



20stories
SAUNA & SPA

Sinnliche Wellnessmomente
mit Strandgefühl



Deine Reise zur
vollkommenen Entspannung
beginnt hier.



Liebe Wellness-Freunde,

jeder Mensch hat seine eigene Vorstellung davon, was Entspannung bedeutet. Für die einen ist es die wohltuende Stille einer finnischen Sauna, für die anderen das sanfte Trommeln warmer Tropenregentropfen auf den Schultern.

Jedes Erlebnis, ob Sauna, Spa oder eine unserer Massage- und Kosmetik-anwendungen, erzählt seine eigene Geschichte. Das sind „20 Stories“ voller Inspiration, Harmonie und Sinnlichkeit.

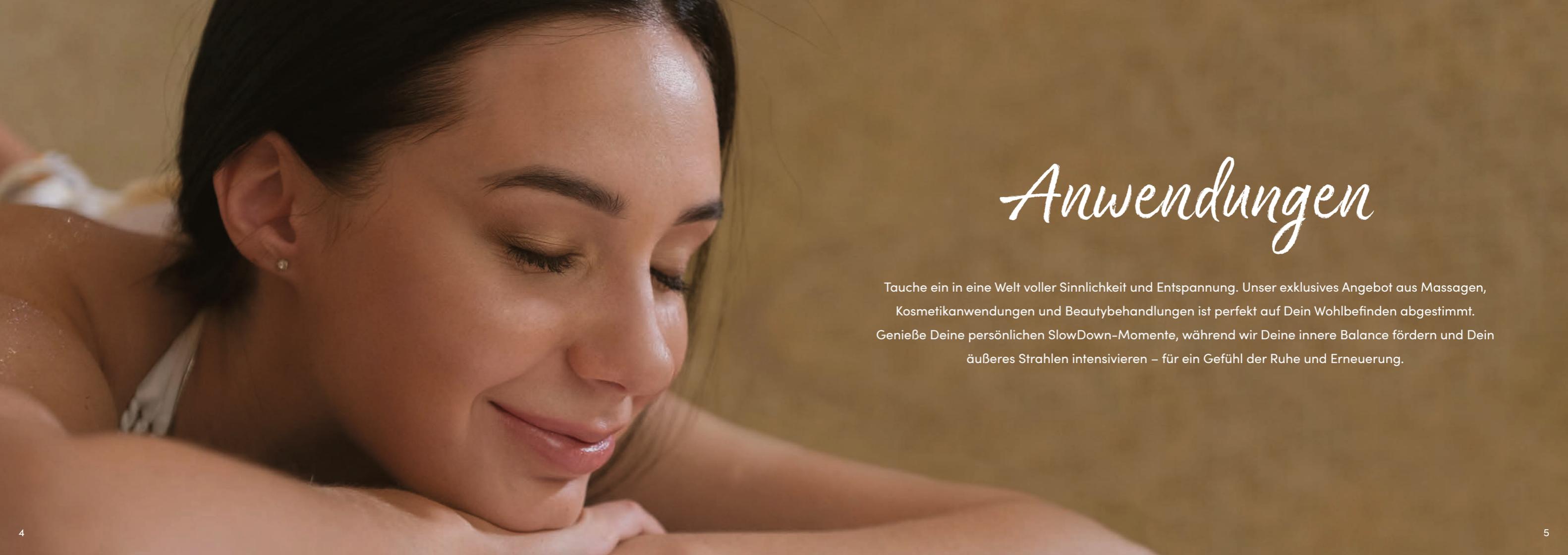
Entdecke, was Dir guttut. Lass Dich treiben von Deinen Gefühlen, wähle intuitiv Deine Lieblingsmomente aus – oder genieße die Freude am Ausprobieren. Egal, wohin Dein Weg durch unser Spa führt: Du erlebst immer ein Gefühl der vollkommenen Entspannung.

Genieße Deine Reise im „20 Stories – Sauna & Spa“.

Dein Spa-Team



SLOW DOWN
BOTTSAND | HOTEL & SPA



Anwendungen

Tauche ein in eine Welt voller Sinnlichkeit und Entspannung. Unser exklusives Angebot aus Massagen, Kosmetikanwendungen und Beautybehandlungen ist perfekt auf Dein Wohlbefinden abgestimmt. Genieße Deine persönlichen SlowDown-Momente, während wir Deine innere Balance fördern und Dein äußeres Strahlen intensivieren – für ein Gefühl der Ruhe und Erneuerung.



