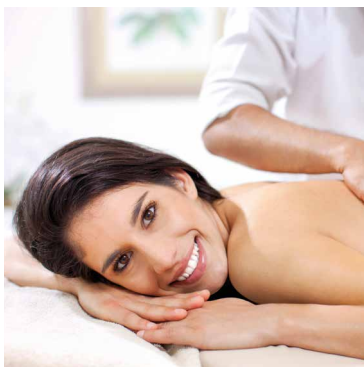




HEILIGENDAMM SPA & SPORTS



GRAND HOTEL

HEILIGENDAMM



«HEIC TE LAETITIA INVITAT POST BALNEA SANUM»

*„Hier erwartet dich Freude,
entsteigst du gesundet dem Bade“*

INHALT

SPA Philosophie	Seite 5
Unser hauseigenes Verwöhnprogramm	Seite 6
Massagen	Seite 8
Ostsee Hamam	Seite 11
Meeresmenüs & Sanddorn	Seite 12
Ayurveda	Seite 13
TEAM DR JOSEPH – Hightech Naturkosmetik	Seite 15
La Prairie – Die Wissenschaft zeitloser Schönheit	Seite 16
Maniküre Pediküre	Seite 18
Beauty Service	Seite 19
Für entspannte Mamas	Seite 20
Für kleine und größere Kinder	Seite 21
Für die Herren der Schöpfung	Seite 22
Pakete für Sie und Ihn	Seite 25
Yoga mit Sanjay Vyas	Seite 27
Fitness Personal Training	Seite 29
Heiligendamm Day SPA	Seite 30
SPA Fakten	Seite 32
SPA Etikette	Seite 34



SPA PHILOSOPHIE

Es muss am weiten Horizont und der gesunden Seeluft liegen, dass die Menschen an diesem Ort seit jeher inspiriert werden. 1793 wurde hier die Vision zweier kluger Männer Wirklichkeit. In jenem Jahr gründete Herzog Friedrich Franz I. auf Anraten seines Leibarztes Professor Gottlieb Samuel Vogel am Heiligen Damm Deutschlands erstes Seebad. Damals wie heute gilt: "Hier erwartet dich Freude, entsteigst du gesundet dem Bade".

Meer und Strand, urwüchsige Wälder, die glasklare Seeluft und das milde Klima schaffen den natürlichen Rahmen für perfekte Erholung. Unser blütenweißes Hotelensemble und das exquisite Interieur bilden die perfekte Ergänzung. Diese Symbiose aus Natur, Architektur, Tradition und Moderne macht unseren Heiligendamm SPA zu einem der außergewöhnlichsten Wellness-Refugien in Europa.

Genießen Sie auf 3.000 m² ein perfekt auf Sie abgestimmtes Programm für Schönheit, Pflege und Vitalität. Die traumhafte Saunalandschaft, der großzügige Pool, Meeresanwendungen sowie fantastische Yoga- und Ayurveda-Angebote sind nur einige unserer Highlights.

