

Spa-Menü

UNSER BESTES FÜR KÖRPER, SEELE & GEIST



KREUZPOST
HOTEL RESTAURANT SPA

★ ★ ★ S

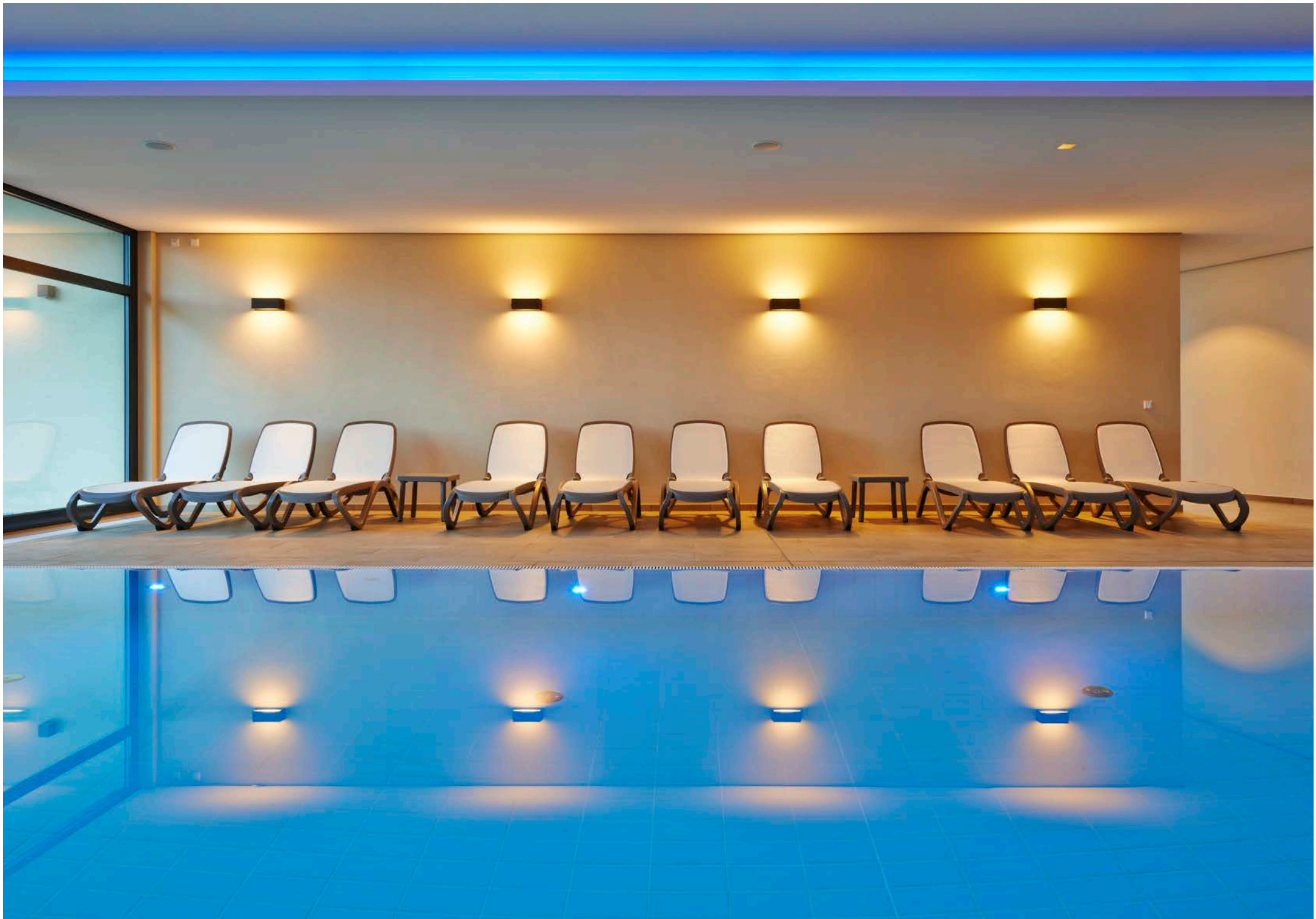
INHALTSVERZEICHNIS

Zutritt zum Spa-Bereich für externe Gäste
nur nach **vorheriger Reservierung** unter
Telefon 07662/90910

WILLKOMMEN IM KAISERSTUHL-SPA	4
SPA-KNIGGE	8
SANVINO KOSMETIK	12
KOSMETIK	14
KOSMETIK EXTRAS	20
KOSMETIK HÄNDE & FÜSSE	22
MÄNNER-EXKLUSIV	24
MASSAGEN	26
WOHLFÜHL-MASSAGEN	30
JOYA®-MASSAGE	34
WOHLFÜHLMOMENTE FÜR KLEINE GÄSTE	36
AYURVEDA-MASSAGE	38
BASISCHE ANWENDUNGEN	40
BASENTHERAPIE	42
ENTSPANNUNG MIT LAVENDEL	44
SOMMER-SPECIALS FÜR HEISSE TAGE	46
ANWENDUNGEN IN DER SCHWEBELIEGE	48
WEIN-WELLNESS	52
DAY-SPA	56
ÜBERSICHTSPLAN KAISERSTUHL-SPA	62



*Ob als gesundes Getränk, bei einer erfrischenden Dusche
oder beim entspannten Planschen im Pool – überall in der
Kreuz-Post können Sie jetzt belebtes GRANDER Wasser genießen.
Ein ganz besonderes Wohlgefühl!*



WILLKOMMEN IM KAISERSTUHL-SPA!

Liebe Gäste!

Wer unseren Spa besucht, betritt eine andere Welt. Einen Ort, an dem der Alltag ganz weit weg ist, wo Hektik und Stress keinen Zutritt haben. Unsere bodenständigen Kaiserstühler dürfen sich hier genauso wohlfühlen wie unsere von weit her angereisten Gäste. Denn kulinarische Traditionen und Kaiserstühler Gastlichkeit sind auch in unserem Spa-Bereich für alle spürbar und erlebbar.

Wir haben uns bewusst für ein Spa- und Pflegekonzept entschieden, das zu unserer einzigartigen Kulturlandschaft passt. Wir verwenden die natürlichen und sehr verträglichen Pflegeprodukte von SanVino, die im Hohenlohekreis auf Basis von Traubenkernen hergestellt werden – für uns die perfekte Verbindung von Wein und Wellness. Ergänzend dazu bieten wir Ihnen spezielle Anwendungen mit basischen Produkten sowie mit Original Kaiserstühler Lavendelöl an.

Wir freuen uns darauf, Sie bei uns verwöhnen zu dürfen, und wünschen Ihnen entspannte Stunden in unserem Kaiserstuhl-Spa – frei nach dem Motto der Mystikerin Teresa von Avila: „Sei gut zu deinem Körper, damit deine Seele gerne in ihm wohnen möge.“

*Ihre Familie Gehr &
das gesamte Team*



Schön entspannt! Die Räume unseres Beauty-Bereichs sind so gestaltet, dass Sie sich nicht erst hinterher gut fühlen, sondern bereits während der Anwendung ganz relaxt sind.

Kosmetikanwendungen, Rituale und Massagen – unser Spa-Team rund um Janine Fischer verwöhnt, entspannt und verschönert Sie nach Ihren ganz persönlichen Wünschen.

Eintreten und den Alltag vergessen! In unserem Spa ist für alles bestens gesorgt. Sie müssen lediglich Ihre persönliche Badekleidung mitbringen.

KLEINER KAISERSTÜHLER SPA-KNIGGE

Damit im Kaiserstuhl-Spa alle Gäste die Ruhe genießen und sich entspannen können, bitten wir Sie, unseren Spa- und Wellness-Knigge einzuhalten.

Informationen & Terminbuchungen

Informationen über unsere aktuellen Angebote erhalten Sie persönlich am Spa-Empfang.

Telefon 07662/90910

E-Mail info@kreuz-post.de

Internet www.kreuz-post.de

Terminabsprache

Ohne Termin wird's schwierig: Sprechen Sie mit uns einen Zeitpunkt für Ihre Behandlung ab. Bei einer kurzfristigen Buchungsanfrage kann es sein, dass der gewünschte Termin leider bereits vergeben ist. Bitte erscheinen Sie zu Ihren vereinbarten Terminen mindestens fünf Minuten früher, damit Sie in den vollen Genuss Ihrer gebuchten Verwöhnzeit kommen. Falls Sie verhindert sein sollten, sagen Sie bitte mindestens 24 Stunden im Voraus ab, damit Ihnen keine Kosten entstehen. Nicht abgesagte Termine müssen wir leider in Rechnung stellen, da unsere Mitarbeiter den Termin für Sie fest disponiert haben.