MARIA GALLAND
PARIS

Maria Galland Paris

Verwöhne Deine Haut mit den exklusiven Behandlungen von Maria Galland Paris und erlebe strahlende Schönheit und tiefes Wohlbefinden. Ob intensive Reinigung, Feuchtigkeitspflege, beruhigende Anwendungen oder Anti-Aging – jede Behandlung wird gezielt auf Deine Hautbedürfnisse abgestimmt und sorgt für sofort sichtbare Frische und Geschmeidigkeit. Entdecke luxuriöse Pflegerituale, die Deine Haut erstrahlen lassen und Dir eine Auszeit der absoluten Entspannung bieten.



THALGO
LA BEAUTÉ MARINE

Thalgo

Erlebe mit THALGO Anwendungen strahlende Haut und tiefgehende Entspannung. Ob Feuchtigkeit, Detox, Anti-Aging oder exklusive Körperrituale mit maritimen Essenzen und Algenkraft – THALGO vereint die revitalisierende Energie des Meeres mit innovativer Pflege. Von erfrischenden Gesichtsanwendungen bis zu entspannenden Körper Ritualen sorgt jede Behandlung für sichtbare Frische, Spannkraft und pure Verwöihnmente – auch für Männer!

OPI

O·P·I

In unserem Spa verwöhnen wir Dich mit der luxuriösen Nagelpflege von OPI. Mit einer Auswahl von klassischem Rot bis hin zu verführerischen Metallic-Finishes bringen die hochwertigen Lacke Deine Nägel zum Strahlen. Die langanhaltende Formel und einfache Anwendung garantieren ein perfektes Ergebnis. Besonders die saisonalen Kollektionen setzen stilvolle Akzente. Genieße mit OPI ein Stück Luxus für Deine Nägel.



Ligne St. Barth



Die Ligne St. Barth Anwendungen bieten ein luxuriöses, tropisches Verwöhnerlebnis für Haut und Sinne. Mit Peelings, feuchtigkeitsspendenden Masken und revitalisierenden Massagen sorgt die Behandlung für strahlende Haut und tiefe Entspannung. Reiche Öle, Pflanzenextrakte und warme Muscheln pflegen Körper und Geist, während Aloe Vera und Kokosöl beruhigen. Ideal zur Linderung von Muskelverspannungen und für einen natürlichen Glow.

