

Heute hab ich Lust auf
WELLNESS!



VITAL-SPA

KÖRPERBEHANDLUNGEN, KOSMETIK & MASSAGEN MIT DER KRAFT DER NATUR



Herzlich willkommen
IM VITAL-SPA DES HOTEL SOMMER FÜSSEN!

**UNSERE AKTUELLEN
ÖFFNUNGSZEITEN FINDEN SIE UNTER:**

[www.hotel-sommer.de/hotel-fuessen/
oefnungszeiten](http://www.hotel-sommer.de/hotel-fuessen/oefnungszeiten)



Time for Day-Spa!

...VON MONTAG BIS SONNTAG BUCHBAR!

Alle Preise und Angebote zum Day-SPA
finden sie ebenfalls auf unserer Homepage.

INHALT

04	SPA KONZEPT
06	GUT ZU WISSEN
10	ALPEN WELLNESS
12	MASSAGE TREATMENTS
14	AYURVEDISCHE ANWENDUNGEN
16	KÖRPERPEELING & KÖRPERPACKUNG
18	BABY MOON TREATMENTS
20	FÜR UNSERE TEENIES
21	MANIKÜRE & PEDIKÜRE
22	VITAL-KOSMETIK MIT DOCTOR BABOR
24	VITAL-KOSMETIK MIT DR. GRANDEL
26	LUXUS FÜR DIE FRAU
27	PURE MEN KOSMETIK
28	AKTIV INDOOR & OUTDOOR
30	VITAL-SPA AUF EINEN BLICK



VITAL-SPA

GANZHEITLICH ENTSPANNEN

Es liegt uns am Herzen, Sie, liebe Gäste während Ihrer Wohlfühl-Tage herzlich und authentisch zu begleiten. In Anlehnung an unser tiefgreifendes SPA Menü, hoffen wir, Ihnen einen unvergesslichen Aufenthalt zu schenken. Nehmen Sie sich Zeit, im kuscheligen Bademantel in unseren Ruhebereichen zu entspannen.

Gönnen Sie sich eine Wellnessanwendung, einen Saunagang oder ziehen Sie ein paar Züge in einem unserem Poolbecken und genießen Sie den unbeschreiblichen Blick auf den Forggensee. Wir wünschen Ihnen den Genuss der Ruhe und Entspannung.

Ihr Vital-SPA-Team

UNSERE QUELLEN DER VITALITÄT



Gebirge - stärkende, anregende, aktivierende & straffende Wirkung.



Luft - entstressende, erleichternde, befreiende & beruhigende Wirkung.



Wald - nährende, regenerierende Wirkung bei empfindlicher/irritierter Haut.



Wasser - feuchtigkeitsversorgende, klärende & entschlackende Wirkung.



GUT ZU WISSEN

TERMINE BUCHEN

Alle unsere Behandlungen sind nur gegen Termin durchführbar. Bitte kontaktieren Sie uns am besten diesbezüglich schon bei der Reservierung Ihres Hotelzimmers per Mail unter **wellness@hotel-sommer.de** oder **Telefonisch unter 0049 8362 9147 153**. Während Ihres Aufenthalts können Sie außerdem über unsere digitale Gästemappe Termine anfragen. Wir bitten Sie, sich 10 Minuten vor dem Termin an der SPA-Rezeption einzufinden, um Ihnen und den nachfolgenden Gästen keine Unannehmlichkeiten zu bereiten. Sollten Sie zu spät erscheinen, müssen wir Ihre Anwendung entsprechend verkürzen. Terminabsagen teilen Sie uns bitte mind. 48 Stunden im Voraus mit, damit wir Ihre Buchung kostenlos stornieren können. Ansonsten müssen wir Ihnen leider 80% Stornokosten in Rechnung stellen. Bei Ausfall von gebuchten Anwendungen können wir leider keinen Ersatztermin garantieren, wir versuchen aber natürlich jederzeit eine optimale Lösung zu finden!

