

Wellness & Beauty

**STRAND GUT**  
RESORT SPO





Ankommen  
**Entspannen**  
Wohlfühlen

# Eintauchen und entspannen.

## Die Dünen-Therme.

Als Gast des StrandGut Resorts genießen Sie einen direkten Zugang zu unserem beliebten Nachbarn: dem Erlebnisbad „Dünen-Therme“, die auf 6.500 m<sup>2</sup> alles bietet, was das Wellness-Herz begehrt, mit einer großen Saunalandschaft, fünf Saunen und Dampfbad, einem Erlebnisbad sowie Open-Air-Pool.

### Therme

Meerwasser-Wellenbad · Strömungsbecken · beheiztes Außenschwimmbad · Kinderbecken · 3 Rutschen: Reifen, Turbo und Wildbach · Restaurant rêst

### Wellness- & Gesundheitszentrum

Thalasso-Bäder · Thalasso-Softpacks · Massagen · Hot Stone-Behandlungen · Ayurveda · Hamam · Schlick-Dampfbude · Spa-Suiten · Physiotherapie

### Saunalandschaft

Pfahlbautensauna mit Meerblick · Blockhaussauna · Fichtensauna · Strandsanarium · Meerwasser-Dampfbad · Eisgrotte · Meerwasserfall · Dünengarten mit Strandkörben · Ruhelandschaft · Restaurant rêst

# Alles Gute kommt aus dem Meer.

Das Meer – Faszination, Sehnsucht und Heilquelle seit Jahrtausenden. Spüren Sie die starke Kraft des Meerwassers und seiner wertvollen Inhaltsstoffe.

## Thalasso-Bäder

ca. 20 Minuten

<b>Meerwasserwannenbad</b>	30,00 €	<b>Schwefelsolewannenbad</b>	35,00 €
Beeinflusst die Hautsituation, harmonisierend und reinigend.		Natürliches Heilmittel bei Hauterkrankungen, entzündlichen Vorgängen und rheumatischen Erkrankungen.	
mit Bio-Milch & Bio-Rapsöl	35,00 €		
mit Rügener Kreide und Bio-Heckenrose	37,00 €		
<b>Meerwassersprudelbad</b>	35,00 €		
Belebt wie eine wohltuende Mikromassage.			
mit Salzwiesenwermut	37,00 €		



# Schön eingepackt.

Packungen sind wahre „Alleskönner“. Creme, Öl und Algen pflegen und verschönern die Haut auf natürliche Weise.

## Thalasso-Softpacks

ca. 20 Minuten

### Schlick Halbpackung

38,00 €

Hier wird der warme Schlick auf Rücken, Schultern und Hüfte aufgetragen. Die Entspannung in der warmen Schwebeliege unterstützt hier die Wirkung und trägt zu Ihrer ausgleichenden Entspannung bei. Bei Gelenkentzündungen ist kalter Schlick eine Wohltat.

### Schlick Ganzkörperpackung

55,00 €

Bei der Anwendung wird auf alle Körperteile (Rücken, Schulter, Hüfte und alle Gelenke) warmer, cremiger Schlick aufgetragen. Die Entspannung und Mineralstoffwirkung wird durch die Wärme des Schlicks und der Schwebeliege (wie ein warmes Wasserbett) verstärkt und hilft dabei, die Gesamtwirkung entfalten zu können.

### Meeresalgen-Entschlackungspackung

32,00 €

Stimuliert den Stoffwechsel, wirkt entschlackend, entgiftend und strafft die Haut. Die Wellness-Algenpackung bietet Ihnen eine sichere und sanfte Möglichkeit, um Ihren Körper zu revitalisieren.

### Algen-Kreide-Cremepackung

32,00 €

Die ausgewählte Kombination liefert Ihrer Haut eine Vielzahl an Nährstoffen, die Ihnen helfen, sich entspannt und wohl zu fühlen.

### St. Peteraner Cremeölpackung mit Schwefel

35,00 €

Reguliert wirkungsvoll und nachhaltig den Hautzustand, auch bei Reizungen der Haut, Akne und Ekzemen.

### Schlickpeeling

32,00 €

Reinigt die Haut und verwöhnt sie mit Mineralien.

mit Salz und Salzwiesenwermut

34,00 €

mit Alge

34,00 €

### Meersalzpeeling

30,00 €

Verbessert den pH-Wert der Haut und sorgt für einen samtig weichen Gesamtzustand.

mit Bio-Blüten

32,00 €

mit Kreide

32,00 €



# Rundum wohlfühlen mit unseren Körpertreatments.

Gezielte Berührungen wirken wohltuend auf Körper, Geist und Seele. Massagen stärken das Immunsystem, sorgen für erholsamen Schlaf und lindern Schmerzen.

