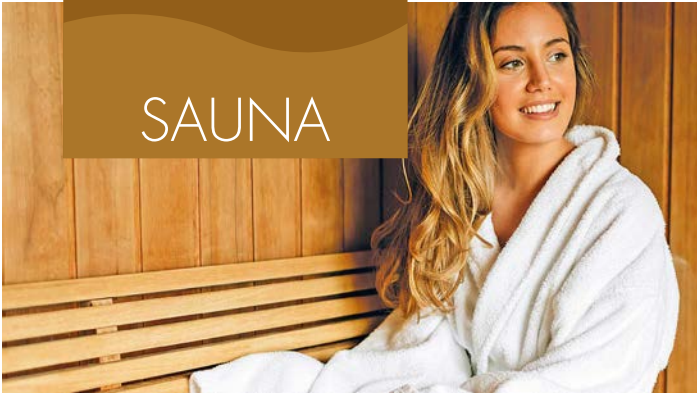


DIE BADE
BUCHT

Wellness & Wärme in Wedel

SAUNA



Herzlich Willkommen

Wir möchten Ihnen in der BADEBUCHT schöne Stunden bereiten. Hier dürfen Sie sich fallen lassen, durchatmen, abschalten.

Ihre Erholung ist unser Ziel, damit Sie Kraft schöpfen, um ausgeglichen und entspannt den Alltag meistern zu können. In unseren verschiedenen Saunen, mit unserer großen Auswahl von Massagen und mit den gesunden Leckereien aus unserem Restaurant bekommen Sie die Energie dafür.

Bei uns sind Sie in besten Händen!

Ihr BADEBUCHT-Team





Wohlbefinden zu verschenken

Gibt es ein schöneres Präsent als ein gutes Gefühl? Bereiten Sie Ihren Lieben eine Freude, indem Sie einen Wellnessgutschein verschenken.

Wir halten Ihnen verschiedene Varianten parat. Sie können zum einen eine ganz bestimmte Anwendung oder Massage buchen, wenn Sie genau wissen, welche Wohltat am besten ankommt.

Zum anderen stellen wir Ihnen gern Wertgutscheine für Sauna oder Erlebnisbad aus, so dass der oder die Beschenkte beim Service die freie Wahl hat. Diese Gutscheine sind in individuellen Werten erhältlich.

Unser Team an der Rezeption berät Sie gern:
Tel.: 04103 / 91 47-13





Körpererleben

Die klassische Massage mit Streichungen, Knetungen und Druckpunktbehandlungen dient besonders zur Vorbeugung und Behandlung von Verspannungen und Verhärtungen der Muskulatur, zur besseren Durchblutung der Haut und zur Entspannung und gleichzeitigen Vitalisierung des ganzen Menschen.

Das warme, reichhaltige, milde Mandelöl spendet Feuchtigkeit und sorgt für ein samtweiches Hautgefühl.

Verwöhnzeit:

Teilkörper 30 Min.

Preis: 35,- €

Ganzkörper 45 Min.

Preis: 50,- €

Ganzkörper 60 Min.

Preis: 65,- €

Aromaöl-Massage

Eine Aroma-Ölmassage ist ein Erlebnis für alle Sinne. Ätherische Duftstoffe, die bei der Aroma-Ölmassage freigesetzt werden, wirken auf Körper und Geist. Man nennt ätherische Öle auch das „Tor zur Seele“.

Wir verwenden bei jeder Aroma-Ölmassage individuell abgestimmte Ölmischungen, die zu Stressabbau und Harmonisierung von Körper und Geist führen sollen.

Verwöhnzeit:

Teilkörper 30 Min.

Preis: 36,- €

Ganzkörper 45 Min.

Preis: 51,- €

Ganzkörper 60 Min.

Preis: 66,- €

Hot Stone

Wer sich im Sommer am Strand gerne in den warmen Sand legt, kennt dieses Wohlgefühl der Wärme. Erhitzte Lavasteine transportieren ihre Wärme tief in und unter die Haut und die Muskeln. So wird der Lymphfluss intensiviert.

Die Selbstheilungskräfte des Körpers erwachen und verhärtete Muskulatur wird wieder geschmeidig.

Verwöhnzeit:

Rücken 30 Min.

Preis: 38,- €

Ganzkörper 60 Min.

Preis: 68,- €



Lomi Lomi Nui

Schon vor tausenden von Jahren wurde diese spezielle Ganzkörpermassage von schamanischen Heilern praktiziert.

Dabei wird der Körper mit langen, fließenden Bewegungen massiert. Schulter und Hüften werden sanft gehoben, gedehnt und geschaukelt. So werden körperliche und seelische Blockaden gelöst und der Körper kann sich entspannen und loslassen.

Verwöhnzeit: 60 Min.

