

SPRIT & SPA 
BIRKENHOF
★★★★★ am Elfenhain



Wellness
& Spa

magisch. mystisch. menschlich...

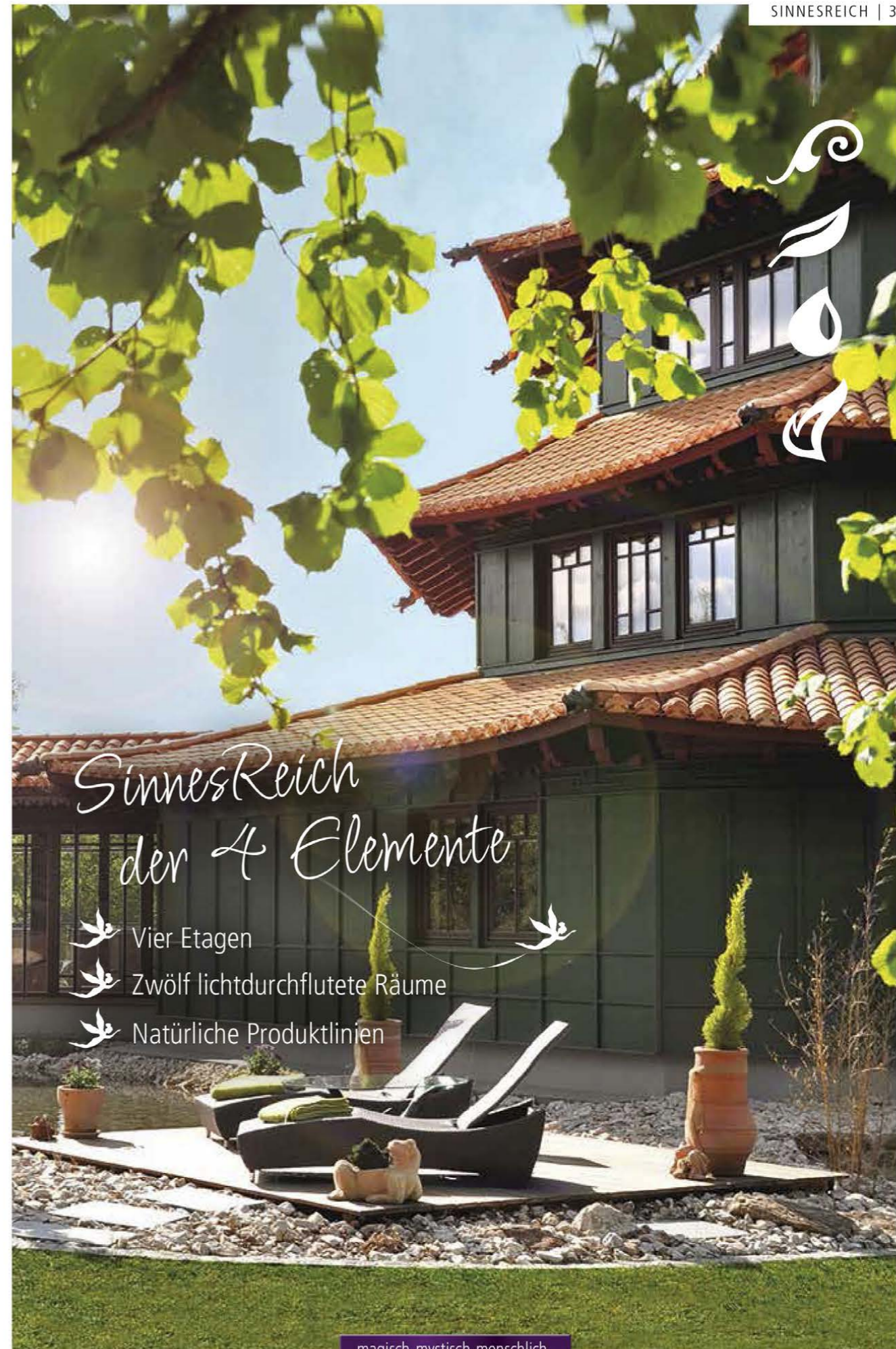


Im SinnesReich der 4 Elemente

3

Anwendungen

- Kosmetik 5
- Körperbehandlungen 9
- Massagen 12
- Sinnesrituale & SPA-Packages 18



SinnesReich der 4 Elemente

Vier Etagen

Zwölf lichtdurchflutete Räume

Natürliche Produktlinien



Anwendungen im SinnesReich

Willkommen im Reich der Sinne!