## Wellnessmassagen

### Fußreflexzonenmassage

52,00 €

ca. 35 Minuten

Diese Therapieform unterstützt die Selbstheilungskräfte des Körpers, sorgt für eine bessere Durchblutung und bringt gestaute oder blockierte Lebensenergie wieder zum Fließen.

### Harmoniemassage

55,00 € / 78,00 €

ca. 40 Minuten / ca. 60 Minuten

Eine Ganzkörper-Behandlung mit weichen raumgreifenden Griffen, die nachhaltig entspannen und regenerieren.

### Ganzheitliche Ölmassage

nach Ayurveda

90,00 € / 130,00 €

ca. 60 Minuten / ca. 90 Minuten

Eine ganzheitliche Ölmassage ist die perfekte Wahl für all jene, die eine ausgleichende Erfahrung der Entspannung und Regeneration wünschen.

### Energiepunktmassage (LeverLever)

78,00 €

ca. 60 Minuten

Diese sanfte Energiepunkt-Massage mit Aromäolen, entspannt mit warmen Ölen und setzt den Energiefluss wieder in Gang.

### Dünen Traum

80,00 €

ca. 60 Minuten

Eine Ganzkörpermassage unter Einbeziehung der Kopf und Fußpartie. Bei dieser einzigartigen Massage werden verschiedene Massagetechniken, wie z. B. sanfte, langsam kreisende Bewegungen sowie Streich- und Druckbewegungen angewandt. Neben einer entschlackenden Wirkung wird die Durchblutung gefördert, die Nerven beruhigt und die Muskulatur entspannt sich. Die Massage hilft Stress abzubauen und das Wohlbefinden zu erhöhen. Auch der Schönheit und Regeneration soll diese Behandlung dienen.

### Schwangerschaftsmassage

78,00 €

ca. 60 Minuten

Fürsorge für sich und das Baby – das beinhaltet eine unterstützend umsorgende Schwangerschaftsmassage, die wir Ihnen ab dem vierten Schwangerschaftsmonat ermöglichen. Diese Massage sorgt für allgemeine Entspannung, bekämpft Müdigkeit sowie Spannungs-Kopfschmerzen.

### Warme Basaltsteinmassage (Hot Stone)

78,00 €

ca. 60 Minuten

Eine faszinierende Verbindung aus Massage, Energie und der wohltuenden Wirkung von warmen Basaltsteinen und kalten Marmorsteinen. Die Massage des Körpers mit Steinen und warmem Öl versetzt Sie in einen einzigartigen tiefen Entspannungszustand, der harmonisierend und vitalisierend wirkt. Verspannungen in den tiefsten Muskelschichten werden gelöst und der Geist vom Stress des Alltags befreit.

### Seifenschaummassage im Hamam

94,00 €

ca. 70 Minuten

Ein Hamam ist eine entspannende und wohltuende Erfahrung. Es geht darum, nicht nur Ihre Haut zu reinigen und zu pflegen, sondern im Rahmen eines Rituals auch um die Reinigung der Seele. Das Reinigungszeremoniell wird von Wasser und Wärme bestimmt. Dampfbad, Ganzkörperpeeling und eine Seifenmassage vervollständigen die Körperpflege.

## Specials

### Schlick-Dampfbude (1-4 Personen)

ca. 20 Minuten

Ein Pfleazeremoniell nach orientalischem Vorbild. Im wesentlichen kommen Heilschlamm und Kräuterdampf zum Einsatz. Heilkreide, Naturschlick und Salz werden als Schlamm-packung auf den ganzen Körper aufgetragen. Bei milder Überwärmung im Dampfbad erfolgt ein Ganzkörper-Peeling. Die Haut wird durchblutet, gereinigt, der Stoffwechsel wird angeregt.

