

WHITMAN
Wellnesskatalog







Willkommen im
Wohlfühlzentrum



Wellnesstherapie mit Strategie



Liebe Besucherinnen und Besucher,

wir freuen uns, Sie hier in unserem Wellnessbereich willkommen zu heißen. Eines vorab: Wir vertreten bei allen unseren Treatments einen absolut ganzheitlichen Ansatz. Sowohl Ihrem Körper als auch Ihrem Geist soll es hier gut - sogar hervorragend - gehen.

Um das zu ermöglichen, rücken wir Sie und Ihre individuellen Bedürfnisse direkt ins Zentrum dieses Entspannungsortes. Alle unsere Behandlungen und Methoden regen Ihren Körper - insbesondere Ihre Haut - dazu an, sich selbst zu regenerieren. Unser Team, bestehend aus staatlich geprüften Fachkräften der Bereiche Massage, Naturkosmetik und Wellnesstherapie, setzt wirksame Impulse, die Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren. Die so herbeigeführten Ergebnisse sind sowohl sofort spürbar als auch lange anhaltend.

Egal ob Sie sich für einen traditionellen Ansatz wie die klassische Gesichtsbildung oder für eine exotische Massage wie die hawaiianische Lomi Lomi Nui entscheiden: Alle Treatments werden Ihre ureigene Energie und Kraft reaktivieren. So kann sich die von uns angeregte Grundstärkung in volle Vitalität entfalten.

Schön, dass Sie da sind.

Ihr Whitman-Wellness-Team



Die belebende Kraft des Meeres

Oceanwell erfrischt wie ein Tag am Meer. Die Produkte sind voller mariner Mineralien und Spurenelemente, die die Haut nähren, aufbauen und stärken. Oceanwell verwendet ausschließlich natürliche Rohstoffe von höchster Qualität. Die Inhaltsstoffe aus dem Meer sind in wenige pflanzliche Grundstoffe (Aloe Vera, Jojobaöl oder Sheabutter) eingebettet. Dazu kommt die Kraft der Laminaria-Alge. Unsere Zellen

nehmen diese hochkonzentrierten Wirkstoffe besonders gut auf. Das Algenextrakt aus reinem, nachhaltigem Anbau verzichtet zudem bewusst auf synthetische Wirkstoffe. Der von Wissenschaftlern und Umweltbiologen durchgeführte Algenanbau trägt außerdem zum Schutz des Meeres bei. Oceanwell ist NATRUE-zertifiziert. Dem derzeit anspruchsvollsten Label für Naturkosmetik.

Oceanwell Behandlungen

Maritime Naturkosmetik
auf höchstem Niveau.



Klassische Gesichtsbehandlung

- Individuelles, speziell abgestimmtes Peeling
- Sanfte Öffnung der Poren
- Tiefenreinigung samt Maske
- Augenbrauenkorrektur
- Gesichts- und Dekolleté-Massage
- Dekolletéeinstreichungen, Tagespflege

Das Meer auf der Haut

60 Minuten € 75

Pro Age Luxus Gesichtsbehandlung

- Sanftes Peeling mit Bernsteinpulver
- Sanfte Öffnung der Poren
- Maske mit „Cell-Boost-Elixier“ (ozeanisches Kollagen und Meeresmineralien)
- Wirkt sichtbar aufpolsternd, glättend und revitalisierend
- Augenbrauenkorrektur
- Gesichts- und Dekolleté-Massage, Tagespflege

Noch mehr vom Meer mit der ProAge-Linie

60 Minuten € 85

Färben (Wimpern, Augenbrauen) bei allen Gesichtsbehandlungen möglich

10 Minuten, je € 15

Wellness Gesichtsbehandlung

- Reinigung
- Peeling
- Ampulle
- Massage
- Maske
- Abschlusspflege

Individuelle Behandlung - auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt

45 Minuten € 55

Reinigungsbehandlung

- Reinigung
- Peeling
- Ampulle
- Ausreinigung
- Maske
- Abschlusspflege

Intensive Reinigung

60 Minuten € 80

Thalgo Behandlungen.