Wählen Sie Ihr individuelles Wohlfühlarrangement!

Unsere SPA-Rezeption freut sich auf Ihre Wunschanwendungen:

Tel.: +49 - (0) 99 41/40 04180

Mail: wellness@hotel-birkenhof.de

www.hotel-birkenhof.de/sinnesreich

Unsere Partner



Behandlungen buchen

Wellnessbehandlungen sind täglich buchbar. Um Ihnen Ihre Wunschbehandlung(en) zu ermöglichen, buchen Sie bitte schon vor Anreise. Wir planen individuell und möchten alle Wellnesswünsche erfüllen. Gerne können Sie uns einen Terminwunsch mitteilen.

Gesundheit

Unsere Anwendungen haben ganz unterschiedliche Wirkungen. Damit diese immer positiv und unterstützend für Ihren Körper sind, bitten wir Sie, uns vorab eventuelle Beschwerden, gesundheitliche Einschränkungen (Allergien, etc.) und Schwangerschaft mitzuteilen. Gesundheitliche Risiken sind selbst abzuklären (ggf. mit Arzt).

Stornierungen

Ihre Terminabsage sollte mindestens 24 Stunden vor Behandlungsbeginn stattfinden. Bei späterer Stornierung müssen wir Ihnen leider 80% des Preises in Rechnung stellen.

Kosmetik Individuelle Gesichtsbearbeitungen

Unsere Partner für hochwirksame und wohltuende

Gesichtsbearbeitungen sind THALGO und PHARMOS NATUR.

THALGO
LA BEAUTE MARINE

Die Kraft des Meeres für Ihre Schönheit!

Die fantastischen Wirkstoffe des Meeres sind die Basis für diese frischen und effektiven Gesichtsbearbeitungen. Meeresalgen besitzen eine phänomenale Speicherkapazität für wichtige Mineralstoffe und Spurenelemente. Da unsere Haut eine außergewöhnliche Affinität zu diesen Meeresbotschaftern hat, können die Wirkstoffe leicht aufgenommen werden.

Thalgo Anti Aging: Fließende Vielfalt

129,-

Hochwirksame Anti-Aging-Behandlung mit Spirulina Boost, Hyalu-Procollagène, Silicium oder Exception || ca. 80 Min.

Tiefenreinigung | Peeling | Augenbrauenkorrektur | Wirkstoffkonzentrat | intensive Massage von Gesicht, Hals und Dekolleté | Spezialmaske | Abschlusspflege

PHARMOS
NATUR

Natur pur, mit Aloe Vera Frischpflanzenblatt!

Die Basis der PHARMOS Naturkosmetik ist der ganz besondere ALOE VERA Bio Ursaft. Während herkömmliche Naturkosmetik bis zu 80% auf sterilisiertem Wasser basiert, trägt der lebendige Aloe Vera Saft die Wirkstoffe unserer kostbaren Pflanzen-Kompositionen tief in die Haut – und beschenkt Sie zusätzlich mit seiner Fülle von über 100 wertvollen Inhaltsstoffen.

Pharmos Natur Anti Aging: Beautiful Age

99,-

Anti-Aging-Behandlung mit reichhaltiger Regenerationsmaske und Anti-Aging-Power-Creme || ca. 55 Min.

Reinigung | Peeling | Wirkstoffkonzentrat | Massage | Maske | Abschlusspflege

Anwendungen mit beiden Produktlinien:

Ursprüngliche Kostbarkeiten

115,-

Klassische Gesichtsbearbeitung für eine optimale Rundumversorgung der Haut || ca. 80 Min.

Tiefenreinigung | Peeling | Augenbrauenkorrektur | Wirkstoffkonzentrat | intensive Massage von Gesicht, Hals und Dekolleté | Spezialmaske | Abschlusspflege

Fantastischer Frischekick

81,-

Klassische Gesichtsbearbeitung für eine frische Ausstrahlung || ca. 55 Min.

Reinigung | Peeling | Ausreinigung oder Massage | Wirkstoffkonzentrat | Maske | Abschlusspflege

Alle kosmetischen Anwendungen sind auch für Schwangere und Herren geeignet.



Kosmetik Individuelle Gesichtsbearbeitungen

Erholsame Streicheleinheiten

Gesichtsmassage mit Abschlusspflege für ein entspanntes Hautgefühl || ca. 30 Min.

