



Wellness Arrangements



— DAS BICHOTEL AM STARNBERGER SEE —
SCHLOSSGUT OBERAMBACH

VITALZENTRUM

RUHE LIEGT
IN UNSERER
NATUR



WELLNESS AM STARNBERGER SEE

3 SÄULEN FÜR IHRE VITALITÄT & ENTSPANNUNG

Wir heißen Sie herzlich willkommen im Biohotel Schlossgut Oberambach. Gelegen am Fuße der malerischen Voralpen Bayerns bieten wir Ihnen einen Ort der Ruhe und der inneren Einkehr. An diesem Kraftort in Oberambach trifft ein nachhaltiges ökologisches Konzept auf die gepflegte Eleganz gehobener Hotellerie.

Unser **Drei-Säulen-Wellness-Konzept** umfasst klassische Wellness-Massagen, Dr. Hauschka Kosmetikbehandlungen und traditionelle Ayurveda-Anwendungen und Kuren, die zusammen eine ganzheitliche und regenerierende Erfahrung für Körper und Geist bieten.

INHALT:

- Seite 01 - 02 Klassische Wellness- Massagen
- Seite 03 - 04 Spezial Angebote für Sie
- Seite 05 - 08 Dr. Hauschka Kosmetik & Behandlungen
- Seite 09 Aura Soma - Seelenfarben
- Seite 10 - 14 Trad. Ayurveda Anwendungen & Kuren
- Seite 15 - 16 Wissenswertes & Spa Etikette



UNSERE KLASSIKER IHR VERWÖHNPROGRAMM



AMBACHER GANZKÖRPERMASSAGE

Entspannende und harmonisierende
Ganzkörperbehandlung. • 50 Min. € 85,-

VITALIS RÜCKEN- UND NACKENMASSAGE

Spezielle blockadelösende Massage für Rücken, Nacken
und Schulterbereich. • 50 Min. € 85,-

FUSSENERGIEMASSAGE U. BELEBENDES FUSSBAD

Über die energetisierende Behandlung der Füße wird
der gesamte Organismus harmonisiert. • 50 Min. € 79,-

ALPENKRÄUTERMASSAGE

Genießen Sie die Kraft und den Duft einheimischer
Kräuter! Belebende Ganzkörpermassage und
einleitendem Fußbad. • 80 Min. € 115,-

GANZKÖRPERMASSAGE „DE LUXE“

Wunderbar entspannende Massage mit Dr. Hauschka
Produkten und einleitendem Fußbad. • 80 Min. € 125,-

AUSZEIT FÜR 30 MINUTEN

- Rückenmassage mit Bio-Aromaöl • 30 Min. € 49,-
- Kopf und Nackenmassage • 30 Min. € 49,-
- Fußenergiemassage • 30 Min. € 49,-
- Bruss-Massage • 30 Min. € 49,-

SPEZIALMASSAGEN:

HOT STONE MASSAGE

Wohltuende Kombination aus Massage, Thermoanwendung
mit Vulkansteinen und Energiearbeit löst tiefsitzende
Verspannungen • 80 Min. € 115,-


IOMI IOMI NUI

Eine rhythmische hawaiianische Körpermassage. Durch
die fließenden, dem Körper angepassten Bewegungen
kommt es zu einer Tiefenentspannung. • 80 Min. € 125,-

DETOX

Ganzkörperpeeling mit anschließender Aromapflege
Behandlung. Wohltuendes Peeling mit Kiss-Handschuhen,
gefolgt von einer stoffwechsellagernden Aroma-Ölung.
• 50 Min. € 99,-





BUSINESS MASSAGE

WIRKT ERFRISCHEND UND ENERGETISIEREND

„Erfolg ist nicht der Schlüssel zum Glück. Glücklichesin ist der Schlüssel zum Erfolg.“ - Albert Schweitzer

Diese Tiefengewebsmassage für Nacken, Schultern, Rücken, Arme und Hände aktiviert neue Energien, lindert Kopf- und Rückenschmerzen und stärkt die Konzentrationsfähigkeit.

