



ANTONIUSHOF

a bisserl anders – so wie mia



Garten Spa-
Anwendungen



KLASSISCHE MASSAGEN

ANTONIUSHOF GANZKÖRPER-MASSAGE | 50 MIN. | 79 €

Entspannen Sie in voller Harmonie von Kopf bis Fuß. Unsere exklusive Massage zielt darauf ab, gezielt Verspannungen im Rücken, am Bauch und Gesäß, an Armen und Beinen sowie Händen und Füßen zu lösen – ein ganzheitliches Wohlfühlerlebnis für Ihren Körper.

INDIVIDUAL TREATMENT | 50 MIN. | 79 €

Für diejenigen, die ihre Massage nach eigenen Wünschen gestalten möchten. Unsere Therapeutinnen besprechen Ihre Bedürfnisse und kreieren eine individuelle, auf Sie zugeschnittene Behandlung.

ANTON & ANTONIA PAAR-MASSAGE | 50 oder 25 MIN. | 158 € / 90 €

Genießen Sie gemeinsam mit Ihrem Partner eine verwöhnende Massage von zwei Masseurinnen. Sanfte Bewegungen und duftende Aromaöle schaffen eine tiefe Entspannung, während Sie Seite an Seite die warme Nähe Ihres Partners spüren.

FUSSREFLEXZONEN-MASSAGE | 40 MIN. | 63 €

Entdecken Sie die Verbindung jedes Organs, Muskels und Knochens mit Ihren Füßen. Durch gezielte Massagepunkte werden Organe positiv beeinflusst, Selbstheilungskräfte aktiviert und Blockaden gelöst.

MASSAGE-MIX (RÜCKEN, KOPF & SCHULTERN) | 40 MIN. | 63 €

Die perfekte Kombination aus klassischen Massagegriffen für Rücken, Schultern, Nacken und Kopf verbessert Durchblutung und Stoffwechsel. Stress und Anspannung werden gelöst, während Ihr Geist sanft zur Ruhe kommt.

RÜCKEN-MASSAGE | 25 MIN. | 45 €

Regen Sie den Blut- und Lymphfluss an und lassen Sie Verspannungen in Luft aufgehen. Erleben Sie spürbare Bewegungsfreiheit und ein Gefühl der Erleichterung, das sich über Ihren ganzen Körper ausbreitet.

KLASSISCHE MASSAGEN

DYNAMIC RECREATION BACK MASSAGE | 50 MIN. | 79 €

Eine aufbauende Rückenbehandlung, individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst. Natürliche Wirkstoffe, Schröpfgläser und Klangschalen unterstützen das Lösen von Verspannungen und verbessern die Dynamik der Wirbelsäule. Bewegen Sie sich entspannt und befreit. Aufrichtig – aufrecht!

RELAXING HEAD + NECK MASSAGE | 50 MIN. | 79 €

Ein Highlight für Ihre Sinne! Spezielle Grifftechniken für Kopf, Nacken und Schultern sowie wirkstarke Pflanzenextrakte lösen Spannungen und klären den Geist. Mikrozirkulation, Gefäße und Nerven werden gestärkt, für ein tief befreiendes Erlebnis.

DYNAMIC FEET + LEGS MASSAGE | 50 MIN. | 79 €

Beleben Sie müde Beine mit einem Aufbau-Programm, das entlastend und entspannend wirkt. Gönnen Sie sich neue Energie und spüren Sie, wie Ihre Vitalität zurückkehrt.

MIND RELAXING AROMA MASSAGE | 50 oder 25 MIN. | 79 € / 45 €

Eine beruhigende Entspannungsmassage auf körperlicher und mentaler Ebene. Der Duft ausgewählter Aromaöle und sanfte Massagetechniken bringen Ihre Muskulatur ins Gleichgewicht und entspannen Ihren Geist.

SPORT + VITALITY BODY MASSAGE | 50 ODER 25 MIN. | 79 € / 45 €

Lockern Sie Ihre Muskulatur und aktivieren Sie Ihren Bewegungsapparat. Diese gezielte Massage verbessert die Leistungsfähigkeit, während alpine Arnika-Aktivstoffe zusätzlich anregend wirken.





HOLISTIC TREATMENTS

LOMI LOMI NUI-MASSAGE | 80 oder 50 MIN. | 125 € / 79 €

Bei der hawaiianische Tempel-Massage wird der Begriff „Lomi“ übersetzt als reiben, kneten oder drücken. Unter Verwendung von Unterarm und Ellbogen löst die Massage körperliche Blockaden auf und fördert gleichzeitig Entspannung sowie Reinigung auf seelischer und geistiger Ebene.

