

MENÜ RITUALE - ALLEINE ODER ZU ZWEIT

RITUALE FÜR ZWEI

IM GROSSEN ALPSEE Neues Bergweltritual - NEU ab Herbst 2016 - Erleben Sie zu Zweit die natürlichen Elemente der Allgäuer Bergwelt und spüren Sie die wohltuende Wirkung von Quarzsand, Heu, Edelweiß-duft und frischem Bergquellwasser: <ul style="list-style-type: none">• Ankommen in der Heusauna• Erholen bei der Nachruhe mit Erfrischung• Entspannen bei der Edelweißcremepackung in der Quarzsandliege inkl. Rückenlockerung durch die sanfte Bewegung des Quarzsandes ca. 90 Min. (2 Personen)	140,00 €
---	-----------------

IN DER PRIVAT SPA SUITE Allgäuer Entspannungszeit Unsere Spa Suite steht Ihnen für 2 Stunden zur Verfügung. Genießen Sie Ihre Zweisamkeit und Ruhe mit folgenden Inhalten: <ul style="list-style-type: none">• Blockhaussauna (bis 95 Grad regelbar)• Kleiner Spa-Garten mit Sonnenliegen• Massage-Whirlwanne für Zwei inkl. Badezusatz• Körperbalsam zur hauteigenen Pflege• Ruheliegen in der Spa Suite• Obstkomposition und 2 Gläser Champagner ca. 120 Min. (2 Personen)	169,00 €
--	-----------------

Hochgrat Jahreszeitenritual Im Frühling: Edelweiß und Melisse, im Sommer: Birke und Bergminze im Herbst: Honig-Ingwer und Latschenkiefer, im Winter: Zirbe. Freuen Sie sich auf Luxuszeit zu Zweit in der Spa Suite mit Blocksauna (bis 95 Grad regelbar), Massage-Whirlwanne und Behandlungserlebnis. Bei der abschließenden Nachruhe im „Stillen Winkel“ bekommen Sie eine Erfrischung mit kleinen Köstlichkeiten gereicht. <ul style="list-style-type: none">• mit Kräuter-Wellnessmassage ca. 120 Min. (2 Personen) <ul style="list-style-type: none">• mit Peeling und Kräuter-Wellnessmassage ca. 175 Min. (2 Personen)	229,00 € 280,00 €
---	------------------------------------

RITUAL FÜR MICH

Oberstaufener Gipfelglück Jeder Abschnitt der Behandlung steht symbolisch für die einzelnen Etappen einer Wanderung mit all ihren Naturschönheiten bis zum Gipfel: <ul style="list-style-type: none">• Beginn der „Wanderung“: Tee und Fußmassage• Anstieg zum Gipfel: Kräuterstempel Massage• Am Gipfel angekommen: Zirben-Körperpackung mit warmen Nackenkissen• Erfrischender Abstieg ins Tal: Zirbenwasser im Ruheraum „Stiller Winkel“ ca. 90 Min.	139,00 €
---	-----------------

SPA ETIKETTE

INFORMATION UND TERMINBUCHUNG

Gerne beraten wir Sie persönlich zu unseren Treatments an der Spa-Rezeption, unter Tel. +49 8386 703 700 oder unter spa.parkhotel@lindner.de. Wir empfehlen Ihnen, Wellnessanwendungen schon zwei bis drei Wochen vor Ihrem Aufenthalt zu buchen.

CHECK-IN

Wir empfehlen Ihnen 5 bis 10 Minuten vor Beginn Ihres Spa-Rituals bei uns zu sein. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass sich Ihre Behandlungszeit bei Verspätungen verkürzt.

STORNIERUNGEN

Sollten Sie Ihren Termin nicht einhalten können, bitten wir Sie spätestens 24 Stunden vorher abzusagen. Bei Absagen am Tag des vereinbarten Termins berechnen wir 80% des Behandlungspreises.

