

# DAS SPA

ZEIT FÜR AKTIVE ERHOLUNG



*Wald & Schlosshotel Friedrichsruhe*

GOLF, WELLNESS UND SPA



*eintauchen*

IM STÄNDIGEN WIRBEL DER  
WELT VERLIEREN WIR OFT  
DAS WESENTLICHE AUS DEN  
AUGEN:

*uns selbst*

GENAU DESHALB SIND  
AUFMERKSAME AUGENBLICKE  
SO WERTVOLL. WAS BRAUCHEN  
SIE GERADE, HIER UND JETZT?  
UNSER SPA IST EIN RÜCKZUG-  
SORT FÜR RUHE UND  
REVITALISIERUNG. HIER STEHT  
IM FOKUS, WAS SIE FÜR IHRE  
KÖRPERLICHE UND MENTALE  
STÄRKE BRAUCHEN.



SPA-MOMENTE BUCHEN, ZIELE  
ERREICHEN –  
IHRE AKTIVE ALLTAGSPAUSE

Erfrischen, Auspowern, Auftanken oder Entspannen? Jeder Tag bringt andere Bedürfnisse mit sich. Deshalb: Lassen Sie uns Ihre Wellness-Ziele gemeinsam definieren. „Meine Zeit, mein Wohlfühlen, mein Erholungsstil“: Das gilt nicht nur im Spa, sondern im ganzen Leben! Wir laden Sie ein, Ihre Alltagspause aktiv zu nutzen.

Jede unserer Massagetechniken ist das Ergebnis intensiver Forschung. Alle unsere Anwendungen haben wir bewusst anders gestaltet, um Ihre vitale Auszeit gezielt zu unterstützen – als Schlüssel für ein erfülltes und gesundes Leben.

Balance und innere Stärke entstehen aus dem harmonischen Gleichgewicht von Körper, Geist und Emotionen. Unsere Anwendungen bieten nicht nur Entspannung und Erholung, sondern auch Impulse für Ihren Alltag. Die Spa-Erfahrung soll Sie inspirieren, sich aktiv zu erholen und Momente des Genusses, der Entfaltung und des Austauschs zu schaffen.

MIT WELCHEM GEFÜHL  
MÖCHTEN SIE DAS  
HEUTE VERLASSEN?

*spa*



# massagen

## AKTIVE ERHOLUNG NACH IHREM RHYTHMUS

### GANZKÖRPERMASSAGE

Muskelbalance für volle Körperfreiheit

Finden Sie Ihre innere Mitte durch muskuläre Ausgeglichenheit: Wir passen unsere Berührungen gezielt an Sie an und sorgen so für ganzheitliche Entspannung. Spüren Sie die Balance in den Muskeln, die sich von Kopf bis Fuß revitalisierend ausbreitet.

50  
MIN

110 EURO

75  
MIN

155 EURO

### STRESSLÖSE-MASSAGE

Gezielte Entspannung für Rücken, Nacken, Beine

Unsere erfahrenen Therapeuten bieten gezielte Entspannung für bestimmte Körperbereiche wie den Rücken, den Schulter-Nacken-Bereich oder die Beine. Die Teilkörpermassage eignet sich perfekt, um Stress zu lösen und schnell neue Energie zu tanken.

25  
MIN

55 EURO

### FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Aktive Erholung von den Zehen aufwärts

Gönnen Sie Ihren Füßen eine Auszeit, die spürbare Entlastung und wohltuende Erholung bringt: Gezielte Berührungen beleben die Fußreflexzonen und fördern den Energiefluss im ganzen Körper.

50  
MIN

105 EURO



GESTALTEN SIE IHREN SPA-MOMENT BEWUSST: UNSERE AUFMERKSAMEN SPA-EXPERTINNEN UND EXPERTEN FINDEN MIT IHNEN DIE PASSENDE ANWENDUNG – EGAL, OB SIE AKTIV NEUE ENERGIE AUFNEHMEN ODER SICH ENTSPANNT ERHOLEN MÖCHTEN.

### SANVINO TRAUBENKERNPEELING-MASSAGE

Perfekte Ergänzung zu jeder Massage

Das erfrischende SanVino Traubenkern-Peeling bereitet Ihre Haut optimal auf die Massage vor: Durch sanftes Entfernen abgestorbener Hautzellen können Pflegeprodukte effektiver einwirken. Das verleiht Ihrer Haut einen strahlenden Glow. Und Sie erleben die Entspannung der Massage gleich zweimal hintereinander!