THALGO
LA BEAUTE MARINE

Die Kraft des Meeres
für Ihre Schönheit.



Gesichtsbehandlung Source Marine

Tauchen Sie Ihre Haut in ein Bad von Sève Bleue, das Ihre Haut intensiv mit Feuchtigkeit versorgt.

Meerestiefen-Behandlung

60 Minuten € 95

Revitalisierende Spirulinebehandlung

Der „Meeres-Shot“ für die angegriffene Haut.
Eine entgiftende Pflege, die die Haut entspannt, den Teint erfrischt und glättet.

Die Energie des Meeres

60 Minuten € 82

Silizium Pflegebehandlung mit Lifting Effekt

Das Geheimnis gegen die Zeichen der Zeit! Eine Kombination aus Maritimem Silizium, Collagen und Hyaluron bekämpfen wirksam Hauterschlaffung und lassen Ihre Haut wie „geliftet“ aussehen.

Definierend. Regenerierend. Festigend.

90 Minuten € 139

Gesichtsbehandlung Thalgo Hyaluron

Die Anti-Falten Lösung polstert sichtbare Falten mit Hyaluronsäure optisch auf und die Behandlung mit maritimen Collagen glättet sie zusätzlich. Diese umfangreiche Behandlung schenkt einen rosigen, jugendlichen Teint.

Auffüllende Hyaluron + glättende Collagen Pflegebehandlung

75 Minuten € 100



Für den Herren.

Energie, Kraft & Gesundheit aus dem Meer.

Express Gesichtsbehandlung

30-minütige Express-Behandlung für eine strahlendere, reine Haut.

Fitter & gesünder aussehen.

30 Minuten € 45

Marine Pflege für Männer

Individuelle Pflege für Männer mit Blaualgenextrakt.
Ihre Haut kommt wieder ins Gleichgewicht.

Individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.

60 Minuten € 75

Luxus-Maniküre

1. Ein aromatisches Rosenbad bereitet die Hände auf die Behandlung vor.
2. Hornhaut, Nagelhaut und Nägel werden bearbeitet und gepflegt.
3. Ein Peeling sorgt für zartweiche Hände.
4. Eine abschließende Massage sorgt für Entspannung.

Weiche Hände für wahre Männer.

45 Minuten € 55
+ Lack (10 Min.) € 65

Luxus-Pediküre

1. Ein warmes Fußbad bereitet die Füße vor.
2. Hornhaut, Nagelhaut und Nägel werden bearbeitet und gepflegt.
3. Ein anschließendes Peeling sorgt für weiche Füße.
4. Zur Entspannung werden die Füße abschließend massiert.

Erholend & pflegend.

60 Minuten € 75
+ Lack (10 Min.) € 85

Massagen

Berührende
Harmonie erleben.



Ganzkörpermassage

Abwechselnd feste und sanfte Massagegriffe sorgen für einen ganzheitlichen Entspannungseffekt. Die Massage nimmt dadurch den Muskeln und Gelenken die Anspannung und dem Kopf den überflüssigen Ballast. Die unterschiedlichen Körperregionen werden mit

speziell aufeinander abgestimmten Techniken bearbeitet. Das verbessert den Lymphstrom und beugt Durchblutungsstörungen nicht nur vor, sondern lindert sie. Für ein vollendet revitalisiertes Gefühl.

Geben Sie sich ganz hin.

45 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe) € 75

Wellness Rückenmassage

Wellnessmassagen sind im Vergleich zur klassischen Rückenmassage leicht, fließend und streichend. Wellnessmassagen haben die reine Entspannung zum Ziel.

Alles um sich herum vergessen.

25 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe) € 40

Teilkörpermassage

Der Gast wählt im Gespräch den zu massierenden Körperteil selbst aus, besonders beliebt sind der Rücken oder die Beine.

Sich etwas Gutes tun.

30 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe) € 55

Gesichts-und Kopfmassage

Durch sanfte und gezielte Massagegriffe an Kopf und Gesicht werden die zahlreichen Nerven des Gesichts stimuliert und so ein erholt und entspannter Gesichtsausdruck erzielt. Zudem können durch die

verschiedenen Akupunktur- bzw. Akupressurpunkte der gesamte Körper erreicht und Partien bearbeitet werden.