MEDIZINISCHE VORSICHTSMASSNAHMEN

Bitte teilen Sie uns mit, falls Sie gesundheitliche Beschwerden oder Beeinträchtigungen haben. Wir empfehlen Ihnen außerdem ausreichend Flüssigkeit vor und nach der Behandlung zu sich zu nehmen und auf den Konsum von Alkohol zu verzichten. Nehmen Sie sich bitte nach der Anwendung ausreichend Regenerationszeit für sich. Sollten Sie sich in ärztlicher oder therapeutischer Behandlung befinden, bitten wir Sie, unsere Wellnessmitarbeiter vor Beginn Ihrer Anwendung darüber zu informieren. Gegebenenfalls bringen Sie uns ein aktuelles Attest mit. Bei fehlendem Attest, unklaren Beschwerden oder Erkrankungen (z.B. Infektionen oder Verletzungen), sind unsere Wellnessmitarbeiter angehalten, Anwendungen kurzfristig zu ändern und notfalls abzusagen. Wir bitten um Ihr Verständnis.

BEKLEIDUNG & HYGIENE

Bademäntel und Handtücher befinden sich in der Badetasche auf Ihrem Zimmer. DAY SPA Gäste erhalten diese im SPA-Bereich. Aus hygienischen Gründen und zur idealen Vorbereitung bitten wir Sie, sich unmittelbar vor Ihrer Anwendung abzduschen.

WERTGEGENSTÄNDE

Bitte lassen Sie Ihre Wertgegenstände im Zimmersafe. Für Wertgegenstände, die mit in unseren Vital-SPA-Bereich gebracht werden können wir leider keine Haftung übernehmen.

RUHE

Unser gesamter Vital-SPA-Bereich ist ein Ort der Ruhe und Entspannung. Bitte unterstützen Sie diese Atmosphäre der Stille und verzichten Sie auf Ihr Mobiltelefon und ähnliche elektronische Geräte.

KINDER

Für Kinder ist der Zutritt zur Saunalandschaft ab 12 Jahren gestattet. Ab 16.00 Uhr ist die Sauna nur für Gäste ab 16 Jahren zugänglich.

GUTSCHEINE

Unsere Anwendungen und Programme erhalten Sie auch über unsere Homepage als Gutschein.
www.lerch-genuss.de/ueber-uns/gutscheine

ALPEN WELLNESS

AROMA-ÖL GANZKÖRPERMASSAGE

Eine entspannende Ganzkörpermassage nach Ihren Bedürfnissen mit einem naturreinen Aromaöl Ihrer Wahl.
ca. 50 min. € 89,00

WELLNESS-RÜCKENMASSAGE

Rücken-/Nackenmassage entsprechend Ihrem Befinden zur Lockerungen von Muskelverspannungen und Lösung von Verklebungen im Gewebe.
ca. 25 min. € 54,00

WELLNESS-GANZKÖRPERMASSAGE

Ganzkörpermassage mit individueller Intensität ganz nach Ihrem aktuellen Befinden. Zur Lockerungen von Muskelverspannungen und Lösung von Verklebungen im Gewebe.
ca. 40 min. € 72,00

ANTI-STRESS MASSAGE

Reine Entspannungsmassage für Kopf Schulter Nacken & Rücken. Sie hilft bei Stress und dient dem Abbau von Dysbalancen auf physischer und mentaler Ebene. Bekämpfung von stressbedingten Verspannungen oder Verkrampfungen durch warmes wohltuendes Mandelöl.
ca. 50 min. € 86,00

VITAL-DETOX-ZEREMONIE

Effiziente Entgiftungsbehandlung mit Zeolith und Honig. Die Rückenbehandlung beinhaltet eine Schulter- und Nackenmassage, Wirkstoffpad für Füße, Leber, Galle und Niere sowie einer sanften Entschlackungsmassage mit natürlichem Detox-Gel. Der Stoffwechsel wird angeregt und Ihr Körper entgiftet. Sie fühlen sich leichter, vitaler und resistent. Als Detoxbehandlung für zuhause, dürfen Sie das Detox-Set im Anschluss an die Behandlung gerne mitnehmen.
ca. 50 min. € 98,00