Dresscode

Im Wellness-Bereich ist alles erlaubt, was bequem ist. Es geht schließlich um Entspannung. Auf Ihrem Zimmer finden Sie eine Spa-Tasche, bestückt mit Bademantel und Pool-Tuch. Auf der Massageliege liegen Sie entweder mit einem (Einmal-)Slip oder nackt, wobei wir Sie mit flauschigen Tüchern bedecken. Aus Respekt gegenüber den anderen Gästen bitten wir Sie, im Pool-Bereich Badekleidung zu tragen und den Pool- und Saunabereich nicht mit Straßenschuhen zu betreten!

Sauna-Knigge

In der Sauna gelten gesonderte Regeln. Die wichtigste: Nutzen Sie bitte unsere Saunahandtücher als komplette Unterlage (bitte auch Füße auf das Handtuch). Hier gilt die Regel: kein Schweiß auf Holz. Ziehen Sie die Saunatur zügig hinter sich zu, damit Hitze und Dampf nicht entweichen können. In Deutschland und am Kaiserstuhl ist es üblich, die Sauna nackt zu betreten. Wenn Sie sich dabei unwohl fühlen, können Sie sich in ein großes Handtuch einhüllen.

Die Geschlechterfrage: Wer massiert?

Sie fühlen sich unwohl, wenn ein Mitarbeiter des anderen Geschlechts Sie massiert? Dann äußern Sie Ihren Wunsch frühzeitig. Sie haben durchaus ein Mitspracherecht, wenn es um Ihre Behandlung geht – denn diese soll Sie schließlich entspannen. Falls das Spa-Team Ihren Wunsch nicht erfüllen kann: Die Mitarbeiter respektieren Ihre Intimsphäre, indem sie die gerade nicht behandelten Körperteile mit Handtüchern bedecken.

Verhaltensknigge

Bitte unterhalten Sie sich im gesamten Spa leise und zurückhaltend. Das Mitbringen von Getränken in Gläsern sowie von Snacks ist nicht erlaubt. Aus Sicherheitsgründen servieren wir Getränke in Kunststoffgläsern. Außerdem gilt ein generelles Rauchverbot. Zudem bitten wir Sie, auf die Nutzung von Mobiltelefon, Laptop, Video- und Fotokamera zu verzichten.

Belohnen Sie gute Leistung!

Mitarbeiter aller Servicebereiche freuen sich, wenn ihre Arbeit belohnt wird. Das gilt nicht nur im Restaurant oder in der Küche, sondern trifft auch beim Spa-Besuch zu. Ein kleines Trinkgeld ist also durchaus üblich, wenn Ihnen die Behandlung gefallen hat. Für alle Mitarbeiter steht ein „Kässle“ an unserer Rezeption bereit.

Ein besonderes Sauna-Erlebnis bietet die „Schwarzbrenner-Sauna“. Das Wasser wird im kupfernen Brennkessel erhitzt und über heißem Vulkangestein verdampft – aromatische Kräuterdämpfe inklusive.



DAS SANVINO WEIN-WELLNESS-KONZEPT

Die Heilkräfte von Wein und Öl waren Ärzten und Heilkundigen bereits im Altertum bekannt. Dieses uralte Wissen, vereint mit den Erkenntnissen der modernen Kosmetikforschung, bildet die Basis des SanVino-Wein-Wellness-Konzeptes. Ein authentisches Spa- und Pflegekonzept, das die natürlichen Produkte aus dem Weinberg nutzt: kaltgepresstes Traubenkernöl, Rotwein und Extrakte aus dem Traubenkern. Die Rohstoffe – Rotwein und Traubenkerne – stammen ausschließlich aus Baden-Württemberg und werden auch hier in zertifizierten Partnerbetrieben verarbeitet.

Qualität, Authentizität, Herkunft sowie die enge Beziehung von Mensch und Natur kennzeichnen die Marke SanVino. Die SanVino-Rezepturen basieren auf natürlichen Inhaltsstoffen und sind frei von Parabenen, Silikonen und Mineralölen. Daher sind sie für jeden Hauttyp wohltuend regenerierend und gut verträglich.

Der ganzheitliche Ansatz von SanVino spiegelt sich sowohl in der übersichtlichen Produktlinie als auch in den konsequent darauf abgestimmten Anwendungen wider. Um in allem einen durchgängig hohen Qualitätsstandard zu gewährleisten, werden die Partner von SanVino regelmäßig im Mutterhaus in Hohenlohe geschult. Damit Sie bei uns immer in den besten Händen sind.



SanVINO®

Spa-Menü
KOSMETIK



Die SanVino Pflegeprodukte werden mit größter Sorgfalt hergestellt. Hochwertiges, kaltgepresstes Traubenkernöl, Traubenkernmehl und -schrot aus regionalen Betrieben sowie Hohenloher Rotweine mit besonders hohem Gehalt an Polyphenolen bilden die Basis der Rezepturen. SanVino Produkte sind frei von Parabenen sowie von Silikonen und Mineralölen.

WELLNESS-GESICHTSPFLEGE „VERWÖHN-MOMENT“

Genießen Sie eine entspannende Gesichtsbehandlung mit dem „Besten aus der Traube“. Ein Willkommensritual, Reinigung, Peeling, Massage und Maske verwöhnen Sie und Ihre Haut. Für neue Vitalität – ganz natürlich!

Verwöhnzeit 50 Minuten | 75 Euro

KLASSISCHE GESICHTSBEHANDLUNG „PERFEKTE PFLEGE“

Die klassische, intensive Gesichtsbehandlung für den besonderen Pflegeanspruch Ihrer Haut. Nach Reinigung, Rotweinpeeling, Ausreinigung und Augenbrauenkorrektur spüren Sie die erlesenen Wirkstoffe aus dem Rotwein: feuchtigkeitsspendend, belebend und revitalisierend. Abgerundet von einer ausgiebigen Gesichtsmassage und einer vitalisierenden Maske erstrahlt Ihre Haut in neuer Frische.

Verwöhnzeit 75 Minuten inkl. Ausreinigen & Augenbrauenkorrektur | 94 Euro

REINIGENDE GESICHTSPFLEGE „PURE REINHEIT“

Die Spezial-Anwendung für unreine Haut. Reinigung, Peeling und Tiefenreinigung in Kombination mit beruhigenden, ausgleichenden Pflegeprodukten bringen Ihre Haut in mehreren Anwendungsschritten wieder in Balance.

Verwöhnzeit inkl. Ausreinigen & Augenbrauenkorrektur 60 Minuten | 87 Euro

GESICHTSRITUAL „GESCHENK DER NATUR“

Das Verwöhnerlebnis mit den feinsten SanVino Rohstoffen aus der Natur. Durch ein Fußbad mit gleichzeitiger Handbehandlung werden Sie auf dieses Ritual eingestimmt. Die mit Traubenkernen gefüllten und erwärmten Hand- und Fußschuhe tragen besonders in der kälteren Jahreszeit zu einem tiefen Wohlgefühl bei. Eine energetische Kopf- und Nackenmassage lässt Ihre Gedanken entschweben und führt Sie hin zu einem einzigartigen Gesichtspflegeerlebnis. Intensiv reinigende und klassische Behandlungselemente gefolgt von einer intensiven Massage mit Traubenkernöl durchbluten und vitalisieren Ihre Haut nicht nur, sondern entspannen und glätten Ihre Gesichtszüge auf natürliche Weise. Ein besonderes Highlight ist die regulierende, ausgleichende Traubenkernmodellage.

