

Wellness

MARIA GALLAND
PARIS




well·come
Wellness • Massagen • Kosmetik

L'ÉNERGIE DE LA BEAUTÉ



Was machen Sie?
Nichts.
Ich lasse das Leben auf mich regnen!

Rahel Vornhagen

Die Zeit, in der wir leben....



Empfinden Sie Stress, Anspannung, Leistungsdruck?

Unser Umfeld verlangt heute viel von uns. Täglich stehen wir neuen Herausforderungen gegenüber.

Es wird immer schwieriger, im Alltag den notwendigen Ausgleich zu finden.

Dies gelingt nur, wenn Anspannung und Entspannung im richtigen Verhältnis zueinander stehen. So sind Ruhephasen zunehmend wichtig, die Körper, Geist und Seele wieder in Einklang bringen.

Unsere Philosophie ist die ganzheitliche Entspannung!

Wir laden Sie ein, sich mit uns auf den Weg zu machen, diese Entspannung zu finden, Energie zu tanken und vom Alltag abzuschalten.

Unser Haus liegt in landschaftlich reizvoller Umgebung und die hoteleigene Schwimmbad- und Saunalandschaft bilden den richtigen Rahmen. Genau das richtige Ambiente für unsere Wellness Anwendungen und unser Sport- und Entspannungsprogramm.

So finden Körper und Seele wieder zueinander und Sie werden fit für die Herausforderungen im Alltag.

Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.

Nathalie Mewes & Team

Rund um unsere Sauna- und Schwimmbadanlage*

(Preise gültig ab 31.03.2017)

Hotelleistungen*

(nicht auf wellcome-Gutscheine einzulösen)

Einzelkarte

Sauna, Salzgrotte, Schwimmbad & Fitnessraum

(Freitag, Samstag, Sonntag, Feiertag) 21,00 €/ 10er 168,00 €

(Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag) 18,90 €

Einzelkarte Schwimmbad 6,00 €/ 10er 48,00 €

Einzelkarte Salzgrotte und Fitnessraum 6,00 €/ 10er 48,00 €

Bademantel (Leihgebühr) 3,50 €

Saunatuch (Leihgebühr) 1,00 €

Öffnungszeiten

Schwimmbad

täglich von 7.00 - 22.00 Uhr

(Schwimmbadnutzung während der **Aquakurse** nicht möglich)

Aquakurszeiten

Montag	20.00 - 21.00 Uhr
Dienstag	9.00 - 12.00 Uhr
Mittwoch	9.00 - 12.00 Uhr 19.00 - 21.00 Uhr
Donnerstag	17.00 - 19.00 Uhr
Samstag	9.00 - 11.00 Uhr

Sauna

Dienstag bis Freitag	14.00 - 22.00 Uhr
Samstag, Sonntag, Montag	11.00 - 22.00 Uhr
Feiertage	11.00 - 22.00 Uhr

Hallenschwimmbad (29°C), Whirlpool, Bio-Sauna, Finn-Sauna, Kräuter-Duft-Grotte, Salzgrotte, Dampfbad, Fitnessraum, Wärme-Relax-Liegen, Kalt-Dusch-Bereich, ...

**Sie haben Fragen rund um Sauna, Schwimmbad, Übernachtungen, Tischreservierung.
Telefon: 05455 - 93000.**

www.ringhotel-teutoburger-wald.de

E-Mail: info@ringhotel-teutoburger-wald.de

Day Spa

Tagesarrangement

für Tagesgäste

Freitag, Samstag & Montag ab 11 Uhr möglich

Dienstag und Mittwoch ab 14 Uhr

Ringhotel Paket

29,00 €

Tageskarte Sauna- und Schwimmbadnutzung
inkl. Nutzung der Salzgrotte und des Fitnessraums, eine kleine
Stärkung, ein Vitalgetränk, Leihbademantel & Handtücher
(Hotelleistung nicht auf well-come Gutscheine einlösbar und
nur in Verbindung mit einer Behandlung buchbar)