Diese Massage wurde insbesondere für den anstrengenden und engen Zeitplan eines Tagungs- oder Seminaufenthaltes entwickelt. Wir kommen mit einer mobilen Massageliege auch zu Ihnen und benötigen nur einen separaten Raum, was eine einfache und zeiteffiziente Förderung ihrer Mitarbeiter darstellt. Diese Investition ist steuerlich begünstigt!(steuerfreier Betrag von 500 € pro Mitarbeiter pro Jahr gemäß §3 Nr. 34 EStG), wenn sie als zusätzliche Präventionsleistung zum Arbeitslohn erbracht wird.

Aus organisatorischen Gründen empfehlen wir für Gruppen eine rechtzeitige Buchung.

• 20 Min. € 35,-



STOFFWECHSELKICK

DAS BESONDERE PACKAGE FÜR GESICHT UND KÖRPER

Energiebürstenmassage des Körpers mit straffender Körperölung. Sanfte, intensive Streicheleinheiten mit feinen Bronzeborsten werden Sie verzaubern. Die aktivierende Bürstenmassage wirkt belebend und entspannend zugleich. Die Haut wird von abgestorbenen Hautzellen befreit und erfährt eine sanfte Energetisierung. Danach wird der Körper mit straffendem Öl massiert.

Das Gesicht wird sanft mit einer Gesichtsbürste behandelt. Anschließend wird mit Basenmaske und Basenstrümpfen nachgeruht.

• 80 Min. € 125,-

AKTIVIERENDE TROCKENBÜRSTUNG

der Beine kombiniert mit einer ausleitenden Fußmassage und das Anlegen Basischer Strümpfe erfrischt den ganzen Körper!

• 50 Min. € 85,-



Dr. Hauschka



DIE HEILKRÄFTE DER PFLANZEN IM EINKLANG MIT MUTTERNATUR

Die Marke Dr. Hauschka tritt für einen umweltschonenden Stoffkreislauf ein und bezieht die verwendeten Pflanzen, Wachse und Öle fast ausschließlich aus kontrolliert biologischem Anbau. Eine Unternehmensphilosophie, die wir teilen. Denn nur, wer mit seiner Umgebung im Einklang ist, kann auch innerlich zur Ruhe kommen.

***Entdecke die Kraft der Natur mit Dr. Hauschka -
für eine gesunde und strahlende Haut!***



DR. HAUSCHKA NATURKOSMETIK ERHÄLTICH IM SCHLOSSGUT OBERAMBACH

An der Rezeption können Sie aus einer Vielzahl von Dr. Hauschka-Produkten wählen. Von feuchtigkeitsspendenden Cremes und Lotions bis hin zu erfrischenden Duschgels und Shampoos.

Gönnen Sie sich das Beste für Ihre Haut und Ihr Wohlbefinden während Ihres Aufenthalts. Die Produkte von Dr. Hauschka stehen für Nachhaltigkeit, Natürlichkeit und höchste Qualität.



DR. HAUSCHKA
GANZHEITLICHE NATURKOSMETIK



REINIGENDE GESICHTSBEHANDLUNG

Für einen strahlenden Teint. Eine wirkungsvolle Tiefenreinigung lässt die Haut aufleben. • 60 Min. € 95,-

„EINE STUNDE ZEIT FÜR MICH“

Eine Individuell auf Sie abgestimmte Gesichtsbehandlung, bei der die Lymphstimulation im Vordergrund steht. Wohltuende Entspannung. Ein Geschenk an Sie selbst. • 60 Min. € 95,-

REVITALISIERENDE GESICHTSBEHANDLUNG

Eine tiefenwirksame und regenerierende Behandlung, die die Selbstheilungskräfte Ihrer Haut anregt. Ihre Haut kann wieder frei atmen. • 90 Min. € 130,-