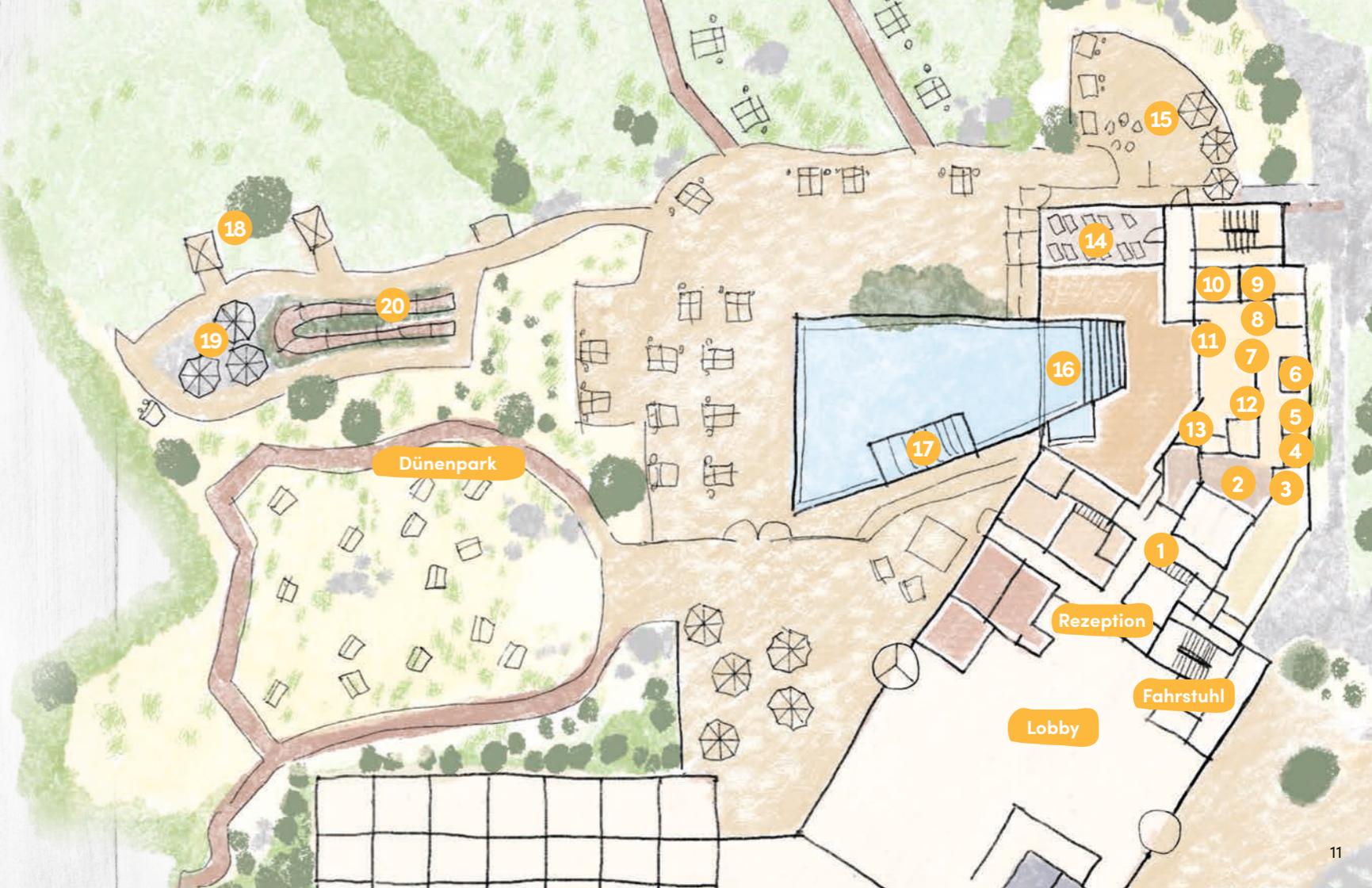


Welnamis - Tiefenentspan- nungsliege

Das MLW Amphibia Welnamis System bietet eine innovative Akustik- und Vibrationstherapie, die tief entspannend wirkt – wie eine Meditation ohne Übung. Durch gezielte Klänge und Frequenzen wird Stress abgebaut und Dein Wohlbefinden gesteigert. Schon 30 Minuten auf der WELNAMIS-Liege lassen dich erfrischt und erholt fühlen!

20 Stories. Jede erzählt von Deinem Wohlbefinden.

Im exklusiven „20 Stories – Sauna & Spa“ erlebst Du individuelle Sauna- und Spa-Erlebnisgeschichten, die Entspannung und fernöstliche Exotik auf einzigartige Weise vereinen. Die Saunen bieten viel Privatsphäre und sind ideal für kleine Gruppen oder zu zweit. Dieses All-inclusive-Erlebnis kannst Du immer wieder genießen, wobei die Reihenfolge der Stationen ganz von Deinen Sinnen und der Verfügbarkeit bestimmt wird. Jeder Moment ist eine Story, die nur auf Dich wartet. Welche wird Deine Lieblingsgeschichte?



1

Balinesisches Eingangstor

Tritt ein durch das prächtige Tor zur absoluten Entspannung. Das kunstvoll verzierte Holztor – gefertigt auf Bali – öffnet die Pforten zu einer einzigartigen Sauna- und Spa-Erfahrung. Die beiden bezaubernden Statuen verkörpern die Schönheit und Anmut balinesischer Wasserfrauen. Sie begrüßen Dich mit stiller Eleganz und strahlen eine Aura der Gelassenheit aus. Hier kannst Du eintauchen in die Wärme, umgeben von einer Atmosphäre, die Körper und Seele gleichermaßen berührt.



2

Fußreflexzonen Bereich

Noch bevor Du in Dein Sauna- und Spa-Erlebnis eintauchst, erwartet Dich ein sinnliches Ritual: Glatte, runde Flusskiesel umschmeicheln sanft Deine Fußsohlen, berühren behutsam jede Reflexzone und wecken neue Energie. Spüre, wie sich jetzt schon Stress und Anspannung lösen und sich eine angenehme Wärme in Deinen Füßen ausbreitet.