INNER BALANCE CHAKRA TREATMENT | 50 MIN. | 79 €

Finden Sie Ihren Weg zu Harmonie und innerem Gleichgewicht. Erfahren Sie mit sanft duftenden, reinen Chakrenölen, gezielten Massagegriffen und Edelsteinen eine tief entspannende Behandlung – ein besonderes Erlebnis für Ihr Körperbewusstsein.

DEEP RELAX STONE MASSAGE | 50 MIN. | 79 €

Beginnend mit warmen Basaltsteinen stimuliert diese tiefenentspannende Anwendung die Energiezentren. Eine sanfte Aromaölmassage fördert den Lymphfluss, wirkt beruhigend und entlastend. Ein Duft- und Wärmeerlebnis für Körper und Seele.

TIPP: ALS PAARMASSAGE BUCHBAR VON OKTOBER BIS MÄRZ | 50 MIN. | 158 €

ENERGIZING HERBAL STAMP POWER TREATMENT | 50 MIN. | 79 €

Aktivierende und aufbauende Massage mit naturreinen Kräuterstempeln. Die sanfte Druck- und Klopftechnik fördert die Durchblutung und regt den Stoffwechsel an. Gönnen Sie sich neue Vitalität und starten Sie energiegeladen durch!

FASZIALE- & DETOX-MASSAGEN

HOT WOODSTICK-FASZIEN-MASSAGE | 50 oder 25 MIN. | 79 € / 45 €

Erfahren Sie die angenehmen, fließenden Bewegungen der Hot Woodstick-Massage. Durch sanfte Roll-Techniken mit warmen Naturholzstäben erleben Sie eine tiefen-wirksame Muskel- und Faszienmassage für ein unglaublich leichtes Körpergefühl.

DETOXIFYING CELLULITE TREATMENT | 50 MIN. | 79 €

Die effektive Cellulite-Behandlung wirkt nachhaltig auf Hautbild und Bindegewebe. Die Kombination aus Schröpftechnik, hochwirksamen Naturprodukten und spezieller Massagetechnik lindert sichtbar Cellulite und fördert die Entstauung des Körpergewebes.

REVITALIZING + FIRMING ABDOMEN TREATMENT | 50 MIN. | 79 €

Dieses zentral-festigende Körperkonzept verbessert die Hautspannung im Bauchraum. Durch sanfte Stimulation wird die Körpermitte gestrafft, und ein Gefühl der Erleichterung breitet sich aus. Die Lösung für Ihre Körpermitte!

FIRMING + TONING BODY MASSAGE | 50 MIN. | 79 €

Genießen Sie eine straffende und festigende Massage, die gezielte Wirksynergien und innovative Massagetechniken kombiniert. Diese Massage aktiviert und mobilisiert die Muskulatur, löst tiefe Verspannungen und verleiht Ihrem Körper neue Vitalität.

Unsere
Empfehlung
zum Treatment:
DETOXIFYING
ALPINE BODY WRAP
25 MIN. | 35 €





AYURVEDISCHE MASSAGEN

GANZKÖRPER-MASSAGE *ABHYANGA* | 80 MIN. | 125 €

Tauchen Sie ein in die Welt der Entspannung mit der Abhyanga-Massage, übersetzt als „Liebende Hände“. Diese traditionelle ayurvedische Ganzkörpermassage beruhigt, stärkt das Immunsystem und hat eine verjüngende, reinigende Wirkung. Erleben Sie pure Entspannung und Wohlbefinden. Inklusive Kräuterschwitzbad Svedana (15 Min.) zur Entgiftung des Gewebes.

RÜCKEN-MASSAGE *UPANAHASVEDA PRISHTA* | 50 MIN. | 89 €

Diese intensive Rückenmassage konzentriert sich gezielt auf die Bedürfnisse Ihres Rückens. Spezielle Techniken verbessern die Beweglichkeit und lösen blockierte Energie. Erfahren Sie eine wohltuende Linderung von Verspannungen und ein Gefühl der Erleichterung. Inklusive Kräuterschwitzbad Svedana (15 Min.) zur Entgiftung des Gewebes.

KOPF-, GESICHTS- & DEKOLETTE-MASSAGE *SHIROABHYANGA* | 25 MIN. | 45 €

Befreien Sie sich von Müdigkeit und fördern Sie die Durchblutung von Kopf und Teint mit unserer Shiroabhyanga-Massage. Der aromatische Duft und die sanften Griff-techniken lösen Verspannungen und bringen frische Energie.

FUSS-MASSAGE *PADABHYANGA* | 25 MIN. | 45 €

Gönnen Sie Ihren Füßen, Waden und Knien eine entspannende Massage mit warmem, gereiftem Sesamöl. Diese Anwendung stärkt die Nerven, beruhigt den Geist und verbessert Ihren Schlaf. Eine Wohltat für Ihre Füße und Ihre Seele.