Tipp! Schenken Sie zu dem Ringhotelpaket ganz individuell Ihre
persönliche Wohlfühlzeit Ihrer Wahl (siehe Einzelbehandlungen)

Wohlfühlarrangement ...zum Entschleunigen

Energie & Ausstrahlung

140 min 159,00 €

- 1x Détox Energie Ganzkörpermassage
- 1x Handpflege & Massage
- 1x Effekt Gesichtsbehandlung von Maria Galland (60min)
mit Wow-Effekt, für ein Gesicht voller Entspannung,
Ausdruck und Lebensfreude.

Ayurveda Pur

Zeit zum Fallenlassen ...

110 min 129,00 €

- 1x Ganzkörperpeeling mit dem Rohseidenhandschuh
- 1x Ayurveda Ganzkörpermassage
- 1x Kopf- und Gesichtsmassage
- 1x Ayurveda Tee

Einmal Loslassen bitte!

100 min 109,00 €

- 1x Lomi-Lomi-Nui Ganzkörpermassage
- 1x Gesichts- und Kopfmassage
- 1x Klang- oder Schwebeliege

Denk mal an Dich

120 min 115,00 €

- 1x well-come Aroma Ganzkörpermassage
- 1x Kosmetik - Expressbehandlung
- 1x Pflegebehandlung für die Hände

Zweisamkeit

für 2 Personen 80 min 169,00 €

- 2x Relaxmassagen zum Genießen
- 2x erfrischende Creme Packungen für Ihr Gesicht
- 2x entspannende Fuß - und Beinmassage

Alle Wohlfühlarrangements sind inkl. Bademantel, Einmal-Slipper,
Nutzung des Ruheraumes & ein Glas Sekt (auch Alkoholfrei)



Massagen

Jede Massage können Sie auch nach vorheriger Absprache, als Paarmassage bei uns buchen!

Lomi Lomi Nui Massagen

Lomi Ganzkörper Massage (60 min oder 90 min)

Eine traditionelle, hawaiianische Massage für die körperliche Reinigung und Stressbewältigung. Sie erleben ein Fest für Ihre Sinne. Lomi heißt übersetzt: Drücken - Kneten - Reiben und Nui: Einzigartig.

Lomi Ganzkörper Massage für Schwangere (60 min) (ab der 13. Schwangerschaftswoche)

Diese Lomi-Massage ist ganz individuell auf die Bedürfnisse der werdenden Mutter angepasst.

Lomi Teilkörpermassage (40 min)

Eine intensive Massage für Rücken und Beine mit einer speziellen Massagetechnik.

40 min	49,00 €
60 min	75,00 €
90 min	109,00 €

Ayurveda Massagen

Ayurveda Abhyanga Ganzkörpermassage (60 min oder 90 min)

Die Technik der liebevollen Hände. Eine indische, sanfte Streichmassage mit warmem Bio-Sesamöl gibt uns ein Gefühl der Geborgenheit und entspannt Körper, Geist und Seele.

Rückenmassage Upanaha (40 min)

Mittels spezieller Vitalpunkte können Verspannungen im Gewebe gelöst und die Beweglichkeit des Rückens verbessert werden.

Kopf- und Gesichtsmassage Mukabhyanga (25 min und 40 min)

Diese Massage für Kopf, Gesicht, Nacken und Dekolleté stärkt die Konzentrationsfähigkeit und belebt die Kopfhaut. Sie beruhigt die Nerven, hat eine verjüngende Wirkung und fördert Harmonie und innere Stärke.

Fußmassage Padabhyanga (25 min und 40 min)

Eine wirkungsvolle Ölmassage mit speziellen Griffen und Ausstreichungen an den Füßen. Die Massage kann beruhigend und ausgleichend bei Kopfschmerzen, Schlafstörungen und Nervosität wirken.