3 Sanftes Sanarium

Das Sanarium bietet Dir eine sanfte Sauna- Erfahrung, die Körper und Geist in Einklang bringt. Angenehme Wärme und eine leichte, feuchte Luft umhüllen Dich und schaffen eine Atmosphäre, die Deine Sinne beruhigt und Dir ganzheitliche Entspannung schenkt. Begleitet von entspannenden Klängen und dem dezenten Duft exotischer Aromen, lädt das Sanarium dazu ein, den Alltag hinter Dir zu lassen und neue Energie zu tanken.



4 Reinigendes Rasulbad

Das Rasulbad bietet Deiner Haut eine tiefgehende Reinigung und Pflege. Heilerde und Wasser verwöhnen die Haut, während der Dampf Deine Poren öffnet und Verspannungen löst. Nach dem Trocknen der Erde spülst Du sie unter einer erfrischenden Regendusche sanft ab, und Deine Haut fühlt sich weich, revitalisiert und entspannt an.





5

Himmliches Fußbad

Lass Dich von dem beruhigenden Fußbad verwöhnen, das Deine Muskeln entspannt und für eine wohltuende Entlastung sorgt. Die angenehme Wärme fördert die Durchblutung und löst Verspannungen, während Du Deine Füße in Ruhe pflegst. Ein Moment der Gelassenheit, der Deinem Saunabesuch eine zusätzliche Dimension der Erholung verleiht.

6

Infrarot Sauna

Erlebe die sanfte Wärme der Infrarot-Sauna, die tief in Deine Muskeln eindringt und eine wohltuende Entspannung bringt. Anders als bei herkömmlichen Saunen wird Dein Körper direkt durch Infrarotstrahlen erwärmt, wodurch du eine angenehme Wärme ohne die intensive Hitze einer traditionellen Sauna spürst. Diese sanfte Form der Wärmebehandlung fördert die Durchblutung, löst Verspannungen und lässt Dich in eine tiefe Ruhe eintauchen – perfekt, um Körper und Geist in Einklang zu bringen.



7

Wärmebank

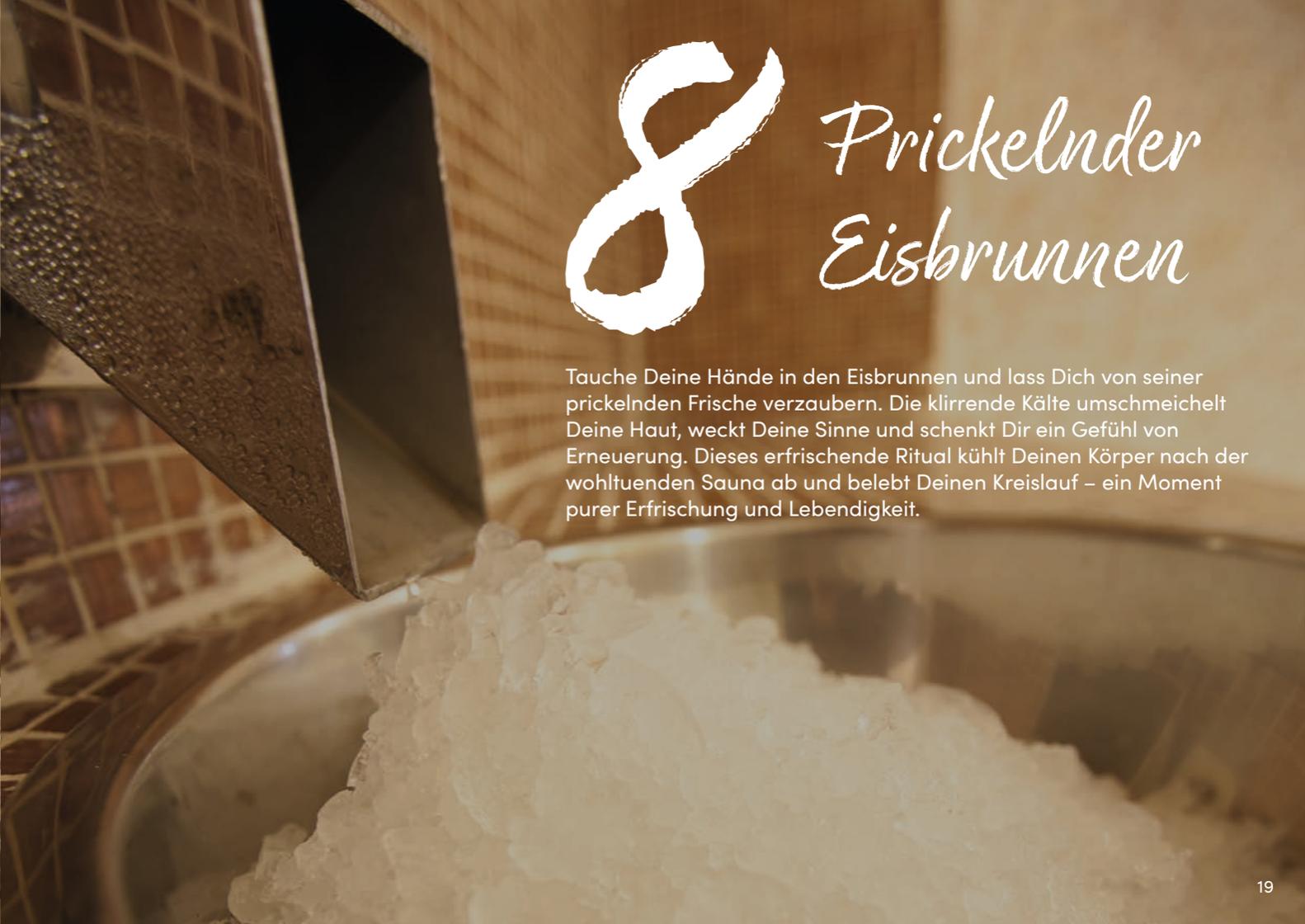
Lehne Dich auf unserer körperangepassten Wärmebank zurück und spüre, wie die sanfte Wärme Deinen Körper umhüllt. Sie lockert Deine Muskeln und beruhigt Deine Sinne. Spüre, wie mit jedem Atemzug Deine Anspannung dahinschmilzt. Eine schöne Station, um neue Energie zu tanken.