Preis: 74,- €

Verwöhnzeit: 90 Min.

Preis: 99,- €

Honig-Anwendung

Eine Anwendung mit Honig und den in ihm enthaltenen Wirkstoffen hilft Schlacken und Giftstoffen aus der Tiefe der Haut herauszuziehen. Die Honigmassage ist eine sehr wirkungsvolle Bindegewebsmassage. Auch bei Cellulitis sehr empfehlenswert.

Verwöhnzeit:

Rücken 30 Min.

Preis: 35,- €

Shea Butter

Reine Shea Butter, gewonnen aus den Fruchtkernen des afrikanischen Karitébaumes, versorgt die Haut bis in die Tiefe mit viel Feuchtigkeit und regeneriert die Hautzellen. Selbst sensible und zu Allergien neigende Haut atmet auf.

Die (Shea Butter-Massage) hat eine vitalisierende Wirkung und wird in Afrika traditionell bei Rheuma, Muskel- und Gelenkschmerzen eingesetzt.

Verwöhnzeit:

Rücken 30 Min.

Ganzkörper 60 Min.

Preis: 37,- €

Preis: 68,- €



Abhyanga – Ganzkörper-Ölmassage

Insbesondere die Abhyanga (Ölmassage mit warmen, gereiftem Sesamöl) kann Störungen des Gleichgewichts wirkungsvoll ausgleichen und harmonisieren.

Abhyanga oder auch „die Königin der Massagen“ genannt, ist eine sanfte Massage mit warmen, ausgewählten Ölen. Sie begünstigt eine Verbesserung und Verjüngung der Hautstruktur, beruhigt Hautreizungen und fördert, sowie stärkt die Blutzirkulation und das Nervensystem.

Verwöhnzeit: 70 Min.

Preis: 85,- €

Shiroabhyanga – Ayurvedische Ganzkörpermassage und Stirnguss

Beim Stirnguss fließt Sesamöl in einem warmen, feinen und angenehmen Ölstrahl rhythmisch über die Stirn. Der Strahl und der leichte Druck stimulieren das sechste Chakra, welches ein befreiendes Gefühl auslöst.

Eine anschließende Kopf-, Nacken- und Gesichtsmassage versetzt den Körper in eine Tiefenentspannung. Diese Anwendung ist besonders hilfreich bei Stress, Kopfschmerzen und Schlaflosigkeit.

Verwöhnzeit: 90 Min.

Preis: 118,- €

Ayurveda

Eine kleine Oase der Harmonie und Entspannung in der Hektik des Alltags.

Ayurveda bedeutet „Die Weisheit vom langen und gesunden Leben“. Es ist eine umfassende Lebensphilosophie und Ganzheitsmedizin, die uns hilft, ein gesundes und zufriedenes Leben genießen zu können. Ayurvedische Behandlungen dienen der Stärkung, Vitalisierung, Verjüngung, Entspannung und Reinigung unseres Körpers und des Geistes. Dabei unterstützen spezielle Öle die Entgiftung, Zellerneuerung und Selbstheilung unseres Körpers.



Das „Haus am See“ – ein Sehnsuchtsort...

Saunieren inmitten der Natur – erholsamer kann Wellness nicht sein

Beim Saunieren kommt es nicht nur auf die Hitze an – tiefe Entspannung und völliges Wohlfühl wird durch eine natürliche Umgebung deutlich gestärkt. Deshalb liegt die Sauna „Haus am See“ eingekuschelt in unseren verwunschenen Saunagarten.

Die finnische Sauna bietet 80 Gästen Platz. Drei Öfen sorgen in dem duftenden Holzgebäude für kraftvolle 95 Grad. Allen Saunagästen bietet sich ein fantastischer Blick durch ein großes Panoramafenster in die Natur auf einen kleinen See mit Wasserfall. Auf der Veranda findet man Ruhe nach dem Saunagang und kann das Seepanorama weiter genießen.

Der See bietet die Szenerie für einen Erlebnispfad der besonderen Art. Ein Kneipp-Wanderweg mit Armbädern und Sitzmulden nach der Philosophie des legendären „Wasserdoktors“ bringt Ruhe in den Körper.

Spritzig-kühler Start ist im natürlichen Tauchbecken am See. Ständig sprudelt frisches Wasser in diesen tiefen Trog.
Eintauchen und einfach wohl fühlen!



Kneipp'sche Anwendungen – für manchen klingt das vielleicht antiquiert, weil Sebastian Kneipp ein Mann aus dem vorletzten Jahrhundert war. Doch seine Erkenntnisse der Hydrotherapie sind aktuell wie eh und je. Was damals gut tat, tut es heute auch. Und in unserem stressigen, hektischen Leben ist das wichtiger als jemals zuvor. Verschieden temperierte Armbäder entlang

des Weges beleben den Körper, ohne ihn zu belasten. Ansteigende Temperaturen wirken gefäßerweiternd, verbessern die Herzdurchblutung, regen den ganzen Körper an.