30  
MIN

65 EURO



### SANVINO TRAUBENKERNÖL-MASSAGE

Energie-Boost aus Trauben – genussvoll belebt

Tanken Sie aus den Trauben Energie, die Ihre Sinne genussvoll erweckt. Die Ganzkörpermassage mit wertvollem Traubenkernöl und warmen Traubenkernsäckchen bringen tiefe Entspannung und Regeneration für Ihre Muskulatur. Die vitalisierende Kopfmassage verleiht höchstes Wohlgefühl.

50 MIN. 110 EURO  
75 MIN. 155 EURO

### SANVINO BELEBENDES MASSAGERITUAL

Frische für Körper und Geist

Spüren Sie die erfrischende Wirkung des prickelnden Rotweingels, das Ihr Gewebe stärkt. Die intensive Pflege mit reinem Traubenkernöl sorgt für eine tiefgehende Hautversorgung. Tauchen Sie ein in ein duftendes Finale mit dem einzigartigen SanVino-Aroma.

50 MIN. 115 EURO



### SANVINO-LEICHTIGKEITS-RITUAL

Sich 90 Minuten einfach fallen lassen

Warme Fußkompressen laden zur tiefen Entspannung ein, dann folgen ein Rotweinpeeling mit natürlicher Zellulose, das ein sensorisches Wundergefühl zaubert, und die Ganzkörpermassage mit erwärmten SanVino Traubenkernöl. Die Wärme fördert Muskelentspannung, durch sanfte Bewegungen beginnt der Körper scheinbar zu schweben. Lassen Sie Stress und Ballast einfach verschwinden, während Sie sich komplett auf dem Rücken liegend verwöhnen lassen.

90 MIN. 165 EURO

### FLIESENDE STEINE-MASSAGE MIT WARMEN & KALTEN STEINEN

Energie-Massage mit Lavasteinen und Marmor

Inspiriert von der alten Chakren-Lehre platzieren unsere Therapeuten sorgfältig ausgewählte Steine auf Ihren Energiezentren. Warme Lavasteine schenken Geborgenheit, erfrischender Marmor belebt den Kreislauf. So werden Verspannungen und Blockaden gelöst.

75 MIN. 165 EURO

# facials

WÄHLEN SIE IHRE GESICHTSBEHANDLUNG & RESERVIEREN  
SIE SICH IHRE PERSÖNLICHE ZEIT FÜR SCHÖNHEIT.

LOSLASSEN

95  
MIN

KOPF FREI

75  
MIN

ANKOMMEN

Basisbehandlung

50  
MIN

- Sanfte Einstimmung durch ein herzliches Begrüßungsritual
- Individuelle Analyse, um Ihre Wünsche und Bedürfnisse zu verstehen
- Gründliche Hautreinigung und Hautanalyse
- Peeling gefolgt von einer Schulter-Nacken-Massage
- Die unverwechselbare FRIEDRICHSRUHE-SIGNATURE-MASSAGE
- Abschließendes Ritual, um erfrischt weiterzumachen

105 EURO

- + Maske entsprechend Ihrem Hauttyp und Ihrem Bedürfnis
- + Wohltuende Arm- & Handmassage
- + Sanfte Gesichtsreinigung

145 EURO

- + Aktive GUA-SHA-MASSAGE für revitalisierendes Wohlbefinden

185 EURO

## FRIEDRICHSRUHE-SIGNATURE-MASSAGE

Frische-Fokus – Energie-Erlebnis

Die Signature-Massage „Friedrichsruhe“ hebt Konturen hervor und lässt Ihre Muskeln aufatmen. Inspiriert von der japanischen Kobido-Massage und aktiven Grifftechniken erzielen wir sofort sichtbare Ergebnisse: Sie verlassen das Spa mit tiefer Entspannung und einem strahlenden Hautgefühl!

## AKTIVE GUA-SHA-MASSAGE

Glow-Gefühl –  
Ritueller Revitalisierung

Die aktive Gua-Sha-Massage aus der traditionellen chinesischen Medizin ist ein revitalisierendes Ritual, das Ihre Haut strahlen lässt und Energie zum Fließen bringt. Durch die Massage mit speziellen Gua-Sha-Steinen regt sie die Lymphe an. Sie ist für jeden Hautzustand geeignet.

