

SPA *Ostende*

Wohlfühlmomente in unserem Wellnessbereich

Kostbarkeiten für die natürliche *Schönheit*

Mit den Produkten von La Mer erleben Sie einzigartige Hautpflegemomente mit der Kraft des Wattenmeeres. Denn der Meeresschlick-Extrakt beinhaltet sämtliche Spurenelemente und Mineralstoffe. Einmalig und besonders: Dieser stammt exklusiv aus einem Nordsee-Biotop und enthält eine zehnmal höhere Konzentration an wertvollen Spurenelementen und Mineralien als Meerwasser. Hochwirksam und außergewöhnlich verträglich!

Ob strahlende Frische, hochkonzentrierte Pflege für anspruchsvolle oder regenerierende Pflege für beanspruchte Haut, Herrenpflege sowie Sonnenschutz – das umfassende Pflegesortiment von La Mer erfüllt die Bedürfnisse aller Hauttypen, Hautzuständen und Altersstufen.

La mer


Unsere *Wohlfühl* Angebote

Strandschön individuell

80min / 95€

Diese Gesicht-, Hals & Dekolleté-Behandlung sorgt für einen besonderen intensiven Pflegemoment, verleiht ein bedürfnisorientiertes Wohlbefinden und schenkt sichtbare Ergebnisse.

Inkl. Reinigung, Peeling, auf Wunsch Augenbrauen zupfen und Ausreinigung der Haut, hautspezifisches Wirkstoffserum mit anschließender Massage, Crememaske und Abschlusspflege

Auf Wunsch zubuchbar:

Wimpern färben 15,-€

Augenbrauen färben 15,-€

Hydra - Algenmaske straffend 15,-€

Wirkstoffampulle zusätzlich 5€

Matrosenzeit

50min / 69,-€

Pragmatisch. Praktisch. Gut.

Schenken Sie sich ein Klares & Entspanntes Hautgefühl und tanken Sie auf, bei maritimen Wirkstoffen und wohltuenden Massageelementen für Kopf & Gesicht.

Unser
Tipp für
Herren

Schöne Augenblicke

30min / 39,-€

Schaffen Sie sich durch Farbige Akzente mehr Strahlkraft & intensiveren Ausdruck. Nach Wunsch Färben der Augenbrauen & /oder Wimpern sowie Konturieren der Augenbrauen. Eine Augenpflege begleitet die Färbezeit und sorgt für ein intensives Pflegeerlebnis.

Küstenliebe –Kombipaket für Gesicht, Hände & Füße

100min / 145€

Dieses wunderbar abgestimmtes Pflegeprogramm pflegt intensivst Hände & Füße und verleiht Ihrer Gesichtspartie einen Frischekick mit glättendem Soforteffekt.



Inklusive:

„Samtweich“

einzeln 30 min / 49€

Pflegeanwendung für Hand oder Füße inkl. Peeling, Cremepackung mit warmen Paraffinmantel

„Meeresfrische Deluxe“

einzeln 45min / 69€

Pflegelanwendung für Gesicht, Hals- & Dekolleté, inkl. 2Fach Reinigung, Peeling & 2 - 3 Fach Wirkstoffserum, straffende Hydro-Algenmaske, individuelle Abschlusspflege.

Sinnliche Auszeit im Wasser inkl. Glas Cremant

50min / 60€

Je nach Badzusatz, haben Sie eine straffende, vitalisierende, entspannende oder beruhigende Wirkung.
Wählen sie zwischen Meersalz/Aroma-Öl/Meeresschlick oder Alge

Erfrischende Cremepackung mit Pflegebad sanfte Körper- Streichmassage

60min / 75€

Eine intensiv pflegende und durchfeuchtende Körperpackung ist eine Wohltat für jede einzelne Hautzelle. Genießen Sie diesen Durstlöscher nach dem sonnigen Strandtag, bei akuten Hautreizungen oder als präventiven Urlaubsstart!

Massagen

Rücken Nacken Massage

25min / 35€

Hand Massage

25min / 34€

Fuß Massage

30min / 39€

Ganzkörpermassage

50min / 72€



Unsere *besonderen* Momente

Exklusive Termine auf Anfrage

Energiepunkt Massage ACCESS BARS°

60 min / 70 €

Die sogenannten Access Bars sind 32 Energiepunkte am Kopf, die bestimmten Lebensbereiche zugeordnet sind und über bestimmten Gehirnarealen sitzen, in denen unsere Gedanken sowie Gefühle verarbeitet werden.

