



Keine Fototapete!

Kogong...

# Wellness Surprise?!

Wenn Vicky Giannakidou (Spa-Leiterin und Feelgood-Expertin) den Gästen des Hotel Oberstdorf die Besonderheiten der Alpen Wellnesswelt zeigt, hört sie öfter: „Das habe ich nicht erwartet!“

Das Allgäu selbst tropft der Wellnesswelt aus jeder Pore. Ursprüngliches Holz, Nagelfluhstein und sogar Heu finden sich in ihr wieder und holen die Natur mitten in den Raum.

Besonders ist einfach, wie hier Entspannung gelebt wird. Denn einzigartig fantasievolle Ideen zeichnen die Saunen,

Ruheoasen und Anwendungen aus. Ein echtes **Backstüble** als Sauna, eine **Wand aus Heu** im Ruheraum und vor Energie strotzende **Massagesteine** bieten überraschend außergewöhnliche Erholung.

Wer seinen Körper nicht ausschließlich mit Ruhe zu neuen Höchstleistungen und Wohlfühlen bestechen will, kann sich an das hauseigene **Wellness-Programm** halten:

Mit Aktiv-Wanderungen, Barfußspaziergängen, Klangreise & Co. in traumhafter Bergkulisse gelangen die Urlaubsen-

dorphine garantiert bis in die Fingerspitzen. Nach einem schweißtreibenden Saunagang, einigen Runden im warmen **Solepool** oder einem Sprung in den spritzig-kühlen **Badesee** zeigt das **Quellwasser**, was es kann. Wer es prickelnder mag, bestellt ein Gläschen Sekt oder einen Rührtail und entspannt, eingekuschelt im flauschigen Bademantel, lässig locker am knisternden Kamin im **Wellness-Wohnzimmer**.

**So darf Entspannung sein! ... auch wenn man es anders erwartet hat.**



Zumba?!

Schlafen?!

## Kogong...

Angelika ist eine versierte Ausspannerin. Auch im Alltag zu Hause in Berlin gönnt sie sich regelmäßig eine Auszeit, um die Hektik des Alltags, zumindest kurz, hinter sich zu lassen.

## Kogong...

Die wahre Macht der Ruhe konnte sie aber erst bei ihrem letzten Allgäu-Urlaub im Hotel Oberstdorf für sich entdecken und ist seitdem ein Fan des „Raumes der Stille“.

## Kogong

„Ruhe... absolute Stille... mir war gar nicht bewusst, wie lange ich das nicht mehr erlebt habe... In den bequemen Betten mit Blick in die Natur und eingemummelt in eine flauschige Decke, konnte ich meine Gedanken einfach loslassen. Jeden Tag habe ich etwas Ruhe ‚geübt‘, bis ich – Kogong, Kogong – meinen eigenen Herzschlag hören konnte. Das macht süchtig.“ (Angelika, in sich ruhend)

Lass baumeln, Seele!

WELLESSEN  
ENTSPANNUNG  
BALANCE  
ALPGÄU

Hotel **Superior**  
**Oberstdorf**

Oberstdorfer Hotel Besitz und Betriebs GmbH & Co. KG · GF: Sebastian Reisigl  
Reute 20 · 87561 Oberstdorf · Tel. 08322 940 770 · info@hotel-oberstdorf.de · www.hotel-oberstdorf

## Happiness Wegweiser

- **Außen-Sole-Pool**  
Täglich von 7 - 21 Uhr. Für Groß und Klein, Kinder bitte nur unter Aufsicht der Eltern.
- **Natur-Badesee**  
Täglich von 7 - 21 Uhr, 2,50 m Tiefe – nur für Schwimmer.
- **Whirlpool "Gumpn"**  
Täglich von 7 - 21 Uhr. Mit Blick auf das Nebelhorn.
- **Wellness-Wohnzimmer & Panorama-Ruheraum**  
Täglich von 7 - 21 Uhr. Hier herrscht ungezwungenes Miteinander.
- **Sauna-Alpe am Pool**  
Textilsauna. Je nach Wetter täglich ab 10 oder 13 Uhr. Zutritt ab 16 Jahre.
- **Nacktbereich mit 3 Innensaunen**  
Je nach Wetter täglich ab 10 oder 13 Uhr. Zutritt ab 16 Jahre.
- **Raum der Stille**  
Täglich von 7 - 21 Uhr. Hier herrscht absolute Ruhe. Ausschließlich für Erwachsene (ab 16 Jahre).
- **Solarium**  
Bitte nicht unmittelbar vor und bis 24 Stunden nach einer Behandlung.
- **Frische Handtücher**  
An der Wellness-Rezeption.
- **Wellnessvital Buffet**  
Täglich von 14:30 - 16:00 Uhr. Gemüsesticks, Joghurt und süße Leckereien.
- **Erfrischen & Stärken**  
Ganztäglich kostenfreie Tees, Zirbenwasser, gekühltes Quellwasser, Äpfel und frisches Saunabrot.