Verwöhnzeit inkl. Ausreinigen & Augenbrauenkorrektur 90 Minuten | 108 Euro

WEIN-WELLNESS-RITUAL ANTI-AGE „KAISERSTÜHLER SCHÖNHEIT“

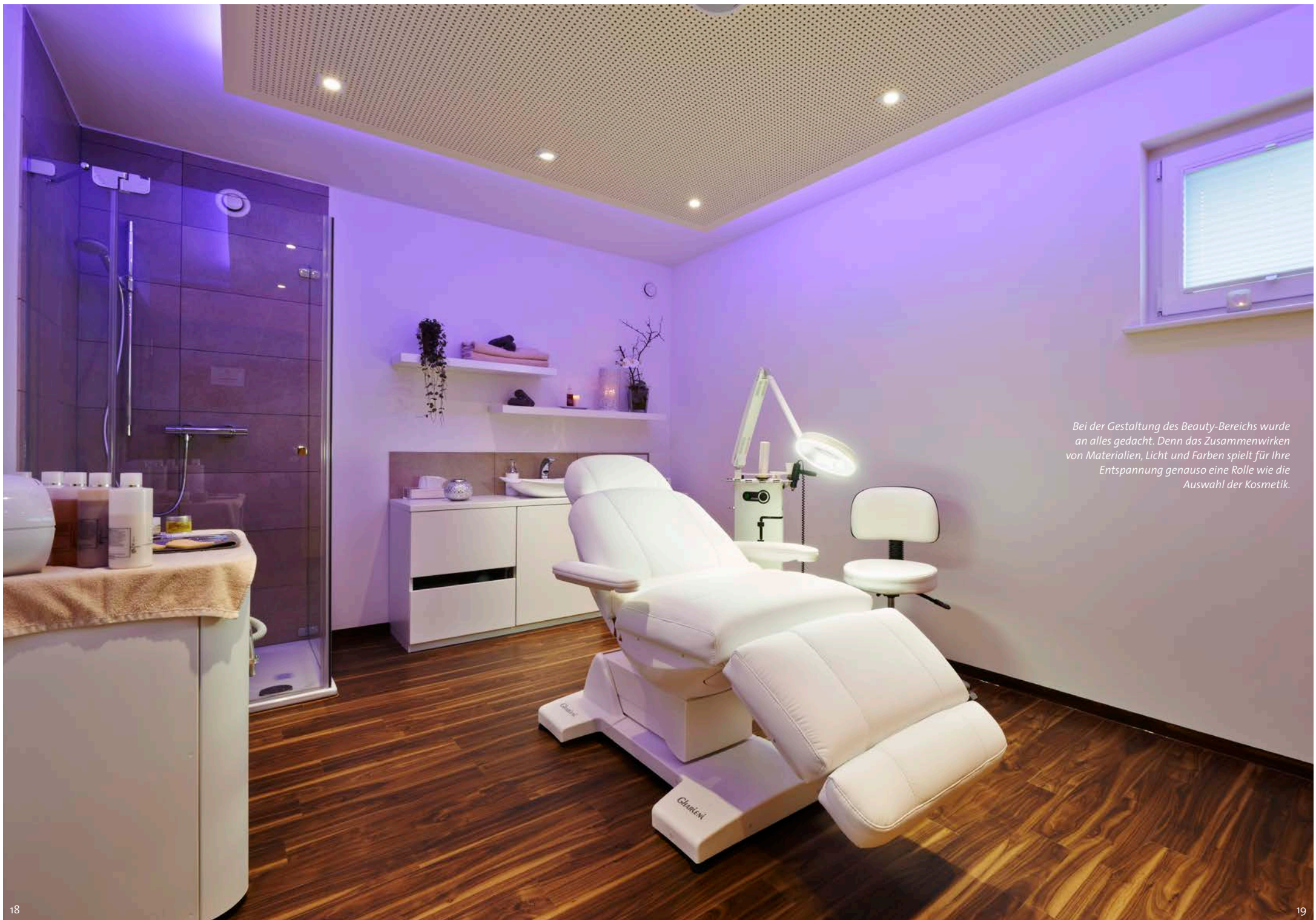
Das erfrischend belebende Gesichtspflege-Erlebnis mit den konzentrierten, natürlichen Pflanzenwirkstoffen aus Weintraube und Rotwein. Achtsame Begrüßungs- und Pflege-Rituale vereint mit klassischen Behandlungselementen und besonderen Massagen für Gesicht, Hals, Dekolleté, Arme und Hände. Eine energetische Kopf- und Nackenmassage lässt Ihre Gedanken entschweben und führt Sie hin zu einem einzigartigen Gesichtspflegeerlebnis. Ausgewählte Wirkstoffe und Pflegeschritte für ein Erstrahlen in Schönheit.

Verwöhnzeit inkl. Ausreinigen & Augenbrauenkorrektur 90 Minuten | 108 Euro

GESICHTSMASSAGE „FREIE GEDANKEN“

Genießen Sie eine entspannende und vitalisierende Gesichtsmassage, bei der Sie die Gedanken ziehen lassen und den Alltag vergessen.

Verwöhnzeit 25 Minuten | 42 Euro



Bei der Gestaltung des Beauty-Bereichs wurde an alles gedacht. Denn das Zusammenwirken von Materialien, Licht und Farben spielt für Ihre Entspannung genauso eine Rolle wie die Auswahl der Kosmetik.



Spa-Menü
**KOSMETIK
EXTRAS**

KOSMETIK EXTRAS

AUGENBRAUENKORREKTUR

Verwöhnzeit 15 Minuten | 20 Euro als Zusatzbehandlung

Verwöhnzeit 15 Minuten | 27 Euro als Einzelbehandlung

WIMPERN FÄRBEN

Verwöhnzeit 20 Minuten | 13 Euro als Zusatzbehandlung

Verwöhnzeit 20 Minuten | 27 Euro als Einzelbehandlung

AUGENBRAUEN FÄRBEN

Verwöhnzeit 15 Minuten | 13 Euro als Zusatzbehandlung

Verwöhnzeit 15 Minuten | 27 Euro als Einzelbehandlung

WIMPERN & AUGENBRAUEN FÄRBEN

Verwöhnzeit 30 Minuten | 24 Euro als Zusatzbehandlung

Verwöhnzeit 30 Minuten | 31 Euro als Einzelbehandlung

DEPILATION OBERLIPPE

Verwöhnzeit 15 Minuten | 18 Euro als Zusatzbehandlung

Verwöhnzeit 15 Minuten | 27 Euro als Einzelbehandlung

DEPILATION OBERLIPPE & KINN

Verwöhnzeit 15 Minuten | 24 Euro als Zusatzbehandlung

Verwöhnzeit 15 Minuten | 31 Euro als Einzelbehandlung

DEPILATION UNTERSCHENKEL BIS KNIE

Verwöhnzeit 30 Minuten | 46 Euro als Einzelbehandlung

DEPILATION GANZES BEIN

Verwöhnzeit 45 Minuten | 57 Euro als Einzelbehandlung

Diese Leistungen
können in Verbindung
mit einer Gesichts-
behandlung oder als
Einzelbehandlung
gebucht werden.

Spa-Menü

KOSMETIK HÄNDE & FÜSSE

KOSMETISCHE MANIKÜRE

Reinigung der Hände, Nägel in Form bringen, Nagelpflege, Pflegeprodukt auftragen, ohne Lackieren der Nägel

Verwöhnzeit 40 Minuten | 50 Euro

HANDRITUAL „GESCHMEIDIGE HÄNDE“

Die Hände verwöhnen lassen – mit Seifenbürstenmassage der Hände und Nägel, Nägel in Form bringen, Nagelpflege und ausführliche Massage der Hände und Unterarme, ohne Lackieren der Nägel

Verwöhnzeit 50 Minuten | 72 Euro

KOSMETISCHE PEDIKÜRE

Belebendes Fußbad, Nägel in Form bringen, Hornhaut entfernen, Nagelpflege, Pflegeprodukt auftragen, ohne Lackieren der Nägel

Verwöhnzeit 45 Minuten | 55 Euro

FUSSRITUAL „GEFLEGTE FÜSSE“

Die Füße im Mittelpunkt – mit belebendem Fußbad, Peeling, Nägel in Form bringen, Hornhaut entfernen, Nagelpflege und ausführlicher Massage der Füße und Unterschenkel bis zum Knie, ohne Lackieren der Nägel

