

Anmeldung/Terminvereinbarung

Wir bitten Sie, Ihre Wellness-Anwendung frühzeitig zu buchen, damit wir Ihren individuellen Termin berücksichtigen können.

Bitte erscheinen Sie im Bademantel zu Ihrer Anwendung.

VIELE WEITERE ANGEBOTE
UND INFORMATIONEN FINDEN
SIE AUF UNSERER HOMEPAGE
WWW.HOTEL-GERBE.DE



Wir freuen uns auf Sie.

Hotel Gerbe GmbH & Co.KG
Hirschlatter Strasse 14, 88048 Friedrichshafen
Tel +49 (0) 7541 5090, Fax +49 (0) 7541 55108
info@hotel-gerbe.de, www.hotel-gerbe.de

www.hotel-gerbe.de

Wo Körper und Geist eine Auszeit nehmen.

WELLNESSANGEBOTE

HOTEL
Gerbe

— 1625 —

ENTSPANNUNG

Das Hotel Gerbe setzt einen ganz entscheidenden Fokus auf Entspannung. Im Johannespark und den dazugehörigen Massage-, Sauna- und Yogaräumlichkeiten gibt es viele Möglichkeiten, sich im Wellnessurlaub oder an einem Wellnesstag ganz in die Hände unserer professionellen Therapeutin zu begeben.

Hier finden Sie Anregendes für die Sinne, Entspannung für den Geist und Harmonie für den ganzen Körper.

Abhyanga [80 Min.]

Authentische Ayurveda-Ölmassage des ganzen Körpers, einschließlich Kopf, Gesicht und Ohren.

95 EUR p. P.

Padabhyanga [30 Min.]

Ayurvedische, tiefenentspannende Fuß- und Beinmassage.

39 EUR p. P.

Shiroabhyanga [60 Min.]

Ayurvedische, anregende Kopf-, Gesicht-, Schulter- und Nackenmassage für die Sinne und den Geist.

68 EUR p. P.

Upanahasveda Lepa [50 Min.]

Belebende Kräuterpackung mit anschließenden Streichungen und speziellen Griffen für einen entspannten Rücken.

65 EUR p.P.

Mukabhyanga [70 Min.]

Ayurvedische Schönheitsanwendung für die Dame. Beruhigende, sanfte Massage von Kopf, Gesicht, Nacken, Dekolleté bis zum oberen Bauchbereich.

75 EUR p.P.

Hot Stone Behandlung [85 Min.]

Ganzkörper-Massage mit wohltuend warmen Steinen auf der Haut.

98 EUR p. P.

ENTSPANNUNG



Aroma-Ganzkörper-Massage [50 Min.]

mit einer hochwertigen, ätherischen Ölmischung.

68 EUR p.P.

Wellness Relax Massage [50 Min.]

Beruhigende, entspannende Ganzkörpermassage.

65 EUR p.P.

Wohltuende Rückenmassage [25 Min.]

Insbesondere bei Verspannungen geeignet.

35 EUR p.P.

Rücken Aktiv [50 Min.]

Nach Untersuchung Ihres Rückens erhalten Sie eine medizinisch, klassische Massage, mit anschließenden auf Sie abgestimmten Übungen.

60 EUR p.P.



BEWEGUNG

Kurzurlaub für die Seele:

Den Alltag für ein Wochenende hinter sich lassen, um nach innen zu gehen, sich zu spüren, bei sich ankommen und Achtsamkeit in den Alltag integrieren.

All das kann hier in wunderschöner Umgebung erlebt werden. An diesem Wochenende lernen Sie die vielfältigen Facetten des Yogas kennen und können erfahren, wie bereichernd es ist, wieder mit sich in Kontakt zu sein.

Unsere Yoga-Angebote beinhalten:

Freie Nutzung unseres Wellnessbereichs und Ener-Gie-Wasser auf Ihrem Zimmer. Ebenso zur Verfügung stehen Ihnen Yogamatte, Meditationskissen und Decken. Auf Wunsch können auch Verlängerungsnächte gebucht werden.

HOTEL
Gerbe
— 1625 —

Hotel Gerbe GmbH & Co.KG

Hirschlatte Strasse 14, 88048 Friedrichshafen
Tel +49 (0) 7541 5090, Fax +49 (0) 7541 55108
info@hotel-gerbe.de, www.hotel-gerbe.de

BEWEGUNG



BUCHBAR VOM 22.03.–24.03.2019, 05.07.–07.07.2019
ODER 08.11.–10.11.2019

„Yoga- und Meditationswochenende“ [2 Nächte, 13 h Yoga]

- 2 Übernachtungen in einem unserer gemütlichen Zimmer
- 2 x vitales Genießerfrühstück vom Buffet
- Freitag: Yin Yoga mit Klang & Mantragesang
- Samstag: Hatha Yoga am Morgen, Gehmeditation, Yoga Nidra, Pranayama
- Meditation, Theorie und Praxis, Yin Yoga mit Klang und Mantragesang
- 1 x leichtes 2-Gang Mittagmenü
- Sonntag: Hatha Yoga am Morgen, Pranayama, Meditation, Gehmeditation, Yoga Nidra
- Mindestteilnehmerzahl: 7



ab 377 EUR p. P.*

BUCHBAR VOM 22.03.–24.03.2019, 05.07.–07.07.2019,
20.09.–22.09.2019 ODER 08.11.–10.11.2019

Yoga Auszeit“ [2 Nächte, 7 h Yoga]

- 2 x Übernachtung in einem unserer gemütlichen Zimmer
- 2 x vitales Genießerfrühstück vom Buffet
- 2 x Yin Yoga mit Klang und Mantragesang (120 min)
- 2 x Hatha Yoga am Morgen (90 min)
- Mindestteilnehmerzahl: 7

ab 266 EUR p. P.*