TIBETISCHE KLANGSCHALEN-MASSAGE | 50 oder 25 MIN. | 79 € / 45 €

Erleben Sie die wohltuenden Vibrationen der tibetischen Klangschalen, die sanft Verspannungen lösen und ein Gefühl der Geborgenheit verbreiten. Diese Anwendung wirkt auf körperliche und seelische Blockaden und schenkt Ihnen tiefe Entspannung.

INFO: Bei allen Ayurveda-Massagen verwenden wir original gereiftes Öl aus dem schwarzen Sesam, das besonders gut von der Haut aufgenommen werden kann.

RÜCKEN-PACKUNGEN

*Ideal
nach der
Massage*

ROTTALER HEUBLUMEN | 20 MIN. | 29 €

Genießen Sie die wohltuende Wirkung der Heublumen, von denen bereits Sebastian Kneipp überzeugt war. Die heilsamen Wirkstoffe dringen tief ins Gewebe ein und wirken stoffwechsellagernd, schmerzlindernd, durchblutungsfördernd und entspannend.

MOOR | 20 MIN. | 29 €

Verwöhnen Sie sich mit den reichhaltigen Huminsäuren und über 10 Mineralien des Moores. Diese haben eine hormonregulierende, antibakterielle und entzündungshemmende Wirkung. Die thermischen Eigenschaften des Moores entspannen, lösen Verspannungen und durchwärmen, während sie den Stoffwechsel aktivieren.

ZIRBE | 20 MIN. | 29 €

Erleben Sie den beruhigenden Duft der Zirbe. Diese Rückenpackung fördert nicht nur die Konzentration und den erholsamen Schlaf, sondern steigert auch Ihre körperliche und mentale Belastbarkeit. Gönnen Sie sich pure Entspannung mit der Kraft der Natur.



HÄNDE & FÜSSE

MANIKÜRE LACK | 50 MIN. | 65 €

Gönnen Sie Ihren Händen eine Auszeit! Ein entspannendes Handbad, das Kürzen und Feilen der Nägel, das Lackieren, die Pflege der Nagelhaut und eine abschließende Pflege lassen Ihre Hände erstrahlen.

MANIKÜRE | 40 MIN. | 59 €

Eine klassische Handpflege mit Handbad, Kürzen und Feilen der Nägel, Pflege der Nagelhaut und einer abschließenden Pflege für zarte und gepflegte Hände.

PEDIKÜRE LACK | 50 MIN. | 65 €

Genießen Sie eine entspannende Fußbehandlung mit Fußbad und Hornhautentfernung, dem Kürzen und Feilen der Nägel, dem Lackieren, der Pflege der Nagelhaut und einer abschließenden Pflege.

PEDIKÜRE | 40 MIN. | 59 €

Eine intensive Fußpflege mit Fußbad, Hornhautentfernung, dem Kürzen und Feilen der Nägel, Pflege der Nagelhaut und einer abschließenden Pflege für vitalisierte und gepflegte Füße.



SCRUBS

Unser
Klassiker

GANZKÖRPER-PEELING MIT ENTSPANNUNGSMASSAGE | 50 MIN. | 79 €

Eine Kombination aus Körperpeeling und sinnlicher Entspannungsmassage. Ihre Haut wird von alten Ablagerungen befreit und fühlt sich samtweich an. Anschließend wird Ihr Körper mit sanften Massagegriffen verwöhnt und entspannt.

GARDEN HERBS EXFOLIATING BODY SCRUB HEUBLUMEN-PACKUNG | 50 MIN. | 79 €

Unser effizientes Körperpeeling mit Heublumen & Aprikosenkernen reinigt die Haut mit sanften Peelingkristallen. Es unterstützt die Mikrozirkulation, lässt die Haut klarer und leuchtender erscheinen und bereitet sie optimal auf die nachfolgende Wirkstoffaufnahme vor. Nach diesem Peeling-Genuss erwartet Sie eine wohltuende Heublumenpackung wahlweise für Rücken oder Leber. Diese fördert die Durchblutung und unterstützt die Entgiftung.

AROMA SALT BODY SCRUB RÜCKENMASSAGE | 50 MIN. | 79 €

Erleben Sie ein Aromaerlebnis für die Sinne, das aktivierend und belebend wirkt. Die Kombination von Aromaöl und Salz aus dem Toten Meer reinigt intensiv, fördert die Regeneration der Haut und hinterlässt ein Gefühl wie neugeboren. Im Anschluss verwöhnen wir Sie mit einer beruhigenden Rückenmassage, die das Entspannungserlebnis abrundet.