ÖFFNUNGSZEITEN

Schwimmbad & Fitness: 08.00 bis 21.00 Uhr
Saunen: 08.00 bis 21.00 Uhr
Bergwiesen Spa: 09.00 bis 18.00 Uhr

KINDER UND JUGENDLICHE

Aus Sicherheitsgründen ist die Nutzung von Fitnessbereich und Sauna für Kinder unter 16 Jahren nicht gestattet. Die Nutzung des Poolbereiches ist für Kinder nur unter Aufsicht der Eltern gestattet. Kinder und Jugendliche ab zwölf Jahren sind in Begleitung von Erwachsenen zu den Behandlungen herzlich willkommen. Für Kinder gelten die gleichen Eintrittspreise.

KLEIDUNG

Bademantel und Badeslipper sowie Handtücher finden Sie auf Ihrem Zimmer oder erhalten diese an der Rezeption. Wir empfehlen Ihnen, alle Wertsachen im Zimmersafe einzuschließen. Bitte haben Sie Verständnis, dass das Lindner Parkhotel & Spa Oberstaufen keine Haftung für verlorene oder gestohlene Gegenstände übernimmt.

IHRE GESUNDHEIT UND IHR WOHLBEFINDEN ...

... sind für uns sehr wichtig. Bitte informieren Sie Ihren Behandler/Therapeuten vor Ihrer Behandlung über etwaige medizinische Besonderheiten.

RUHE UND ENTSPANNUNG

Der Bergwiesen Spa ist ein Ort der Ruhe und Entspannung, in dem wir Sie um Rücksicht auf andere Gäste bitten.

SPEISEN, GETRÄNKE UND RAUCHEN

Aus hygienischen und Sicherheitsgründen ist das Mitbringen von Speisen sowie zerbrechlichen Gegenständen im öffentlichen Spa-Bereich untersagt. Bitte beachten Sie das generelle Rauchverbot im Spa Bereich.

GUTSCHEINE

Gerne beraten wir Sie persönlich zu unseren Wert- und Behandlungsgutscheinen und wünschen Ihnen schon jetzt viel Spaß beim Verschenken!

SONSTIGES

Alle genannten Preise sind Endpreise und beinhalten die jeweils gültige gesetzliche Umsatzsteuer. Die angegebenen Preise gelten bis zum Erscheinen einer neuen Spa Broschüre. Wir werden Sie rechtzeitig über die neuen Preise informieren.

SAUNA, SPORT & INTERESSANTES

NUR FÜR HOTELGÄSTE

- Bergwiesenstadl für Ernährungsvorträge sowie Bewegungs- und Entspannungskurse, von Montag bis Samstag z. B. mit Aquatraining, Atemgymnastik, Stretch & Relax, Faszientraining, Rückentraining (teilweise auch mit Personal Trainer buchbar)
- Beheiztes Außenschwimmbad (ganzjährig)
- Innenschwimmbad mit separatem Whirlpool und Wintergarten
- Saunalandschaft mit finnischer Sauna, Aromadampfbad, Sanarium, Tauchbecken und Eisbrunnen
- Entspannungs- und Ruheräume
- Fitnessbereich mit Cardio- und Krafttrainingsgeräten

FÜR ALLE GÄSTE

- Bergwiesen Spa Shop „Lädele“ mit Allgäuer Geschenkideen für Ihre Lieben oder für Sie selbst

SPA MARKEN

	Ihr Pflegeexperte
	Effektkosmetik, World Spa Award Winner 2015
	Kosmetik Technologie
	Natural Spa Therapy und Marktführer in der Physiotherapie und Massage

Lindner Parkhotel & Spa Oberstaufen
Argenstraße 1
87534 Oberstaufen/Allgäu

Tel. Spa Rezeption
+49 8386 703-700
Fax +49 8386 703-704
spa.parkhotel@lindner.de
www.lindner.de/oberstaufen

#lindnerhotels



LINDNER

★★★★
PARKHOTEL & SPA
Oberstaufen

SPA MENÜ - LINDNER LA VIE
Preisliste 2016 / 2017



MENÜ REGIONAL

Jede Jahreszeit hat ihren eigenen Reiz und ihre eigenen, ganz natürlichen Geheimnisse, welche mit allen Sinnen entdeckt werden wollen! Bei unseren „Vier-Jahreszeiten-Anwendungen“ bekommen sie die natürlichen Kraftspen-der zu sehen, zu schmecken, zu riechen und vor allen Dingen wunderbar und bewusst zu spüren. Freuen Sie sich auf:

