTE

**40 Min. Verwöhnzeit | 69 EUR**

## THAI KOPF- & NACKENMASSAGE

**30 Min. Verwöhnzeit | 49 EUR**

# AYURVEDA



## AYURVEDA

Die ayurvedischen Massagen gehören zu den wohlthuendsten und wirksamsten Behandlungen der indischen Gesundheitslehre. Warmes Kräuteröl umhüllt den Körper und sanfte, langstreichende Berührungen klären den Geist und machen den Kopf frei. Der Inbegriff genussvoller Entspannung!



## ABHYANGA

Technik der liebevollen Hände – Bei dieser sanften Massage mit warmen Öl wird das Nervensystem beruhigt und Sie können sich komplett fallen lassen. Die Entgiftung wird angeregt und das Bindegewebe gestärkt.  
**70 Min. Verwöhnzeit | 119 EUR**

## KONDA

Ayurvedische Rückenmassage – Bei dieser ayurvedischen Rückenmassage genießen Sie vollkommenes Wohlbefinden, innere Ruhe und Harmonie. Sie stärkt die Sinne und gibt Kraft.  
**40 Min. Verwöhnzeit | 69 EUR**

## MUKABHYANGA

Ayurvedische Gesicht-, Kopf- und Nackenmassage – Ein besonderes Erlebnis für kopflastige Menschen und für all diejenigen, die schwer abschalten können. Diese Massagekombination ist ein „Loslassen und Auftanken“.  
**40 Min. Verwöhnzeit | 69 EUR**

## PADA

Ayurvedische Fußmassage – Diese wohltuende Massage verleiht ihren Füßen Kraft und Stabilität. Durch die Behandlung der Energiepunkte wird der komplette Organismus gekräftigt.

**40 Min. Verwöhnzeit | 69 EUR**

## SHIRODHARA

Der königliche Stirnguss – Eine Essenz aus temperierten Ölen wird in einem dünnen Strahl über die Stirn gegossen. Innere Ruhe und Losgelöstheit aktivieren einen Strom heilender Substanzen und helfen bei Erschöpfungszuständen und schenkt ein Gefühl tiefer Geborgenheit.

**40 Min. Verwöhnzeit | 79 EUR**

## DER STEMPEL

Ganzkörpermassage mit warmen Kräuterstempeln – Lockere und entspannenden Massagegriffe werden mit wohltuenden Stempeln, die mit Kräutern gefüllt sind, kombiniert. Ein wahrer Genuss mit der Kraft der Natur!

**50 Min. Verwöhnzeit | 89 EUR**

## SVEDANA

Asiatische Kräutersauna – Bei wohltuenden Dämpfen, angereichert durch Kräuter und ätherische Öle, erleben Sie die reinigende Wirkung des Schwitzbades. Genießen Sie wohlige Wärme, während Sie die Seele baumeln lassen und einen kühlen Kopf bewahren.

**25 Min. Verwöhnzeit | 39 EUR**



### Unser Tipp:

Abhyanga vor dem Shirodhara oder der Svedana ergibt die perfekte Kombination



# ASIA VERWÖHNPAKETE

Belastungen des Alltags behindern den Energiefluss und verursachen seelische und körperliche Beschwerden. Nehmen Sie sich Zeit und genießen Sie unsere speziell zusammengestellten Verwöhnpakete, um Ihren Energiefluss zu regulieren und Ihrem Körper und Geist die wohlverdiente Erholung zu geben.

## Hinweis:

Gönnen Sie sich einen ganzen Tag voller Entspannung oder teilen Sie die Anwendungen unserer Verwöhnpakete auf Ihre Auszeit über mehrere Tage auf.

## THAI VERWÖHNPAKET

Tauchen Sie ein – Berührung für Berührung in eine wundervolle Welt der Regeneration und Erholung.

- > Thai Kopf & Nacken
- > Thai Körper
- > Thai Füße

3-Gang-Massagemenü

**120 Min. Verwöhnzeit | 169 EUR**



## AYURVEDA VERWÖHNPAKET

Gönnen Sie sich diese wundervollen ayurvedischen Entspannungsmomente.

- > Kräuterpeeling
- > Konda – Rücken
- > Mukabhyanga – Gesicht
- > Pada – Füße (im 4-Gang-Menü)

3-Gang-Massagemenü

**90 Min. Verwöhnzeit | 139 EUR**

4-Gang-Massagemenü

**120 Min. Verwöhnzeit | 169 EUR**





# ZEIT ZU ZWEIT

## RITUALE ZU ZWEIT

Lassen Sie den Alltag hinter sich und verabreden Sie sich zu einer gemeinsamen Auszeit. In der besonderen Atmosphäre unseres Asia Pavillon erleben Sie eine wohltuende Entspannung und prickelnde Romantik. Egal zu welchem Anlass – ob Hochzeits- oder Geburtstagsgeschenk, Jahrestag, Weihnachten oder einfach nur so – überraschen Sie Ihren Partner und genießen Sie die besondere Zeit zu zweit.