Durch sanftes Berühren wird der Energiefluss aktiviert und führt zu mehr Klarheit & Gelassenheit.

Diese Anwendung ist eine Hilfe, um innere Selbstbegrenzungen bzgl. Der eigenen Themen, zu erweitern oder aufzulösen. Um ein selbst bestimmteres Leben führen zu können.

LOMI LOMI - Hawaiianische Tempelmassage nach HUB

50min Rücken-Nacken & Kopf / 79€

110min Von Kopf bis Fuß / 145€

Ein besonderes Massageerlebnis, welches aus einer Jahrhundert alten Tradition stammt, ursprünglich bei Priesterweihen oder wichtigen Entscheidungsfragen zelebriert wurde. Um Gedankenblockaden zu befreien und für innerliche sowie äußerliche Klarheit zu sorgen.

Wellenartig fließende Bewegung durch Hand und Unterarme, schenken ein Gefühl wohligen Losgelöstheit und ist eine liebevolle Einladung zum Schweben..



Unsere *besonderen* Momente

Exklusive Termine auf Anfrage

Fußreflexzonenmassage

50min / 72€

Entspannte Füße & gesteigertes Wohlbefinden.

Sogenannte Reflexzonen bilden das ganzheitliche Körperbild ab und werden durch eine druckpunktartige Massage aktiviert. Damit wird die Durchblutung des Körpersystems angeregt und die Selbstheilungskräfte aktiviert. Durch das Aktivieren kommt der seelische & körperliche Energiefluss in Wallung, welches sich lindernd auf Schmerzen oder Missempfindungen auswirkt.

Hot Stone Massage

Rücken-Nacken 40min / 59 €

Ganzkörper 80min / 119 €

Dies ist eine vielseitig wohltuende Kombination aus tiefgreifender Massage und aktivierender Wärme aus heißen Steinen.

Erfahren Sie Linderung von stressbedingten Symptomen, Verbesserung von Beweglichkeit & Körperempfinden sowie eine Harmonisierung des Energieflusses für psychisches & seelisches Gleichgewicht.



Gharieni **RXL SATORI**

Exklusiv im
Ostende
und
einmalig auf
Usedom

Gharieni RLX Satori ist eine vollständig natürliche Schwingungs- und binaurale Klangtherapie zur vollständigen Synchronisierung von Körper und Geist. Sie wird weltweit in den exklusivsten Wellness-Zentren, klinischen Gesundheitseinrichtungen, Kliniken für Verhaltensänderungen, Therapie- und Rehabilitationszentren eingesetzt.



Stressabbau

6 Sitzungen, die von Erdung und Stressabbau bis hin zu energetischer Reinigung und Regeneration von Geist und Körper reichen.



Wellness

2 geführte und zwei nicht geführte Sitzungen von 16 bis 50 Minuten, die sich auf das Wohlbefinden und die Regeneration von Körper und Geist konzentrieren.



Chakra

6 Sitzungen, die darauf abzielen, die Chakren des Körpers in Einklang zu bringen und gleichzeitig die Gehirnströme in einen tiefen meditativen Zustand zu führen.



Breathe
Meditation

6 Meditationssitzungen, in die nonverbale Atemübungen eingebettet sind.



Erholung

4 aufeinander aufbauenden Sitzungen zur Änderung des Verhaltens bei Erholungsprozessen.



GAMMA
Meditation

4 Sitzungen für bessere Konzentration, Gedächtnisleistung und geistige Klarheit. Das Programm beinhaltet Gamma - Gehirnwellen, die die kognitiven Funktionen, sowie das Erinnerungsvermögen verbessern.



Rauchentwöhnung

4 aufeinander aufbauenden Sitzungen zur Verhaltens-modifikation bei der Rauchentwöhnung.



Deep Sleep

Das Sleep Wave-Programm beinhaltet zwei Sitzungen. Sie reichen von Programmen für Entspannung, Meditation, Schlaf, Selbstbewusstsein, Gehirnfitness bis hin zu Verhaltensänderungen.



Gewichtsverlust

4 aufeinander aufbauenden Sitzungen zur Verhaltensmodifikation in Bezug auf das Gewichtsmanagement.

Reservieren Sie bequem per Mail an wellness@strandhotel-ostende.de
oder telefonisch unter 038378 51 424.

Wir freuen uns auf Sie!
Ihr Team des Strandhotels.