# gesichts PFLEGE

## SANVINO

Natürlichkeit aus den Weinbergen – unsere Hausmarke

- Kaltgepresstes Traubenkernöl, Rotwein und Extrakte des Traubenkerns
- Pflege, die mit der Natur harmoniert
- Verleiht Ihrer Haut einen gesunden Glow und intensive Pflege

## REVIDERM

Tiefe Regeneration für nachhaltige Stärke

- Gezielte Behandlungen zur nachhaltigen Unterstützung der Hautfunktionen
- In Verbindung mit Mikrodermabrasion entwickelt
- Konzentrierte Wirkstoffe und biologische Aktivstoffe für ein ausbalanciertes Hautbild

**GEMEINSAM MIT UNSEREN  
EXPERTINNEN UND EXPERTEN  
WÄHLEN SIE DAS PRODUKT, DAS IHRE  
NATÜRLICHE AUSSTRAHLUNG  
UNTERSTÜTZT, IHRE STÄRKEN  
STÄRKT UND SCHWÄCHEN  
SCHWÄCHT.**

*San*VINO®



# dazubuchen

BUCHBAR IN VERBINUNG  
MIT FACIALS

## DIE BEWEI-METHODE

Natürliche Stärkung für Ihre Haut

Statt vorübergehender „Korrekturen“ setzt die BEWEI-Methode auf langfristige Ergebnisse, fördert die Kollagenproduktion und verbessert die Durchblutung. Durch sanfte elektromagnetische Wellen wird die Haut von innen stimuliert und Merkmale der Hautalterung wie Nasolabialfalten, Stim- und Augenfalten, Knitterfältchen, Tränensäcke und erschlaffte Kinnkonturen werden gemildert. Die BEWEI-Methode unterscheidet sich von Ansätzen, die versuchen, ein Schönheitsideal aufzuerlegen. Stattdessen betonen wir Ihre natürlichen Gesichtszüge, um ein harmonisches Gesamtbild zu kreieren. Wir unterstreichen Ihre Individualität und setzen auf ein authentisches Strahlen, das Ihre Persönlichkeit unterstreicht.

10  
MIN

25 EURO

## MIKRODERMABRASION

Sanfte Hautverjüngung, Leuchtkraft & Glow

Die Mikrodermabrasion betont Ihre natürliche Schönheit auf schonende Weise. Behutsam werden verhornte Hautzellen entfernt, die Durchblutung und natürliche Hautregeneration angeregt. So können feine Linien, Falten, Akne-Narben und Verfärbungen gemildert werden. Unsere erfahrenen Fachleute haben das Ziel, Ihre Hautstruktur zu optimieren und ein ausgewogenes Hautbild zu fördern. Für ein optimales Behandlungsergebnis und um Komplikationen zu vermeiden, sollten Sie im Anschluss auf Schwimmbad, Solarium und Saunabesuch verzichten. In Kombination mit dem Facial „Loslassen“ buchbar.

10  
MIN

25 EURO



## BETONUNG VON WIMPERN UND AUGENBRAUEN:

WIMPERN FÄRZEN, AUGENBRAUEN  
FÄRZEN, AUGENBRAUENKORREKTUR

JE 20 EURO

## STRAHLENDER AUFTRITT: MAKE-UP

Intensive Strahlkraft durch  
Spezialgesichtspflege

SCHNELLES TOUCH-UP

15 EURO

TAGES-MAKE-UP FÜR FRISCHEN  
ALLTAGS- LOOK

35 EURO

GLAMOURÖSES BRAUT- ODER  
GALA-MAKE-UP

AB 75 EURO





## HAND & FUSS

# Rituale

### GANZHEITLICHES HANDRITUAL MANIKÜRE

Gönnen Sie Ihren Händen besondere Aufmerksamkeit – mit einer Seifenbürstenmassage, der Formgebung Ihrer Nägel, Nagelpflege und einer ausführlichen Massage von Händen und Unterarmen.

60  
MIN

85 EURO

NÄGEL LACKIEREN

10 EURO

### GANZHEITLICHES FUSSRITUAL PEDIKÜRE

Ihre Füße verdienen eine liebevolle Verwöhnung – mit einem erfrischenden Bad, einem sanften Peeling, einer Nagelpflege, der Glättung raue Hautpartien und einer ausgiebigen Massage von Füßen und Unterschenkeln.

60  
MIN

85 EURO

NÄGEL LACKIEREN

10 EURO



01

#### ACHTSAMES ATMEN

Nehmen Sie sich mehrmals am Tag einen Moment Zeit, um tief und bewusst zu atmen. Das reduziert Stress, steigert Konzentration und Wohlbefinden.