## RENDEZVOUS AM BALMER SEE

Tauchen Sie ab in ein Blütenbad in der Nussholzwanne und lassen Sie den Blick über den Balmer See schweifen. Mit einem Glas Sekt stoßen Sie auf Ihre Liebe an und ein Obstteller versüßt den Augenblick.

**40 Min. Verwöhnzeit | 39 EUR pro Person**



## RENDEZVOUS BEI KERZENSCHNEIN

Entspannen Sie bei einer gemeinsamen Wohlfühlmassage bei Kerzenschein und genießen Sie es Zeit zu zweit gefunden zu haben.

**50 Min. Verwöhnzeit | 69 EUR pro Person**



## RENDEZVOUS ZUM SEELE BAUMELN LASSEN

Ein Blütenpeeling sorgt für streichelzarte Haut. Im Anschluss erwartet Sie eine Entspannungsmassage für Rücken, Kopf und Gesicht. Um den gemeinsamen Genuss noch ein wenig zu steigern, wartet eine süße Überraschung auf Sie.

**80 Min. Verwöhnzeit | 99 EUR pro Person**



# WISSENSWERTES



## ZUR RUHE KOMMEN

Egal ob als reiner Wellnessurlaub oder einer Kombination aus Aktivität und Entspannung – nutzen Sie Ihre Auszeit bei uns am Balmer See, um zur Ruhe zu kommen. Abgelegen vom Trubel des (Massen-)Tourismus in den Kaiserbädern, haben Sie bei uns die Möglichkeit in entspannter Atmosphäre neue Kraft zu sammeln. Für Ihre Urlaubsgestaltung haben Sie vielfältige Möglichkeiten:

- > eine Runde Golf auf einem unserer Golfplätze oder für alle Nichtgolfer – wie wäre es mit einer Schnupperstunde
  - > eine Fahrradtour zu den Sehenswürdigkeiten der Insel Usedom
  - > ein Segeltörn mit der „Weissen Düne“
  - > ein entspannter Tag auf unserer Liegewiese am Balmer See oder am Strand an der Ostsee
- Kombinieren Sie Aktivität und Entspannung und lassen Sie sich in unserem Spa Balmer Seele verwöhnen. Ob eine tiefenwirksame Massage zum Lösen von Verspannungen oder eine „Kurzreise“ nach Asien – gönnen Sie sich Entspannendes und Anregendes.

## SAUNA

	Temperatur	Feuchtigkeit
> Finnische Sauna	90°C	10 % r. F.
> Soft Sauna	60°C	20 % r. F.
> Infrarot Sauna	50°C	30 % r. F.
> Dampfsauna	45°C	99 % r. F.
> Aroma-Dampf-Kabine	45°C	99 % r. F.
> Eisgrotte	8°C	20 % r. F.
> Salz-Ruheraum	26°C	20 % r. F.

## Aufguss

Täglich halten wir für unsere Gäste verschiedene saisonale Aufgüsse zur Selbstanwendung in der finnischen Sauna bereit. An einigen Tagen bieten wir auch geführte Sauna-Aufgüsse an. Die Termine erfahren Sie an der Spa-Rezeption.

## WASSERWELT

### Innenpool

- > Temperatur 28 °C – 30 °C
- > Größe 15 m x 8 m
- > Tiefe 130 cm
- > Wasserfall, Massagedüsen

### Naturbadeteich

- > Temperatur ist Wetter abhängig
- > Größe 20 m x 5 m
- > Tiefe 130 cm
- > Sonnendeck

### Frühschwimmer Kaffeebar

Für alle Frühaufsteher stellen wir von 07:00 Uhr bis 11:00 Uhr den ersten Kaffee an der Spa-Rezeption bereit.

### Liegewiese mit Badesteg

Genießen Sie die frische Luft sowie Vogelgezwitscher und lassen Sie die Seele baumeln. Egal ob mit Ihrem Lieblingsbuch oder beim Beobachten der Natur – entspannen Sie auf einer unserer Liegen direkt am Balmer See. Von unserem Badesteg können Sie den Sprung ins kühle Nass wagen.