Belegung 1 Person	<b>40,00€ p. P.</b>
Belegung 2 Personen	<b>35,00€ p. P.</b>
Belegung 3 Personen	<b>30,00€ p. P.</b>
Belegung 4 Personen	<b>25,00€ p. P.</b>

### Spa-Suite (Paar-Behandlung)

Körper und Seele verwöhnen. Entspannen und zur Ruhe kommen. Genuss und Lebensfreude tanken. Unsere edel ausgestattete Spa-Suite mit Partnersitzwanne lädt Paare und gute Freunde zu einer paradisischen Auszeit ein. Sie haben die Wahl aus:

Spa-Suite Duo: Entspannungsbad mit Whirl und Farblicht, Ruhephase, Rückenmassage und Wellnessgetränk (ca. 60 Min.) **130,00€**

Exklusiv-Spa: Meersalzpeeling, Entspannungsbad mit Whirl und Farblicht, Ruhephase, Ganzkörpermassage mit Aromaöl. Wählen Sie zwischen Kräuter, Grüner Tee-Rose oder Fruchtaromen (ca. 80 Min.) **170,00€**

### Mein Moment – Individualmassage

ca. 60 Min. / ca. 90 Min. **80,00€ / 120,00€**

Unserer Überzeugung und Erfahrung nach ist eine individuell abgestimmte Behandlung aus einem auf Sie abgestimmten Inhalt, einem Mix aus Unterstützung zur Bewegung und Entspannung, ein wichtiges Element für Wohlbefinden sowie eine Unterstützung zum (wieder) finden der eigenen Balance. Wir beginnen mit einer Kurzanamnese (ein kurzes Abstimmungsgespräch), um dann mit Ihnen individuell den Verlauf Ihrer Behandlung abzustimmen – ganz nach Ihren Bedürfnissen auf der Grundlage unserer Erfahrungen. Sie haben den Moment, wir die Zeit.



# DÜNEN-THERME ST. PETER-ORDING



**Gesundheits- und Wellnesszentrum**

- 1 Serail
- 2 Massage
- 3 Hamam
- 4 Inhalation
- 5 Eingang, Termine, Beratung
- 6 Eingang Gesundheits- und Wellnesszentrum
- 7 WCs
- 8 Ayurveda
- 9 Ruheraum
- 10 Spa Suite
- 11 Fahrstuhl
- 12 Gymnastik
- 13 Bewegungsbad
- 14 StrandGut's
- 15 Work-Life-Lounge
- 16 Hotel Rezeption
- 17 Wartebereich Gymnastik

**Gastronomie**

- 1 Restaurant rést ( Saunabereich )
- 2 Restaurant rést ( Schwimmbadbereich )
- 3 Terrasse rést ( Schwimmbadbereich )
- 4 Terrasse rést ( Saunabereich )

- Saunabereich
- Gesundheits- und Wellnessbereich
- Inhalation
- Info-Points
- Wegeführung Hotel StrandGut zur Dünen-Therme

**Saunagarten**

**Dünen-Therme**

**Gesundheits- und Wellnesszentrum**

**Zugang Dünen-Therme**

**Dünen-Therme**

- 1 Wellenbad
- 2 Aufenthaltsdeck
- 3 Wasserfall
- 4 Aufenthaltskoben
- 5 Babybecken
- 6 Multifunktionsspielfläche
- 7 Landebecken Wildbach
- 8 Landebecken Reifennutsche
- 9 Landebecken Turborutsche
- 10 Start Turborutsche
- 11 Start Reifennutsche

- 12 Start Wildbach
- 13 Empore
- 14 Erlebnisbecken
- 15 Aufenthaltsfläche
- 16 Whirl-Pool
- 17 Aussenbecken
- 18 Aussenterrasse
- 19 Wintergarten
- 20 Pfahlbau - Sauna
- 21 Blockhaus - Sauna
- 22 Saunagarten
- 23 Tauch- und Durchschreibecken

- 24 Ruheraum
- 25 Sanarium
- 26 Wohlfühl-Duschen
- 27 Birken-Sauna
- 28 Dampfbad
- 29 Kaminzimmer
- 30 Sauna-Duschen / WCs
- 31 Umkleide Sauna
- 32 Duschbereich
- 33 WCs
- 34 Umkleiden
- 35 Kasse
- 36 Ausstellung Wattenmeer
- 37 Eingang / Fahrstuhl

Zugang Dünen-Therme vom StrandGut Resort



Gern berät Sie das Wellnessteam der Dünen-Therme:

T: 04863 999-122 oder -124

M: [termine.resort@duenen-therme.de](mailto:termine.resort@duenen-therme.de)

Jetzt **online** reservieren unter:

[shop.st-peter-ording.de](http://shop.st-peter-ording.de)

**StrandGut Resort**

Am Kurbad 2

25826 St. Peter-Ording

T: 04863 9999-0

M: [info@strandgut-resort.de](mailto:info@strandgut-resort.de)

[www.strandgut-resort.de](http://www.strandgut-resort.de)

Änderungen vorbehalten.

Stand Mai 2023

**STRAND | GUT**  
RESORT | SPO