UNSER HAUSEIGENES VERWÖHNPROGRAMM

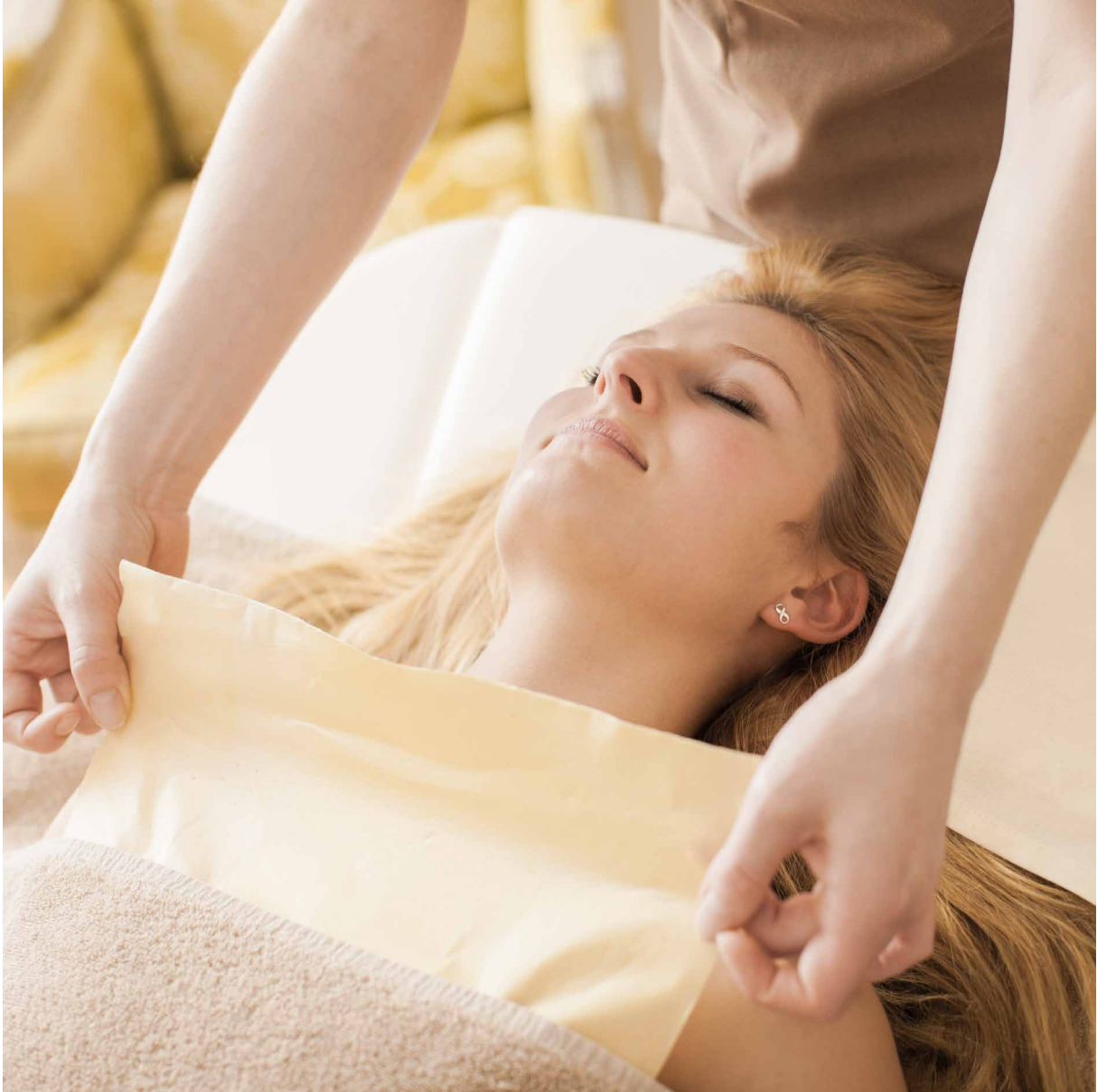
Eine sanfte Ganzkörpermassage, unterstützt durch die wohltuende Wirkung und den Duft heimischer Pflanzen, ist die Basis unseres Signature Treatments „*Heiligendamm's Finest*“. Mit behutsamen Dehnungen und Streichungen im Rhythmus Ihrer Atmung löst der Therapeut verspannte Faszien. Während Ihr Körper bis in die Finger- und Zehenspitzen entspannt, fließt Ihr Atem spürbar ruhiger – wie das Meer nach einem Sturm. Ihre Gedanken bekommen Flügel, werden wach und positiv. Sie fühlen sich befreit, vital und voller Energie.

Für dieses einzigartige Verwöhnprogramm wurde erstmals eine hauseigene SPA Produktlinie entwickelt. Dazu haben Spezialisten von VITALIS DR JOSEPH zusammen mit Biologen der Universität Rostock die wirksamsten Inhaltsstoffe aus Pflanzen unserer Region gefiltert. Neben Waldkiefer, wildem Thymian, Minze und Lindenblüten erweist sich vor allem die Wilde Möhre als echter Shooting-Star. Unsere exklusiven Heiligendamm SPA Produkte – Aroma Vitalöl, Balsam und Bienenwachswickel – können Sie gern auch für zu Hause erwerben.

Heiligendamm's Finest

Sanfte Ganzkörper-Massage mit behutsamen Dehnungen im Rhythmus der eigenen Atmung. Der Körper fühlt sich gelöst, vital und durchwärmt an, die Gedanken sind wach und positiv. Vollkommene Entspannung made in Heiligendamm.

90 Min | 165 EUR



KLASSISCHE MASSAGEN

Teilkörpermassage

Löst Blockaden und lockert Ihre Muskulatur.

Mit hochwertigen handgefertigten Ölen der SPA Manufactur.

30 Min | EUR 60

Ganzkörpermassage

Löst Blockaden und lockert Ihre Muskulatur.

Mit hochwertigen handgefertigten Ölen der SPA Manufactur.

60 Min | EUR 110

90 Min | EUR 165

Fußreflexzonenmassage

Durch eine Druckpunktmassage werden Ihre Selbstheilungskräfte aktiviert.

Wirkt stimulierend und anregend auf Ihren gesamten Organismus.

30 Min | EUR 60

60 Min | EUR 110

WELLNESS MASSAGEN

Sanddorn-Ganzkörpermassage

Warmes Sanddorn-Öl und sanfte wellenförmige Massagegriffe steigern

Ihr Wohlbefinden und bringen Tiefenentspannung.

60 Min | EUR 110

Lomi Lomi Nui

Traditionelle hawaiianische Ganzkörpermassage mit warmem Öl.

Löst körperliche Blockaden und verwöhnt die Seele.