45,-

Kurze Abreinigung | ausgiebige Massage | passende Abschlusspflege

Charmantes Blinzeln

Strahlende Augen durch Form und Farbe für einen klaren Blick || ca. 30 Min.

45,-

Brauen formen und färben | Wimpern färben | passende Abschlusspflege

Anti-Aging Facetime

Aufpolsternde Gesichtsbearbeitung mit Schröpftechnik* || ca. 50 Min.

69,-

Abreinigung und Peeling | hochwirksame Seren | Aufpolsterung tiefer und oberflächlicher Falten | nährende Tagespflege

* nicht geeignet bei zu Rötungen und Couperose neigender Haut

Aloe Vera Splash

Feuchtigkeitsspendendes Kurtreatment mit purer Pflanzenpower || ca. 25 Min.

48,-

Kurze Abreinigung | Peeling | Massage mit Aloe Vera Frischpflanzenblatt | Abschlusspflege

Satte Lebendigkeit

Augen- und Dekolletébehandlung mit Frischekick || ca. 30 Min.

53,-

Kurze Abreinigung | Maske für Hals und Dekolleté | kurze Augenbrauenkorrektur | Augenmaske mit Aloe Vera Frischpflanzenfilets | kurze Massage für Dekolleté und Augenringmuskulatur | Abschlusspflege

Zusatzleistungen (nur in Verbindung mit einer Gesichtsbearbeitung)

Wimpern färben € 12,- Augenbrauen formen € 10,- Paraffinhandpackung* € 19,-
 Augenbrauen färben € 10,-

*: Paraffinhandpackung nur buchbar in Kombination mit einer Gesichtsbearbeitung oder Maniküre



Kosmetik Individuelle Gesichtsbearbeitungen

Effektiver Luxus

Einzigartiges sinnliches Intensiv-Luxus-Verwöhn-Treatment „Prodige des Océans“ || ca. 75 Min.

Eine luftig-perlende Maske und ein hochwirksames Konzentrat verfeinern sanft den Teint und schenken neue Ausstrahlung. Die von der japanischen Kobido-Technik inspirierte Signature Massage befreit von Anspannungen und sorgt für tiefes Wohlbefinden. Gönnen Sie sich und Ihrer Haut puren Luxus in Kombination mit Intensiv-Wirkstoffen. Ausreinigen, Augenbrauen formen und färben zusätzlich zubuchbar.

127,-

THALGO
LA BEAUTE MARINE

Medical Beauty Peeling Marine

Hauterneuernde Gesichtsbearbeitung für individuelle Hautbedürfnisse || ca. 50 Min.

99,-

Intensiv regenerierende Gesichtsbearbeitung mit Produkten marinen Ursprungs für einen sichtbaren Hauterneuerungseffekt mit dem Fokus auf Falten, Poren, Teint und Spannkraft. Individuelle Behandlung mit einem zur Haut passendem Peeling aus säurehaltigen, mikropulverisierten Algen. Inklusive Schutzcreme für daheim zur Pflege der behandelten Haut.

THALGO
LA BEAUTE MARINE

Reine Männersache

Erfrischend entspannende Gesichtsbearbeitung für den Mann || ca. 55 Min.

79,-

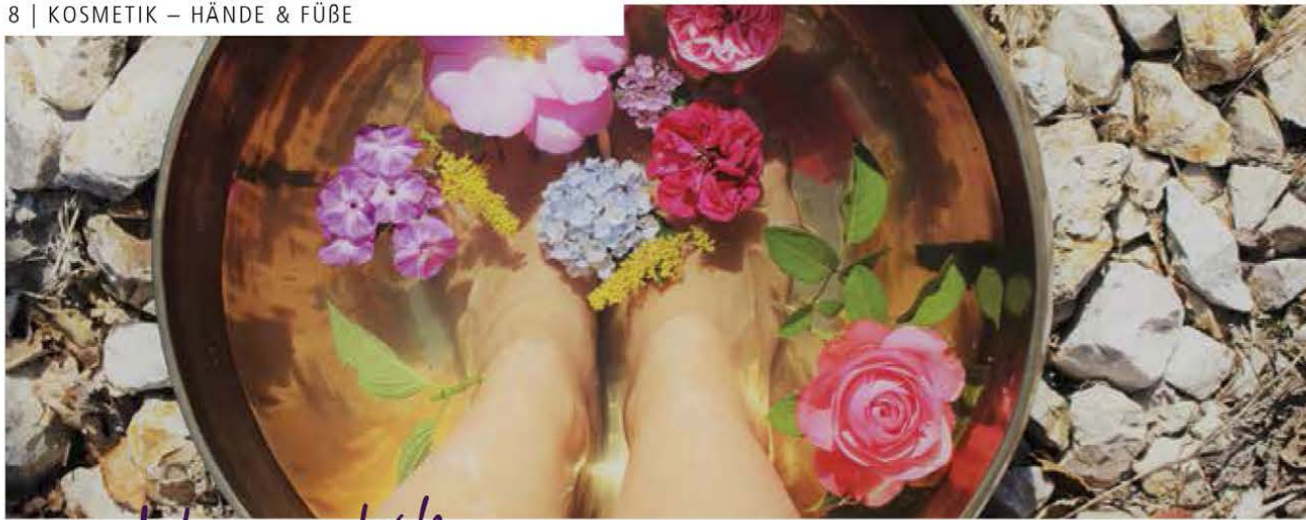
Abreinigung | Peeling | Tiefenreinigung und/oder Gesichtsmassage | Wirkstoffkonzentrat und Maske | Abschlusspflege