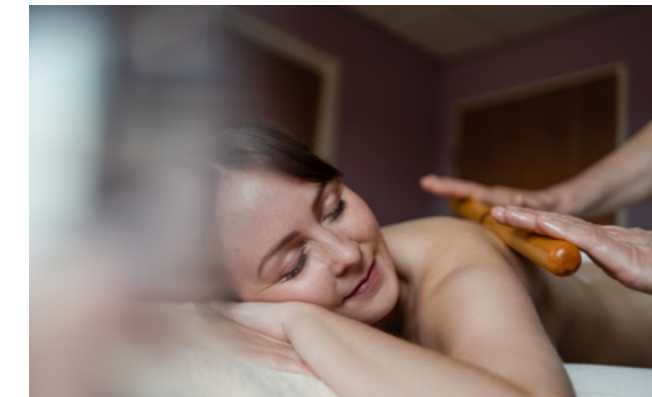
VITAL-SPA RITUAL - ZEREMONIE FÜR ALLE SINNE



Das exklusive Entspannungsritual beginnt mit einer einführenden Entspannungszeremonie durch Berührung, begleitet von einem entspannenden, natürlichen Raumduft. Das anschließende Ganzkörperpeeling mit der Wirkungskraft der darin enthaltenen Zirbe und Mineralien, bereitet Ihre Haut optimal für die darauffolgenden essentiellen Wirkstoffe vor. Das Entspannungsritual löst mit der natürlichen Kraft der Zirbe und wohlwollender Massagetechniken muskuläre Verspannungen tiefgehend. Die individuell eingesetzten Gua Sha Steine regen den Stoffwechsel und den Lymphfluss an, entgiften den Körper und haben dadurch einen festigenden Effekt. Verwöhnt werden Sie im Anschluss durch eine für Sie abgestimmte Massage für Rücken, Arme und Beine. Das Ausklangsritual lässt Sie aus der Entspannung führen. Um Ihren Tag vitalisiert weiter zu genießen, laden wir Sie ein, sich bei dem Genuss einer Tasse Tee ein paar Minuten Zeit für sich zu nehmen.
ca. 90 min. € 158,00

ZIRBENHOLZMASSAGE

Die Zirbenholzmassage zur Revitalisierung von Körper und Geist kombiniert verschiedene Massagetechniken mit angewärmten Zirbenholzstäben und Zirbenhandschmeichlern. Die zahlreichen positiven Eigenschaften dieses natürlichen Materials sorgen für eine tiefe Entspannung während und nach der Behandlung.
ca. 50 min. € 98,00



MASSAGE TREATMENTS

FUSS-RELAXZONEN-MASSAGE

Durch diese spezielle Druckpunktmassage der Fußsohlen können die Funktionen der inneren Organe, des Nervensystems und des Bewegungsapparates stimuliert und positiv beeinflusst werden.
ca. 40 min.

€ 68,00

OHRKERZENBEHANDLUNG

Das sanfte Abbrennen einer Ohrkerze aus regionalem Honig-Wachs erzeugt ein beruhigendes, meditatives Geräusch und fördert Tiefenentspannung. Anschließend unterstützt eine leichte Lymphdrainage an Hals und Kopf die Entschlackung und sorgt für ein erfrischtes Gefühl. Eine abschließende Kopf- und Nackenmassage löst Verspannungen und rundet die Anwendung perfekt ab. Ideal bei Erkältung, Ohrendruck, Tinnitus oder einfach zur Regeneration von Körper und Geist.
ca. 40 min.

€ 66,00

TIME TOGETHER - PRIVATE-SPA-SUITE

Genießen Sie die Zweisamkeit, mit einem Glas unseres Haussektes, in romantischer Atmosphäre unserer Private-SPA-Suite. Entspannen Sie in der Aroma-Whirl-Wanne, dem Dampfbad oder machen Sie es sich in dem angenehmen Wasserbett gemütlich.

1 Std.

€ 108,00

2 Std.

€ 156,00

Jede weitere Stunde

€ 104,00

Buchen Sie gerne eine Wellness-Paarmassage in Ihrer Private-SPA-Suite dazu. Die Zeit wird an Ihre reguläre Aufenthaltsdauer angehängt.
ca. 25 min.