Verwöhnzeit 55 Minuten | 77 Euro

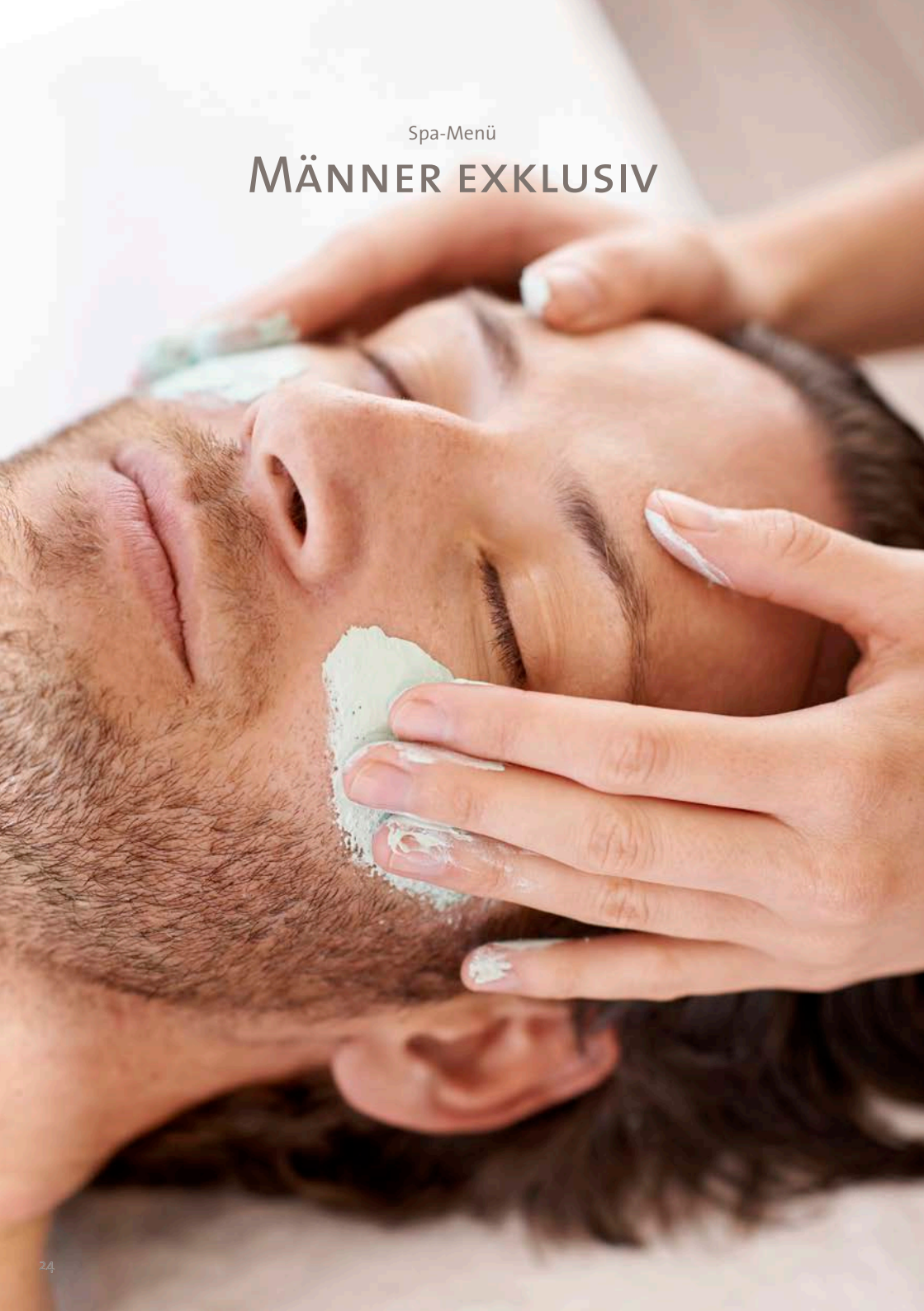
LACKIEREN

mit eigenem, mitgebrachtem Lack | Verwöhnzeit 20 Minuten | 9 Euro

mit Lack zum Kauf | Verwöhnzeit 20 Minuten | 22 Euro

Spa-Menü

MÄNNER EXKLUSIV

**SANVINO MÄNNER-GESICHTSBEHANDLUNG „GEHEIMNIS DES WEINES“**

Den Duft grüner Reben im Tau des morgendlichen Weinbergs spüren: Entdecken Sie Wein und Reben als Paten für die effektive Pflege des Mannes. Die beruhigende Kopfmassage, die Gesichtereinigung und die revitalisierende Gesichtsmassage sind eine Wohltat und entspannen komplett. Die anschließende Gesichtsmaske pflegt und durchfeuchtet die Haut intensiv. Frische, Klarheit, Lebendigkeit – speziell für Männerhaut!

Verwöhnzeit 50 Minuten | 75 Euro

Verwöhnzeit 75 Minuten inkl. Ausreinigen & Augenbrauenkorrektur | 94 Euro

Selbstverständlich stehen alle unsere Massagen und Anwendungen auch Männern zur Verfügung.

MÄNNER UND PFLEGE

„Das brauche ich nicht“, antworten die meisten Männer, wenn man sie auf das Thema Kosmetik anspricht. Dabei sagen die seit Jahren steigenden Ausgaben für Herrenpflegeprodukte in den Drogeriemärkten etwas ganz anderes. Ob Sie nun eher drinnen am Schreibtisch in trockener Raumluft arbeiten oder in Ihrem Job draußen den Unbilden des Wetters ausgesetzt – für Ihre Haut wird eine pflegende Behandlung mit SanVino Produkten in jedem Fall eine Wohltat sein. Probieren Sie's.

Spa-Menü
MASSAGEN

KLASSISCHE RÜCKENMASSAGE

Der Rücken wird mit klassischen Massagegriffen bearbeitet, in der von Ihnen gewünschten Intensität. Für neue Vitalität nach einem aktiven Tag!

Verwöhnzeit 25 Minuten | 42 Euro

ENTSPANNENDE GANZKÖRPERMASSAGE

Der gesamte Körper wird massiert. Für muskuläre Ausgeglichenheit und maximale Körperfreiheit!

Verwöhnzeit 50 Minuten | 75 Euro

FUSSREFLEXZONENMASSAGE „AUSZEIT FÜR DIE FÜSSE“

Die gezielte punktuelle Massage der Fußreflexzonen und ausgleichende Streichungen am Fuß wirken in besonderer Weise entspannend und aktivierend auf den ganzen Körper. Durch die Einstimmung mit einem warmen Fußbad wird der gesamte Stoffwechsel angeregt und damit positiv beeinflusst. Eine intensive Fußmassage mal ganz anders erleben!

Verwöhnzeit 25 Minuten | 42 Euro

FUSS- UND BEINMASSAGE „NEUE WEGE“

Eine wohltuende Massage für Füße und Beine. Kühnendes, prickelndes Rotweingel in Verbindung mit reinem Traubenkernöl stärkt das Gewebe und sorgt für intensive Pflege der Haut. Als besonderes Highlight wird Ihre Haut zum Abschluss mit dem erfrischenden Duft von SanVino verwöhnt.

Verwöhnzeit 25 Minuten | 42 Euro

RÜCKEN- UND BEINMASSAGE „NEUE ENERGIE“

Diese lösende und entspannende Massage für Rücken und Beine schenkt Ihnen wohltuende Entlastung und neue Energie. Eine Wohltat nach jeder Wanderung!

Verwöhnzeit 35 Minuten | 50 Euro



KLEINER KERN MIT GROSSER WIRKUNG

In den Schalen und Kernen der roten Trauben stecken hochwirksame Stoffe: Die Vitamine A, C und E, Mineralsalze, Fruchtsäuren und OPC – oligomere Procyanidine. Dem rein pflanzlichen OPC wird eine antioxidative Wirkung zugeschrieben, die den Alterungsprozess der Haut verlangsamen und die Elastizität der Haut regulieren soll. Auch stabilisierende und entgiftende Eigenschaften wurden festgestellt. Die Behandlung mit OPC-haltiger Kosmetik macht die Haut besonders weich, schön und glatt.

A close-up photograph of a hand pouring a golden-yellow oil from a clear glass jar onto another hand. The hand being poured is resting on a person's back, which is covered in a white towel. The scene is brightly lit, creating a warm and relaxing atmosphere.