8

Prickelnder Eisbrunnen

Tauche Deine Hände in den Eisbrunnen und lass Dich von seiner prickelnden Frische verzaubern. Die klirrende Kälte umschmeichelt Deine Haut, weckt Deine Sinne und schenkt Dir ein Gefühl von Erneuerung. Dieses erfrischende Ritual kühlt Deinen Körper nach der wohltuenden Sauna ab und belebt Deinen Kreislauf – ein Moment purer Erfrischung und Lebendigkeit.





9 Wassergrotte

Die Duschkulisse empfängt Dich mit einer wohltuenden Belebung, die Deinen Körper nach dem Saunagang sanft erfrischt. Jeder Tropfen, ob aus der Schwalldusche, dem eiskalten Eimer oder feinen Sprühdüsen, berührt Deine Haut wie eine zarte Umarmung. Diese erfrischende Pause ist der perfekte Moment, um die Sinne zu revitalisieren und Deinen Körper auf die nächste Etappe Deines Wellness-Erlebnisses vorzubereiten.



10

Finnische Sauna

Hier tauchst Du ein in die traditionelle Kunst des Saunierens, eingehüllt in die trockene, heiße Luft, die Deinen Körper sanft umschmeichelt. Die intensive Wärme löst Verspannungen, öffnet Deine Poren und schenkt Dir eine tiefgehende Reinigung. Spüre, wie sich Stress und Anspannung langsam von Dir lösen und einem Gefühl der vollkommenen Entspannung weichen. Unsere 2. Finnische Sauna bietet Platz für bis zu 10 Personen – ein gemeinsames Erlebnis der Ruhe.

11

Warmer Tropenregen & erfrischender Landregen

Lass Dich vom warmen Wasser verwöhnen, das wie Trommeln von Regentropfen auf Deine Haut fällt, während Klänge, Farben und Düfte des Tropenwaldes Deine Sinne beleben. Oder bevorzugst Du den erfrischenden Landregen? Kalte, feine Wasserperlen erquicken Deine Haut. Der erdige Duft weckt Gefühle von Erneuerung und schenkt Dir eine neue Dimension des Wohlbefindens.



12

Entspannte Dampfsauna

Im Gegensatz zu herkömmlichen Saunen, die mit trockener Hitze arbeiten, nutzt die Dampfsauna die wohltuende feuchte Luft, um Deinen Körper zu erwärmen und Deine Haut mit wertvoller Feuchtigkeit zu versorgen. Sanfte Dampfwolken umhüllen Dich, dringen tief in Deine Poren ein und reinigen Deinen Körper. Dieses Dampferlebnis entspannt die Muskeln und lässt Dich in ein Gefühl der inneren Ruhe eintauchen.