€ 108,00

STEINSTUNDEN

Pures Verwöhnerlebnis und volle Tiefenentspannung mit heißen Steinen und hochwertigen Ölen. Muskelverspannungen können sich durch die Wärme der Lavasteine lösen.
ca. 60 min.

€ 98,00

SPORTMASSAGE FÜR BEINE & FÜSSE

Intensive Massage der Beine und Füße zur Lockerung und Entspannung. Empfehlenswert nach sportlichen Aktivitäten oder dem Gefühl von schweren Beinen. Danach gehen Sie federleicht.
ca. 25 min.

€ 48,00

FUSSMASSAGE

Eine wohltuende klassische Massage für die Füße und die Unterschenkel.
ca. 25 min.

€ 45,00

Unser Highlight!





AYURVEDISCHE ANWENDUNGEN

Mit sanften Händen den Körper umspielen - Die Ayurvedischen Anwendungen können eine positive Wirkung auf die organischen Funktionen haben und den allgemeinen Gesundheitszustand verbessern.

ABHYANGA

Ganzkörper-Öl-Massage zur Harmonisierung der Körperenergien. Inklusive Kopf- und Gesichtsmassage. Die Behandlung schenkt tiefe Entspannung, regt Stoffwechselprozesse an und unterstützt damit den körpereigenen Abtransport von Schlacken und Säuren aus dem Gewebe. Dieses wird gefestigt und die Durchblutung gefördert.

ca. 60 min.

€ 118,00

UPANAHASVEDA

Rückenmassage zur Entspannung und Lockerung. Empfehlenswert bei Rückenbeschwerden wie Ischias, Hexenschuss oder Ähnlichem.

ca. 25 min.

€ 51,00

MUKABHYANGA

Entlastende Massage für Gesicht, Nacken, Kopf und Oberkörper mit warmem Öl. Empfehlenswert bei Kopfschmerzen und Nackenbeschwerden.

ca. 45 min.

€ 83,00

SANFTE HAUT DURCH KÖRPERPEELING & KÖRPERPACKUNG

BODY - RELAX & HARMONY

Ein glättendes Körperpeeling mit einer Kombination aus Zirbenöl und Natursteinsalz verleiht der Haut samtige Geschmeidigkeit. Die anschließende Packung versorgt Ihre Haut mit essentiellen Wirkstoffen und Feuchtigkeit und macht sie samtweich. Der alpine Duft fördert die Innere Ruhe und einen erholsamen Schlaf.

ca. 50 Min.

€ 89,00

BODY - DETOX

Das alpine Kräuterpeeling in Kombination mit der Kräuterpackung aus wertvollem heimischem Kräutersud und Kräuteröl wirkt entgiftend und stärkt das Immunsystem. Die Haut wirkt klarer und gefestigt.

ca. 50 Min.

€ 89,00

BODY-CARE FÜR DEN RÜCKEN & FÜSSE

Genießen Sie bei einer wärmenden und durchblutungsfördernden Schulter-Nacken-Auflage eine Fußmassage und anschließende Rücken-Schulter-Nackenmassage. Lockert die Muskulatur und sorgt für mehr Beweglichkeit und Entspannung.

ca. 50 Min.

€ 89,00



BABY MOON TREATMENTS

Lassen Sie sich auch unter besonderen Umständen verwöhnen und genießen Sie eine für Sie speziell angepasste Gesichtsbehandlung von unseren professionellen Kosmetikerinnen. Lassen Sie sich hierzu sehr gerne an der SPA-Rezeption beraten.



SAUNIEREN IN DER SCHWANGERSCHAFT

Wählen Sie niedrige Temperaturen

Wir empfehlen die Zirben- oder Panorama-Sauna. Nehmen Sie auf den unteren Bänken Platz.

Weniger ist manchmal mehr

Ein Saunabesuch pro Woche für maximal 5 - 10 Minuten. Sie sollten außerdem vor der 12. SSW nicht saunieren.

Die richtige Vorbereitung

Ein warmes Fußbad ist genau das Richtige, um den Körper vorzubereiten.