## AKTIVPROGRAMM

Täglich wechselndes Aktivprogramm u. a. mit Yoga, Aqua-Fitness, Nordic-Walking, Faszien-Training, Golf-Fitness und Rückenschule. Bei schönem Wetter suchen wir uns gerne einen schönen Platz im Freien. (Kurse sind auch als Privatstunde buchbar)

## UNSERE KOSMETIKLINIEN

### THALGO – La Beauté Marine

Algen und maritime Aktivstoffe, die aufgrund ihrer einzigartigen Mineralstoff-Zusammensetzung eine besonders gute Verträglichkeit und sehr hohe Bioverfügbarkeit gewährleisten, sind die Basis der THALGO-Produkte.

### Maria Galland

Höchste Qualität und kosmetische Innovation sowie hocheffiziente individualisierte Behandlungen und Produkte zeichnen diese Marke aus.

### Charlotte Meentzen

Die Heilkraft der Natur und jahrzehntelange Tradition sorgen für die richtige Balance von langfristigem Wohlbefinden.

### Alessandro

Von unseren Händen und Füßen verlangen wir ein Leben lang Höchstleistungen ab – die Pflegeprodukte von Alessandro enthalten natürliche Wirkstoffe, duften fein und pflegen intensiv.

**THALGO**  
LA BEAUTE MARINE

MARIA GALLAND  
PARIS

  
*Charlotte Meentzen*

  
alessandro



# SPA ETIKETTE

Damit alle Gäste Ihren Aufenthalt in unserem Spa- und Wellnessbereich genießen können, berücksichtigen Sie bitte unsere Spa-Etikette.

## **Termine**

Für Ihren Wunschtermin empfehlen wir Ihnen eine frühzeitige Reservierung Ihrer Anwendung telefonisch unter 038379 28-160 oder via E-Mail unter [wellness@golfhotel-usedom.de](mailto:wellness@golfhotel-usedom.de). Sollten Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, benachrichtigen Sie uns bitte mindestens 24 Stunden vor Behandlungsbeginn. Nach Ablauf dieser Frist werden 90 % Stornierungsgebühren erhoben.

## **Gesundheitliche Aspekte**

Eine kompetente Beratung ist ein wichtiger Bestandteil und liegt uns am Herzen. Machen Sie uns bitte auf eventuelle gesundheitliche Beschwerden aufmerksam.

## **Vor Ihrer Spa-Behandlung**

Melden Sie sich bitte einige Minuten vor Ihrer Behandlung an der Wellnessrezeption. Dies erlaubt einen reibungslosen Beginn und gibt Ihnen die Möglichkeit, vor der Behandlung den Spa-Bereich zu genießen und sich zu entspannen. Sollten Sie sich verspäten, kann es sein, dass wir Ihre Behandlungsdauer verkürzen müssen, um nachfolgende Behandlungen plangemäß durchführen zu können.

## **Unser Gesundheitstipp**

Trinken sie vor, während und nach dem Besuch im Spa reichlich Wasser. Hierfür steht Ihnen im Spa-Bereich ein Wasserspender zur Verfügung.

## **Kleidung & Hygiene**

Bitte betreten Sie unseren Wellnessbereich mit Bademantel und Badesachen. Bevor Sie das Schwimmbecken oder die Saunen nutzen, duschen Sie sich bitte stets ab. Unser Saunabereich ist textiltfrei. Bitte setzen Sie sich in den Saunen auf Ihr Saunahandtuch.

## **Kinder**

Der Spa Balmer Seele ist ein Ort der Ruhe und Entspannung. Da wir bewusst auf spezielle Zeiträume für Kinder und Jugendliche in unserem Spa verzichten, sind Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen herzlich willkommen. Bitte beachten Sie, dass das Wohlergehen Ihres Kindes sowie sein respektvolles Verhalten anderen Gästen gegenüber in Ihrer Verantwortung liegen.

## **Umweltbewusstsein**

Für Ihren Aufenthalt liegen ausreichend Handtücher an der Wellnessrezeption für Sie bereit. Ein integrativer Bestandteil eines Spa Besuches ist der respektvolle Umgang mit unserer Umwelt. Verwenden Sie bitte nur so viele Handtücher, wie Sie benötigen.

## **Störendes**

Bitte beachten Sie das generelle Rauch- und Alkoholverbot im gesamten Spa-Bereich. Um Ihnen und anderen Gästen eine optimale Entspannung zu ermöglichen, bitten wir Sie, Mobiltelefone auf lautlos zu stellen und auf die Nutzung von Laptops zu verzichten. Bitte sehen Sie davon ab, einzelne Liegen mit Handtüchern und Taschen zu reservieren.

