



Entspannung mit dem Klang bei Frau Sigrid Baust

Körpertambura-Massage 30 min. 30,00 €

Bei dieser wohltuenden Klangmassage wird ein **Saiteninstrument auf den bekleideten Bauch gelegt** und gleichmäßig gespielt. Durch die sanfte Vibration und den obertonreichen Klang kommt der gesamte Körper in Harmonie und entspannt sich tief.

Frau Baust ist Heilpraktikerin für Psychotherapie, Musik- und Klangtherapie sowie Mitglied im Europäischen Fachverband Klang-Massage-Therapie e.V..

Peter-Hess-Klangmassage 50 min. 50,00 €

Bei dieser Ganzkörpermassage werden unterschiedlich **schwingende Klangschalen auf den bekleideten Körper aufgesetzt** und behutsam angeschlagen. Der gesamte Körper kommt auf diese Weise in Harmonie und entspannt sich tief.

Für diese Behandlungen bei Sigrid Baust werden Sie auf ihrem Zimmer abgeholt.



Kosmetik für Sie und Ihn



Unsere Diplom-
Kosmetikerin
Gabi Pape
verwöhnt Sie gerne.

Kosmetische Grundbehandlung CLASSIC ca. 80 min. 59,00 €
Reinigung, Peeling, Vapozone, ausreinigen, Brauen zupfen, Massage, Maske und Tages Make up.

Kosmetische TEENY Behandlung ca. 45 min. 29,00 €
Reinigung, Peeling, ausreinigen und Maske

Ultraschallbehandlung ca. 40 min. 35,00 €
Reinigung, Peeling, Ampulle – die Wirkstoffe werden mit Ultraschall eingearbeitet.

**Ultraschallbehandlung – siehe oben –
in der Grundbehandlung zu buchbar.** 15,00 €

**Zu buchbare Haarentfernungen
mit Warmwachs oder Zuckerpaste:**

Oberlippe oder Kinn, je	5,00 €
Gesicht komplett	15,00 €
Achseln	15,00 €
Unterschenkel	25,00 €
Beine komplett	40,00 €
Augenbrauen färben mit Korrektur	10,00 €
Wimpern färben	15,00 €

Maniküre 15,00 €

Streicheleinheiten für Körper, Geist und Seele

Terminabsprachen an der Rezeption



haus hilmeke Ferienhotel · Café

Hotel Haus Hilmeke e.K.
Familie Kuhlmann
Haus Hilmeke 1, 57368 Lennestadt - Saalhausen
Luftkurort Saalhausen
Telefon: 0 27 23 - 9 14 10, Telefax: 0 27 23 - 8 00 16
info@haus-hilmeke.de, www.haus-hilmeke.de



Ayurvedische Massagen bei Frau Kathrin Rameil

Entspannungsmassage 50 min. 50,00 €

Diese **Ganzkörpermassage** besteht in einem Zusammenhang von Händen, Mandelöl und Körper und vermittelt in dieser Harmonie eine Ganzkörperbehandlung, die **ausgleichend** und **stressreduzierend** wirkt.

Ayurvedische Fuß- und Beinmassage 40 min. 40,00 €

Diese wohltuende Fuß- und Beinmassage wirkt positiv auf Ihren gesamten Körper.

Beinmassage inkl. basischen Fußbads.

Für diese Behandlungen bei Kathrin Rameil werden Sie auf ihrem Zimmer abgeholt.

Individuelle Beratung und Termine.

Da die Therapeuten auf eigene Rechnung arbeiten, bitten wir Sie, diese direkt nach der Behandlung in bar zu bezahlen.



Massagen Klassiker und Fußpflege bei Herrn Lautenschläger

Montag, Mittwoch und Freitag ab 13.30 Uhr.

Rückenmassage	30 min.	30,00 €
Ganzkörpermassage	45 min.	40,00 €
Sportmassage	55 min.	50,00 €
Kosmetische Fußpflege	30 min.	26,00 €
Fußreflexzonenmassage	30 min.	30,00 €

Wellness

Hot Stone Massage	60 min.	60,00 €
Ganzkörperpeeling und Vital/Massage	90 min.	75,00 €
Schokomassage	60 min.	55,00 €
Hopi Ohrenkerzen	45 min.	35,00 €
Tuina-Massage	60 min.	55,00 €
Lomi Lomi Nui Massage	60 min.	60,00 €
Shiatsu-Massage Rücken	30 min.	30,00 €
Shiatsu-Massage Ganzkörper	60 min.	55,00 €

Hypnose

Durch Hypnose zum Nichtraucher werden
oder abnehmen – mit einer Sitzung möglich!

Inkl. CD für zu Hause ca.120 min. 120,00 €

Herr Lautenschläger hat den Massageraum in der 1. Etage gegenüber Zimmer Nr. 29.
Die Glasscheiben werden matt bei den jeweiligen Behandlungen.

Idealerweise tragen Sie einen Bademantel für die Massagen und bringen bitte ein Duschtuch von Ihrem Zimmer mit.



Wohlfühlstunde

Täglich von Montag bis Freitag laden wir Sie zur angeleiteten Wassergymnastik mit Bürstenmassage, Kneippanwendungen und Entspannungsübungen ein.

Zur Wohlfühlstunde ist Ihre Anmeldung an der Rezeption erforderlich.

Geben Sie uns bitte Nachricht, wenn Sie im Laufe der Woche nicht teilnehmen.