25 min	32,00 €
40 min	49,00 €
60 min	75,00 €
90 min	109,00 €



Hot Stone Massagen

Ganzkörper Massage (60 min)

Intensive Lockerung der verspannten Muskulatur mit heißen Steinen.

Teilkörpermassage (40 min)

Intensive Massage mit heißen Steinen für Rücken und Nacken.

60 min	75,00 €
40 min	49,00 €

Massagen

Détox & Energie Massage (60 min)

Durch eine spezielle Maria Galland-Massagetechnik werden Muskelverspannungen gelöst und die Energie-Meridiane des Körpers stimuliert.

Faszien Ganzkörpermassage (60 min)

Eine Massagekombination mit Faszientools und Händen zum Lösen von Verspannungen & Verklebungen der Muskulatur.

Well-come Aroma Ganzkörpermassage (50 min)

Eine Massage aus verschiedenen Massagetechniken nach individueller Absprache für Rücken, Beine und Arme.

Teilkörper Relaxmassage (40 min)

Die etwas andere Massage für Rücken, Arme, Nacken- und Kopfbereich. Diese Massage wird in Bauch - sowie in Rückenlage durchgeführt.

Massage für Schwangere (40 min)

Eine individuelle Massage, die auf die Bedürfnisse der Schwangeren abgestimmt wird.

Aroma Rückenmassage (25 min)

Eine auf Sie abgestimmte Rückenmassage mit Aromaölen. Durchblutungsfördernd, lösend und entspannend.

25 min	32,00 €
40 min	49,00 €
50 min	65,00 €
60 min	75,00 €

Kleine Wellnesspausen

Rückenspezial

Wärme tanken auf der Schwebeliege und eine wohltuende Rückenmassage

40 min	40,00 €
--------	----------------

Unser Tipp gegen Verspannungen & Stress zur Regeneration

Ser & 10er Karten für Massagen

Wählen Sie Ihre individuelle Massage

Rücken/Nacken, Kopf/Nacken oder Bein/Fuß

(nur einlösbar Mo, Di, Mi & nicht übertragbar)

Ser Karte	25 min	130,00 €
10er Karte	25 min	250,00 €



Körperbehandlungen

Salz Öl Ganzkörperpeeling 20 min **29,00 €**

Ein Peeling reinigt, öffnet die Poren, fördert die Durchblutung und ist eine optimale Vorbereitung auf eine Massage, Packung oder Sauna.

Ganzkörper Packungen & Mehr 60 min **69,00 €**

Ganzkörper Peeling mit dem Rohseidenhandschuh, eine Ganzkörper Packung auf der Schwebeliege mit einer Gesichts- oder Fußmassage & Abschlusspflege.

Ganzkörper Packung & Gesichtsmaske 40 min **49,00 €**

Entspannung und Pflege für Körper & Gesicht auf der Schwebeliege. Eine Ganzkörperpackung, je nach Hautbedürfnis, entschlackend, straffend oder feuchtigkeitsspendend, eine Gesichtsmaske & eine Abschlusspflege.

Rundum Wohlgefühl für ihre Füße

Wellness Fußpflege klassisch 25 min **29,00 €**

Reinigung der Füße mit einer warmen Aroma Komresse, Nägel kürzen und feilen, Hornhaut entfernen und Abschlusspflege

Wellness Fußpflege intensiv 55 min **55,00 €**

Fußbad, Peeling, Nägel kürzen und feilen, Hornhaut entfernen, Klarlack und eine entspannende Fußmassage oder ein pflegendes Paraffinfußbad/Packung