Die Natur wird im Wortsinn spürbar, sobald sich die Gäste auf den Fußerbahnweg wagen. Natürlich barfuß! Auf Oberflächen aus Hölzern, Steinen und

Sänden stellt sich das natürliche Gefühl wieder ein, das in unserem Alltag so oft zu kurz kommt.

Stimulierende Reize aus der Natur, die Kraft des Wassers tanken – ein paar Stunden in unserem „Haus am See“ geben Stärke für Anforderungen, denen wir uns Tag für Tag stellen müssen.







Lassen Sie sich verwöhnen

Padabhyanga – Ayurvedische Fußmassage

Dies ist eine wohltuende Fuß- und Unterschenkelmassage. Diese Behandlung ist besonders bei Stress, Schlaflosigkeit, Nervosität mit Erschöpfungszuständen, Kopfweg und Lymphstauungen zu empfehlen. Massiert wird mit warmen Kokosbutter.

Sanfte Streichungen der Füße, Waden und Knie vertreiben Unruhe. Rauhe, trockene Haut wird geschmeidig, weich und gut genährt. Die Füße erhalten Kraft und Stabilität.

Verwöhnzeit: 40 Min.

Preis: 52,- €

Garshan – Seidenhandschuhmassage

Die Garshan-Massage ist eine ayurvedische Trockenmassage-Technik. Sie ist eine Variante von Abhyanga, in der Handschuhe aus Rohseide benutzt werden. Sie belebt die Haut, regt den Stoffwechsel und den Lymphfluss an und hat einen sanften Peeling-Effekt.

Die Haut wird geglättet, von abgestorbenen Hautschuppen gereinigt und das Gewebe gestrafft. Besonders empfehlenswert ist die Garshan-Massage bei Cellulite.

Verwöhnzeit: 30 Min.

Preis: 36,- €

Kombination mit Ganzkörperölmassage

Verwöhnzeit: 60 Min.

Preis: 66,- €

Shanghai – Ganzkörpermassage

Inbesondere das Tiefengewebe wird durch diese Massagetechnik stimuliert. Sie vereinigt Elemente sanfter Bewegungen, tiefer Dehnung und rhythmischen Drucks. Körpereigene Selbstheilungskräfte werden durch die Bearbeitung der Energielinien aktiviert. Das hilft dem gesamten Organismus bei dessen Regeneration.

Verwöhnzeit: 60 Min.

Preis: 67,- €



Zweisamkeit neu beleben

Ihr Wohlfühlprogramm „Düne“

- Tageskarte für unsere Saunalandschaft
- Zwei Wellness-Bags (Bademantel, Handtuch); Verleih gegen Pfand
- Aloe Vera Packung (hat eine beruhigende und regenerierende Wirkung auf die Haut)
- Hot-Stone Rückenmassage
- Zwei Gläser Sekt und einen Orangensaft

Verwöhnzeit: 90 Min.

Preis: 169,- €*

Ihr Wohlfühlprogramm „Deich“

- Tageskarte für unsere Saunalandschaft
- Zwei Wellness-Bags (Bademantel, Handtuch) Verleih gegen Pfand
- Algen-Packung (entschlackt, strafft und verjüngt die Haut)
- Rücken-Aromaöl-Massage (mit einem Aroma Ihrer Wahl)
- Zwei Gläser Sekt und einen Orangensaft

Verwöhnzeit: 90 Min.

Preis: 169,- €*

Den Moment genießen

Ob mit Ihrem Partner, Freund oder Freundin, genießen Sie die Romantik der Zweisamkeit. Entdecken Sie das einzigartige Gefühl, sich gemeinsam etwas zu gönnen und sich dabei anders kennen zu lernen.



Für eine Person

Ensemble 1

- Rückenmassage mit Kokosbutter
- Algenpackung
(entschlackt, strafft und verjüngt die Haut)
- Kopf- und Gesichtsmassage
- Früchte- oder Kräutertee

Ensemble 2

- Hot-Stone Rückenmassage
- Algenpackung
(entschlackt, strafft und verjüngt die Haut)
- Kopf- und Gesichtsmassage
- Früchte- oder Kräutertee

Ensemble 3

- Ganzkörper-Peeling
- Ganzkörpermassage
- Aloe Vera Packung
(hat eine beruhigende und regenerierende Wirkung auf die Haut)
- Früchte- oder Kräutertee

Verwöhnzeit: 70 Min.

Preis: 87,- €

Verwöhnzeit: 80 Min.

Preis: 97,- €

Verwöhnzeit: 90 Min.