Entspannt Ihren Geist.

25 Minuten (zzgl. 5 Min. Nachruhe) € 40



Hot Stone Massage

Eine Behandlung mit den heißen Basaltsteinen erhöht die Mobilität des gesamten Bewegungsapparates. Die Massage wirkt durchblutungsfördernd und steigert die Sauerstoffversorgung der Haut. Gleichzeitig wird der Stoffwechsel angeregt sowie Schlackenstoffe gelöst und rasch abtransportiert. Der geregelte Stoffwechsel unterstützt

Perfekt im Gleichgewicht mit Hilfe von Steinen.

eine ideale Verdauung, die wiederum in direktem Zusammenhang mit dem gesamten Wohlbefinden steht. So beugt die Hot Stone Massage langfristig auch Schlafstörungen und Kreislaufbeschwerden vor. Das alles fördert eine starke Harmonie von Körper und Seele. So kommt man dem Stress – ganz leicht – mit dem Gewicht von Steinen bei.

45 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe) € 75

Lomi Lomi Nui Massage

Altes, hawaiianisches Wissen sorgt hier für eine neue Form der Entspannung. Die Massage besteht aus traditionellen Elementen, die um Dehn- und Streck-Einheiten ergänzt werden. Dieses Ritual hilft dem Körper dabei, sich selbst von belastenden Energien zu befreien. Durch die intensivierte Auseinandersetzung mit den verspannten und block-

Endlich loslassen.

ierten Regionen, wird der anschließende Wohlfühlmoment verstärkt. Das wohlige Nachspüren hilft wiederum Seele und Geist dabei, sich von Altem, Überflüssigem und Angestautem zu befreien. So bezeichnet es die hawaiianische Sprache sehr treffend, wenn sie Lomi (kneten, reiben, drücken) mit dem Wort Nui (einzigartig, neu) verbindet.

45 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe) € 80

Ayurveda Ölmassage Abhyanga

Laut der ayurvedischen Lehre öffnet diese Ölmassage die Srota – jene Kanäle, in denen sich das Ama ablagert. Ama steht für die Schlacken und meint somit alle möglichen Ursachen von Krankheiten. Laut den Lehren existiert auch „seelisches Ama“. Abhyanga wirkt nun,

- Nimmt die Müdigkeit und kräftigt den Körper
- Reinigt und festigt das Gewebe
- Erhöht die Muskelspannkraft und die Körperkraft
- Vermindert Muskel- und Gelenkschmerzen und macht die Gelenke geschmeidig
- Verbessert den Blutkreislauf und stiftet ein Gefühl der Leichtigkeit im Körper
- Reinigt die Haut und verbessert Teint & Struktur
- Wirkt stärkend gegen Hautinfektionen
- Hat stärkende Wirkung auf das Nervensystem

Altes Wissen für eine neue Balance.

indem es hilft diese Schlacken abzutransportieren. Dadurch werden Blockaden und unangenehme Zustände überwunden. Die Massage festigt außerdem das Gewebe, vermindert Schmerzen, verbessert den Blutkreislauf und stärkt Körper und Seele im Ganzen.

- Verbessert das Sehvermögen
- Verbessert den Schlaf, bekämpft Schlaflosigkeit
- Erhöht Schutz gegen Wunden und Verletzungen, gibt dem Körper Kraft zu schneller Heilung
- Erhöht Immunabwehr von Körper und Geist gegen Krankheit und Schmerz
- Schafft Selbstbewusstsein und verbessert die Willenskraft
- Verlangsamt den Alterungsprozess und verjüngt das frühzeitig gealterte Gewebe

50 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe, ohne Stirnguss) € 80

65 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe, mit Stirnguss) € 105



Wellnesspaket

Tiefe Entspannung
& schönere Haut.