Spa-Menü
**WOHLFÜHL-MASSAGEN
UND RITUALE**

ENTSPANNENDE RÜCKENMASSAGE

Diese tief entspannende Rückenmassage schenkt Ihnen wohltuende Entlastung für den beanspruchten Rücken. Wohltuende Duft- und Pflegekomponenten entführen Sie aus dem Alltag!

Verwöhnzeit 25 Minuten | 42 Euro

AROMAÖL-MASSAGE

Die Natur bietet vielfältige Düfte von Blüten, Früchten und Gewürzen. Hochwertige ätherische Öle laden Sie ein, in dieses Paradies der Düfte einzutauchen. Wählen Sie vor Ort individuell aus, was zu Ihrer Stimmung und Ihren Bedürfnissen passt.

Verwöhnzeit 50 Minuten | 75 Euro

SANVINO TRAUBENKERNÖLMASSAGE „LEBENSELIXIER“

Diese lösende Ganzkörpermassage mit erwärmtem Traubenkernöl gibt Ihnen neue Energie und Kraft. Warme Traubenkernsäckchen lockern und entspannen die Muskulatur während der Massage. Die Krönung bildet die vitalisierende Kopfmassage für höchstes Wohlgefühl.

Verwöhnzeit 50 Minuten | 82 Euro

SANVINO BELEBENDE GANZKÖRPERÖLMASSAGE „ERFRISCHENDE AUSGEGLICHENHEIT“

Die erfrischende, belebende Körpermassage mit abgestimmten Pflegeprodukten. Erleben Sie kühlendes, prickelndes Rotweingel zur Stärkung des Hautgewebes und reines Traubenkernöl zur intensiven Versorgung der Haut in Verbindung mit einer belebenden Massage.

Verwöhnzeit 50 Minuten | 82 Euro

MASSAGE MIT WARMEN STEINEN „HOT STONE“

Wohltuende Wärme in einem unvergleichlichen Massage-Ritual mit warmen Lavasteinen. Die ausgewählte Massage löst hartnäckige Verspannungen und Blockaden im gesamten Körper. Die Energie der warmen Steine lässt Sie in ein unvergleichliches Gefühl der Geborgenheit gleiten.

Teilkörper – Rücken und Beinrückseite: *Verwöhnzeit 50 Minuten | 84 Euro*

Ganzkörper: *Verwöhnzeit 80 Minuten | 116 Euro*

DAS VULKANISCHE ERBE DES KAISERSTUHL

Auch wenn das Massage-Ritual mit den erwärmten Steinen aus dem asiatisch-pazifischen Raum stammt, so passt es doch perfekt zu den vulkanischen Ursprüngen des Kaiserstuhls. Denn für diese Massage werden Lavasteine verwendet, die Wärme (58 °C) besonders gut speichern. Dabei werden Ihnen die Steine nicht einfach nur an bestimmten Stellen unter und auf den Körper gelegt – Sie werden mit den warmen Steinen massiert. Das löst Spannungen und Blockaden im Körper. Erleben Sie es selbst!

STRESS UND VERSPANNUNGEN EINFACH WEGROLLEN

In der Naturheilkunde wird der heilsamen Wirkung von Edelsteinen ein hoher Wert beigemessen, genauso wie der entspannenden und stärkenden Wirkung von Massagen. Der Joya®-Roller verbindet diese beiden Ansätze: Eine frei drehbare Edelsteinkugel in einem Handstück wird zur Massage über den Körper geführt und löst durch gezielten Druck hartnäckige Verspannungen. Die perfekte Kombination aus Massage, Akupressur und Heilwirkung der Edelsteine.

JOYA®-MASSAGE „ZUR RUHE KOMMEN“

Eine Rückenmassage mit einem Joya®-Roller ist ein außergewöhnliches Massageerlebnis. Der Wechsel von flächiger zu punktueller Massage, von sanftem zu kraftvollem Gleiten fördert die Durchblutung von Haut, Muskeln und Gewebe. Stoffwechsel und Lymphe werden auf sanfte Weise angeregt. Eine innerlich wie äußerlich entspannende Massage, die lange nachhält.

Verwöhnzeit 25 Minuten | 42,- Euro

nicht geeignet für einen stark behaarten Rücken

Spa-Menü
JOYA®-MASSAGE

Eine Massage mit dem Joya®-Roller kann schmerzhafte Verspannungen lösen. Auch das Faszien-Gewebe wird aktiviert und kann so wieder geschmeidiger werden.

Je nach Bewegung und Druckstärke lassen sich mit dem Joya®-Roller verschiedene Körperbereiche ansprechen.



Spa-Menü

WOHLFÜHLMOMENTE FÜR KLEINE GÄSTE

SCHOKOLADE MACHT GLÜCKLICH – UND ENTSPANNT

Auch Kinder und Jugendliche empfinden zunehmend Stress. Denn im reizüberfluteten Alltag gibt es immer weniger Momente der Ruhe und des Innehaltens. Eine Massage im Kaiserstuhl-Spa ist die ideale Gelegenheit, um „herunterzukommen“ und wieder zu sich selbst zu finden. Erst recht, wenn dabei unser aller liebste Nascherei – Schokolade – zum Einsatz kommt.

SCHOKOLADEN-MASSAGE

Was für ein Duft! Eine Massage mit warmer, weißer Schokoladencreme ist ein Erlebnis für alle Sinne. Dabei wird auf jedes Kind, seine Bedürfnisse und Wünsche individuell eingegangen. Die 20-minütige Massage verwöhnt, entspannt und beglückt gleichermaßen. Buchbar für Kinder zwischen dem 3. und 14. Lebensjahr.

Verwöhnzeit 20 Minuten | 31,- Euro

Die Naturvölker Südamerikas vertrauen seit jeher auf die heilsamen Wirkstoffe der Kakaobohne.

Kakao spielt dort bei vielen traditionellen Heilverfahren und Entspannungsritualen eine wichtige Rolle.



Spa-Menü

AYURVEDA-MASSAGE

ABHYANGA FÜR KÖRPER UND GESICHT

In dieser Ganzkörper-Ölmassage wirken zwei kreative Ansätze: der Geist der Berührung in achtsamer und liebevoller Hingabe und das einfühlsame Ertasten und Lösen von Energie-Blockaden. Die erlebte Tiefenentspannung bringt Körper, Geist und Seele in Einklang.

Verwöhnzeit 80 Minuten | 116 Euro

AYURVEDA BEDEUTET ÜBERSETZT „DIE LEHRE VOM LEBEN“.

Die Lehre, die vor 3500 Jahren von indischen Ärzten entwickelt wurde, möchte körperliches und geistiges Wohlbefinden in Einklang bringen. Ein zentraler Bestandteil der Ayurveda ist die Ganzkörpermassage Abhyanga, bei der hochwertige Öle tief in die Haut einmassiert werden. Wörtlich übersetzt heißt Abhyanga übrigens „Große Einölung mit liebenden Händen“.

Spa-Menü

BASISCHE ANWENDUNGEN

FÜR EINE BEWUSSTE BALANCE

Bei den Körperpflegeprodukten für unsere basischen Anwendungen vertrauen wir auf das mittelständische Unternehmen P. Jentschura aus Münster. Das von dem Drogisten und Kaufmann Peter Jentschura gegründete Unternehmen ist der führende Hersteller basischer Körperpflegeprodukte und natürlicher, basischer Lebensmittel. Wir verwenden vor allem das basisch-mineralische Körperpflegesalz MeineBase®, das nicht nur reinigt, pflegt und entspannt, sondern auch die Selbstfettung der Haut fördert. Der feine 7x7® KräuterTee von P. Jentschura mit seiner einzigartigen Rezeptur aus 49 ausgewählten Kräutern, Samen, Gewürzen, Wurzeln und Blüten unterstützt ebenfalls einen ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt des Körpers.



SALZ-ÖL-MASSAGE

Tiefenreinigung und Tiefenentspannung in einem! Spüren Sie, wie das pflegende Olivenöl und das basisch-mineralische Pflegesalz „Meine Base“ Ihre Haut von abgestorbenen Hautzellen befreien. Die Durchblutung wird angeregt, die Haut atmet auf. Für ein samtig-weiches Hautrelief.