90 Min | EUR 165

Hot Stone

Traditionelle Massage mit warmen und heißen Steinen. Wirkt beruhigend,

entspannend und steigert die Stoffwechselprozesse im Gewebe.

90 Min | EUR 165



MEDICAL WELLNESS

Detoxmassage

Intensiv durchblutungsfördernde Massage mit Silikoncupps.

Wirkt revitalisierend und strafft Ihr Bindegewebe.

30 Min | EUR 60

60 Min | EUR 110

Reiki

Durch die Kraft des Handauflegens wird Ihr Energiefluss harmonisiert

und innere Verspannungen werden gelöst.

60 Min | EUR 110

Lymphdrainage

Sanfte Druck- und Entspannungstechniken regen den Lymphfluss im Körper an.

30 Min | EUR 60

Das Immunsystem wird gestärkt, Allergien und Wassereinlagerungen wird vorgebeugt.

60 Min | EUR 110



OSTSEE HAMAM

Ein Hamam ist ein Dampfbad, das vor allem im orientalischen Raum bekannt ist und für seine wohltuende Wirkung geschätzt wird. Genießen Sie ein sagenhaft entspannendes Reinigungsritual aus dem Morgenland in der luxuriösen Atmosphäre unseres Ostsee Hamam. Sie fühlen sich leicht und schwer, müde und voller neuer Energie zugleich. Wer gar nicht genug des Guten bekommen kann, bestellt gleich das ganze Menü. Es beinhaltet neben der Hamam-Zeremonie auch eine Ganzkörpermassage mit duftenden Ölen und eine Algenpackung mit Kopfmassage.

Ostsee Hamam

Kalte und warme Güsse, sanftes Peeling mit traditionellem Seidenhandschuh.

Lassen Sie sich in warmen Meeresschaum einhüllen und genießen

Sie die anschließende Waschung.

60 Min | EUR 110

Ostsee Hamam-Menü

Ostsee Hamam, Algenpackung mit Kopfmassage und Aromaöl-Ganzkörpermassage

für eine Person

170 Min | EUR 299

für zwei Personen

170 Min | EUR 550

MEERESMENÜS

Im Heiligendamm SPA schöpfen Sie Schönheit und Kraft aus dem Meer. Bei unseren Behandlungen mit den hochwirksamen Meeresprodukten von Thalgo versinken Sie in totaler Entspannung.

Meeresmenü „Friedrich Franz“

Algen-Meersalzpeeling, entschlackende und entgiftende

Algenpackung, Gesichts-, Kopf- und Teilkörpermassage

90 Min | EUR 180

Meeresmenü „Louise“

Sahniges Ganzkörper-Meersalzpeeling, feuchtigkeitsspendende

Algengelpackung und Teilkörpermassage mit maritimen Ölen

90 Min | EUR 180

Meeresmenü „Alexandrine“

Maritimes Ganzkörper-Meersalzpeeling, straffende Sauerstoffpackung

und Teilkörpermassage mit Schwerpunkt auf den Problemzonen

90 Min | EUR 180

SANDDORN – DAS VITAMINWUNDER

Im Heiligendamm SPA werden Sie mit einheimischem Sanddorn aus Ludwigslust verwöhnt. Die kleinen, orangefarbenen Beeren sind ein Kraftpaket für das Immunsystem und fördern die Leistungsfähigkeit, vor allem in Zeiten erhöhter körperlicher und geistiger Belastungen.

Strandgold

Vitalisierendes Sanddorn-Meersalz-Peeling, sanfte wellenförmige Massage

mit vitaminreichem Sanddornöl, erfrischender Sanddorn-Nektar

90 Min | EUR 180

AYURVEDA – DAS WISSEN VOM LEBEN

Ayurvedische Massagen und Behandlungen vitalisieren auf einzigartige Weise Körper und Geist. Der gesamte Organismus entspannt sich und wird mit neuer Lebensenergie versorgt. Gleichzeitig regt Ayurveda Ihren Körper zur Entgiftung, Zellerneuerung und Heilung an.

Abhyanga – Ganzkörpermassage

Die sanften Massagegriffe in Kombination mit warmem Ayurvedaöl bringen Sie in Tiefenentspannung. Wirkt entschlackend und entgiftend für Körper und Seele.

90 Min | EUR 165

Upanahasveda – Rückenmassage

Löst sanft Blockaden und Verspannungen und wirkt sehr entspannend auf das Nervensystem. Mit anschließender wärmender Rückenauflage.

60 Min | EUR 110

Mukabhyanga – Gesichts- und Kopfmassage

Die ayurvedische Gesichtsmassage entspannt, beruhigt und pflegt Ihre Haut. Sie strahlt und wirkt erfrischt.

60 Min | EUR 110

Padabhyanga – Fußmassage

Die ayurvedische Fußmassage fördert Ihre Tiefenentspannung und steigert Ihr Wohlbefinden. Wirkt beruhigend und kräftigend für den gesamten Körper.