Fußdruckpunktmassage 25 min **32,00 €**

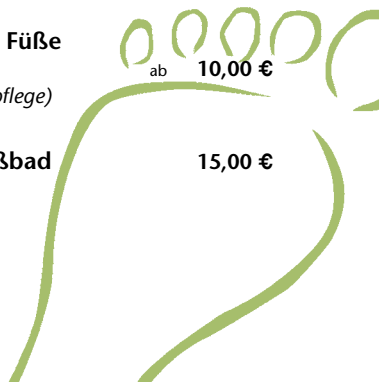
40 min **49,00 €**

**Zusatzbehandlung für Ihre Füße
Fußnägel lackieren**

(nur in Verbindung mit einer Fußpflege)

ab **10,00 €**

Fußpeeling und Paraffinfußbad **15,00 €**



Effektbehandlung

Lifting Spezialisten

Jede Effektbehandlung beinhaltet Reinigung, Peeling, Augenbrauenkorrektur, Wirkstoffzufuhr, eine Spezialmaske, Massage je nach Behandlungswahl und Abschlusspflege.

Unser Kosmetikteam berät Sie gerne individuell bei der Auswahl Ihrer Gesichtsbildung.

MARIA GALLAND
PARIS

Lifting Absolue Jeunesse

100% manuelle Liftingbehandlung 75 min **95,00 €**
mit sichtbaren Resultaten

Die neue innovative Behandlung zur unmittelbaren Festigung und Definition der Gesichtskonturen. Sie wirkt aufpolsternd und glättet Falten für ein strafferes, remodelliertes Aussehen und eine sichtbar jünger wirkende Haut.

Die entspannenden Massagerituale helfen bei Abbau von Stress, schenken neue Energie & Wohlbefinden.

Méthode Mosaïque Modelante

Verleiht eine zu 90% jünger 75 min **95,00 €**
aussehende Haut

Eine auf höchstem Niveau auf Ihre Haut abgestimmte Anti-Aging-Behandlung, die Zone für Zone mit hochwirksamen Produkten pflegt und modelliert.

Eine sich selbst erwärmende Tonerdemaske sorgt für eine festere und glattere Haut mit neuer Energie.

Das Ergebnis ist ein spektakulärer Lifting-Effekt und eine Haut, die strahlender, gesünder, entspannter und frischer erscheint.

Soin Thalasso

Erfrischt, schenkt neue Energie und 60 min **79,00 €**
versorgt die Haut mit Feuchtigkeit

Trockene Haut, die spannt und sich nach Feuchtigkeit sehnt, profitiert von dieser effektiven Powerbehandlung.

Die erfrischende und belebende Algenmaske versorgt die Haut nachhaltig mit hochkonzentrierter Feuchtigkeit und verleiht Ihr einen neuen Energiekick. Ideal für jede Haut – aber besonders für feuchtigkeitsarme Haut, die sich rau anfühlt.

Soin Dermatologique - Rougeurs

**Speziell für empfindliche
zu Rötungen neigende Haut**

60 min **85,00 €**

Gerötete Flächen im Bereich der Nase und Wangen sind sichtbare Anzeichen von Couperose und Rosacea. Das hocheffektive dermatologische Behandlungsprogramm regt die Microzirkulation der Haut gezielt an. Die Kapillarwände werden gekräftigt, um die Haut wieder ins Gleichgewicht zu bringen und nachhaltig zu schützen.

MARIA GALLAND
PARIS



L'ÉNERGIE DE LA BEAUTÉ

Wir schminken Sie
mit Produkten von

MARIA GALLAND
PARIS

Tages Make up - ganz natürlich 20 min **18,00 €**
Abend- und Hochzeits-Make up auf Anfrage

Schmink Beratung/ Workshops

Erleben Sie ein professionelles Make up!

Schauen und erlernen Sie Schminktechniken individuell auf Sie abgestimmt. Wir beraten Sie gerne über Neuheiten und Trends. Erleben, fühlen, schauen & nachmachen!
Beim Kauf von dekorativen Produkten bekommen Sie 10% Ermäßigung.