Power Man

Vitalisierende Gesichtsbearbeitung für Herren || ca. 30 Min.

54,-

Abreinigung | Meerwasserspray | Wirkstoffkonzentrat speziell für die Männerhaut | leichte Gesichtsmassage | Thalgo Men Abschlusspflege



Kosmetik Hände & Füße

Gepflegte Hände Klassische Maniküre || ca. 35 Min.

54,-

Korrektur der Nagellänge und Nagelform | Nagelhautpflege | abschließende Pflege

Echtes Händerlebnis Spa Maniküre || ca. 55 Min.

76,-

Handbad | Peeling | Korrektur der Nagellänge | Packung | Nagelpflege | wahlweise Massage oder Lack

Gepflegte Füße Klassische Pediküre || ca. 40 Min.

59,-

Fußbad | Korrektur Nagellänge, -form und -haut | Hornhautentfernung | abschließende Hautpflege

Echtes Fußerlebnis Spa Pediküre || ca. 55 Min.

76,-

Fußbad | Peeling | Korrektur der Nagellänge | Hornhautentfernung | Packung | Nagelpflege | wahlweise Massage oder Lack

Erquickendes Doppel

Kombination aus klassischer Mani- und Pediküre || ca. 70 Min.

95,-

Kunterbunte Nägel

Lack im Anschluss an Mani- oder Pediküre || ca. 15 Min.

19,-

Perfekt gepflegter Look nach individuellem Farbwunsch (keine French-Lackierung)

Eine Maniküre ist nur bei natürlichen Nägeln möglich – eine Shellac- oder Gel-Maniküre bzw. Pediküre kann nicht entfernt werden.



wunderbare
ALOE VERA



Körperbehandlungen

Reiner Naturquell Basisches Körperpeeling || ca. 20 Min.

38,-

Ganzkörperpeeling mit Jentschura Basensalz und Sesamöl für eine optimale Rückfettung und ein samtweiches Hautgefühl.

Prickelnde Munterkeit Whirlwannenbad mit Champagnereffekt || ca. 25 Min.

38,-

Tauchen Sie ein in sprudelndes, wohlig warmes Wasser und spüren Sie eine angenehme Lockerung der Muskulatur.

Warme Umarmung Körperpackung im Thermo-SPA || ca. 30 Min.

45,-

Effektive Cremes mit individuellen und frischen Zutaten verwöhnen die Haut und hinterlassen ein geschmeidiges, sanftes und angenehmes Hautgefühl.

Sie wählen zwischen:

Nachtkerze – beruhigend und rückfettend

Ziegenbutter – rückfettend und feuchtigkeitsspendend für trockene Haut

Moor – durchblutungsfördernd und muskeltvitalisierend



Körperbehandlungen

Süße Berührung

Rundum-Wohlfühl-Treatment mit Honig-Ingwer-Öl, Massagekerze und Honig || ca. 50 Min.

Leichte, streichende Bewegungen bringen die Körperenergie zum Fließen und hinterlassen ein herrliches Wohlgefühl. Körper und Geist sind nach dieser Anwendung rundum glücklich.



Duo

Body Sculpt Figurpflege Intensiv-Figurpflegebehandlung || ca. 60 Min.