KLASSISCHE GESICHTSBEHANDLUNG

Die Kunst der Berührung! Ein entspannendes Fußbad, Bein- und Armstreichungen sowie duftende, wärmende Kompressen sind die ideale Vorbereitung für die anschließende Gesichtereinigung und -pflege mit der Dr. Hauschka Naturkosmetik. • 120 Min. € 170,-

FIT FOR MEN

Eine Gesichtsbehandlung individuell auf die Haut des Mannes abgestimmt. Reinigung und wohltuende Pflege. • 60 Min. € 95,-

LUXURIÖSE GESICHTSBEHANDLUNG

Es geht noch luxuriöser! Erleben Sie als zusätzliche Besonderheit zur klassischen Dr. Hauschka-Behandlung, Ihr Rücken wird sanft einbezogen. Für ein Wohlgefühl, das noch lange nachwirkt. • 150 Min. € 195,-

WEITERE KOSMETISCHE BEHANDLUNGEN

Maniküre ohne Lack 40 Min. € 49,-
Pediküre mit pflegender Fußmassage 60 Min. € 69,-

LICHTBLICK-PACKAGE

Eine Augenbrauenkorrektur und das Färben von Wimpern und Brauen lassen Ihren Blick wieder leuchten! (inkl. Augenkomresse!) 40 Min. € 59,-





AURA-SOMA®

AURA SOMA FARBEN FÜR DIE SEELE

SABINE SCHWABE

Ich begleite Sie auf Ihrem Seelerweg. Wo stehe ich im Leben und wo will ich hin. Aura Soma öffnet das Tor zur Seele. Jede Farbkombination der über 100 Flaschen trägt ihre eigene Botschaft, die ihr Unterbewusstsein reflektieren. Du bist die Farbe, die Du wählst.

Erwecken Sie das volle Potential ihrer Seele und erleben Sie innere Harmonie!

• Beratung 90 Min € 80,-



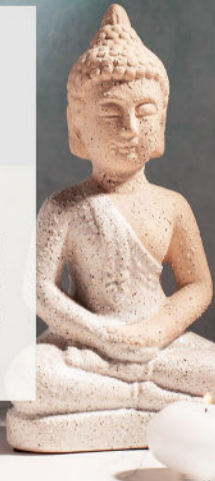
CENIA SCHELL
Traditioneller Ayurveda

TRADITIONELLER AYURVEDA

CENIA SCHELL

Ganz in der Tradition meiner Lehrer habe ich Ihnen auf folgenden Seiten wunderbar authentische Behandlungsangebote in höchster Qualität zusammengestellt. Sie möchten weitere spezielle Behandlungsangebote nutzen (z.B. Nasya; Karma Purana; Basti; Akshitarpana; Udara etc.) oder haben Fragen zu den Angeboten, dann wenden Sie sich gerne persönlich an mich unter: Tel. 0172-9254045 oder www.ceniaschell.de

Cenia Schell Therapeutin * Dozentin * Unternehmerin





AYURVEDISCHE MASSAGEN & ANWENDUNGEN



AYURVEDISCHE DOSHA KONSULTATION

Individuelle Dosha Beratung für Ernährung, Anwendungsmöglichkeiten, Kräuterverfahren und Tagesroutine als Einstieg in den Ayurveda. • 75 Min. € 125,-

TRADITIONELLE ABHYANGA

Königin der Ölanwendungen - Ganzkörpermassage 2-händig inkl. Kurzgespräch, Vorbehandlung, Med. Öle aus traditionellen Rezepturen, Nachruhen, Schwitzbad, Duschen. • 125 Min. € 190,-

WELLNESS- ABHYANGA

Ausgleichend und entschlackend - Ganzkörpermassage 2-händig inkl. Kurzgespräch; Dosha-ausgleichenden Ölen; inkl. Nachruhen. • 95 Min. € 165,-