Verwöhnzeit 35 Minuten inkl. Duschen | 54,- Euro

OHRENKERZEN-BEHANDLUNG

Genießen Sie die wohlige Wärme, die sich beim Abbrennen der Ohrenkerzen vom Ohr aus in Ihrem ganzen Körper ausbreitet. Das leise Knistern der Flamme trägt zusätzlich zu Ihrer ganzheitlichen Entspannung bei. Eine absolut schmerzfreie und ungefährliche Behandlung, die auch Kinder sehr genießen.

Verwöhnzeit 25 Minuten | 40,- Euro

„MEINE BASE“ KLASSIK

Bei einem basischen Fußbad genießen Sie den 7 x 7-Kräutertee von P. Jentschura. Auf eine heiße Rolle nach Kneipp folgt zum Abschluss eine reinigende Salz-Öl-Massage.

Verwöhnzeit 70 Minuten inkl. Duschen | 108,- Euro

„MEINE BASE“ DELUXE

Sie beginnen mit einem basischen Fußbad und einer Tasse 7 x 7-Kräutertee von P. Jentschura. Nach der heißen Rolle nach Kneipp erleben Sie eine reinigende Salz-Öl-Massage. Zum Ausklang der Behandlung genießen Sie eine sanfte Massage in der Schwebeliege.

Verwöhnzeit 90 Minuten inkl. Duschen | 120,- Euro

Peter Jentschuras Reinigungs- und Regenerierungskur basiert auf den drei Geboten der menschlichen Gesundheit:

*Meide Schädliches!
Iss', trink' und tue Nützeliches!
Scheide Schädliches aus!*



INNERE UND ÄUSSERE REINIGUNG

Unsere moderne Lebensweise führt dazu, dass unser Säure-Basen-Haushalt aus dem Gleichgewicht kommt. Unser Organismus ist daher immer häufiger übersäuert, sodass sich Schlacken in Gewebe, Gelenken und Organen ablagern. Während die Säure unseren Organismus angreift, schützt ihn die Base. Auf dieser Erkenntnis bieten wir im Kaiserstuhl-Spa basische Anwendungen zur inneren Reinigung und Körperpflege an. Durch das ergänzende Trinken von basischem Kräutertee werden Ablagerungen gelöst, die basische Körperpflege neutralisiert Säuren und regt die Haut zu natürlicher Giftstoffausscheidung an. Der Säure-Basen-Haushalt wird harmonisiert, der natürliche Hautstoffwechsel wird gestärkt und die Selbstfettung der Haut wird angeregt. Für eine Haut wie Samt und Seide.

Eine Basentherapie ist insbesondere dann angezeigt, wenn Beschwerden vorliegen die auf eine chronische Übersäuerung hindeuten könnten, zum Beispiel bei:

- Gelenkbeschwerden wie Rheuma, Gicht, Arthrose oder unspezifischen Gelenkschmerzen
- Muskel- und Nervenschmerzen
- Chronische Müdigkeit und Erschöpfung
- Chronische Kopfschmerzen
- Konzentrationsstörungen
- Osteoporose
- Karies
- Mundgeruch
- Haarausfall
- Magenprobleme u. a. Sodbrennen

Auch zur Prävention, um also Krankheiten gar nicht erst auftreten zu lassen oder zur vorbereitenden Entgiftung vor einer geplanten Schwangerschaft empfiehlt sich eine Basentherapie.

Spa-Menü

ENTSPANNUNG MIT LAVENDEL



LAVENDEL-GESICHTSRITUAL „ZEIT FÜR ENTSPANNUNG“

Atmen Sie tief durch und genießen Sie die entspannende und regenerierende Wirkung von Lavendel auf Körper, Geist & Seele. Sie werden mit einem Fußbad und gleichzeitiger Handbehandlung auf das Ritual eingestimmt. Das tiefenentspannende Pflegeritual vereint klassische Behandlungselemente mit wohltuenden Massagen für Hände und Füße, sowie einer Druckpunktmassage für Kopf und Gesicht. Lehnen Sie sich zurück und genießen Sie Ihre „Zeit für Entspannung“.

90 Verwöhnminuten | 108,- Euro

LAVENDEL-MEERSALZ-GANZKÖRPERPEELING „AKTIVIERENDE FRISCHE“

Wertvolles Meersalz und hochwertiges Olivenöl machen dieses Peeling zu einem intensiven Pflegerlebnis, selbst für empfindliche Haut. Die Haut wird vitalisiert, gepflegt und entspannt. Freuen Sie sich über ein streichelzartes Hautgefühl mit dem beruhigenden Duft von Lavendel.

25 Verwöhnminuten | 42,- Euro

LAVENDEL-PFLEGECREMEPACKUNG „LAVENDELTRÄUME“

Lavendel zu riechen, bedeutet einzutauchen in eine andere Welt. Eine Welt voller Entspannung, Ruhe und Erholung. Die Haut wird durch die pflegenden Inhaltsstoffe der Lavendelpackung rundum verwöhnt. Entschweben Sie dem Alltag mit einem zarten Hauch von Lavendel.

30 Verwöhnminuten | 46,- Euro

LAVENDEL-GANZKÖRPERMASSAGE MIT GESICHTSMASKE „KRAFT DER RUHE“

Lassen Sie die Seele baumeln bei einer entspannenden Massage mit reinem Olivenöl gemischt mit ätherischem Lavendelöl. Als besonderes Highlight genießen Sie eine wohltuende und hautpflegende Gesichtsmaske während der Massage.

60 Verwöhnminuten | 82,- Euro

Bei unseren Lavendelanwendungen verwöhnen wir Sie mit ätherischem Lavendelöl vom Kaiserstuhl. Dafür wurde Lavendel von Kaiserstühler Feldern – eines befindet sich übrigens direkt bei der Kreuz-Post – schonend geerntet und sorgsam über Wasserdampf destilliert.





Spa-Menü

SOMMER-SPECIALS FÜR HEISSE TAGE

KÜHLENDE BEINMASSAGE „GUT ZU(M) FUSS“

Müde Füße, schwere Beine? Dann ist unsere Massage mit Cold Stones genau das Richtige. Ihre Beine werden zugleich sanft massiert und wunderbar erfrischt. Ein Massagegenuss der besonderen Art.

25 Verwöhnminuten | 46,- Euro

ERFRISCHENDE GESICHTSMASSAGE „SOMMERBRISE“

Bewahren Sie auch an heißen Tagen einen kühlen Kopf. Diese Gesichtsmassage erfrischt nicht nur Ihren Teint, sondern bietet mit JOYA-Steinen und Cold Stones eine wunderbare Abkühlung an warmen Tagen.

20 Verwöhnminuten | 36,- Euro

GESICHTSBEHANDLUNG „FRISCHEKICK“

Gönnen Sie sich und Ihrer Haut eine kleine Verschnaufpause von den hohen Temperaturen. Unsere Spezialmaske versorgt die Haut intensiv mit Feuchtigkeit und pflegt sie streichelzart. Damit Sie rundum erfrischt durchstarten können, werden auch Ihre Beine mit einer vitalisierenden Behandlung belohnt.

30 Verwöhnminuten | 50,- Euro

SANVINO BELEBENDE GANZKÖRPERMASSAGE „ERFRISCHENDE AUSGEGLICHENHEIT“

Die erfrischende Körpermassage mit abgestimmten Pflegeprodukten. Kühnendes, prickelndes Rotweingel stärkt das Gewebe und eine belebende Massage mit reinem Traubenkernöl sorgt für eine intensive Versorgung der Haut.

50 Verwöhnminuten | 82,- Euro

SANVINO GANZKÖRPERERLEBNIS ROTWEINPEELING MIT ROTWEINPACKUNG „ERFRISCHENDE WOHLTAT“

Das belebende, hautverfeinernde Peeling aus feinsten SanVino Rohstoffen bereitet Ihre Haut optimal auf die nachfolgende Körperpackung vor. Die Pflegestoffe aus dem Rotwein versorgen die Haut mit Feuchtigkeit. Für ein einzigartig frisches Hautgefühl.

50 Verwöhnminuten inkl. Duschen | 86,- Euro

Spa-Menü

ANWENDUNGEN IN DER SCHWEBELIEGE



SCHWEBELIEGE – DIE LEICHTIGKEIT DES SEINS

Bei der Schwebeliege liegen Sie – nur durch eine Folie getrennt – auf einer Wanne mit wohlig-warmem Wasser. Der sanfte Wellengang und die anschmiegsame Umhüllung entledigen Sie aller Erdschwere. Sie fühlen sich gleichzeitig schwerelos und geborgen. Eingebettet in die warme Schwebeliege können die SanVino Aktivstoffe ihre volle Wirkung entfalten.