Ein Fruchtsäure-Peeling sowie eine Ihren Problemzonen angepasste Spezial-Packung in Kombination mit der intensiven Perfect Sculpt Massage ist empfehlenswert bei Cellulite und/oder nachlassender Hautelastizität.



THALGO
LA BEAUTE MARINE

Kraftvolles Meer

Remineralisierende Körperpackung inkl. Körperpeeling || ca. 50 Min.

Optimale Regeneration in der Schwebeliege! Algen in ihrer reinsten Form enthalten Vitamine, Mineralien und Spurenelemente aus dem Meer. Diese können helfen, Wasseransammlungen und Pölsterchen gezielt zu mindern. Diese Behandlung kann zu Hause mit Algenbädern weitergeführt werden.



THALGO
LA BEAUTE MARINE

Sanfte Körperaktivierung

Detox-Behandlung || ca. 60 Min.

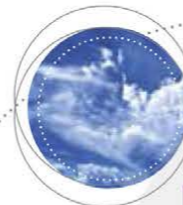
Ein Seidenhandschuh-Peeling, eine lymphaktivierende Massage mit Pharmos-Detox-Öl sowie ein Aloe Vera Frischpflanzenblatt bringen eine Fülle von Wirkstoffen tief in die Haut und versorgen diese mit Feuchtigkeit. Aktivieren Sie damit die natürliche Vitalität des Körpers.



PHARMOS
NATUR

Körperbehandlungen mit besonderem Birkenhof-Spirit

Wählen Sie Ihre Wunschbehandlung im Zeichen der Elemente-Philosophie aus:



THEMA LUFT DURCHATMEN

- Fußpeeling
- Massage der Reflexzonen für Lunge und Bronchien
- Reflektorische Atembehandlung mit warm-aromatisierten Rückenwickeln und Massage
- Ziel ist die freie Atmung, tiefes Luftholen und entspanntes Durchatmen

Spüren Sie das Gefühl von Freiheit
ca. 60 Min.



THEMA ERDE RUNTERKOMMEN

- Fußpeeling
- Fußzonenmassage
- Druckwellenmassage und sanfte
- Ganzkörpersalbung
- Erdung, Zentrierung und Ankommen heißen die Themen dieser Behandlung

Finden Sie Ihre Gelassenheit wieder!
ca. 60 Min.



THEMA WASSER AUFFRISCHEN

- Fußgüsse
- Körperpeeling mit Limetten-Bambus-Öl
- Ganzkörpermassage und Stirnguss
- Erfrischung, Reinheit und alles fließen lassen stehen hier im Vordergrund

Lassen Sie Anspannung los!
ca. 60 Min.



THEMA FEUER ANREGEN

- Fußpeeling
- Ganzkörpermassage mit Aroma-Massagekerze nach Wahl
- Die Wärme, Aktivierung und Vitalisierung des Körpers und Geistes werden durch eine Kerzenmassage eingeleitet

Fühlen Sie sich lebendig!
ca. 60 Min.





Ayurvedische Massagen

Tiefe Entspannungsreise

Die traditionell ayurvedischen Anwendungen mit warmen Öl schenken Tiefenentspannung, Wärme und Lockerung für Gewebe und Muskulatur. Die Massage mit Sevedaöl hüllt Sie ein und gibt Ihnen ein wohliges Gefühl von Geborgenheit, Wertschätzung und tiefer Harmonie.

Abhyanga Der Klassiker unter den ayurvedischen Massagen || ca. 60 Min.

115,-

Die tiefenentspannende Ganzkörperölmassage mit viel Sevedaöl lässt Sie die eigene Mitte und angenehme Harmonie spüren. Ein ganzheitliches Wohlfühlerlebnis mit sanften Streichungen.

Mukabhyanga

Intensive Kopf-, Nacken-, Gesicht- und Oberkörpermassage || ca. 45 Min.

97,-

Lassen Sie sich richtig fallen und befreien Sie Ihren Kopf von belastenden Gedanken. Eine tiefe Entspannung für den Kopfnackebereich gepaart mit Streicheleinheiten für Ihre Seele.

Padabhyanga Ayurvedische Beinmassage || ca. 45 Min.

97,-

Beruhigt das Nervensystem und wirkt stärkend auf das Immunsystem. Genießen Sie Erdung und Stabilität, schöpfen Sie Kraft und spüren Sie wohltuende Ruhe durch tiefe Entspannung.

Für Ayurveda-Liebhaber:

Vertrautes Loslassen

Ayurveda-Package zur Tiefenentspannung || über 3 Tage ca. 180 Min.