60 Min | EUR 110



TEAM DR JOSEPH – HIGHTECH NATURKOSMETIK

Die Experten von TEAM DR JOSEPH haben die Natur zum Vorbild. Die Pflegeserie TEAM DR JOSEPH verbindet die Genialität der Natur und einen großen Erfahrungsschatz mit fundiertem Wissen und modernster Technologie. Dabei legt das Südtiroler Unternehmen höchsten Wert auf Reinheit, Qualität und eine nachhaltige Anbauweise der Pflanzen. Kostbare Produkte wie Cremes, Seren, Peelings und Masken unterstützen Ihre Haut in ihrer natürlichen Funktion und Schönheit.

Intensivbehandlung mit biodynamischem Lifting

Bioenergetische Blütenstempel-Lifting-Massage und Intensivmaske mit abschließender Tagespflege. Ein ganzheitliches Programm für Ihre Schönheit.

120 Min | EUR 210

Intensiv reinigende Gesichtsanwendung

Tonifizierende Gesichtspackung, Peel-Off-Maske, Serum und hautspezifische Tagespflege für eine gesunde und intensiv gepflegte Haut.

90 Min | EUR 165

Tiefenwirksame Gesichtsanwendung

Modellierende Gesichtsmassage, Intensivmaske, Serum und eine abschließende Tagespflege für einen sichtbar frischeren Teint und eine vitale Ausstrahlung.

90 Min | EUR 165

Team Dr Joseph Kennenlernanwendung

Eine wunderbare Verwöhnbehandlung basierend auf den Bedürfnissen Ihrer Haut.

60 Min | EUR 110

LA PRAIRIE – DIE WISSENSCHAFT ZEITLOSER SCHÖNHEIT

Auf der Suche nach zeitloser Schönheit und grenzenlosem Luxus lässt La Prairie gewöhnliche Hautpflege hinter sich, um das Altern dort aufzuhalten, wo es beginnt. Exquisite zelluläre Cremes, Seren, Behandlungen und Hautpfegelinien erzielen hautverfeinernde Ergebnisse, die ihresgleichen suchen. Diese Hingabe für außergewöhnliche Pflegeprodukte ist es, die La Prairie bei den anspruchsvollsten Frauen und Männern der Welt zum Produkt der ersten Wahl macht. Erleben Sie, wie das Versprechen zeitloser Schönheit Wirklichkeit wird.



LA PRAIRIE GESICHTSANWENDUNGEN

Caviar

Purer Luxus und perfektes Aussehen: Die Caviar Verwöhnbehandlung versorgt die Haut mit viel Feuchtigkeit und essentiellen Nähr- und Pflegestoffen.

90 Min | EUR 165

Gold

Strahlende Lebendigkeit: Cellular Radiance Concentrate Pure Gold revitalisiert und perfektioniert sichtbar die Haut.

90 Min | EUR 165

Swiss Ice

Jugendliche Frische: Diese Verwöhnbehandlung versorgt Ihre Haut mit viel Feuchtigkeit, Energie und vitalisierenden Pflegestoffen.

90 Min | EUR 165

Anti-Aging

Die hochwirksame Anti-Aging Collection füllt Linien und Fältchen auf und glättet so das Erscheinungsbild der Haut.

90 Min | EUR 165

La Prairie Classic

Basierend auf den Bedürfnissen Ihrer Haut erleben Sie eine wunderbare Verwöhnbehandlung, die die bestmöglichen Ergebnisse zum Vorschein bringt.

60 Min | EUR 110

90 Min | EUR 165

MANIKÜRE | PEDIKÜRE

Gepflegte Hände und Füße gelten als persönliche Visitenkarte und verdienen besondere Aufmerksamkeit. Für ein strahlendes Finish sorgen Nagellacke aktueller Premium Labels. Sie sind nicht nur glamourös und trendy, sondern auch „5-free“, also frei von gesundheitsschädlichen Chemikalien.

Maniküre

Handbad mit Peeling, Nagelhautpflege, Nägel kürzen
und formen, Abschlusspflege

60 Min | EUR 85

Pediküre

Fußbad mit Peeling, Horn- & Nagelhautpflege,
Nägel kürzen, Abschlusspflege

60 Min | EUR 85

Gel-Lack

kurze Maniküre *oder* Pediküre mit Hautpflege, Nägel kürzen
und formen, langanhaltender LED-Nagellack

75 Min | EUR 105

Gel-Lack Entfernung

20 Min | EUR 25

Nägel lackieren

20 Min | EUR 25

BEAUTY SERVICE

Augenbrauenkorrektur	EUR 10
Augenbrauen färben	EUR 10
Wimpern färben	EUR 15
Tages-Make-up	EUR 60
Abend-Make-up	EUR 110
Braut-Make-up inklusive Probe-Make-up	EUR 250



FÜR ENTSPANNT E MAMAS

Während der Schwangerschaft dreht sich alles um Ihr Baby. Damit Sie als werdende Mama nicht zu kurz kommen, haben wir für Sie ein spezielles Verwöhnprogramm für Körper und Seele zusammengestellt. Neun Monate gut aussehen, sich wohlfühlen und bei guter Laune bleiben!