Oceanwell Laminaria

Das Wellnesspaket Laminaria ist ein maritimer Genuss für den ganzen Körper in drei Akten: Zuerst wird der Stoffwechsel angeregt, dann die Zellen aktiviert und schlussendlich die Haut verwöhnt. Den Anfang bildet ein spezielles Meersalz-Bodypeeling, das den Stoffwechsel der Haut anregt. Die darauffolgende, pflegende Algenöl-Teilkörpermassage wirkt aktivierend auf den Zellstoffwechsel. Als letztes erfolgt eine Körperpackung aus einem Meeressgel, das die Haut rundum revitalisiert.

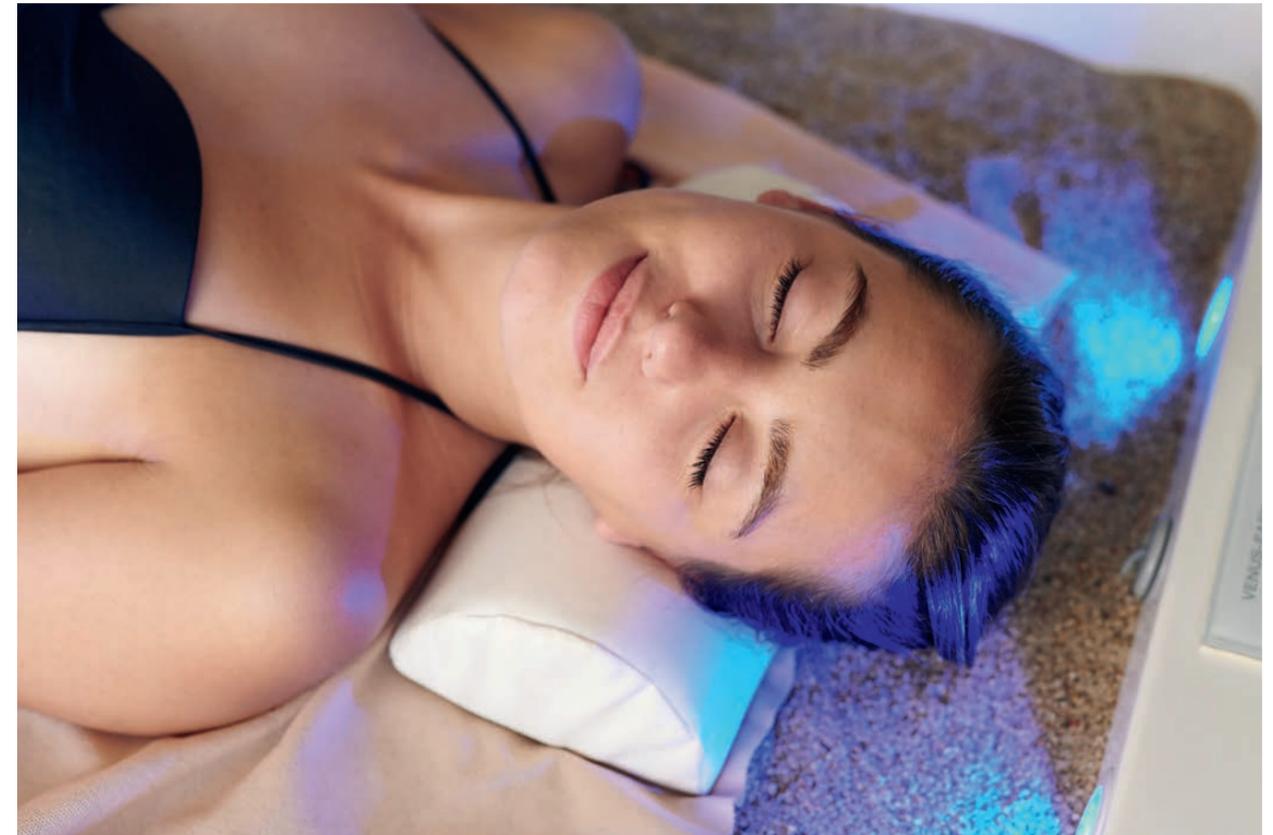
Die sanfte Meeresbrise für die Haut.