Verschaffen Sie sich Abkühlung

Statt des Tauchbeckens: Spritzen Sie sich vorsichtig mit einem Schlauch ab. Fangen Sie mit dem rechten Bein an und Enden am Oberkörper. Eine Grundregel: Um das Herz und den Kreislauf zu schonen, immer herzfern mit kalten Güssen beginnen.

Zu guter Letzt...

Hören Sie auf sich und Ihren Körper, trinken Sie reichlich Wasser und ruhen Sie sich aus.

OHRKERZENBEHANDLUNG



ca. 40 Min.

€ 66,00

SCHULTER-NACKEN-MASSAGE



ca. 25 Min.

€ 43,00

CREMEPACKUNG AUF DER LIEGE



für eine sanfte Mamahaut

ca. 25 Min.

€ 49,00

AYURVEDISCHE KOPF-&GESICHTSMASSAGE



ca. 25 Min.

€ 49,00





FÜR UNSERE TEENIES (BIS 17 JAHRE)

TEENAGER MASSAGEN

Entspannende Rückenmassage
ca. 25 Min.

€ 39,00

Lockernde Ganzkörpermassage
ca. 40 Min.

€ 55,00

TEENAGER KOSMETIK

Care & Beauty (Reinigung, Peeling, Gesichtsmaske,
Abschlusspflege)
ca. 40 Min.

€ 56,00

PRINZESSINNEN MANIKÜRE

Großer Auftritt für kleine Hände
ca. 40 Min.

€ 42,00

MANIKÜRE & PEDIKÜRE

MANIKÜRE - PEDIKÜRE

Maniküre ohne Lack

Vitalisierendes Handbad, Peeling, Maniküre, geschmeidige
Hände durch Parafinmaske
ca. 40 Min.

€ 60,00

Maniküre mit Lack

Vitalisierendes Handbad, Peeling, Maniküre, Lack
ca. 55 Min.

€ 74,00

Pediküre ohne Lack

Vitalisierendes Fußbad, Peeling, Pediküre, kleine Fuß-
massage
ca. 50 Min.

€ 74,00

Pediküre mit Lack

Vitalisierendes Fußbad, Peeling, Pediküre, Lack
ca. 65 Min.

€ 84,00

**Den Nagellack dürfen Sie im Anschluss an die Anwendung
sehr gerne mit nach Hause nehmen.**

ZARTE HÄNDE

Peeling mit Handmassage, sanfte und gründliche
Maniküre und danach ein warmes Pfirsich-Paraffin-
Handbad – Ihre Hände werden fein und zart.
ca. 50 Min.

€ 72,00



VITAL-KOSMETIK MIT DOCTOR BABOR

Präzise Lösungen für alle Schönheitsbedürfnisse. Die High-Performance Rezepturen von BABOR setzen neue Maßstäbe im Bereich medizinischer Kosmetik. Konzentrierte Wirkstoffe pflegen die Haut intensiv auf höchstem Niveau ganz nach dem Motto: wirksamer – präziser – innovativer.

MEDICAL POWER

Zu Empfehlen bei hypersensiblen Hautpartien, Couperose, gestörter Zellstruktur der oberen Hautschicht u.a. Die intensive Gesichtsbildung vereint die Kraft wertvoller Power-Concentrates von der professionellen Hautpflegeserie von DOCTOR BABOR. Basierend auf der Hautdiagnose stimmen wir die zu verwendenden Produkte und den Behandlungsablauf auf Ihren Hauttyp individuell ab. Ihre Haut erhält ihre Ausstrahlung, Spannkraft und Vitalität zurück. Eine klassische Gesichtsbildung, aber trotzdem so viel mehr.

ca. 80 Min. **€ 125,00**



FRISCHE KICK – SHINE AGAIN!