SANVINO PFLEGECREMEPACKUNG „WOHLIGES SEIN“

Eine wertvolle Mischung feiner SanVino Produkte, OPC-Traubenkernextrakt und kalt-gepressten Traubenkernöls festigt und vitalisiert Ihre Haut. Eingebettet in der warmen Schwebeliege entfalten die Aktivstoffe ihre volle Wirkung. Reines Wohlfühl!

Verwöhnzeit 30 Minuten | 46 Euro

SANVINO ROTWEINPACKUNG „SINNESREISE“

Das prickelnde Rotwein-Erlebnis für die Pflege Ihrer Haut. Entspannen Sie losgelöst in der warmen Schwebeliege für ein frisches Hautgefühl. Feuchtigkeit pur!

Verwöhnzeit 30 Minuten | 46 Euro

SANVINO ROTWEINPEELING MIT PFLEGECREMEPACKUNG „TRAUMHAFTE ENTSPANNUNG“

Das Rotweinpeeling, angerührt mit einer Rezeptur feinsten SanVino Rohstoffe, verfeinert Ihre Haut auf natürlichste Weise. Die folgende, wertvolle Pflege-Cremepackung mit OPC-Traubenkernextrakt und intensiver Feuchtigkeitslotion ist ein Pflegeerlebnis für ein samtig-weiches Hautgefühl. Pure Geschmeidigkeit für Ihre Haut!

Verwöhnzeit 50 Minuten | 87 Euro

TRAUMREISE

Lassen Sie den Alltag hinter sich und beginnen Sie jetzt Ihre Traumreise. Gebettet auf ein warmes Wasserbett genießen Sie eine sanfte Membranmassage. Ein Erlebnis der besonderen Art!

Verwöhnzeit 25 Minuten | 17 Euro



Spa-Menü

**WEIN-WELLNESS
FÜR DEN GANZEN KÖRPER**

SANVINO SEIFENBÜRSTENMASSAGE „REINES GEFÜHL“

Eine intensive, durchblutungsfördernde Bürstenmassage mit dem sahnigen Seifenschaum der naturreinen Peelingseife aus kalt gepresstem Traubenkernöl reinigt Ihre Haut auf natürlichste Weise. Erleben Sie ein herrliches Gefühl der Reinheit!

Verwöhnzeit 25 Minuten inkl. Duschen | 42 Euro

SANVINO TRAUBENKERNPEELING „PRICKELNDE FRISCHE“

Gemahlene Traubenkerne, angerührt mit einer Rezeptur feinsten SanVino Rohstoffe aus der Natur. Schonend und trotzdem intensiv. Die Haut wird auf natürlichste Weise verfeinert und herrlich streichelzart gepflegt.

Verwöhnzeit 25 Minuten inkl. Duschen | 42 Euro

SANVINO ROTWEINPEELING „BELEBENDE FRISCHE“

Feinste SanVino Rohstoffe aus der Natur werden zu diesem einzigartigen, hautverfeinernden Peeling vereint. Die Haut wird spürbar geschmeidig und erfrischt.

Verwöhnzeit 25 Minuten inkl. Duschen | 42 Euro

SANVINO KÖRPERSALBUNG „WIE SAMT UND SEIDE“

Zart schmelzender Körperbalsam aus Traubenkernöl und Sheabutter pflegt Ihre Haut wie Samt und Seide und umhüllt Sie während der Streichmassage mit herrlichem Duft. Erfahren Sie intensive Pflege! Die Krönung bildet die vitalisierende Kopfmassage für höchstes Wohlgefühl.

Verwöhnzeit 35 Minuten | 50 Euro

SANVINO GANZKÖRPERERLEBNIS SEIFENBÜRSTENMASSAGE MIT KÖRPERSALBUNG „EFFEKTIVE URSPRÜNGLICHKEIT“

Erleben Sie ein herrliches Gefühl der Reinheit mit einer intensiven, durchblutungsfördernden Seifenbürstenmassage. Der sahnige Seifenschaum der naturreinen Peelingseife aus kalt gepresstem Traubenkernöl reinigt Ihre Haut auf natürlichste Weise. Intensive Pflege erfahren Sie mit der Körpersalbung. Zart schmelzender Körperbalsam aus Traubenkernöl und Sheabutter pflegt Ihre Haut wie Samt und Seide und umhüllt Sie während der Streichmassage mit herrlichem Duft.

Verwöhnzeit 60 Minuten inkl. Duschen | 86 Euro

SANVINO GANZKÖRPERERLEBNIS TRAUBENKERNPEELING MIT TRAUBENKERNÖLMASSAGE „BELEBTE SINNE“

Ein Körperpeeling aus gemahlenden Traubenkernen, angerührt mit einer Rezeptur aus kalt gepresstem Traubenkernöl und pflegenden Wirkstoffen, peelt Ihre Haut herrlich weich und frisch. Die lösende Ganzkörpermassage mit warmem Traubenkernöl gibt neue Energie und entspannt die Sinne. Warme Traubenkernsäckchen entspannen die Muskulatur während der Massage und sorgen für höchstes Wohlgefühl.

Verwöhnzeit 75 Minuten inkl. Duschen | 116 Euro



Day-Spa
FÜR TAGESGÄSTE

ABTAUCHEN VOM ALLTAG, EINTAUCHEN IN EINE ANDERE WELT!

Im Kaiserstuhl-Spa erleben Sie auch als Tagesgast eine Welt der Entspannung mit Sauna, Saunarium, Ruheoasen, Indoor-Pool sowie einem blickgeschützten Außenbereich mit großzügiger Liegewiese. Für individuelle Anwendungen erwartet Sie unser bestens ausgebildetes Spa-Team, das Sie mit kosmetischen Behandlungen, entspannenden Massagen und belebenden Ritualen verwöhnt. Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag in unserem Kaiserstuhl-Spa. Denn Hektik und Stress haben bei uns keinen Zutritt.



Unser Tipp für externe Gäste:

KAISERSTÜHLER WOHLFÜHLTAG

Keine Koffer packen, kurze Anfahrt, kein Stress – unser Kaiserstühler Wohlfühltag ist Entspannung von Anfang an. Denn das Einzige, um das Sie sich kümmern müssen, ist Ihre Badekleidung. Neben einem 25-minütigen Traubenkernpeeling „Prickelnde Frische“ dürfen Sie zudem eine 35-minütige Körpersalbung „Wie Samt und Seide“ genießen. Damit Sie abends so erfrischt und entspannt heimkehren wie aus einem langen Urlaub.

Buchbar montags bis freitags je nach Verfügbarkeit, Feiertage ausgenommen

Bitte reservieren Sie rechtzeitig!

Zutritt zum Pool- & Spa-Bereich sowie Anwendungen nur nach telefonischer Anmeldung: **07662/90910**
Zutritt zur Sauna ab 15 Jahren

DAY-SPA

von 10.00 bis 18.00 Uhr

KAISERSTÜHLER BADETAG

von 09.00 bis 19.00 Uhr,

inklusive 1 entspannenden Rückenmassage (25 min)

FRÜHSCHWIMMEN FÜR BADENIXEN & WASSERMÄNNER

Exklusive Saunabnutzung, max. 3 Stunden, bis 13.00 Uhr,

10er-Karte erhältlich (übertragbar)

