



AROSA 

Energie für
den Körper,
Inspiration
für die Seele.

SPA-Menü

Lieber Gast,

im SPA-ROSA beginnt alles mit einem einfachen Gedanken: Jeder Mensch ist einzigartig. Deshalb sind unsere Anwendungen keine Routinen, sondern Empfehlungen – abgestimmt auf das, was Ihnen in diesem Moment guttut. Ob regenerierend, aktivierend oder entspannend: Unser erfahrenes Team begleitet Sie mit echter Expertise, offen für Ihre Wünsche und aufmerksam im Augenblick.

Was Sie erwartet ist kein Versprechen auf Perfektion, sondern ein einfühlsames Angebot – bewusst gestaltet, persönlich begleitet und mit dem Blick auf das Wesentliche: Sie.

Ein Raum für Sie. Ein Moment für Sie. Ein Erlebnis für Sie.



VINOBLE COSMETICS

[vegan. nachhaltig. intensiv-pflegend. unisex.]

**Unser Partner:
VINOBLE COSMETICS – die Kraft der Rebe.**

Mit VINOBLE COSMETICS haben wir einen Partner gefunden, der unsere Haltung teilt: Natürlichkeit, Sinnlichkeit und Wirkung in perfekter Balance. Die Produkte sind inspiriert von der Kraft der Rebe und verbinden den Duft von Trauben und Rosen mit hochkonzentrierten Wirkstoffen, die der Haut neue Frische schenken. Clean im Design, klar in der Wirkung, spürbar im Ergebnis. Grundlage dieser Philosophie ist das Wissen aus der europäisch-traditionellen Naturheilkunde mit Fokus auf Vinotherapie.

So entsteht ein Erlebnis, das weit über Pflege hinausgeht: ein Moment bewusster Achtsamkeit, ein Ritual für Körper und Geist – exklusiv bei A-ROSA.



VINOBLE COSMETICS

Kunst der Berührung.



Hot Stone Massage

Gönnen Sie sich eine wohltuende Auszeit vom Alltag mit unserer Hot Stone Massage. Warme Basaltsteine werden sanft auf den Körper gelegt und mit harmonischen Massagebewegungen kombiniert. Die angenehme Wärme dringt tief in die Muskulatur ein, löst Verspannungen und fördert die Durchblutung. Diese besondere Massage schenkt Ihnen tiefe Entspannung, neue Energie und ein rundum wohliges Körpergefühl. Ideal zum Abschalten, Stressabbau und Regenerieren.

80 Minuten

ab 120 €

Meine individuelle Auszeit

So einzigartig wie Sie.

Gönnen Sie sich eine exklusive Auszeit mit einer individuell abgestimmten, ausgedehnten Ganzkörpermassage - begleitet von einem Traubenkernöl. Ein sanftes Peeling mit einem speziellen Peelinghandschuh verwöhnt Ihre Haut zusätzlich, fördert die Durchblutung und lässt sie spürbar glatter erscheinen. Abgerundet wird dieses ganzheitliche Wohlfühlerlebnis durch ein harmonisierendes Abschlussritual.

50 Minuten | ab 85€

80 Minuten | ab 120€

VINOBLE Balance

Health and SPA Award
Winner.

Eine harmonisierende Ganzkörpermassage mit warmen Traubenkernsäckchen, die Verspannungen sanft löst und den Energiefluss ausgleicht. Die rhythmischen Massagegriffe fördern die Ausschüttung von Glückshormonen, stärken das Immunsystem und schenken tiefe innere Ruhe. Ideal zur Stressreduktion und Regeneration von Körper und Geist.

75 Minuten

ab 120 €



Unsere Handschrift.



A-ROSA Signature Ritual

Einatmen. Loslassen. Hier sein.

Erleben Sie das ikonische A-ROSA Verwöhnritual – inspiriert von der Kraft der Traube und der Essenz des Urlaubsgefühls. Dieses ganzheitliche Erlebnis vereint Fußritual, Körper-peeling, Massage mit Balance-Kissen, Kopf-Schulter-Nacken-Dekolleté-Massage sowie eine pflegende Gesichtsbehandlung mit Maske und Essence von VINOBLE COSMETICS. Jede Berührung ist achtsam, jede Phase wohltuend – ein Ritual, das Körper, Geist und Sinne in Einklang bringt und Sie tief verbunden mit dem Moment zurücklässt.