Lassen Sie sich mit hochwertigen Pflegeprodukten verwöhnen. Ihre Haut wird mit für Ihren Hauttyp geeigneten, essenziellen Wirkstoffen versorgt und erhält neue Strahlkraft. Diese Anwendung enthält eine sanfte Reinigung, gefolgt von einem klärenden Peeling mit anschließender Tiefenreinigung. Durch eine Augenbrauenkorrektur erhalten Sie eine wundervolle Ausstrahlung. Zusätzlich wird eine für Ihr Hautbild entsprechende Wirkstoffampulle eingearbeitet. Eine entspannende Verwöhnmassage rundet die Behandlung ab.

ca. 50 Min. **€ 93,00**

PERFEKTER AUGENBLICK

Nach einer sanften Gesichtsbildung sorgen beruhigende Augenpads für erste Erholung. Die wertvollen Wirkstoffe einer Babor-Ampulle werden anschließend mit Gua-Sha-Steinen sanft eingearbeitet – die perfekte Vorbereitung für die abschließende Lifting Touch-Massage. Diese aktiviert Energiepunkte, löst Blockaden und verleiht Ihrer Augenpartie sofortige Frische und strahlende Leuchtkraft.

ca. 45 Min. **€ 70,00**

IHRE INDIVIDUELLE WOHLFÜHLZEIT

Nach einer kurzen Gesichtsbildung schenkt ein klärendes Peeling, mit anschließender vitalisierender Gesichtsmaske, Ihrer Haut neuen Glanz.

ca. 30 Min. **€ 56,00**

Um ganz auf Sie und die Bedürfnisse Ihrer Haut eingehen zu können starten wir mit einem kurzen Gespräch und einer Hautanalyse. Anschließend wird ihre Behandlung genau auf Sie abgestimmt.

ca. 60 Min. **€ 86,00**

LUXUS ANTI-AGING

Das Geheimnis liegt in der Komposition von hochwertigen Wirkstoffen und intensiver Fürsorge. Die professionelle Hautpflegeserie von DOCTOR BABOR ist Präzisionskosmetik „Made in Germany“. Diese bietet perfekte Pflegelösungen für anspruchsvolle Haut. Die spezielle Behandlung baut die Haut durch Reinigung, Durchblutungsmaske, Peeling, Wirkstoffampulle, intensive Gesichtsmassage, Maske und individuelle Abschlusspflege neu auf. Schenken Sie sich und Ihrer Haut vollkommene Jugendlichkeit. Ihre Haut wird sichtbar gefestigt, geglättet und verjüngt.

ca. 80 Min. **€ 136,00**

VITAL-KOSMETIK MIT DR. GRANDEL

Dr. Grandel ist ein unabhängiges, inhabergeführtes Familienunternehmen aus Augsburg mit 70-jähriger Tradition und Kosmetik-Expertise. Forschergeist und Liebe zur Perfektion garantieren weltweit exklusive DR. GRANDEL-Qualität in Deutschland hergestellt. Dabei stehen der Mensch und die Natur im Mittelpunkt. Optimierte Natur garantiert hervorragende Verträglichkeit. Natürliche Extrakte, biotechnologische Stoffe und Hightech-Komponenten werden so kombiniert, dass sie bestmöglich der Natur der Haut entsprechen.

HYDRO-ACTIVE

Füllt wohltuend die Feuchtigkeitsspeicher der Haut auf und sorgt mit verschiedensten Hyaluron-Arten für ein pralles Hautbild. Intelligente Wirkstoffe versorgen die Haut mit Mineralstoffen und Spurenelementen, schenken neue Vitalität und durchfeuchten sie lang anhaltend. Eine ideale Gesichtsbehandlung auch für den Mann. Reinigung, Peeling, Pflegeampulle, Massage, Augen-/Gesichtsmaske, Abschlusspflege.
ca 50 min. € 79,00

TIPP:

Dr. Grandel ist ein Spezialist in der Hautpflege durch Wirkstoffampullen. Fragen Sie gerne unsere Kosmetikerinnen nach einer für Ihren Hauttyp geeigneten Ampullenpflege/ Kur für Zuhause

