



SUPERIOR ★★★ HOTEL
Diekseequell

Müde vom Alltag?

*Gönnen Sie sich eine
"Auszeit"*



Wir freuen uns auf Sie!

SUPERIOR ★★★ HOTEL
Diekseequell

Inh.: Ulf Lucas

Diekseepromenade 21 - 23714 Bad Malente

Telefon: 0 45 23 / 88 08 - 0 - Telefax: 0 45 23 / 88 08 - 33

www.diekseequell.de

Wellnessmassagen im Diekseequell

Thai Yoga Massage

Mix aus Druckpunktmassage – Akupressur - , achtsamen Dehnübungen und passiven Yogahaltungen.

30 Min.	30,00 Euro
45 Min.	40,00 Euro
60 Min.	55,00 Euro

Die Thai Yoga Massage findet in bequemer Kleidung auf der Shiatsumatte statt.

Marma Ölmassage

Angenehme Öle aktivieren durch die Massage Ihre „Marmapunkte“ und lösen tiefsitzende Verspannungen.

30 Min.	30,00 Euro
45 Min.	40,00 Euro
60 Min.	55,00 Euro

Massiert wird auf einer klassischen Massageliege!

Buchen Sie Ihre Massage bei Frau Lucas 04523-88080 oder direkt bei Frau Krützelfeldt 0179-3466488.

Klassische Rückenmassage 25 Min. 29,00 Euro

Aromaölmassage 30 Min. 39,00 Euro
60 Min. 69,00 Euro

Handmassage
mit exklusiver Handmaske 30 Min. 49,00 Euro

Fusszonenmassage 30 Min. 49,00 Euro

Kopf-Gesichts-Massage 30 Min. 49,00 Euro

Hot-Stone-Massage 60 Min. 79,00 Euro

Buchen Sie diese Angebote bei Frau Lucas 04523-88080.

"Selbstbehandlungstipps"

Nutzen Sie Ihre freie Zeit für eigene Übungen, wie z. B. das

"Wippen"

Kurzes Anti-Krampfader-Workout:

Barfuß hinstellen und eine Minute lang von den Fersen auf die Zehenspitzen und wieder zurück Schaukeln. Beine kurz ausschütteln und noch einmal von vorne – am besten 5mal.

Nutzen Sie unsere Liegewiese!

"Heigeln"

- das sanfte Ganzkörpertraining
Aushang vor dem Massagebereich mit Anleitung

"Faszientraining"

- Roll doch mal!
Aushang vor dem Massagebereich mit Anleitung