KAISERSTÜHLER SAUNA-ABEND

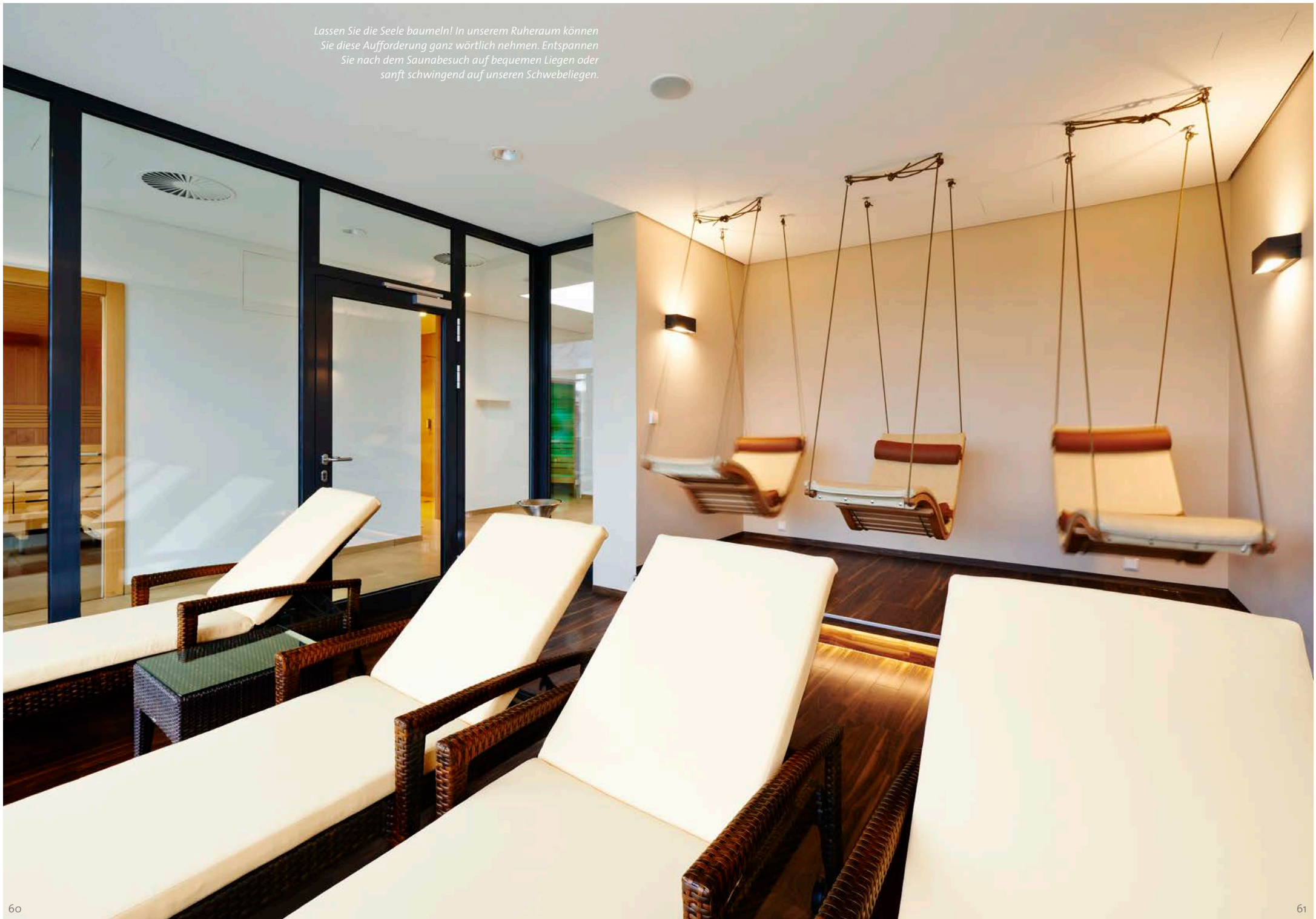
Sauna und Pool, täglich von 17.30 bis 21.30 Uhr

10er-Karte erhältlich (übertragbar)

*Verschenken Sie Schönheit
und Wohlbefinden! Fragen Sie
nach unseren Gutscheinen!*



Lassen Sie die Seele baumeln! In unserem Ruheraum können Sie diese Aufforderung ganz wörtlich nehmen. Entspannen Sie nach dem Saunabesuch auf bequemen Liegen oder sanft schwingend auf unseren Schwebeliegen.



DER KAISERSTUHL-SPA DER KREUZ-POST

Entspannung und Wellness auf 700 qm:

Pool, Sonnendeck und Liegewiese

„Schwarzbrenner-Sauna“, Saunarium, Dampfbad und Ruheräume

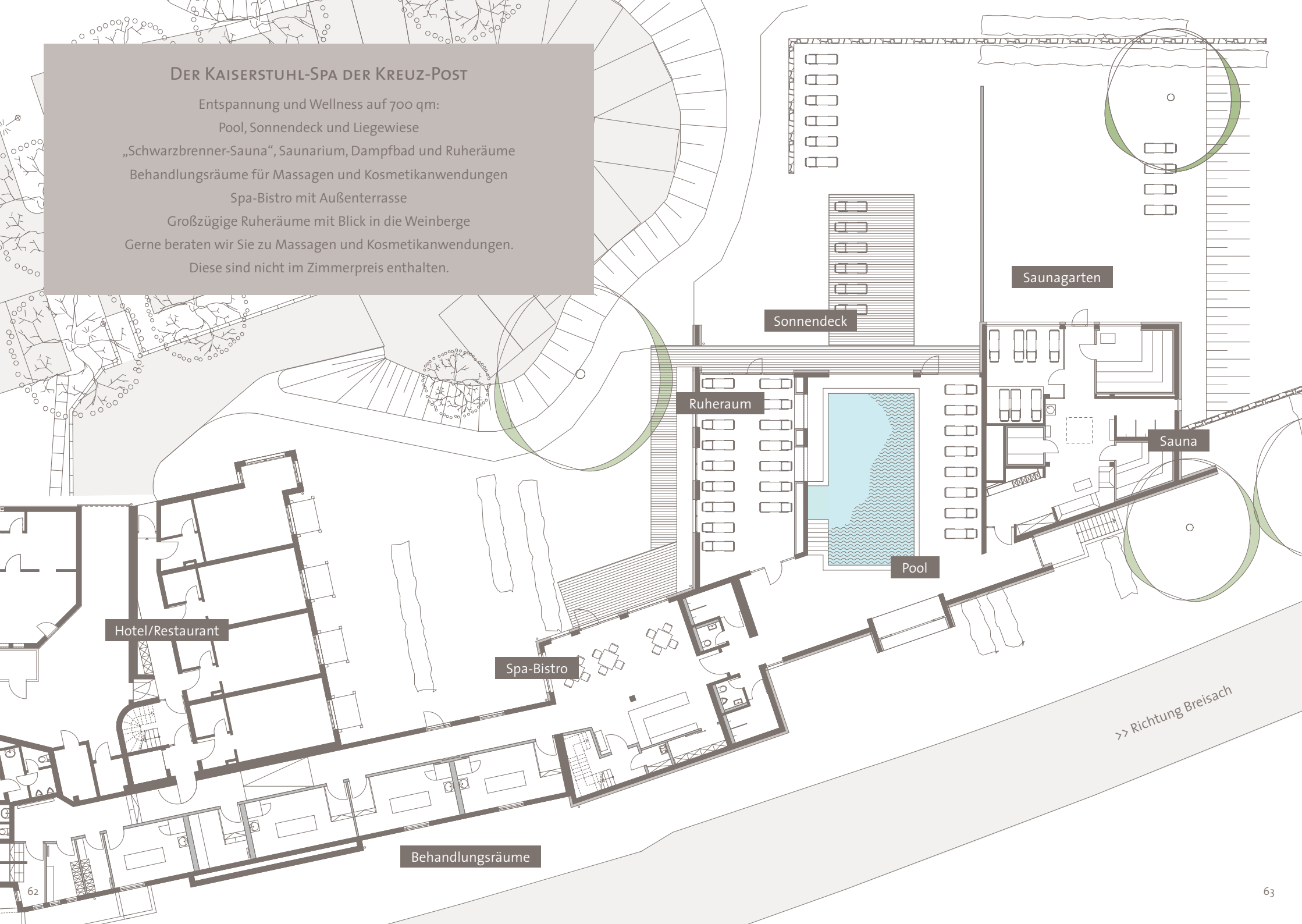
Behandlungsräume für Massagen und Kosmetikanwendungen

Spa-Bistro mit Außenterrasse

Großzügige Ruheräume mit Blick in die Weinberge

Gerne beraten wir Sie zu Massagen und Kosmetikanwendungen.

Diese sind nicht im Zimmerpreis enthalten.



>> Richtung Breisach



KREUZPOST

HOTEL RESTAURANT SPA

Familie Gehr | Landstraße 1 | D-79235 Vogtsburg-Burkheim

Telefon 07662/90910 | **E-Mail** info@kreuz-post.de

Internet www.kreuz-post.de