DR.GRANDEL

Tipp: Naturkosmetik von Dr. Grandel

ELEMENTS OF NATURE

Diese besondere Anwendung unterstützt die Haut mit der Kraft der Natur, für ein rundum schön gepflegtes Hautbild. Die hochwertigen Produkte der Naturkosmetiklinie von DR. GRANDEL sind besonders schonend und trotzdem intensiv pflegend für Ihre Haut! Epigran, die multi-aktive Essenz aus dem Weizenkeim, ist das Herzstück dieser Behandlung und vereint wie kein anderer Wirkstoff Natürlichkeit, Tradition und Wirksamkeit in einem wohltuenden Behandlungserlebnis. Eine ideale Gesichtsbehandlung auch für den Mann. Reinigung, Peeling, Pflegeampulle, Massage, Augen- und Gesichtsmaske, Abschlusspflege.
ca. 50 Min. € 79,00





LUXUS FÜR DIE FRAU

BEAUTY MUST-HAVES

Brauen und Wimpern färben	€ 28,00
Wimpern färben	€ 17,00
Augenbrauen färben	€ 17,00
Augenbrauenkorrektur	€ 17,00

PURE MEN KOSMETIK

MEN FACIAL – RELAX

Individuelle Pflege mit Reinigung, Peeling, Wirkstoffkonzentrat, entspannender Gesichtsmassage und Abschlusspflege. Eine effektive, kompakte Behandlung für alle, die wenig Zeit investieren möchten.
ca. 40 Min.

€ 72,00



MEN FACIAL – DELUXE

Eine angenehme Gesichtsbildung mit hochwertigen Pflegeprodukten. Die hautbildspezifische Gesichtsbildung mit Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Augenbrauenkorrektur, Wirkstoffkonzentrat, verwöhnender Gesichtsmassage inkl. Schulter-Nacken-Bereich, Maske, Abschlusspflege und eine entspannende Handmassage schenkt Ihnen neue Energie für Ihre Haut und Ihren Geist.

ca. 70 Min.

€ 99,00

AKTIV INDOOR UND OUTDOOR

In unserem Vital-SPA macht aktiv sein einfach Spaß! Ein vielfältig wechselndes Wochenprogramm fördert Gesundheit und Fitness. Bei uns wird Ihnen sicher nicht langweilig.

Melden Sie sich gerne an der SPA-Rezeption für unsere Vitalkurse und Angebote an.

ENTSPANNUNG

Tauchen Sie ab bei gemeinsamem Yoga, Klangschalen-Entspannung, Meditation und tiefenentspannenden Traumreisen.

AKTIV OUTDOOR

Von Schneeschuh- und Fackelwanderungen, nach Wunsch mit Einkehr in einer urigen Alpe, bis hin zu Bike Touren, Sinneswanderungen, Waldbaden, Spaziergängen rund um Füßen oder Kneippwanderungen - Mit allen Sinnen die Natur spüren.

AKTIV INDOOR

Melden Sie sich gerne für Aqua-Fit, Wassergymnastik, Personal-Training, verschiedene Kräftigungskurse & Rücken-Fit an.

Außerdem bietet unser **VAHA-Fitness-Spiegel** nicht nur eine Fülle an Workouts aus den Kategorien Cardio, HIIT, Kraft, Yoga, Meditation, Tanz und Beweglichkeit, sondern umfasst auch Live Personal Training. Trainieren Sie nach Ihren Wünschen, Zielen und Ihrem Fitness-Level entsprechend. Gerne unterstützen wir Sie dabei, den für Sie passenden Kurs zu finden.

Sie möchten sich so richtig auspowern? Nichts wie ab in den modernen Fitnessraum! Anschließend ist die wohlverdiente Entspannung gleich nochmal so schön. Gerne unterstützt und berät Sie hierbei unser Fitness-Trainer.





RAUM & ZEIT FÜR SICH: VITAL-SPA AUF EINEN BLICK



FINNISCHE SAUNA CA. 90 °C

Mit wechselnden Schmankerl-Aufgüssen



ALMSAUNA CA. 80 °C



ZIRBENSAUNA CA. 70 °C



PANORAMASAUNA CA. 60 °C



INFRAROTKABINE

FUSSKNEIPPBECKEN

ERLEBNISDUSCHE

Mit Eimer-Schwalldusche und Kneippschläuchen

INNENPOOL CA. 28-30 °C

- 6 x 10 m

AUSSENPOOL CA. 28-30 °C

- 5 x 11 m

TAUCHBECKEN

RUHEBEREICHE

- im Saunabereich
- in der SPA-Lobby
- Hängeschaukeln
- Liegeempore im Poolbereich

VITAL-OASE

Mit Zirben-Wasser, Grander-Wasser Wasser mit frischen Früchten, einer Teeauswahl, verschiedenen Soft-drinks oder gerne ein Glas Sekt für gemütliche SPA-Stunden. Zudem täglich frisches Obst und wechselnde Snacks wie Nüsse, Joghurt, Käsesnacks u.a.