75 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe) € 110



Das Whitman Psammo Konzept: Tiefenentspannung auf dem Quarzsand

Von der Sonne durchgewärmter Sand – das ist es, was die Psammo-Therapie bedeutet. Bereits die alten Ägypter nahmen heiße Bäder im Wüstensand und konnten so die sanfte, tiefenwirksame Wärme in körperliche und seelische Entspannung umwandeln. Zudem wirkt die Therapie stoffwechsellanregend und entschlackend.



Die Psammotherapie

Der Quarzsand (griech.: psammo = Sand) passt sich perfekt dem Körper an. Dadurch entsteht einerseits Entlastung und andererseits ein Gefühl der Leichtigkeit – ein Schwebезustand. Außerdem wird die Durchblutung

gesteigert und die Reflexzonen sowie das vegetative Nervensystem stimuliert. Die perfekte Alternative zum Strandurlaub. So kommen Geist und Seele gleichsam zur Ruhe.

Ganzkörpermassage auf der Quarzsandliege	50 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe)	€ 90
Wellness Rückenmassage auf der Quarzsandliege	25 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe)	€ 50
Teilkörpermassage auf der Quarzsandliege	30 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe)	€ 60

Neu und einzigartig: Unser Wet Table

Unser Wasserdampfbett löst nicht nur Verspannungen sondern öffnet auch die Poren. Das unterstützt Sie bei anschließenden Peelings und Körperpackungen perfekt. Damit alle Sinne angesprochen werden, verwenden wir zusätzlich auch Lichttherapiekonzepte samt ansprechendem Duftdesign.



Meersalzpeeling und Meeresgelkörperpackung

- Aktivierung des Zellstoffwechsels
- Durchblutungsfördernd und entschlackend
- Feuchtigkeitzufuhr

Sich frischer & befreiter fühlen.

55 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe) € 80

Meersalzpeeling und Rügener Kreidepackung

- Effektiver Abbau von Schlackenstoffen und Toxinen
- Stärkung des Immunsystems
- Aktivierung des Temperaturnormierungsvermögens
- Intensive Aufnahme von Meeresmineralien und Spurenelementen
- Straffung der Haut

Den Körper befreien & neu stärken.

55 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe) € 85

Bernsteinpeeling und Laminaria Intensivpackung

- Besonders sanftes Peeling
- Feuchtigkeitregulierend
- Zellstoffwechsel wird angeregt
- Anregung der Durchblutung
- Hautglättend und straffend
- Regenerierend
- Besonders reichhaltig an Meeresmineralien und Spurenelementen

Besonders sanft & regenerierend.

55 Minuten (zzgl. 5 Minuten Nachruhe) € 90

Bäder

Während eines warmen Bads können Sie tief entspannen, der Körper kann sich ganz auf die Regeneration und die Wirkstoffe einlassen. Die Poren werden weit geöffnet und nehmen die wertvollen Inhaltsstoffe der hochwertigen Pflegeserie leicht auf. Nach einem Bad fühlen Sie sich wohlig verwöhnt & entspannt.



Oceanwell Algenbad

Im warmen Badewasser wird mit den Inhaltsstoffen der Algen die Haut genährt und gepflegt.

Wertvolle Inhaltsstoffe aus dem Meer.

25 Minuten € 30

Basenbad Jentschura

Dient der schnellen Entsäuerung der Haut und des Körpers und sorgt für tiefe Entspannung. Verfügbare Aromen: Lavendel, Zitrone oder Rose

Verwöhnend & regenerierend.

25 Minuten € 30

Thalgos Blaue Lagune Iles Pacifique

Blaues Bad der Lagunen, eine entspannende und magische Reise. Im warmem Wasser aufgelöste Mikroalgen sorgen für mehr Widerstandskraft der Haut und schenken ihr langanhaltende Feuchtigkeit.

Ein magisches Erlebnis.