FRÜHLINGSQUELL:	Edelweiß oder Melisse ... wirken erneuernd und reinigend.
SOMMERWIESE:	Birke oder Bergminze ... wirken belebend und erfrischend.
HERBSTWALD:	Honig-Ingwer, Latschenkiefer oder Heu ... wirken stärkend und wärmend.
WINTERLANDSCHAFT:	Zirbe ... wirkt beruhigend und ausgleichend.
<i>Für alle Spa-Anwendungen stehen auch immer neutrale Öle zur Verfügung.</i>	

FRÜHLING	HERBST	WINTER	SOMMER
Edelweiß	Honig-Ingwer	Zirbe	Birke

SPA STARTER

- Vier-Jahreszeiten-Körperpeeling**
Frühling: Edelweiss, Sommer: Bergminze, Herbst: Honig-Ingwer, Winter: Zirbe **ca. 20 Min. 39,00 €**
- Vier-Jahreszeiten-Bad mit Unterwassermassagedüsen**
Frühling: Melisse, Sommer: Bergminze, Herbst: Latschenkiefer, Winter: Zirbe **1 Person ca. 25 Min. 35,00 €**
- Klassische Vier-Jahreszeiten-Intensivmassage**
Frühling: Edelweiss, Sommer: Birke, Herbst: Honig-Ingwer, Winter: Zirbe
Teilkörper (Rücken oder Beine) **ca. 25 Min. 42,00 €**

FRÜHLING	HERBST	WINTER	SOMMER
Edelweiss	Honig-Ingwer	Zirbe	Birke

FRÜHLING	HERBST	WINTER	SOMMER
Edelweiss	Honig-Ingwer	Zirbe	Birke

- Vier-Jahreszeiten-Clarins-Gesichtsbehandlung**
Erleben Sie die exklusive Clarins Aroma-Gesichtsbehandlung mit Power für Ihre Haut und Kraft aus der Natur (Inhalte: Aromaerfrischung, Entspannungsritual, Reinigung, Peeling, optional Tiefenreinigung, Augenbrauen formen, Gesichtsmassage, Maske, Serum, Abschlusspflege) **ca. 75 Min. 95,00 €**

KÖRPER		
Klassische Vier-Jahreszeiten-Intensivmassage		
Frühling: Edelweiss, Sommer: Birke, Herbst: Honig-Ingwer, Winter: Zirbe Ganzkörper	ca. 50 Min.	72,00 €
Wildkräuterstempelmassage	ca. 50 Min.	82,00 €

FRÜHLING	HERBST	WINTER	SOMMER
Edelweiss	Honig-Ingwer	Zirbe	Birke

SPA DESSERT

- Vier-Jahreszeiten-Packung**
inkl. Pflegezusatz – Frühling: Ziegenbutter und Edelweiß, Sommer: Nachtkerze und Bergminze, Herbst: Heu, Winter: Ziegenbutter und Zirbe auf der Softpackliege **ca. 30 Min. 45,00 €**
auf der Quarzsandliege - **NEU ab Herbst 2016** - **ca. 30 Min. 45,00 €**
- Quarzsandliege - NEU ab Herbst 2016** -
Die milde, trockene Wärme des Quarzsandes wirkt ganz von allein und ohne Pflegezusätze. Sie dringt tief in den Körper ein, wodurch eine wohltuende Ruhe und Entspannung sofort spürbar ist. Zusätzlich lockern die sanften Bewegungen des Sandes Ihre Rückenmuskulatur wie eine leichte Massage. **ca. 20 Min. 35,00 €**

- Vier Jahreszeiten-Gesichtsmaske**
nur in Verbindung mit einem Hauptgang oder Spa Dessert buchbar **9,00 €**