259,-

Siehe Seite 19



Hamam Zeremonien

Lassen Sie sich in den Orient entführen und genießen Sie Anwendungen im Private SPA mit eigenem Dampfbad, dem mystischen Massageraum mit mauretanischem Hamamstein und einem Ruheseparee, um den Anwendungen nachzuspüren.

Orientalischer Kräuterzauber Kräuterstempelmassage || ca. 50 Min.

97,-

Ein Hamam-Ritual für die Sinne! Duftende Kräuterstempel mit heißem Öl gleiten in rhythmischen Bewegungen über den Körper und wirken peelend und pflegend gleichzeitig. Auf dem warmen, mauretanischen Hamamstein liegend, spüren Sie Duft und Anwendung nach – Glückshormonausschüttung inklusive.

Quirlige Schaumwelt Seifenschaummassage || ca. 45 Min.

82,-

Wunderbares Reinheitsritual mit wohligen Dampf, reinigendem Peeling mit Sisalnest und Seifenschaum auf dem mauretanischen Hamamstein und anregenden Wasser-Wechselgüssen. Eine frisch zubereitete Ananas-Kokos-Creme sorgt für die Rückfettung der Haut. Ein Traum in Schaum!

Luftig-leichtes Körpergefühl

Spa-Ritual im Private-Spa mit Hamamstein || ca. 75 Min.

119,-

Wohltuende SPA-Anwendung mit Meersalzpeeling, Massage mit Birkenholz-Stäben, regenerierendes Gesichtsmaske und Teilkörperpackung. Dank hocheffektiver Wirkstoffe und der innovativen Massagetechnik bleibt ein hautglättender Soforteffekt sowie ein straffes Hautgefühl.

Klassische Massagen



Individuelle Wohlfühlzeit || ca. 50 Min. **85,-** || ca. 80 Min. **125,-**
 Massage ganz nach Ihren Bedürfnissen!

Nach Absprache mit unserem SPA-Team legen Sie die Massageschwerpunkte fest.

Wunderbare Leichtigkeit Kopf-Nacken-Massage || ca. 25 Min. **42,-**

Wunderbar entspannende Massage für ein leichtes Kopfgefühl.
 Der Schwerpunkt der Massage liegt im Nackenbereich.

Duo

Ausgleichende Wärme Rückenmassage || ca. 25 Min. **42,-**

mit heißer Rolle || ca. 45 Min. **65,-**

Klassische Rückenmassage für eine entspannte Rückenmuskulatur. Bei der erweiterten Anwendung wird mit Druck und Klopfen der heißen Rolle die Massage intensiviert.

Duo

Duftes Wohlsein Aromaölmassage || ca. 25 Min. **45,-** || ca. 50 Min. **79,-**

Mmmh... riechen Sie den Duft von Lavendel oder Lemongras? Ingwer oder Kokos?
 Ein Duft nach Wunsch, eine sanfte Wohlfühlmassage – was will man mehr?

Duo

Erholsames Ganzsein Ganzkörperentspannungsmassage || ca. 50 Min. **75,-**

Klassische Ganzkörpermassage für ein lockeres Körpergefühl.

Duo

Bunter Elfenzauber Beruhigende Kindermassage || ca. 25 Min. **35,-**

Leichte Massage mit Duftöl und einer kleinen Überraschung. Für Kinder bis 10 Jahre.

Aktive Hautvitalität | Lymphanregende Bürstenmassage || ca. 25 Min. **39,-**

Ganzkörperpeeling mit sanften Bürstungen für ein lebendiges und samtweiches Hautgefühl.

Duo wählen

Dank zwei Massageliegen im Raum können Sie gemeinsam zur selben Zeit entspannen. Die entsprechenden Massagen, bei denen die DUO Option möglich ist, sind gekennzeichnet.

Fernöstliche Massagen

Feinstoffliches Gleichgewicht Tibetische Rückenmassage || ca. 50 Min. **89,-**

Der Spirit aus den Klöstern Tibets – Sanfte Streichungen, besondere Abläufe und meditative Rituale bringen die Energie im Körper zum Fließen. Gelassenheit, eine tief empfundene Ruhe und wohlige Entspannung lassen den Geist schweben und führen zu ausgeglichener Balance zwischen Körper und Seele.