Mutterglück

Entspannen Sie bei einer Massage, abgestimmt auf die Bedürfnisse werdender Mütter und einer besonderen Gesichtsbehandlung nach der Methode TEAM DR JOSEPH für einen sichtbar frischeren Teint und eine vitale Ausstrahlung. Den Abschluss bildet eine wohltuende Pediküre.

180 Min | EUR 275

Yoga für Schwangere

Atmen Sie tief durch und entspannen Sie sich. Konzentrieren Sie sich auf Ihr Wohlbefinden und vergessen Sie den Stress des Alltags.

60 Min | EUR 110

Massage für Schwangere

Spezielle Massagetechniken wirken gegen Schwangerschaftsbeschwerden wie Rückenschmerzen und geschwollene Beine.

60 Min | EUR 110

WELLNESS FÜR KLEINE UND GRÖßERE KINDER

Auch Kinder begeistern sich für Entspannung und lieben es, verwöhnt zu werden. Deshalb haben wir verschiedene Behandlungen ganz auf die Wünsche Ihres Nachwuchses abgestimmt. Für Kinder von 5 bis 12 Jahren.

Kindermassage

Entspannende und wohltuende Massage

Kinder müssen von einem Erziehungsberechtigten begleitet werden.

30 Min | EUR 60

«Zeigt her Eure Füße»

Kindgerechte Fußpflege mit verwöhnender Fußmassage

30 Min | EUR 60

«Zeigt her Eure Hände»

Kindgerechte Handpflege mit verwöhnender Handmassage

30 Min | EUR 60

«Zeigt her Euer Gesicht»

Entspannende Gesichtsmaske und verwöhnende Handmassage

30 Min | EUR 60

Prinzessin für einen Tag

Kindgerechtes Schminken, Hand- oder Fußpflege

sowie Lackieren der Fuß- oder Fingernägel in der Lieblingsfarbe

60 Min | EUR 110

Teen SPA (13 bis 17 Jahre)

Auf das Hautbedürfnis von Teenagern abgestimmte

Gesichtsreinigung und sanftes Peeling mit anschließender Maske

60 Min | EUR 110

FÜR DIE HERREN DER SCHÖPFUNG

Dieses Wellness- und Fitnessprogramm ist speziell auf die Bedürfnisse pflegebewusster Herren abgestimmt und eignet sich ideal zur Entspannung und für den Abbau von Alltagsstress.

Power Lift Gesichtsanwendung

Natürliche Hightech Power für kraftvolle und gepflegte Ausstrahlung.

Spezialserum, Intensivmaske mit Gesichtsmassage und abschließende Tagespflege	60 Min EUR 110
	90 Min EUR 165

Maniküre

Hautpflege mit Nagelhaut entfernen, Nägel kürzen und formen, Nägel polieren	60 Min EUR 85
---	-----------------

Pediküre

Fußbad, Hornhautpflege, Nagel- und Nagelhautpflege, Hautpflege	60 Min EUR 85
--	-----------------

Reine Männersache

Reinigende Gesichtsanwendung, entspannende Ganzkörpermassage und wohltuende Hand- oder Fußpflege	180 Min EUR 275
--	-------------------

Mann tut, was Mann kann

Intensives Personal Training mit anschließender Sportmassage zur Muskellockerung	120 Min EUR 220
--	-------------------





PAKETE FÜR SIE UND IHN

Auf Wunsch können Sie die einzelnen Anwendungen Ihrer ganzheitlichen Behandlungsrituale auch an verschiedenen Tagen genießen.

Detoxing für Ihren Körper

TEAM DR JOSEPH Gesichtsanwendung, Algenpackung, Detoxdrink

120 Min | EUR 205

Erholung deluxe

60-minütige ayurvedische Massage, Maniküre *oder* Pediküre,

La Prairie Caviar Gesichtsanwendung

180 Min | EUR 275

Gemeinsam schön

Verwöhnprogramm für Sie und eine Freundin – TEAM DR JOSEPH

Gesichtsanwendung, Rückenmassage, Maniküre *oder* Pediküre mit Lack

pro Person

170 Min | EUR 250

Romantik pur – Entspannung zu zweit

Ganzkörperpeeling, Kerzenmassage, SPA Cocktail und Früchteteller

pro Person

90 Min | EUR 170



YOGA – EINKLANG VON KÖRPER, GEIST UND SEELE

Erleben Sie authentisches Yoga aus dem Himalaya mit unserem indischen Yogameister Sanjay Vyas. Er kommt direkt aus Rishikesh, der Geburtsstätte des „Himalayan Yoga“ und arbeitete früher im legendären „Ananda SPA“. Den sanften und zugleich herausfordernden Unterricht des Hatha Yogas können Sie mit Sanjay wahlweise am Strand, auf der Dachterrasse oder in unserer Yoga-Suite buchen.