13 Multitalent Rötlichttherapie

Diese kurze Selbsttherapie ist weit mehr als nur eine Hautverjüngung – sie ist ein wahres Multitalent für Dein Wohlbefinden und Deine Leistungsfähigkeit. Sie strafft Deine Haut, mildert Falten und verfeinert das Hautbild. Gelenkschmerzen? Ade! Müde Muskeln? Nicht mehr lange! Und als zauberhaftes Extra: ein erholsamer Schlaf, verbesserte Stimmung und geistige Klarheit.



14

Indoor-Ruheraum mit Kamin

Im Ruheraum kannst Du nach dem Saunieren die Seele baumeln lassen und Deinen Körper mit einem erfrischenden Getränk verwöhnen. Lehne Dich in den komfortablen Liegesesseln zurück und lausche dem beruhigenden Knistern des Kamins. Nutze den Moment, um neue Energie zu tanken in einer warmen, behaglichen Atmosphäre.





16

Indoor- und Outdoorpool

Tauche in den Indoorpool ein, um im klaren, erfrischenden Wasser den Stress des Alltags hinter Dir zu lassen. Hier, ausgehend von dieser beruhigenden Atmosphäre, kannst Du hinausschwimmen in die belebende Outdoorkulisse. Erlebe die erfrischende Freiheit, wenn sich die Tore öffnen und Du in den Außenpool gleitest. Ganzjährig beheizt, lässt Dich der Outdoorpool selbst bei kühlerem Wetter unter freiem Himmel schwimmen – perfekt, um Bahnen zu ziehen oder Dich einfach treiben zu lassen.

15

Inspirierender Outdoor-Ruhebereich

Umgeben von erfrischender Natur und belebender Meeresluft lädt Dich dieser Raum dazu ein, nach dem Saunagang zur Ruhe zu kommen. Buddhafiguren, Symbole für Gelassenheit und Harmonie, begleiten Dich auf Deinem Weg zur Entspannung. Auf den Liegen und in den Strandkörben findest Du den perfekten Ort inmitten der Natur, um Körper und Geist zu regenerieren.



17

Luftsprudelliegen und Massagedüsen im Outdoorpool

Lehne Dich zurück und genieße das prickelnde Champagnerfeeling auf den Luftsprudelliegen im Außenpool. Unzählige Luftbläschen tanzen sanft über Deine Haut, umhüllen Dich mit einem Gefühl zarter Geborgenheit, während Dich der sanfte Luftstrom zum Schweben bringt. Die pulsierenden Massagedüsen lösen an unterschiedlichen Stellen Verspannungen in Deinen Muskeln. Eine belebende Lockerung, die sich einfach wunderbar anfühlt.



18

Atmosphärische Außensaunen

Unsere Außensaunen sind wahre Ruheoasen. Inspiriert von alten Badewagen, fügen sie sich harmonisch in die malerische Dünenlandschaft ein. Das innovative Sanarium, die finnische Sauna sowie die erfrischende Dusche bieten Dir einen erholsamen Rückzugsort. Genieße den Panoramablick auf die Dünen und lass Dich sowohl körperlich als auch seelisch aufwärmen – besonders in den kühleren Monaten.

19

Dünen- Ruheoase

Nach dem Erlebnis der Outdoor-Sauna entspannst Du auf den großzügigen Sitz- und Liegeflächen der Dünen-Ruheoase. Hier lässt Du die wohlige Wärme des letzten Saunaganges nachklingen. Die harmonische Gestaltung der kleinen Oase fördert eine Atmosphäre der Gelassenheit. Um der Umgebung gerecht zu werden, haben wir nur natürliche Materialien verwendet. Die frische Seeluft und das sanfte Rascheln der Gräser vertiefen die entspannte Stimmung.



20

Belebender Barfußpfad

Entlang des Pfades erkundest Du verschiedene Oberflächen – von weichem Sand über glatte Kieselsteine bis hin zu stimulierenden Weinkorken und angenehm warmen Holzstücken. Mit jedem Schritt verwöhnen Dich die unterschiedlichen Texturen und Temperaturen, die Deine nackten Füße massieren und sanft stimulieren. Der Barfußpfad ist sowohl eine Entdeckungsreise für Deine Füße als auch für Deine Sinne.