**Buchungen:**  
www.hotel-oberstdorf.de/spa  
oder Tel.: 08322 940 77 255

## Das Geheimnis liegt in der Natur

Jahrtausendealtes Wissen der Volksmedizin trifft auf modernste wissenschaftliche Erkenntnisse des 21. Jahrhunderts. Nach diesem Prinzip arbeiten die Produktlinien Kurland und Team D<sup>o</sup> Joseph, die im Hotel Oberstdorf verwendet werden.

Natürlich und ohne Konservierungsstoffe hergestellt und dennoch mit hohem Wirkungsgrad, schenken die Produkte der Haut ihr natürliches Gleichgewicht und dem Gast ein strahlendes Lächeln. Grundlage für eine wirkungsvolle Anwendung ist die Analyse des individuellen Hauttyps, die den Beginn jeder Kosmetikbehandlung darstellt.



#alpenwellness  
#feelgood #leben



Hotel **Superior**  
**Oberstdorf**



# Wellness-Specials

Entweder alle auf einmal oder verteilt auf mehrere Tage genießen!

## Alpen-Königin

- Rasulbad ☹ 30 Min.
- Wunschkörpermassage ☹ 30 Min.
- Pure Gesichtspflege ☹ 30 Min.
- Anti Aging-Behandlung in der Softpackliege ☹ 30 Min.

## Alpen-König

- Rasulbad ☹ 30 Min.
- Alpin-Kräuterstempel-massage ☹ 30 Min.
- Anti Aging-Behandlung in der Softpackliege ☹ 30 Min.

## Frische Wibre

- Peeling nach Wahl auf dem heißen Stein ☹ 30 Min.
- Wunschkörpermassage ☹ 30 Min.
- hochwirksame Ultraschall-Kosmetikbehandlung ☹ 50 Min.
- Detox-Behandlung auf der Softpackliege ☹ 30 Min.

## Mamamia!

- Speziell für werdende Mamas
- Pediküre ☹ 40 Min.
- Entlastungs-Spezialmassage da, wo es zwickt ☹ 30 Min.
- Pure Gesichtspflege ☹ 30 Min.

## Hüttenzauber für zwei

- Rasulbad ☹ 30 Min.
- Kaiserbad der Sinne ☹ 30 Min.
- Wunschkörpermassage ☹ 45 Min.
- Pure Gesichtspflege ☹ 30 Min.

## Love is in the flür

- Wunschkörpermassage für Ihn ☹ 60 Min.
- Kosmetikbehandlung Ultraschall Deluxe für Sie ☹ 80 Min.
- Kaiserbad der Sinne für beide als Betthupferl ☹ 30 Min.



Praxisanmeldung



wärmste Grüße

# Spieglein, Spieglein...

## Reine Hautsache

- Intensiv reinigende Gesichtsbehandlung.
- Hautdiagnostik
- feuchtwarmer Kräuter-Dampfkompresse
- sanft lymphstimulierende Massage mit Peeling
- Aus- und Tiefenreinigung
- Korrektur der Brauen
- tonifizierende Gesichtspackung
- Peel-off-Algenmaske oder hautpflegende Intensivmaske
- Handmassage und Abschlusspflege
- ☹ 30 Minuten
- ☹ 60 Minuten

## Gipfel-Zeremonie

- Ein Höhepunkt für jedes Gesicht.
- Hautdiagnostik
- parentiefe Reinigung

- hautbildverfeinerndes Peeling
- Gesichtsmassage mit Schräpfgläsern
- Ausreinigung & Korrektur der Augenbrauen
- biodynamische Blütenstempel-Liftingmassage
- hautspezifische Gesichtsmaske
- individuelle Tagespflege
- ☹ 115 Minuten

## Ultraschall-Behandlung

- Effektive Antiaging-Behandlung mit Ultraschallwellen.
- Hautdiagnostik
- professionelle Reinigung
- vorbereitendes Enzympeeling
- Ultraschall-Aqua-Tiefenpeeling
- individuell abgestimmtes Serum mit Abschlusspflege
- ☹ 60 Minuten

## Männersache

- Das Express-Power-Lifting für das Männergesicht.
- Hautdiagnostik
- lymphstimulierende Massage
- Reinigung und hautbildverfeinerndes Peeling
- Ausreinigung
- Korrektur der Brauen
- Spezialserum
- Intensivmassage mit Massage
- individuelle Tagespflege
- ☹ 60 Minuten

## Pure Gesichtspflege

- Reinigung
- Peeling
- Maske
- Abschlusspflege
- ☹ 30 Minuten



Praxisanmeldung

## Die „Für mich-Zeit“ - der Schlüssel zum Glück

Zerpflückt in zieführend, entspannend, intensiv und traumhaft macht das Wort Zeit deutlich, dass jener das große Los gezogen hat, der sich ihr ganz hingibt. Schon ein Tag Alltagspause lässt Urlaubsfeeling aufkommen. Wer also beim DaySpa die Minuten voll auskostet, hat den Schlüssel zum Glück gefunden.