# GUTSCHEINE



## SCHENKEN SIE SCHÖNE MOMENTE!

Ob ein unvergesslicher Hotelaufenthalt, eine entspannende Wellnessanwendung in unserem Spa Balmer Seele oder ein genussvoller Abend in einem unserer Restaurants – verschenken Sie Wohlfühlzeit.

Wir bieten Ihnen für jeden Anlass den passenden Gutschein.

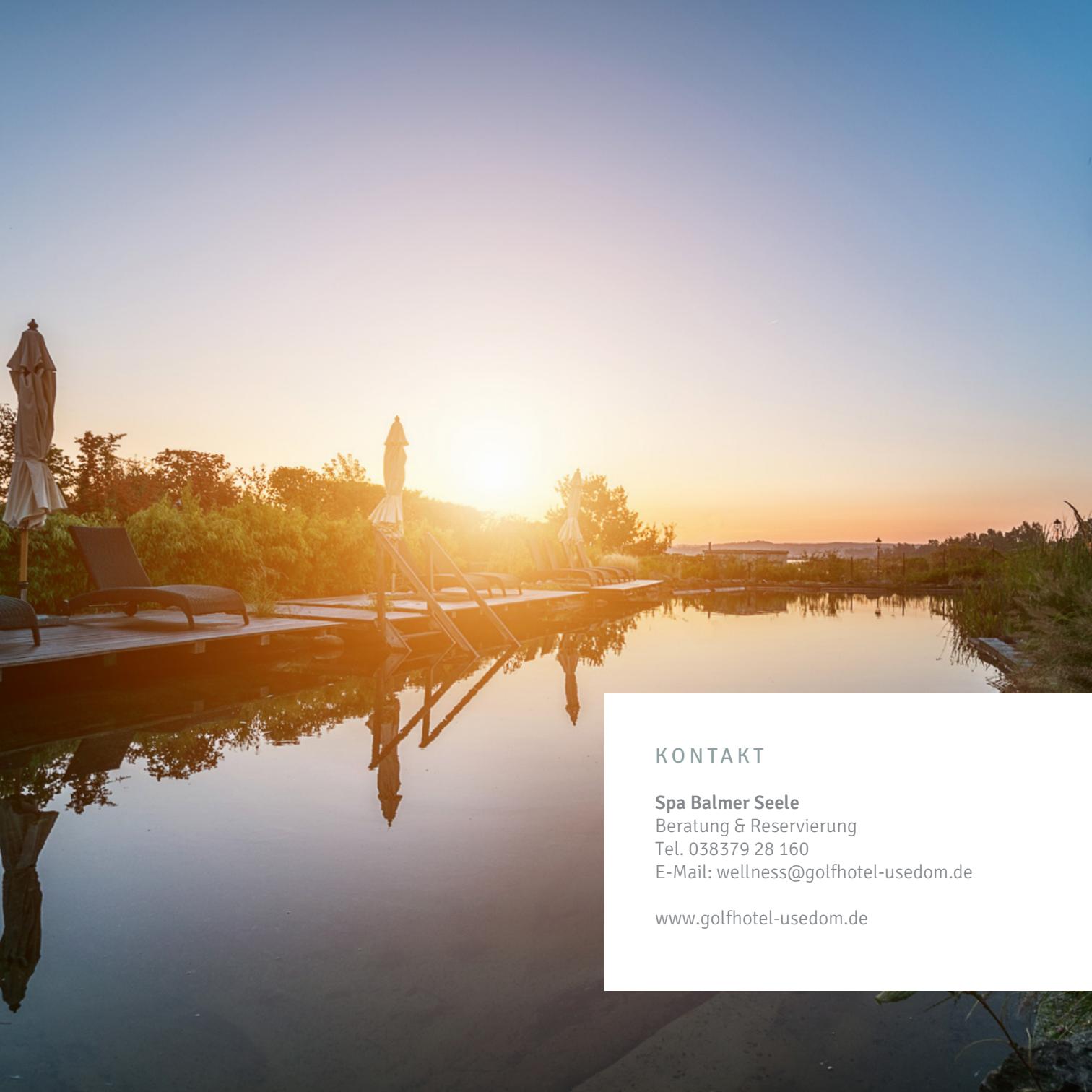
Alle Informationen wurden mit größter Sorgfalt zusammengetragen, jedoch kann für den Inhalt und die Richtigkeit keinerlei Gewähr übernommen werden. Druck- und Satzfehler sowie Änderungen, auch im Bezug auf gesetzliche Vorgaben, vorbehalten.  
Stand: November 2020

## AB JETZT NICHTS MEHR VERPASSEN

Melden Sie sich für unseren Newsletter an und verpassen Sie keine Angebote mehr.