Privates Training für maximal zwei Personen

Yoga	60 Min EUR 110
Meditation	60 Min EUR 110
Yoga & Meditation	90 Min EUR 165

Fünf Tibeter

Abfolge von fünf Übungen, die Körper und Geist gesund halten	30 Min EUR 60
--	-----------------

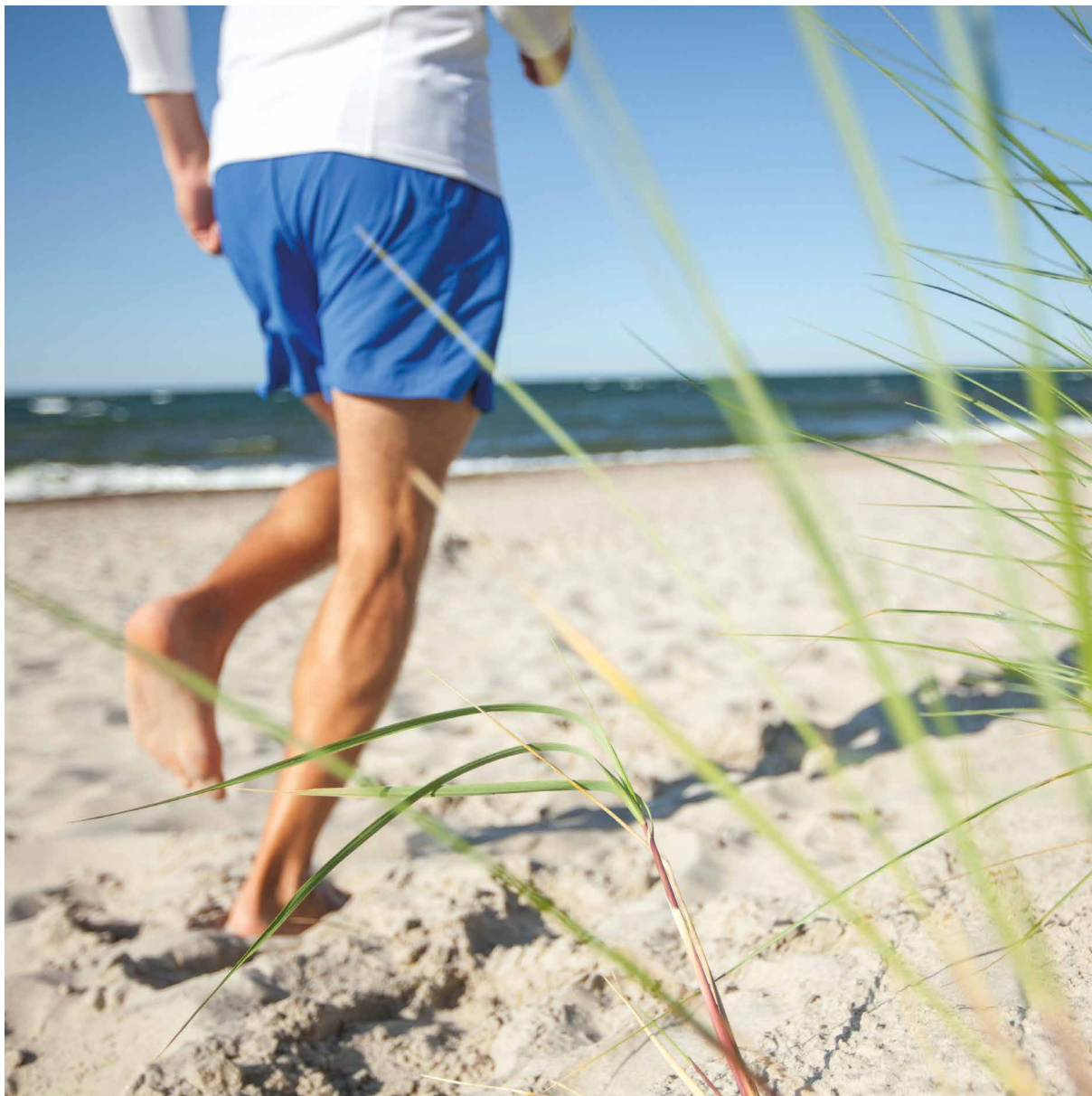
Unser Kursprogramm

Morgenyoga – geeignet für Anfänger

Abendyoga – geeignet für Fortgeschrittene

Meditation – verschiedene Meditationstechniken

Bitte melden Sie sich vor Kursbeginn am SPA Empfang an. Ab 3 Personen



FITNESS | PERSONAL TRAINING

Unsere erfahrenen Personal Trainer stellen für Sie ein maßgeschneidertes Fitnessprogramm nach Ihren individuellen Zielen zusammen – ganz gleich, ob Sie Ihr Gewicht reduzieren, Ihre Leistung steigern oder Ihre Gesundheit fördern möchten.