02

#### SLOW-AGING-SELBSTMASSAGE

Nehmen Sie sich morgens oder abends Zeit für Ihre Hautpflege – etwa mit den sanften Bewegungen der Gua-Sha-Massage. Aufwärtsmassagen, Faszienrollen und Gua-Sha-Werkzeuge fördern die Durchblutung und unterstützen die Hautstruktur. Mit Gesichtsyoga-Übungen können Sie die Gesichtsmuskulatur trainieren. Nutzen Sie den Moment, um sich auf die positiven Aspekte des Alterns zu konzentrieren.

03

#### MINDFUL WALKING

Machen Sie aus Ihrem Spaziergang eine bewusste Erfahrung. Achten Sie auf Ihre Schritte, die Berührung des Bodens, die Geräusche um Sie herum. Dies kann zu einem meditativen Moment der Achtsamkeit werden, während Sie gleichzeitig Ihre Bewegung genießen.

## MITNEHM momente

04

#### GESUNDE MORGENROUTINE

Starten Sie mit einem warmen Zitronenwasser. Das regt den Stoffwechsel an und setzt positive Absichten für den Tag.

05

#### HYDRATION REMINDER

Tragen Sie eine wiederverwendbare Wasserflasche bei sich und setzen Sie sich das Ziel, den ganzen Tag über ausreichend Wasser zu trinken. Hydriert zu bleiben, ist wichtig für Ihre Hautgesundheit und Ihr allgemeines Wohlbefinden.

# badhaus

## RITUALE



Lesen Sie mehr über unsere  
Verbindung zur römischen Badekultur  
in der CALMA-Spa-Ausgabe



### SANVINO BADHAUS-RITUAL I

Wärme, Wohlsein und Verwöhnzeit

Das SanVino-Dampfbad und die Seifenbürstenmassage bieten tiefgehende Reinigung und Entspannung von Körper und Geist. Lassen Sie sich einladen, anzukommen, loszulassen und abzuschalten.

EINE PERSON

35  
MIN

85 EURO

ZWEI PERSONEN

70  
MIN

160 EURO

### SANVINO BADHAUS-RITUAL II

Abtauchen mit Pflegebad, Dampf und Massage

Tauchen Sie in ein Bad voll wohltuender Wärme ein: Auf Dampfbad und Seifenbürstenmassage folgt ein SanVino-Pflegebad mit Aromen und Substanzen aus dem Weinberg und eine Traubenkernölmassage.

EINE PERSON

120  
MIN

240 EURO

ZWEI PERSONEN

145  
MIN

450 EURO

### RÖMER-RITUAL RASUL

Dynamik und Erneuerung durch Dampf

Erleben Sie die dynamische Kraft des Hohenloher Römer-Rituals Rasul und bringen Sie Ihren Stoffwechsel in Schwung. Im speziellen Dampfbad tragen Sie natürliche Pflegeschlämme auf Ihren Körper auf. Spüren Sie die intensive Reinigung, Durchblutung und Erfrischung der Haut.

ZWEI PERSONEN

30  
MIN

105 EURO

DREI PERSONEN

30  
MIN

125 EURO

VIER PERSONEN

30  
MIN

145 EURO

# spa

## SUITE

### RÖMISCHER RELAX-HIMMEL GANZ FÜR UNS

Genießen Sie Privatheit und Entspannung zu zweit oder mit Freunden: Die private Spa-Suite steht ganz im Zeichen der römischen Badekultur. Tauchen Sie ein in die Doppelsprudelwanne, wechseln Sie in Sauna und Sanarium zwischen verschiedenen Temperaturen und dem Maß der Luftfeuchtigkeit, entspannen Sie in unserer separaten Lounge mit offenem Kamin und lassen Sie die Seele baumeln.

### DREI STUNDEN

FÜR ZWEI PERSONEN	320 €
ZUSÄTZLICHE PERSON (MAX. SECHS PERSONEN)	AUFPREIS 50 €
VERLÄNGERUNGSSTUNDE	80 €

Im Preis enthalten sind eine Flasche Winzersekt oder Fruchtcocktail, hausgemachte Pralinen, ein Obstteller sowie eine Auswahl an alkoholfreien Getränken.

### DAZU AUF WUNSCH

EINE FLASCHE CHAMPAGNER LAURENT PERRIER, TOUR-SUR-MARNE LA CUVÉE, BRUT	105 €
HAUSGEMACHTEN CANAPÉS	24 €
GEBÄCKSPEZIALITÄTEN AUS DER HAUSEIGENEN PATISSERIE	12 €
EINZIGARTIGES BLUMENARRANGEMENT	JE 40 €

Sprechen Sie dies bei der Buchung an.