90 Minuten

ab 155 €

Fichtennadel-Stempelmassage

Wald-Duft. Wärme. Tiefenentspannung. Unsere exklusive Fichtennadel-Stempelmassage bringt die Kraft des Harzes, der Kräuter und der warmen Natur direkt auf Ihre Haut – ein Wellnessritual wie ein Spaziergang durch den Nadelwald. Die Fichtennadel-Stempelmassage kombiniert warme Kräuterstempel mit einer exklusiven Rezeptur aus Fichtennadeln, Zirbe, Lavendel und natürlichen Aromaölen. Die sanfte Wärme lockert verspannte Muskeln, regt die Durchblutung an und schenkt tiefe Entspannung für Körper und Geist.

80 Minuten

ab 130 €



Gothische Massage

Eine tief entspannende Wohlfühlmassage für die gesamte Rückseite des Körpers – von den Füßen bis hin zum Kopf. Fließende Elemente der klassischen Massage verbinden sich mit gezielt eingesetzten Druckpunkten zu einem intensiven Entspannungsmoment. Für das perfekte Wohlgefühl erhalten Sie zusätzlich kuschelige Socken für Zuhause.

50 Minuten

ab 85€

Harzer Glücksmoment

Gönnen Sie sich eine wohltuende Auszeit vom Alltag mit dieser leichten, entspannenden Ganzkörpermassage. Sanfte Massagegriffe und warmes Kräuteröl helfen dabei, Stress abzubauen, Verspannungen zu lösen und Körper sowie Geist wieder in Einklang zu bringen. Eine harmonisierende Fußmassage schenkt müden Beinen neue Leichtigkeit, während die belebende Kopf- und Gesichtsmassage für ein Gefühl tiefer Entspannung und frischer Energie sorgt. Der Harzer Glücksmoment lädt dazu ein, loszulassen, durchzuatmen und einfach den Moment zu genießen.

80 Minuten

ab 120€

Kleine Runde

Die Schröpfungsmassage verbindet die wohltuenden Techniken der klassischen Massage mit der traditionellen Heilmethode des Schröpfens. Dabei werden spezielle Schröpfgläser mit sanftem Unterdruck über die eingeölte Haut geführt, wodurch tief sitzende Verspannungen gelöst und die Durchblutung intensiv angeregt werden. Im Gegensatz zum klassischen, statischen Schröpfen bleiben die Gläser nicht an einer Stelle, sondern gleiten in fließenden Bewegungen über das Gewebe.

50 Minuten

ab 85€

Das Wissen vom Leben Ayurveda.

Ayurveda

Ayurveda ist eine traditionelle indische Heilkunst, die seit über 3000 Jahren praktiziert wird. Der Name bedeutet wörtlich „Wissen vom Leben“ und beruht auf der Vorstellung, dass Körper, Geist und Seele in engem Zusammenhang stehen. Gesundheit entsteht, wenn diese drei Ebenen im Gleichgewicht sind.

Ein zentraler Bestandteil des Ayurveda sind wohltuende Ölmassagen, die Entspannung, Regeneration und inneres Gleichgewicht fördern. Sie wirken wie eine sanfte Umarmung der Natur – warm, beruhigend und harmonisierend. Sanfte, rhythmische Berührungen, die Blockaden lösen, die Sinne berühren und tiefen Frieden schenken.

Ayurveda versteht sich als Weg, den Menschen in Einklang mit sich selbst und der Natur zu bringen – eine ganzheitliche Pflege von Körper, Geist und Seele.

Ayurveda Massage

Ayurvedische Ganzkörper-Öl-Massage

Die klassische Abhyanga ist eine wohltuende Massage mit warmem Kräuteröl. Sanfte, fließende Bewegungen fördern die Durchblutung, lösen Verspannungen und unterstützen die Entgiftung. Sie stärkt das Immunsystem und schenkt tiefe Entspannung und inneres Gleichgewicht.

110 Minuten

ab 155 €



VINOBLE COSMETICS

Schöne Hände. Leichte Schritte.