Kinesis Training

Dreidimensionales Trainingskonzept, das den natürlichen Bewegungsabläufen des Körpers nachempfunden wurde. Die hochmoderne FullGravity™ Technologie ermöglicht vielseitige Übungen, mit denen sich spezifische Muskelpartien auch gleichzeitig trainieren lassen.

60 Min | EUR 110

Tai Chi

Fließende Meditationsübungen steigern die Lebensenergie, harmonisieren die Körperkräfte, stärken die Körperbeherrschung und bewirken eine mentale Entspannung.

60 Min | EUR 110

Logicalgolf Training

Geben Sie Ihrem Golfschwung ein neues Gesicht – mit der Kombination aus Logicalgolf und Kinesis Training.

60 Min | EUR 110

Personal Training

Individuelles Training mit professioneller Betreuung, am Strand oder im Fitnessraum.

60 Min | EUR 110

Personal Training 3er-Karte

180 Min | EUR 295

HEILIGENDAMM DAY SPA

Beschenken Sie sich selbst oder lassen Sie sich beschenken – mit einem Tagesaufenthalt in unserem wunderschönen Heiligendamm SPA. Auch ohne Übernachtung im Grand Hotel heißen wir Sie herzlich willkommen. Entspannen Sie im großzügigen Poolbereich, zu dem auch ein wohlig-warmer Whirlpool gehört, oder in der fantastischen Saunalandschaft mit finnischer Sauna, Dampfbad und Biosauna. Gern können Sie auch unseren Fitnessbereich nutzen oder an unseren Yoga- und Sportkursen teilnehmen.

Tageseintritt

inklusive Nutzung eines Bademantels, Slippers und Handtüchern

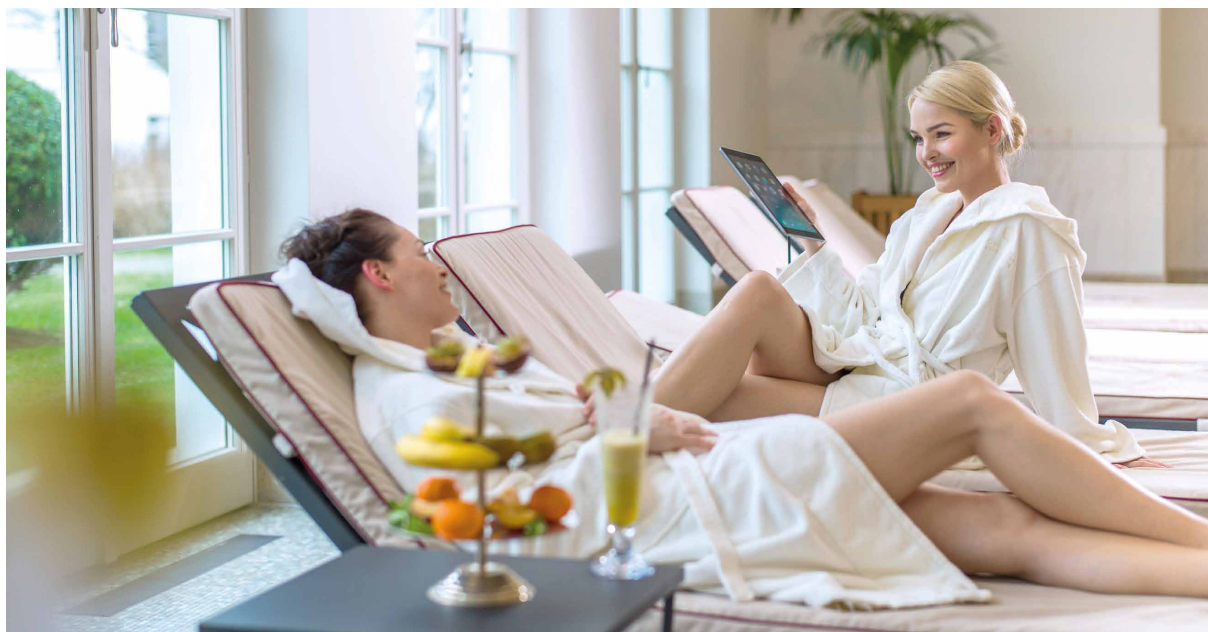
EUR 75

10er Karte für die Nutzung von 8 Uhr bis 22 Uhr

EUR 550

10er Karte für die Abendnutzung von 19 Uhr bis 22 Uhr

EUR 300





SPA FAKTEN

ÖFFNUNGSZEITEN

SPA Empfang

Mo bis So 8 Uhr bis 20 Uhr

Anwendungen

Täglich 10 Uhr bis 19 Uhr

Pool (11x18 m)