Hawaiianischer Traum Lomi Massage || ca. 90 Min. **129,-**

Harmonie von Körper, Geist und Seele - Wohltuende Streichungen und rhythmische Bewegungen verwöhnen die Sinne, hawaiianische Klänge nehmen Sie mit auf eine mentale Reise. Die leicht schaukelnden Bewegungen der Massage können sanft und beruhigend, aber auch fordernd und tiefgehend wirken. Spüren Sie ganzheitliche Entspannung und fließende Energie!

Fernöstliche Lebensenergie Thai Massage

Die Anwendung von Yoga-Elementen wie Dehnen, Strecken und Mobilisieren sind die uralten Muster dieser Behandlung. Akupressur auf den zehn Energielinien, die nach der ayurvedischen Lehre den Körper durchziehen, aktivieren den Energiefluss. In bequemer Kleidung auf einer Bodenmatte liegend spürt man Streichungen, Dehnungen und rhythmischen Druck zur Lockerung der Muskulatur.

Ganzkörperbehandlung (nach Wunsch auch mit Tok-Sen-Therapie) || ca. 90 Min. **129,-**



Spezial Massagen

Leichtes Faszien-Treatment Faszien-Behandlung || ca. 50 Min.

Die Ganzkörperanwendung mit Massagecups in Verbindung mit Birkenöl durchblutet die Muskulatur und lockert die Faszien.

79,-

Beflügelte Energie Angel-, Body- & Soul-Massage || ca. 80 Min.

Für Sie und mit Ihnen ausgesuchte Essenzen, Öle und Aurasprays von Ingrid Auer bzw. Yogana begleiten und unterstützen diese Body- & Soul-Massage. Entspannung, Leichtigkeit und ganzheitliches Wohlbefinden.

105,-

Energievolles Rückgrat Breuß-Massage || ca. 40 Min.

Bandscheibenregenerationsmassage entlang der Wirbelsäule mit entlastenden und sanft lösenden Griffen. Lockert die Wirbelsäulenmuskulatur und regt die Regeneration der Bandscheiben an.

65,-

Unterstützende Stabilität Dorn-Breuß-Massage || ca. 70 Min.

Sanfte, manuelle Anwendung zur Korrektur von Disharmonien des Bewegungsapparats. Abschließende energetische Massage.

105,-



Energievoller Impuls Tuina-Massage || ca. 50 Min.

Energetische Massage entlang der Körpermeridiane mit anregender Wirkung. Druckimpulse sorgen für einen ausgeglichenen Energiefluss.

79,-

Knisterndes Geflüster

Ohrkerzenbehandlung und leichte Kopfmassage || ca. 40 Min.

Die Behandlung entspannt den Ohrbereich und entlastet den Kopf – für ein freieres Kopfgefühl!

49,-

Wertvolle Verbindung Fußzonenmassage || ca. 40 Min.

Ganzheitliche Wirkung durch individuelle Druckpunktmassage der Fußzonen. Durch den Druck werden verschiedene Organe im Körper aktiviert und belebt.

59,-

Wärmende Erde Massage mit heißen Lavasteinen || ca. 60 Min.

Durch die gleitenden Bewegungen der heißen Steine entsteht eine erholsame Ruhe. Die Muskulatur wird intensiv durchwärmt. Kurze Kältereize (nach Absprache) aktivieren und beleben.

89,-

Sinnesrituale

für Paare und Freundinnen



Exotisches Inselfringen

Spa-Ritual und Sinnesreise ins ferne Polynesien

Für 1 Person || ca. 120 Min.

Für 2 Personen || ca. 90 Min.

145,-

210,-

Duo

- * traditionelle Schönheitsgeheimnisse der Maori
- * erlesene Inhaltsstoffe und Düfte der polinesischen Inseln
- * Vanille-Peeling | Lagunenwasserbad (nicht bei Duo-Behandlung) | Mahana-Massage | Polynesia-Ölpflege
- * ganzheitliche Tiefenentspannung
- * zartes, glattes Hautgefühl

Traute Zweisamkeit

Uraltes Reinigungs- und Pflegeremoniell für Verliebte als Paar-Spa im Hamam – für 2 Personen || ca. 80 Min.