Kombiniert mit der „Für mich-Zeit“ stehen Glücksmomente für alle hoch im Kurs, die von Montag bis Donnerstag ihren Weg in die Alpen Wellnesswelt finden und sich eine Anwendung mit dem 10%-Bonus gönnen.



... haach...  
... hmmm



urig gemütlich

## Verwöhmoment mal!

Den Kopf freibekommen, den Körper entspannen, sich einfach fallen lassen. Da weiß man gar nicht, wo man anfangen und ob man überhaupt wieder aufhören soll...

### Kraft der Breitach

- Die muskelentspannende Ganzkörpermassage mit warmen Steinen aus der Breitach lassen die Energie bis in die kleinste Pore fließen.
- ☹ 30 Minuten
- ☹ 60 Minuten

### Alpin-Kräuterstempelmassage

- Mit herrlich duftenden Alpin-Kräuterstempeln und einem Spezial-Öl-Mix wird der ganze Körper massiert.
- ☹ 30 Minuten
- ☹ 60 Minuten

### Peeling auf dem heißen Stein

- Wohlig warm wird die Haut revitalisiert.
- ☹ 30 Minuten

### Softpackliege

- Fast schwereloses Wohlfühlen.
- ☹ 30 Minuten

### Feelgood-Massage

- Wohlfühlen vom Feinsten. Eine wohlig warme Auflage für den Rücken ist nur der Anfang. Füße, Beine, Rücken, Arme, Hände, Kopf und das Gesicht werden sanft massiert und das Gastgeschenk, ein Organza-Kräutersäckchen, sorgt dafür, dass der Entspannungseffekt noch viel länger anhält.
- ☹ 80 Minuten

### Kaiserbad der Sinne

- Nach Wahl hell, dunkel, Stille, Musik, Sagen, Rührtail oder Sekt.
- ☹ 30 Minuten als Paar- oder Einzelmassage

### Rasul

- Ein orientalisches Kräuterdampfbad.
- ☹ 30 Minuten als Paar- oder Einzelmassage

### Dorn-Breuss-Therapie

- Sanfte Wirbeltherapie aus dem Allgäu nach Dorn, mit entspannender Massage nach Breuss.
- ☹ 45 Minuten

### Klangschalen-Massage

- Die Schwingungen der Klangschalen auf dem Körper sorgen für eine beruhigende Wirkung und steigern das allgemeine Wohlbefinden.
- ☹ 30 Minuten

### Fußreflexzonenmassage

- Durch sanften Druck auf die Reflexzonen am Fuß werden Spannungen gelöst und die Durchblutung verbessert.
- ☹ 30 Minuten



Praxisanmeldung



Schaumachläger



Entspannung an!

# Kosmetik-Evergreens

## Augenbrauen-Korrektur

- Typgerechte Beratung und Empfehlungen für zu Hause
- ☹ 15 Minuten

## Färben

- Wimpern ☹ 28
- Augenbrauen
- ☹ 15 Minuten

## Mit lieben Grüßen von den Füßen

- Reinigung, Peeling, Maske & Massage
- ☹ 45 Minuten

## Streichelzarte Hände

- Peeling, Massage und warme Cremepackung
- ☹ 45 Minuten

## Pediküre

- mit Lack
- ☹ 60 Minuten

## Zarter Rücken

- Reinigung, Peeling, Ausreinigung, Maske & Abschlusspflege
- ☹ 45 Minuten



Praxisanmeldung



Teetar & Snacks

# Berührungszeit

## Wunschkörpermassage

- Hier bestimmt der Gast: Dauer und Intensität. Ob sanfte Entspannung oder wirkungsvoll gegen Verspannung.
- ☹ 25 Minuten
- ☹ 45 Minuten
- ☹ 60 Minuten

## Pure Energie

- Rückenmassage, Aktivierung der Energiepunkte auf dem Körper, Energie Drink.
- ☹ 30 Minuten



Mädels-Tag

# Freundinnen-Zeremonie

Lachen, quatschen und etwas ganz Besonderes zusammen erleben - gemeinsame Zeit mit der besten Freundin ist unglaublich wertvoll.

Eine wohltuende Handmassage, ein entspannendes Fußbad und eine Gesichtereinigung mit Maske - Ihre beste Freundin, mit einem leckeren Rührtail in der Hand, natürlich direkt neben Ihnen. Während Ihr Körper entspannt und die Seele zur Ruhe kommt, schaffen Sie gemeinsame Erinnerungen und tanken Momente auf, die einfach glücklich machen.

☹ 45 Minuten



Praxisanmeldung