25 Minuten € 30



Iles Pacifique Eine Sinnesreise

Eine Sinnesreise zu den paradiesischen Inseln des Pazifiks für ein Gefühl absoluter Entspannung. Versetzen Sie sich in Gedanken für die Dauer eines Behandlungsrituals auf die paradiesischen Inseln des Pazifiks und entdecken Sie auf jedem Zwischenstopp die unermesslichen Schätze Polynesiens: Unberührte Atolle mit idyllischen Naturlandschaften, altüberlieferte Rituale, geschützte Meeresfauna.

Genießen Sie die Entspannung und eine Auszeit von Ihrem Alltag. Hauptinhaltsstoff und Geheimnis der Rezeptur: Algomonoï*: Eine wundervolle Alchemie aus einer Alge der Lagunen und Monoï aus Tahiti, dem heiligen Öl mit zahlreichen wohltuenden Eigenschaften (feuchtigkeitsspendend, aufbauen, ausgleichend, schützend...).

* Ausnahme: Lagunenwasser Badekiesel

Iles Pacifique

Spa-Behandlungen à la carte
oder als komplettes Ritual

THALGO
LA BEAUTE MARINE

Lagunenwasser Bad

Zwischenstopp auf Manihi, der Insel der Lagunen

Genießen Sie ein sprudelndes, azurblaues Bad, das Verspannungen löst, beruhigt und mit seinem meeresfrischen Duft die Sinne betört.

30 Minuten € 32

Köstliches Peeling

Zwischenstopp auf der Vanille-Insel Taha'a

Weißer Sand aus Bora Bora, Meersalz und Kokosnussschalen in Verbindung mit einem Trio aus kostbaren, pflanzlichen Ölen und Tahiti-Vanille sorgen für ein mildes Peeling, schenken der Haut neue Schönheit und lassen sie dezent duften.

30 Minuten € 47

Mahana Massage

Zwischenstopp auf Bora Bora, der Insel des weißen Sandes

Diese traditionelle polynesische Massage ist ein absoluter Hochgenuss für die Sinne. Die sinnlich-betörenden Noten der Tiaré-Blüten, das Rauschen der Brandung, die sanften Bewegungen des Körpers mit den Wellen: Innerhalb weniger Sekunden werden alle Sinne angesprochen. Langsame und kraftvolle Griffe, die mit den Händen, den Vorderarmen und warmen Sandstempeln ausgeführt werden, schenken ein wundervolles Gefühl von Entspannung und eine Auszeit vom Alltag.

60 Minuten € 90



Maniküre Pediküre

Für gepflegte
Hände & Füße.

Fußmassage

Über die Nervenbahnen sind die Füße mit allen Organen des Körpers verknüpft. Eine Massage lindert daher Beschwerden und regt Selbstheilungskräfte an.

Wohltuend & anregend.

25 Minuten (zzgl. 5 Min. Nachruhe) € 50

Luxus-Pediküre

1. Ein warmes Fußbad bereitet die Füße vor.
2. Hornhaut, Nagelhaut und Nägel werden bearbeitet und gepflegt.
3. Ein anschließendes Peeling sorgt für weiche Füße
4. Zur Entspannung werden die Füße abschließend massiert.

Leichter durchs Leben gehen.

60 Minuten € 75
+ Lack (10 Min.) € 85

Luxus-Maniküre

- 1. Schritt: Das aromatische Rosenbad bereitet die Hände auf die Behandlung vor.
- 2. Schritt: Hornhaut, Nagelhaut und Nägel werden bearbeitet und gepflegt.
- 3. Schritt: Ein Peeling sorgt für weiche Hände.
- 4. Schritt: Eine abschließende Massage sorgt für Entspannung.

Wunderschön gepflegte Hände.

45 Minuten € 55
+ Lack (10 Minuten) € 65

Striplack-Pediküre/Maniküre

Die Nägel werden mit einem Striplack der Marke Alessandro lackiert und mit einer UV-Lampe gehärtet. Der Naturnagel bleibt unbeschädigt und der Lack kann selbstständig wieder gelöst werden.

Langanhaltend schöne Nägel.

40 Minuten € 40





WHITMAN
RAUM FÜR MICH.

Plöner Chaussee 21
24326 Ascheberg
+49 (0) 4526 33 900
info@designhotel-whitman.de
designhotel-whitman.de