FRÜHLING	HERBST	WINTER	SOMMER
Edelweiss	Honig-Ingwer	Zirbe	Birke

MENÜ KLASSIK

FRÜHLING	HERBST	WINTER	SOMMER
Edelweiss	Honig-Ingwer	Zirbe	Birke

KOSMETIK		
Derma Visualizer Hautanalyse - eine hochauflösende Kamera mit 80-fachem Zoom analysiert Ihren Hautzustand anhand Parameter, wie: Faltentiefe, Pigmentierung, Porengröße, Fett- und Feuchtigkeitsgehalt als Einzelbehandlung	ca. 20 Min.	40,00 €
in Kombination mit einer Gesichtsanwendung	ca. 20 Min.	29,00 €
Gesichts-Kopf-Verwöhnmassage	ca. 30 Min.	49,00 €

HÄNDE & FÜSSE		
Verwöhnende Hand- und Fußmassage	ca. 25 Min.	42,00 €

KÖRPER		
Körperpeeling mit neutralem Öl	ca. 20 Min.	39,00 €
Naturmoorpackung	ca. 25 Min.	25,00 €
Individuelle Spezialmassage	ca. 25 Min.	49,00 €
Heisse Steine-Massage (Rücken)	ca. 30 Min.	59,00 €

FRÜHLING	HERBST	WINTER	SOMMER
Edelweiss	Honig-Ingwer	Zirbe	Birke

SPA HAUPTGANG

KOSMETIK		
Individuelle Gesichtsbehandlung für Sie oder Ihn Marke (Clarins, QMS MEDI COSMETICS) und Wirkungsstoffe individuell je nach Hauttyp und Behandlungswunsch - Clarins Inhalte: z. B. Tiefenreinigung & Maske oder Massage & Maske	ca. 45 Min.	65,00 €

Clarins Inhalte: Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Augenbrauenformen, Serum, Maske, Gesichtsmassage & Abschlusspflege	ca. 75 Min.	95,00 €
QMS Inhalte: Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Augenbrauenformen, Algenmodellage, Gesichtsmassage, Collagenserum und Abschlusspflege	ca. 75 Min.	105,00 €

- High Tec Kosmetik mit Hydradermabrasionsgerät**
- Inhalte: Reinigung, mildes chemisches Peeling, Tiefenreinigung mit Vakuum-Aufsatz, Einschleusung hochwirksamer Vitaminkomplexe, Lichttherapie, Aktivserum und Abschlusspflege mit Sonnenschutz **ca. 45 Min. 129,00 €**
- Inhalte: Reinigung, mildes chemisches Peeling, Tiefenreinigung mit Vakuumaufsatz, Einschleusung hochwirksamer Vitamin- und Wirkstoffkomplexe, Lichttherapie, Aktivserum, Gesichtsmassage und Abschlusspflege mit Sonnenschutz** **ca. 75 Min. 179,00 €**

FRÜHLING	HERBST	WINTER	SOMMER
Edelweiss	Honig-Ingwer	Zirbe	Birke

HÄNDE & FÜSSE		
Spa Maniküre oder Pediküre Nägel kürzen, bearbeiten der Nagelplatte, Nagelhaut entfernen, Hornhaut entfernen (bei Pediküre), Peeling, Massage und entspannendes Nackenkissen	ca. 50 Min.	60,00 €

KÖRPER		
Massagen		
Individuelle Spezialmassage Ganzkörper	ca. 50 Min.	82,00 €
Wohltat für den Rücken Wärmende Naturmoorpackung und Rückenmassage	ca. 50 Min.	62,00 €

Wirbelsäulentherapie nach der Dorn-Methode Lösen von Blockaden und Fehlstellungen an der Wirbelsäule.	ca. 50 Min.	79,00 €
---	--------------------	----------------

- Faszienbehandlung**
Befreiende Behandlung zum Lösen faszialer Verspannungen und Verklebungen (mitunter etw. schmerzhaft). Außerdem erhalten Sie Tipps zur Fasziengesundheit für zu Hause.
Füße, Beinrückseite, Rücken und Kopf **ca. 50 Min. 72,00 €**
- Fußreflexzonen-Massage**
mit wärmenden Nackenkissen **ca. 40 Min. 55,00 €**
- Lymphdrainage**
Teilkörper (auch für Schwangere)
Ganzkörper **ca. 40 Min. 55,00 €**
ca. 50 Min. 72,00 €
- Heisse Steine Massage**
Ganzkörper **ca. 75 Min. 99,00 €**