KUNDALINI- RÜCKENANWENDUNG

Rückenmassage entlang der Wirbelsäule mit Spezial-Ölabkochungen und Kräuterwickelaufgaben - spannungsaflösend, aufrichtend, ausgleichend energetisierend, inkl. Nachruhen. • 70 Min. € 108,-

THALODAL- AYURVEDISCHE SPORTMASSAGE

Muskel kräftigende Massage zum Abbau von Schlacken und überschüssigem Gewebe - tiefenentspannend! inkl. Nachruhen, Schwitzbad nach Absprache, Duschen. • 75 Min. € 145,-

PADABHYANGA- FUSS-UND BEINANWENDUNG

Entgiftendes Fußbad, reinigend durch Kompressen, Filigrane Massage der Füße und Beine- zentrierend, hervorragend bei Nervosität zur neurologischen Beruhigung. • 75 Min. € 125,-

MUKABHYANGA UPA- GESICHTSBEHANDLUNG

Schönheitsbehandlung (Saundarya), Entspannende Massage von Gesicht, Dekollete, Kopf und Nacken, Peeling plus Auftragen Trad. Schönheitspräparate, einschl. Maske, Kräuterpasten, Duschen. • 80 Min. € 139,-

VERKAUF TRADITIONELLER, HOCHWERTIGER AYURVEDA-PRODUKTE IM VITALZENTRUM

Erwerben Sie Öle; Massagezubehör; Kräuter; Nahrungsergänzungsmittel; Kosmetik; Gewürze; Räucherwerk.

① 5min Nachruhezzeit sind inkludiert.





AYURVEDA
PACKAGES & KUREN

AYURVEDA PACKAGES

AYURVEDA-KENNERLERTAG

Ayurvedische Eingangsuntersuchung, Typ- und Gesundheitsberatung; Traditionelle Abhyanga- Ganzkörperanwendung; Kräuterdampfbad, Nachruhen mit Ayurvedischen Balancetees. • 3 Std. € 270,-

TRADITIONELLES STIRNÖLGISS-RITUAL

Einleitendes Fußbad, gefolgt von einer ausgiebigen Synchron-Ganzkörperbehandlung plus traditionellem königlichen Stirnölgiß mit Nachruhen für vollkommene Erholung und Regeneration! • 3 Std. € 275,-

AYURVEDA STRESS-PRÄVENTIONSTAG

Ayurvedische Konsultation zu anstehenden Gesundheitsthemen mit Dosha Bestimmung und Beratung; Einführung in die Meditation; Traditionelle Ganzkörperanwendung mit sanftem Schwitzbad und Nachruhen und kleiner leckerer Stärkung! • 5 Std. € 360,-

SAUNDARYA- AYURVEDA SCHÖNHEITSTAG

Umfangreiche Behandlung des Körpers mit wertvollen verjüngenden und entschlackenden Ölen, gefolgt von einer zutiefst reinigenden, nährenden Schönheitsbehandlung des Gesichtes. • 4 Std. € 325,-

AYURVEDA KUREN

MAXIMALE ENTSPANNUNG

Nutzen Sie Ihren Aufenthalt um genussvoll und nachhaltig zu regenerieren, als Quelle von Vitalität, mentaler Stärke, Klarheit und kreativer Inspiration.