Individuelle Einzelberatung 40 min **39,00 €**

Gruppenberatung pro Person **29,00 €**

Inkl. einem Glas Sekt

(ab 4 Personen, jeden Dienstag ab 18:30 Uhr möglich oder nach Vereinbarung)



Gesichtsbehandlung

Klassiker für Sie oder Ihn

MARIA GALLAND
PARIS

Maria Galland Basis 60 min **59,00 €**
Hautanalyse, Schwerpunkt der Behandlung wählen,
(Intensive Ausreinigung oder Massageteil), Reinigung, Peeling,
Augenbrauenkorrektur, Entfernung von Unreinheiten,
Maske, Massage und Abschlusspflege.

Maria Galland Relax 70 min **69,00 €**
Siehe Basisbehandlung inkl. Augen, Lippenpflege,
eine ausgiebige, entspannende Massage für Gesicht,
Dekolleté, Schulter, Nackenbereich und ein
abschließendes Finish

Unsere Gesichtsbearbeitungen bieten wir
nach vorheriger Absprache auch mit  **Produkten an!**

Zusatzbehandlungen

Buchbar nur in Verbindung mit einer Kosmetikbehandlung

Augenbrauen färben	6,50 €
Wimpern färben	8,50 €
Enthaarung Kinn oder Oberlippe	8,00 €
Maria Galland Essenzen (Wirkstoffe)	12,50 €
Maria Galland Augenmodellage	20,00 €



Schöne & Gepflegte Hände

- Maniküre - klassisch** 25 min **29,00 €**
Nagelhaut entfernen, Nägel in Form feilen, polieren und Handpflege
- Maniküre - ausgiebig** 50 min **49,00 €**
siehe Maniküre klassisch inkl. Peeling, Handmassage, Klarlack und Paraffinhandbad/Packung
- Kurzmaniküre während einer Kosmetikbehandlung** **18,00 €**
Nägel in Form feilen, polieren und Handpflege
- Nägel lackieren** ab **10,00 €**
(nur in Verbindung mit einer Maniküre)
mit Maria Galland Nagellack
- Anti Aging für die Hände** 25 min **29,00 €**
Handpeeling, Anti Aging Essenzen, Handmassage & Paraffinhandbad

Bezaubernde Augenblicke

- Beauty Eyes** 25 min **29,00 €**
Wimpern färben, Augenbrauen zupfen, wachsen
Augenbrauen färben und Auftragen einer Augenpflege
(individuelles Umstellen nach Absprache der Behandlung ist möglich, falls etwas nicht gemacht werden soll)

Einzelbehandlung

- Wimpern färben** **15,00 €**
Augenbrauen färben **12,00 €**
Augenbrauen in Form zupfen oder wachsen **15,00 €**



Schwebeliege

Sie schweben auf ca. 35-37°C warmem Wasser.
Durch die Wärme lockert und entspannt sich Ihre Muskulatur.
Sie werden mit dem Druck von Wasserstrahlen massiert und genießen Wärme, Musik (Klangwellen) und Schwingungen.
Die Schwebeliege ist optimal vor oder nach einer Wellnessbehandlung.

10 min 10,00 €

15 min 14,00 €

20 min 18,00 €

Klangliege ilife Somm Liege

In nur 12 Minuten ...

... entspannt das ilife Somm - System Körper, Geist & Seele und bringt den Körper wieder in Gleichgewicht und Harmonie.
Die Klangliege kann Blockaden lösen und lässt die Energie frei fließen.

12 min 10,00 €

24 min 18,00 €

Zusätzliche Angebote im well·come....

Einzeltermine: Faszien Yoga, Klangreisen für Gruppen

Präventionskurse: Hatha Yoga, Aquafitness, funktionelles Ganzkörpertraining-Pysio Move, Nordic Walking

Bia-Impedanz Messung

(Analyse der Körperzusammensetzung und des Ernährungszustandes, Fett/Wasser/Muskelmasse)

Nähere Informationen im well·come

unter Telefon 05455-930011

oder www.well-come.net

Unsere Rezeptionszeiten:

Montag	10.00 - 12.00 Uhr und 15.00 – 17.30 Uhr
Dienstag	10.00 - 12.00 Uhr und 15.00 – 17.30 Uhr
Mittwoch	10.00 - 12.00 Uhr und 15.00 – 17.30 Uhr
Donnerstag	Ruhetag - Wir tanken Energie für Sie
Freitag	10.00 - 12.00 Uhr und 15.00 – 17.30 Uhr
Samstag	10.00 - 12.00 Uhr

(nicht in den Sommerferien NRW)

Unsere Behandlungszeiten:

Montag	10.00 - 18.00 Uhr
Dienstag	10.00 - 19.00 Uhr
Mittwoch	10.00 - 19.00 Uhr
Donnerstag	Ruhetag - Wir tanken Energie für Sie
Freitag	10.00 - 18.00 Uhr
Samstag	10.00 - 18.00 Uhr
Sonntag / Feiertag	geschlossen

***(für Hotelgäste mit Voranmeldung
ab 01.01.2019 berechnen wir an Sonn- und
Feiertagen 10% Aufschlag)
Behandlungszeit 10.00-16.00 Uhr***

Hotelübernachtungen und Hotelarrangements unter
www.ringhotel-teutoburger-wald.de

Sie erhalten folgende Produkte bei uns:

MARIA GALLAND

PARIS



BIOMARIS®



Spa Hinweise

Zeitangaben der Behandlungen

Zeitangaben sind ca. Angaben, teilweise sind kurze Ruhezeiten darin enthalten.

Zeit nehmen

Kommen Sie bitte 10 Minuten vor Ihrem Termin und entspannen Sie gerne noch nach Ihrer Behandlung bei uns in gemütlicher Atmosphäre.

Bei Terminverspätungen Ihrerseits müssen wir Ihre Behandlungszeit leider verkürzen.

Gesundheit

Bitte informieren Sie uns vor der Behandlung über gesundheitliche Einschränkungen und Schwangerschaft.

Bei zu hohem Blutdruck, HerzKreislaufproblemen oder ähnlichem klären Sie dieses bitte vor Ihrem Termin mit Ihrem Arzt ab!

Ruhe genießen

Bitte schalten Sie das Handy aus!

Stornierungen

Für Terminabsagen, die weniger als 24 Stunden vor dem Termin vorgenommen werden erheben wir, wenn wir den Termin nicht mehr vergeben können, eine Stornogebühr von 80%. Bei Paar und Gruppenabsagen bitten wir um eine Terminabsage spätestens 48 Stunden vor dem Termin!

Wenn wir den Termin wieder belegen können, fallen keine Stornogebühren an! Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Bekleidung

Wir empfehlen unseren Hotelgästen, im Bademantel zur Behandlung zu kommen. Der Bademantel liegt im Hotelzimmer für Sie bereit.

Unsere Außerhausgäste sollten in bequemer Kleidung zu uns kommen.

Behandlungstermine

Bitte buchen Sie Ihre Termine, vor allem am Wochenende rechtzeitig und Hotelgäste direkt mit der Hotelbuchung. Wir bitten Sie, Ihre Behandlungswünsche per E-Mail zu senden, damit Buchungsfehler vermieden werden!

Gutscheine für jeden Anlass

Verschenken Sie einen Wertgutschein über Wellnessbehandlungen, Programmorschläge oder Produkte. Wir beraten Sie gerne!

Außerhalb unserer Rezeptionszeiten erhalten Sie Wertgutscheine auch an der Hotelrezeption.

Unsere Gutscheine sind 3 Jahre gültig!

Gutscheinshop unter www.well-come.net



Foto: Sabine Braungart

*Wir freuen uns
auf Ihren Besuch
im Bocketal!*

Informationen und Preise

(gültig ab 01.11.2018)

well-come im Ringhotel Teutoburger Wald

Inhaberin: Nathalie Mewes

Im Bocketal 2 · 49545 Tecklenburg-Brochterbeck
Telefon 05455 - 930011 · Telefax 05455 - 930070
www.well-come.net · E-Mail: info@well-come.net


well·come
Wellness · Massagen · Kosmetik