FRÜHLING	HERBST	WINTER	SOMMER
Edelweiss	Honig-Ingwer	Zirbe	Birke

KOSMETIK		
Schöne Zusätze (in Verbindung mit einer Gesichtsbehandlung) z. B. Wimpern-, Augenbrauen färben, Gesichtsdepilation	ab 12,00 €	
Tages Make-Up	28,00 €	

HÄNDE & FÜSSE		
Lack (zusätzlich zur Maniküre/Pediküre)	12,00 €	
Eigener Lack (zusätzlich zur Maniküre/Pediküre)	10,00 €	

KÖRPER		
Quarzsandliege - NEU ab Herbst 2016 - Die milde, trockene Wärme des Quarzsandes wirkt ganz von allein und ohne Pflegezusätze. Sie dringt tief in den Körper ein, wodurch eine wohltuende Ruhe und Entspannung sofort spürbar ist. Zusätzlich lockern die sanften Bewegungen des Sandes Ihre Rückenmuskulatur wie eine leichte Massage.	ca. 20 Min.	35,00 €

- Gesichtsmaske**
nur in Verbindung mit einem Hauptgang buchbar **9,00 €**

LINDNER LA VIE SPEZIALITÄTEN

Unsere Lindner Spa Behandlungen wurden ganz exklusiv für die Lindner Spas entwickelt und sind vom hohen Norden bis sonnigen Süden, überall gleich. Ein einzigartiges Erlebnis, egal in welchem Lindner Spa Sie sich entspannen!

FRÜHLING	HERBST	WINTER	SOMMER
Edelweiss	Honig-Ingwer	Zirbe	Birke

SOMA-ENTSPANNUNG

... ist immer dann die richtige soma-ästhetische Behandlung für Sie, wenn Sie sich ein Spannungserlebnis und Ausgeglichenheit wünschen.		
Kommen Sie an ...	mit unserem Lindner Spa Begrüßungsritual.	
Erleben und spüren Sie ...	eine durchblutungsfördernde Massage mit naturreinem Honig-Ingwer-Öl und Massagehonig, wärmende Bienenwachsauflage für Ihren Rücken, pflegende Gesichtsmaske und befreiende Nackendehnung während der Behandlung.	
Wachen Sie auf ...	mit unserem Lindner Spa-Abschlussritual.	ca. 60 Min. 85,00 €

FRÜHLING	HERBST	WINTER	SOMMER
Edelweiss	Honig-Ingwer	Zirbe	Birke

... ist immer dann die richtige soma-ästhetische Behandlung für Sie, wenn Sie sich sowohl eine Bindegewebslockerung als auch Hautpflege wünschen.		
Kommen Sie an ...	mit unserem Lindner Spa Begrüßungsritual.	
Erleben und spüren Sie ...	eine Gewebedehnung und Wärme am Rücken, Birkenölmassage mit lösenden Bindegewebs-techniken und durchblutungsfördernden Massagecups	
Wachen Sie auf ...	mit unserem Lindner Spa-Abschlussritual.	ca. 60 Min. 85,00 €

... ist immer dann die richtige soma-ästhetische Behandlung für Sie, wenn Sie sich sowohl eine Bindegewebslockerung als auch Hautpflege wünschen.		
Kommen Sie an ...	mit unserem Lindner Spa Begrüßungsritual.	
Erleben und spüren Sie ...	eine Gewebedehnung und Wärme am Rücken, Birkenölmassage mit lösenden Bindegewebs-techniken und durchblutungsfördernden Massagecups	
Wachen Sie auf ...	mit unserem Lindner Spa-Abschlussritual.	ca. 60 Min. 85,00 €
zusätzlich mit pflegender Dekolletéauflage und Gesichtsmaske		ca. 80 Min. 105,00 €