Folgende Ayurveda-Angebote wurden für Sie liebevoll von Cenia Schell zusammengestellt:

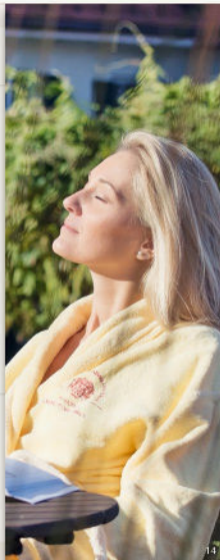
- **Alltagspause**
Entspannung pur- Entschleunigung 3 Tage
- **Ayurvedische Stoffwechsellkur**
Entspannt abnehmen! 3-5 Tage
- **Anti-Aging-Aufbaukuren** 3-7 Tage
- **Rasayana - Aufbaukur**
für einen klaren Kopf und starke Nerven! 7 Tage
- **Purusha-Kur**
Der Weg von Innen nach Außen
- **Pancakarma-Kur**
Intensiv 14 Tage

BERATUNG ZU EINEM AYURVEDA-AUFENTHALT

Eine gute Beratung basiert auf Vertrauen. Gerne biete ich Ihnen an, mich bei einem kurzen etwa 15- 30 min, kostenfreien Informationsgespräch kennenzulernen. Gemeinsam entscheiden wir über eine sinnvolle Zusammenarbeit. Die Kurtermine und Infos sind auf www.schlossgut.de/ayurveda einsehbar!

Ich freue mich auf Sie! Herzlichst, Cenia Schell.

⌚ 5min Nachruzeit sind inkludiert.



WISSENSWERTES & SPA-ETIKETTE DES VITALZENTRUMS

Termine nach Ihren Wünschen

Wir empfehlen, Reservierungen so früh wie möglich vorzunehmen. Ihre besonderen Wünsche können Sie uns auch schon vor Ihrer Anreise von zu Hause aus per E-Mail oder Telefon mitteilen. Eventuelle Terminänderungen bleiben vorbehalten. Ihre Termine buchen Sie bitte über die Rezeption. Sie erhalten dann eine Bestätigung. Zutritt zum Vitalzentrum ist ausschließlich Gästen mit gebuchten Anwendungen vorbehalten.

Verfügbarkeit der Therapeuten

Alle Spezialbehandlungen, wie zum Beispiel Ayurveda, Lomi Lomi Nui und Hot Stone, sind nur nach Verfügbarkeit unserer Therapeuten buchbar!

Vor Ihrer Behandlung

Wir bitten Sie, sich 5 Minuten vor Ihrer Behandlung im Vitalzentrum einzufinden. Sie werden dort von Ihrer Therapeutin bzw. Ihrem Therapeuten abgeholt. Bitte bringen Sie Badeschlappen und Bademantel aus Ihrem Zimmer mit.

Rauchen, Telefonieren, Unterhaltungen, Wertgegenstände

Der gesamte Vitalzentrum-Bereich ist eine Rauch & Handy freie Zone. ☹ Bitte unterhalten Sie sich in allen Bereichen aus Rücksicht auf andere Gäste leise und zurückhaltend. Deponieren Sie Ihre persönlichen Wertgegenstände im Zimmer-Safe oder an der Hotel Rezeption. Für Wertgegenstände übernehmen wir keine Haftung.

Stornierungen und Verspätungen

Verspäten Sie sich, verkürzt das die Zeit Ihrer Behandlung entsprechend. Reservierte Termine können bis 24 Std. vor jeder Behandlung kostenlos storniert werden. Danach berechnen wir 100 % der Behandlungskosten bzw. gilt die Anwendung als konsumiert, wenn diese in einem Angebot inkludiert ist.

ÖFFNUNGSZEITEN DES VITALZENTRUMS

Behandlungszeiten: Mo – Sa: 9.00 – 18.00 Uhr | So: 10.00 – 18.00 Uhr

Telefon: 08177 - 9323 | E-Mail: info@schlossgut.de

Wir freuen uns auf Sie!

Herzlichst, Ihr Team vom Vitalzentrum.



Klima Neuträrer
DRUCK
AUF 100%
Recycling Papier



SCHLOSSGUT OBERAMBACH GMBH
BIO HOTEL | RESTAURANT & VITALZENTRUM

Oberambach 1
82541 Münsing
Tel: 08177 - 9323

Fax: 08177 - 932 400
info@schlossgut.de
www.schlossgut.de