### INDIVIDUELLES SPA-PAKET

Alle Spa-Anwendungen können mit dem Aufenthalt in der privaten Spa-Suite kombiniert werden. Gerne stellen wir Ihnen ein passendes Relax-Paket zusammen!





## KÖRPERLICHE *fitness*

### PERSONAL TRAINING

für aktive Genießer

Bewegungslust wecken, Gesundheit verstehen. Nutzen Sie die professionelle Anleitung, um Verletzungen zu vermeiden und das Beste aus Ihrer kostbaren Trainingszeit herauszuholen: Abgestimmte Trainingspläne basieren auf Ihren Bedürfnissen, Zielen und Fähigkeiten. Abwechslungsreiche und effektive Trainingsroutinen beinhalten vielseitige Trainingsmethoden, von Krafttraining bis hin zu Ausdauerseinheiten. Unsere Trainer sind an Ihrer Seite, um Sie zu motivieren, Grenzen zu überwinden und um sie dabei zu unterstützen, kontinuierlich bessere Ergebnisse zu erzielen.

50  
MIN 80 EURO

### GESUNDHEITSBlick

durch präzise Körperanalyse

Verstehen Sie Ihren Körper besser: Gewinnen Sie Einblick in die Bedeutung von Gesundheitswerten, um Ihre Fitnessziele besser zu verstehen und zu erreichen. Die Tanita-Körperanalyse ermöglicht genaue Messungen Ihrer Körperzusammensetzung, einschließlich Körperfettanteil, Muskelmasse und mehr. Unsere Experten helfen, die detaillierten Daten zu verstehen und daraus sinnvolle Schlüsse für Ihre Gesundheitsziele zu ziehen. Die Analyse berücksichtigt dabei verschiedene Gesundheitsaspekte, um wertvolle Empfehlungen aussprechen zu können.

15  
MIN 35 EURO



## SPA *bistro* GENUSSMOMENT



### ENERGIESPENDENDE SNACKS

Unsere Auswahl an gesunden und leckeren Snacks gibt Ihnen die nötige Energie für Ihre aktive Erholung.

### ENTSPANNTE ATMOSPHÄRE

Lassen Sie sich von der ruhigen Atmosphäre des Bistros inspirieren, während Sie Ihre kulinarische Auszeit genießen.



## *day spa* MEINE AUSZEIT

Ein erholsamer Tag im Wald & Schlosshotel Friedrichsruhe ist ein willkommener Kurzurlaub. Die perfekte Auszeit vom Alltag.

TAGESEINTRITT 9-20 UHR 90 EURO

VORMITTAGSEINTRITT 9-13 UHR 40 EURO

NACHMITTAGSEINTRITT 14-20 UHR 60 EURO

AFTER-WORK-SPA 16-20 UHR 40 EURO

# guide

## FÜR DAS SPA ERLEBNIS

### KLEIDUNG

Tragen Sie bequeme Kleidung, die leicht abzulegen ist. Sie bekommen von uns Handtücher sowie Bademäntel und Slipper, um sich zwischen verschiedenen Behandlungen und Spa-Bereichen zu bewegen. Bitte tragen Sie Badebekleidung oder Unterwäsche unter dem Bademantel, im Pool Badekleidung und an den Fitnessgeräten Sportkleidung und Trainingsschuhe. Die Saunen sind textilfrei. Bei der Massage, Kosmetik- und Körperbehandlung wird Ihr Körper zugedeckt und nur das Körperteil, das gerade massiert oder behandelt wird, ist freigelegt. Zum Schutz Ihrer Intimsphäre bieten wir Ihnen bei jeder Behandlung einen Einmalslip an.

### TERMINBUCHUNG

Wir empfehlen Ihnen, Ihre Anwendungen im Voraus mit Ihrer Zimmer- oder Day Spa-Reservierung über die Spa-Rezeption zu buchen: +49 7941 6087-600, spa@schlosshotel-friedrichsruhe.de oder www.schlosshotel-friedrichsruhe.de.

### WERTGEGENSTÄNDE

Wertsachen können Sie am Spa-Empfang abgeben, dort stehen Schließfächer zur Verfügung. Wir empfehlen Ihnen, Ihre Wertsachen in Ihrem Hotelzimmer-Safe einzuschließen oder zu Hause zu lassen. Für den Verlust von Wertsachen übernehmen wir keine Haftung.