Täglich 7 Uhr bis 22 Uhr

Kinder bis 13 Jahre 11 Uhr bis 18 Uhr

Saunen

Gemischt 11 Uhr bis 21 Uhr

Damen 11 Uhr bis 21 Uhr

Fitnessraum

Täglich 7 Uhr bis 22 Uhr

SPA Bar

Täglich 11 Uhr bis 19 Uhr

SPA Fläche

Indoor 3.000 m²

Outdoor 5.000 m²

Fitness

Geräte der Firma Technogym,
abwechslungsreiches Kursangebot
z. B. Yoga, Pilates, Wassergymnastik,
Faszientraining mit der Black Roll,
Nordic Walking, Rückenurse

Gemischte Sauna

Finnische Sauna 90°C, Dampfbad 45°C,
Biosauna 60°C, Eisraum, Saunahof, Kneippbecken

Damensauna

Finnische Sauna 90°C, Dampfbad 45°C,
Kneippbecken

Solarium

Solarien der Firma Ergoline

Produktpartner

La Prairie, VITALIS Dr. Joseph, TEAM Dr. Joseph,
Thalgo, SPA Manufactur, Und Gretel

SPA Bar

frisch gepresste Säfte, Smoothies, Tees & Snacks



SPA ETIKETTE

Check-in

Bitte melden Sie sich mindestens 10 Minuten vor Ihrem Termin am SPA Empfang, damit Ihnen ausreichend Zeit zum Umkleiden und zur Erkundung der Einrichtungen bleibt.

Elektronische Geräte

Wir bitten Sie, auf den Gebrauch von Mobiltelefonen, Laptops sowie Video- oder Fotokameras zu verzichten und die Geräte während des SPA Besuchs auszuschalten.

Fitnessbereich

Beim Training an den Geräten tragen Sie bitte feste und saubere Turnschuhe und angemessene Sportbekleidung. Für Geräteeinweisungen oder Einzelstunden stehen Ihnen unsere Personal Trainer gern zur Verfügung.

Gesundheitliche Aspekte

Bitte informieren Sie uns gegebenenfalls bei der Buchung über gesundheitliche Beschwerden wie Allergien, Unfälle und Verletzungsfolgen, die Ihre Behandlung beeinträchtigen könnten. Falls Sie sich rasieren möchten, sollten Sie dies mindestens 24 Stunden vor dem geplanten Termin tun.

Kinder und Jugendliche

Unser SPA ist ein Ort der Ruhe und Entspannung. Wir bitten Sie, unsere Kinderschwimmzeiten von 11 bis 18 Uhr einzuhalten. Schwimmwindeln erhalten Sie am SPA Empfang. Der Sauna- und Fitnessbereich steht Jugendlichen ab 16 Jahren zur Verfügung. Kindern unter 16 Jahren ist der Zutritt nur in Begleitung eines Erwachsenen gestattet. Dies gilt auch für unsere Yoga- und Sportkurse.

Kleidung

Am SPA Empfang erhalten Sie Bademäntel, Badeschuhe und Handtücher. Bitte beachten Sie, dass unser Saunabereich eine textilfreie Zone ist. Den Poolbereich bitten wir Sie nur in entsprechender Bekleidung zu betreten.

Rauchen

Das Rauchen ist im SPA Bereich nicht gestattet. Bitte nutzen Sie hierfür unsere Dachterrasse oder den Außenbereich des Heiligendamm SPA.

Terminänderungen/Stornierungen

Falls Sie Ihren gebuchten Termin nicht wahrnehmen können, benachrichtigen Sie uns bitte mindestens 24 Stunden vor Behandlungsbeginn. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass wir bei Stornierungen, die weniger als 24 Stunden vor dem Termin vorgenommen werden, 80 % Stornogebühr erheben und bei weniger als 4 Stunden vor dem Termin 100 %. Wenn Sie verspätet zu Ihrer Anwendung erscheinen, müssen wir die Behandlungszeit entsprechend verkürzen.

Umweltbewusstsein

Integrativer Bestandteil eines SPA Besuchs ist der respektvolle Umgang mit der Umwelt. Verwenden Sie nur so viele Handtücher, wie Sie benötigen.

Wertsachen

Aus Sicherheitsgründen möchten wir Sie bitten, Ihre Wertsachen nicht mit in den SPA zu nehmen. Wir übernehmen keine Verantwortung für im SPA Bereich verloren gegangene Gegenstände.



Grand Hotel Heiligendamm · 18209 Bad Doberan-Heiligendamm · Telefon +49 38203 740-2900 · Telefax +49 38203 740-2999
spa@grandhotel-heiligendamm.de · www.grandhotel-heiligendamm.de



LEADING
HOTELS®

SELEKTION
DEUTSCHER LUXUSHOTELS