SPA Maniküre

Gönnen Sie sich ein verwöhnendes Pflegeerlebnis: Eine wohltuende Hand- und Nagelpflege, ein sanftes Peeling, eine entspannende Massage und zum Abschluss ein pflegendes Nagelöl – für spürbar gepflegte und schöne Hände.

50 Minuten

ab 69€

SPA Pediküre

Tauchen Sie ein in ein wohltuendes Pflege-Ritual für Ihre Füße: Genießen Sie eine sorgfältige Fuß- und Nagelpflege, ein belebendes Peeling, eine entspannende Fußmassage und den abschließenden Wohlfühlausklang mit pflegendem Nagelöl – für rundum gepflegte und schöne Füße.

50 Minuten

ab 69€

Fußreflexzonenmassage

Gezielte Drucktechniken an den Reflexzonen der Füße aktivieren die Energiepunkte des Körpers und fördern die natürliche Regeneration. Die Durchblutung wird angeregt, Verspannungen lösen sich, und der gesamte Organismus findet zurück in ein harmonisches Gleichgewicht.

50 Minuten

ab 85€



VINOBLE COSMETICS

Pflege, die berührt.



VINOBLE Gesichtsanwendung

Für einen sichtbar frischeren Teint
und eine vitale Ausstrahlung.

Eine individuell abgestimmte Gesichtsbehandlung, die Ihrer Haut neue Frische, spürbare Vitalität und ein rundum gepflegtes Hautgefühl schenkt. Nach einer sanften Reinigung und einem auf Ihren Hauttyp abgestimmten Peeling entfalten Wirkstoffe ihre regenerierende Kraft. Harmonische Massagesequenzen mit kostbaren Essenzen fördern die Entspannung, unterstützen die optimale Aufnahme der Wirkstoffe und verfeinern sichtbar das Hautbild. Ein ganzheitliches Schönheitsritual, das nachhaltig stärkt, ausgleicht und Ihr natürliches Strahlen hervorhebt.

80 Minuten

ab 130 €



Achtsam genießen.

SPA-Etikette

Stornierungen:

Bitte informieren Sie uns mindestens 24 Stunden im Voraus, wenn Sie Ihren Termin verschieben oder absagen möchten. Bei kurzfristigen Absagen (< 24 Std.) berechnen wir 100 % des Anwendungspreises.

Schwangerschaft:

Herzlichen Glückwunsch! Viele unserer Anwendungen sind auch in dieser besonderen Zeit möglich. Bitte halten Sie Rücksprache mit Ihrem Arzt und teilen Sie uns Ihre Wünsche mit. Wir empfehlen Anwendungen ab dem 4. Schwangerschaftsmonat.

Vorbereitung & Ankommen:

Bitte erscheinen Sie 5–10 Minuten vor Beginn Ihrer Anwendung, um entspannt in Ihre Auszeit zu starten. Bei Verspätungen verkürzt sich die Anwendungszeit entsprechend.

Ruhe:

Unser SPA ist ein Rückzugsort der Entspannung. Bitte unterstützen Sie die ruhige Atmosphäre und nehmen Rücksicht auf andere Gäste.

Rückzugsorte:

Unsere Entspannungs- und Ruheräume laden ein, die Wärme der Sauna nachwirken zu lassen, innezuhalten und neue Energie zu tanken.

Besonderer Tipp: unser Sabbia Med bietet Ihnen einen Entspannungsraum mit Ostseesand und UV-Licht bei angenehmer Temperatur und Klangkulisse. Warmer Sand zwischen den Zehen und das angenehme Peelinggefühl auf dem Rücken – egal zu welcher Jahreszeit.



- **Großzügiger Whirlpool**
Wohlig warme Bewegung lädt zum Abschalten und Verweilen ein.
- **Vielfältige Saunalandschaft**
Von finnischer Hitze bis zu sanft duftendem Dampf.
- **Exklusive Anwendungen & Massagen**
Tiefenentspannung mit hochwertigen Produkten.
- **Sabbia Med**
Entspannungsraum mit Ostseesand und UV-Beleuchtung bei angenehmer Temperatur und Klangkulisse.

Jetzt Verwöhnauszeit buchen:

Unter **+49 3943 675 535**
oder per Mail **spa.hgh@a-rosa.de**