Folgen Sie uns auf





## KONTAKT

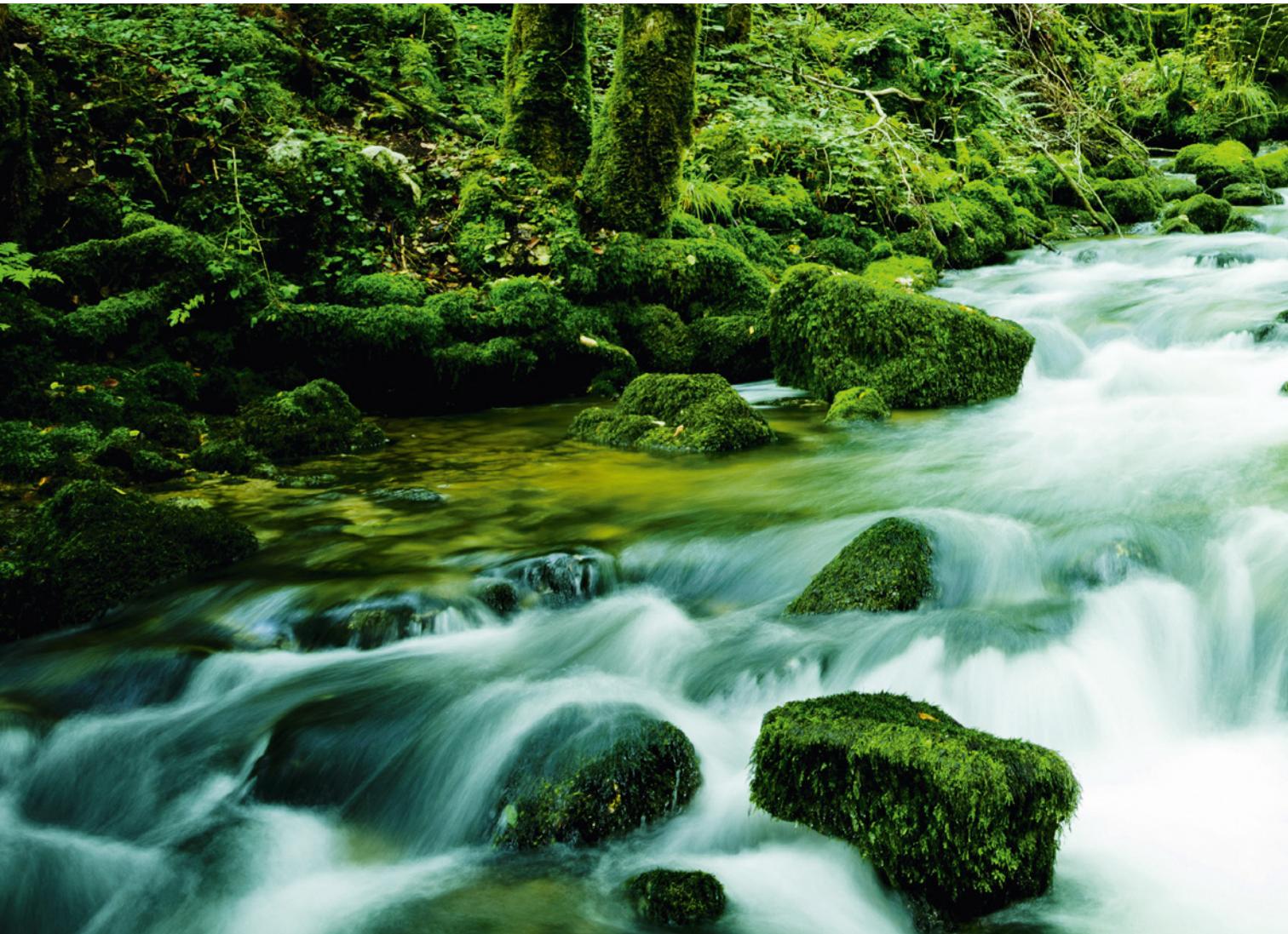
### **Spa Balmer Seele**

Beratung & Reservierung

Tel. 038379 28 160

E-Mail: [wellness@golfhotel-usedom.de](mailto:wellness@golfhotel-usedom.de)

[www.golfhotel-usedom.de](http://www.golfhotel-usedom.de)



Hotel Balmer See GmbH  
Drewinscher Weg 1 · 17429 Benz/OT Balm · Tel. 038379 280 · Fax 038379 28 222  
info@golffhotel-usedom.de · www.golffhotel-usedom.de