LINEN GLOVE DRY BODY SCRUB | 25 MIN. | 45 €

Dieses aktivierende Ganzkörperpeeling mit einem Rohleinen-Handschuh und wirkungsvollen Essenzen verbessert die Blut- und Lymphzirkulation, unterstützt den Stoffwechsel und sorgt für ein klares, strahlendes Hautbild. Spüren Sie neue Energie und ein starkes Körpergefühl!





BEAUTY

ADVANCED BIO LIFTING FACE TREATMENT | 110 MIN. | 159 €

Die intensive Gesichtsbehandlung mit biodynamischer Lifting-Massage ist auf Ihre individuellen Hautbedürfnisse abgestimmt. Die biodynamische Massage wirkt in der Tiefe und sorgt für einen sofort sichtbaren Effekt, indem sie die Haut aufpolstert, strafft und feine Linien reduziert. Erleben Sie Hightech der Natur für nachhaltige Wirkung und maximale Ergebnisse.

CELLULAR RECREATION FACE TREATMENT | 80 MIN. | 129 €

Genießen Sie natürliche Wirkstoffpflege mit Sofort-Effekt für einen strahlenden Teint und ein gesundes, intensiv gepflegtes Hautbild. Die tiefenwirksame Gesichtsbehandlung mit modulierter Gesichtsmassage bietet sichtbare Ergebnisse und ist auf die individuellen Bedürfnisse Ihrer Haut abgestimmt.

INTENSE PURIFYING FACE TREATMENT | 50 MIN. | 89 €

Ideal für alle Hauttypen: Diese Gesichtsbehandlung bietet eine intensive Tiefenreinigung, klärt die Haut bis in die Tiefe und bereitet sie optimal auf die Wirkstoffpflege vor. Erleben Sie eine Tiefenreinigung für ein frisches, gereinigtes und ebenmäßiges Hautbild.

EXPRESS POWER LIFT FOR MEN | 50 MIN. | 79 €

Natürliche Hightech Power für den Mann! Diese Gesichtsbehandlung ist das ultimative Verwöhnprogramm, schnell und effektiv. Genießen Sie eine Tiefenreinigung, verfeinerte Poren und einen verbesserten Teint innerhalb kürzester Zeit.



BEAUTY

SUPREME ULTRASONIC FACIAL LIFT | 80 MIN. | 139 €

Die Königsklasse des Ultraschall-Liftings! Diese Premium-Intensivkur lässt Ihr Gesicht praller, frischer und jugendlich straff erstrahlen. Ultraschallfrequenzen bringen natürliche Wirkstoffe sicher in tiefere Hautschichten, maximale Hautfestigung in der Tiefe.

ULTRASONIC FACIAL LIFT | 50 MIN. | 95 €

Für eine verjüngte und makellose Ausstrahlung: Diese Gesichtsbehandlung mit Ultraschall bringt natürliche Wirkstoffe in tiefere Hautschichten und festigt die Haut in der Tiefe. Sofort sichtbar glattere und straffere Haut.

SUPREME EYE + FACE LIFT | 50 MIN. | 89 €

Intensive Lifting-Behandlung mit Gua Sha Massage für eine gefestigte Augenpartie, straffe Gesichtskonturen und einen strahlenden Glow Effekt. Reduziert Falten, Müdigkeit und Schwellungen im Augenbereich.

EXPRESS EYE + FACE LIFT | 25 MIN. | 45 €

Express Gesichtsbehandlung mit Gua Sha Massage für eine sichtbar gestraffte Augenpartie und ein frisches Hautbild. Ideal bei Falten, Müdigkeit und Schwellungen im Augenbereich.

HIGHTECH HAUTANALYSE | 25 MIN. | 35 €

Mit dem Derma Visualizer können Hautmessungen auf absolutem Hightech-Niveau durchgeführt werden. Fokus auf Pigmentflecken, Falten, Feuchtigkeit, Poren und Sebum. Exakte Bestandsaufnahme für den aktuellen Pflegebedarf.

EXTRAS (nur in Verbindung mit einer Gesichtsbehandlung buchbar)

Augenbrauen & Wimpern färben | 20 Min. | 29 €

Wimpern färben | 15 Min. | 19 €

Augenbrauen färben | 10 Min. | 15 €

Augenbrauen Korrektur | 10 Min. | 15 €

Enthaarung Oberlippe & Kinn | 10 Min. | 15 €





ANTONIUSHOF

a bisserl anders – so wie mia

Hotel Antonius Hof Sanladerer oHG • Ernst-Hatz-Str. 2 • 94099 Ruhstorf

T: +49 (0)85 31 93 49 - 0 • F: +49 (0)85 31 93 49 - 210

E: info@antoniushof.de • I: www.antoniushof.de

Preise und Angebote gültig ab 01.01.2024. Vorherige SPA-Angebote verlieren mit dem Erscheinen dieser Broschüre Ihre Gültigkeit.