216,-

Duo

- * peelende und pflegende Rasurhlämme
- * Dampfbad für zwei | gemeinsames Aroma-Fußbad | Teilkörpermassage mit speziellem Öl als Duo-Anwendung | Nachruhe mit „Heißer Liebe“ (süße Überraschung)

Belebende Meeresbrise Wohltuendes Bad, Ganzkörperpeeling, Ganzkörpermassage

Entspannen Sie bei diesem SinnesRitual und schöpfen Sie neue Energie. Inspiriert von afrikanischen Massage-Techniken, entführt die belebende Edelstein-Massage (Rosenquarz & Bergkristall) an die erfrischende Küste des Atlantiks. Babassunussöl nährt Ihre Haut und spendet Feuchtigkeit für einen Golden Glow. Luxuriöses Peeling und ein wohltuendes Bad mit Badebalsam und Olivin-Extrakt runden die Belebende Meeresbrise perfekt ab.

Für 1 Person mit wohltuendem Bad || ca. 120 Min.

149,-

Für 2 Personen ohne Bad || ca. 90 Min.

210,-

Duo

Fantastische Feuer- & Eiswelt Revitalisierendes und entspannendes Spa-Ritual

Ein erfrischendes Salzpeeling ist der Start einer unvergesslichen Sinnesreise. Tauchen Sie ab in ein tiefblaues Bad, welches Ihnen das Gefühl vermittelt, in einer heißen Quelle Islands zu baden. Die Massage mit warmen Händen und belebenden Kälteimpulsen entführt Sie in das schimmernde Licht und die unendlichen Weiten der Eislandschaft. Begleitet werden Sie auf dieser Reise von Düften der Hyazinthen, Jasmin und Magnolien.

|| ca. 90 Min.

Peeling + Massage für 1 Person

119,-

|| ca. 120 Min.

Peeling + Arktisches Bad + Massage

149,-

|| ca. 90 Min.

Peeling + Massage für 2 Personen

208,-

Duo

Spa-Packages

Vertrautes Loslassen

Ayurveda-Package zur Tiefenentspannung || über 3 Tage ca. 180 Min.

259,-

- * Einfache Konstitutionsbestimmung mittels Dosha Test| entsprechende Beratung und Empfehlungen für zu Hause | die beinhalteten Behandlungen werden dementsprechend in deren Ausführung angepasst
- * Garshanmassage (ayurvedische Seidenhandschuhmassage)
- * Abhyanga (ayurvedische Ganzkörpermassage) vorab mit basischem Fußbad
- * wahlweise Mukabhyanga (ayurvedische Gesichts-, Kopf-, Nackenmassage) oder Padabhyanga (ayurvedische Fußmassage) jeweils vorab mit basischem Fußbad
- * Ayurvedischer Tee entsprechend des Dosha Tests für zu Hause

Starker Rücken Package für starken Rücken || über 2-3 Tage ca. 125 Min.

169,-

- * „Warme Umarmung“ (Moorpackung im Thermo-Spa)
- * „Prickelnde Munterkeit“ (basisches Entspannungsbad in der Whirlwanne)
- * Rückenmassage mit Franzbranntweineinreibung
- * „Ausgleichende Wärme“ (Teilkörpermassage mit heißer Rolle)

Tiefe Zufriedenheit

Tiefe Zufriedenheit für werdende Mamis || über 2 Tage ca. 115 Min.

169,-

- * Basisches Kräuterfußbad mit Wassergüssen und Peeling bis zum Knie
- * „Wunderbare Leichtigkeit“ Kopf-Nacken-Massage
- * Gesichtszeit mit Abreinigung, Gesichtsmassage und Abschlusspflege
- * „Echtes Hand- oder Fußerlebnis“ (Spa-Maniküre oder Spa-Pediküre zur Auswahl)



SPIRIT&SPA 
BIRKENHOF
★★★★★ am Elfenhain


Familie Gmach
Auf der Rast 7
93479 Grafenwiesen
Bayerischer Wald

Tel.: +49 - (0) 99 41/40 04520
info@hotel-birkenhof.de

zum.hotel-birkenhof.de/bayerwald

IMPRESSUM:

Inhalt, Redaktion:
Ferienhotel Birkenhof Johann Gmach KG

Layout:
Willi Weber Grafik Design, Grafenau

Druck:
Druck & Service Garhammer GmbH, Regen

Bildnachweise:
Ferienhotel Birkenhof KG; Thalgo Cosmetic GmbH; Pharmos Natur – Green Luxery GmbH; Pino Pharmazeutische Präparate GmbH; Marco Felgenhauer www.woildlife-photography.de; Benedikt Seidl, Lam; AdobeStock.com

© Ferienhotel Birkenhof Johann Gmach KG,
AG Rgsb. HRA 6436, Stand April 2025