### GESUNDHEITSFRAGEN

Informieren Sie uns gern im Voraus über gesundheitliche Besonderheiten, Schwangerschaft oder Stillzeit, damit wir Ihre Behandlungen entsprechend anpassen und Sie beraten können.



### KINDER UND JUGENDLICHE

Im Fitnessraum ist aus Sicherheitsgründen das Trainieren an den Fitnessgeräten sowie Gymnastik erst ab 16 Jahren gestattet. Behandlungen sind ab 12 Jahren möglich. Der Day-Spa ist ab 16 Jahren möglich.

### CHECK-IN

Finden Sie sich bitte fünf Minuten vor der gebuchten Zeit ein, damit wir uns in Ruhe über Ihre Wünsche unterhalten können. Bei verspäteter Ankunft müssen wir die Anweandungszeit verkürzen, um nachfolgenden Gästen einen reibungslosen Ablauf zu sichern.

### BESONDERE WÜNSCHE

Wir machen Träume wahr! Wenn Sie Ihre Wunschbehandlung nicht in unserer Broschüre finden, sprechen Sie mit unserem Spa-Empfang. Wir stellen Ihnen gerne individuelle Behandlungen bis hin zu Gesamtpaketen zusammen.

### TRINKGELD

Trinkgelder sind optional und werden sehr geschätzt. Wenn Sie mit Ihrer Behandlung zufrieden waren, können Sie Ihr Trinkgeld entweder dem Spa-Mitarbeiter persönlich geben, am Spa-Empfang hinterlegen oder auf der Gastbestätigung (guest check) vermerken.

### STORNIERUNG UND TERMINÄNDERUNG

Falls Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, informieren Sie uns bitte rechtzeitig, damit wir anderen Gästen die Möglichkeit zur Buchung geben können. Ab zwölf Stunden vor Behandlungsbeginn berechnen wir 50 Prozent, bei Stornierungen ab sechs Stunden vor Behandlungsbeginn und bei Nichterscheinen berechnen wir den vollen Behandlungspreis.



### SPA-ETIKETTE

Bitte unterhalten Sie sich in allen Bereichen aus Rücksicht auf die anderen Gäste leise und zurückhaltend. Das Mitbringen von Getränken in Gläsern und Snacks ist im Spa- und Wellnessbereich nicht erlaubt. Aus Sicherheitsgründen servieren wir Getränke in Plastikgläsern. Bitte beachten Sie das generelle Rauchverbot im gesamten Spa-Bereich. Wir bitten Sie, auf die Nutzung von Mobiltelefon, Laptop, Video- und Fotokamera zu verzichten.

### THERAPEUTEN



Wir haben weibliche und männliche Therapeuten in unserem Team. Teilen Sie uns bitte mit, falls Sie besondere Präferenzen haben oder sich bestimmte Therapeutinnen oder Therapeuten für die Behandlung wünschen.

### ENTSPANNUNG

Schalten Sie während Ihres Spa-Aufenthalts Ihr Mobiltelefon aus, um eine ungestörte und entspannte Atmosphäre für alle Gäste zu gewährleisten. Nutzen Sie unsere Ruheräume vor oder nach den Behandlungen, um die entspannte Atmosphäre zu genießen und sich auf Ihre Wellness-Momente einzustimmen.

### GESCHENKGUTSCHEINE

Besuchen Sie unseren Gutscheinshop auf unserer Homepage! Unter www.schlosshotel-friedrichsruhe.de steht Ihnen eine große Auswahl an Wertgutscheinen zur Verfügung, die Sie ganz nach Ihren Wünschen individuell gestalten können. Gerne stellen wir Ihnen persönliche Geschenkgutscheine für Spa-Erlebnisse Ihrer Wahl auch an der Spa-Rezeption aus.

## **SPA-ÖFFNUNGSZEITEN TÄGLICH**

Spa mit Fitness, Innen- und Außenpool 7 bis 20 Uhr  
(für Hausgäste, Day Spa 9 bis 20 Uhr)

Sauna-Bereich 9.30 bis 19.45 Uhr

Spa-Bistro 12 bis 18 Uhr (warme Küche 17.30 Uhr)

Spa-Rezeption 9 bis 20 Uhr

[www.schloshotel-friedrichsruhe.de/wellness-spa](http://www.schloshotel-friedrichsruhe.de/wellness-spa)