KAMINLOUNGE

FITNESSRAUM



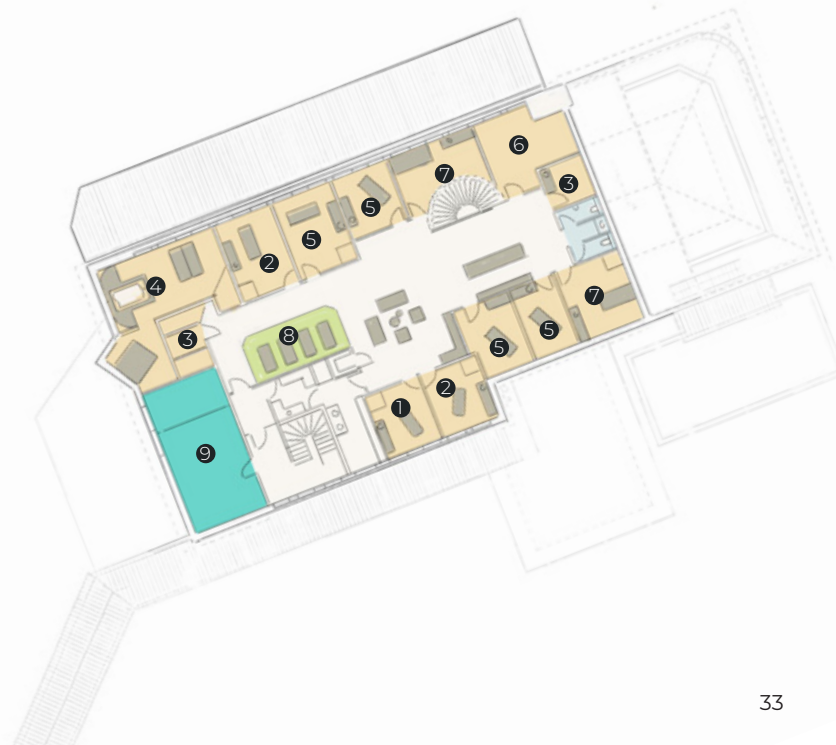
Vital-SPA *Erdgeschoss*

- 1 Außenpool
- 2 Innenpool
- 3 Empore mit Wellnessliegen
- 4 Ruheraum mit Bergausblick
- 5 Kaminlounge mit Massagesesseln
- 6 Fitnessraum
- 7 Ruheraum mit Seeblick
- 8 SPA-Lobby mit Vital-Oase
- 9 SPA-Rezeption mit Verkaufsvitrine
- 10 Panoramasauna 60 °C
- 11 Alm Sauna 80 °C
- 12 Infrarotkabine
- 13 Zirben Sauna 70 °C
- 14 Finnische Sauna 90 °C
- 15 Erlebnisdusche
- 16 Außenbereich mit Tauchbecken
- 17 Liegewiese in Seerichtung

Vital-SPA *1. Obergeschoss*

- 1 Raum für Fußpflege
- 2 Kosmetikräume
- 3 Hydrojet-Liegen
- 4 Private-SPA
- 5 Massageräume
- 6 Paar-Massageraum
- 7 Softpackliegen
- 8 Empore mit Hängeliegen
- 9 Gymnastikraum

- Saunalandschaft
- Ruheräume
- Fitnessbereich
- Anwendungsbereich





Hier pass ich hin.

LERCH
GENUSS
WELTEN

Hier pass ich hin.

HOTEL SOMMER

Weidachstraße 74 | 87629 Füssen (Allgäu) | Deutschland

+49 (0) 8362 9147 0 | info@hotel-sommer.de

www.hotel-sommer.de