Preis: 107,- €



Von warm bis heiß – unsere Saunen

Fünf Saunen mit unterschiedlichen Temperaturen und Ambiente, wechselnde Aufgüsse und kleine Wohltaten zwischendurch, viele Liegen in großzügigen Ruheräumen und einem Garten, wie er in ganz Norddeutschland wohl einmalig ist – die Badebucht lässt keine Wünsche offen.

Röckerhuus 95° C

In unserer klassischen finnischen Sauna können Sie entspannt sitzen und schwitzen. Im Stundenkontakt erleben Sie darüber hinaus wechselnde Überraschungen für die Sinne: Anwendungen mit finnischer Sauna-Honigcreme, Eis, Früchten und Salzen geben dem Schwitzbad immer wieder neue, erholsame Facetten.

Schaapstall 100° C

Das hochwertige Birkenholz aus dem unsere Sauna zum Teil ins Erdreich hineingebaut ist, trägt zu einem ganz eigenen Sauna-Ambiente bei. Die Erdsauna ist eine Urform der Saunakultur und einzigartig in Klima und Atmosphäre – auch hohe Temperaturen werden als mild und angenehm empfunden.

Bootsschuppen 80° C

Unsere finnische Sauna der etwas sanfteren Art. Über die für eine Sauna vergleichsweise gemäßigten Temperaturen freuen sich Sauna-Anfänger und alle, die den eher verhaltenen Hitze-Genuss vorziehen, gleichermaßen. Gleichwohl treten die positiven Effekte für die Gesundheit ein: Der Körper wird entschlackt, die Abwehrkräfte gestärkt.



Sauna-Events

Bis 01.00 Uhr nachts ist unsere Sauna-Anlage an jedem zweiten Freitag eines Monats geöffnet. Unsere Mondschein-Sauna, die um 20.00 Uhr beginnt, ist jeweils einem aktuellen Motto gewidmet.

Dröckkammer Sanarium 65° C

Die Verbindung zwischen Wärme und einem langsamen Spiel aus beruhigenden Farben an Decke und Wänden bilden das besondere Flair unseres Sanariums. Wer es genießt, gleitet leicht in einen entspannten Zustand: Man überlässt sich dem Fluss positiver Gedanken, in der gedämpften Farbigekeit schwebt der Alltags-Stress davon.

Waschköck Dampfbad 45° C

Viele Kulturen auf der Welt haben Dampfbäder als heil- und erholsam kennen gelernt. Vom Caldarium der alten Römer bis zum traditionellen Hamam des arabischen Raums. Die feuchte Wärme verbessert die Elastizität des Bindegewebes und der Muskulatur. Die mit Feuchtigkeit gesättigte Luft reinigt die Atemwege und vermindert Hustenreiz oder verhindert ihn ganz.

Haus am See 95° C

Die finnische Sauna bietet 80 Gästen Platz. Drei Öfen sorgen in dem duftenden Holzgebäude für kraftvolle 95 Grad. Allen Saunagästen bietet sich ein fantastischer Blick durch ein großes Panoramafenster in die Natur auf einen kleinen See mit Wasserfall. Auf der Veranda findet man Ruhe nach dem Saunagang und kann das See-Panorama weiter genießen.



TERMINVEREINBARUNG FÜR MASSAGEN

Reservieren Sie Ihre ganz persönliche Verwöhnzeit unter 04103/91 47 - 13. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter freuen sich auch über spontane Terminanfragen.

TERMINABSAGE FÜR MASSAGEN

Sie können Ihren Termin nicht wahrnehmen? Dann geben Sie uns bitte möglichst frühzeitig Bescheid, damit wir die Zeit anderweitig einplanen können. Bitte sagen Sie uns mindestens einen Tag vorher ab. Unsere angegebenen Verwöhnzeiten verstehen sich inklusive Ruhephasen.

WELLNESSANWENDUNGEN

Bei unseren Angeboten handelt es sich nicht um medizinische Massagen. Unsere Wellnessanwendungen dienen der reinen Entspannung. Bei einer bestehenden Schwangerschaft bitten wir Sie sich vor der Massage bei Ihrem Arzt zu informieren. Bei Fragen, wenden Sie sich gerne an unsere Fachkräfte.



*Join us on
Facebook!*

www.facebook.com/badebucht

Öffnungszeiten

Massage & Saunalandschaft

| | |
|----------------------|----------------|
| Montag – Dienstag | 15:00 – 22.00h |
| Mittwoch – Freitag | 10:00 – 22.00h |
| Wochenende/Feiertage | 10:00 – 22.00h |

DIE BADEBUCHT
Am Freibad 1 · 22880 Wedel

Tel.: 04103 / 91 47-0
Fax: 04103 / 91 47-57

info@badebucht.de
www.badebucht.de
www.facebook.de/badebucht