



# *Sunshine Wellness*

---

*Erholung für Geist und Körper*







## Herzlich Willkommen im Sunshine Wellness

Für uns stehen Sie im Mittelpunkt!

Mit unseren langjährigen Erfahrungen in den weltbesten Spa- und Ayurveda-Hotels in Thailand, der Karibik und auf Mauritius können wir sicherstellen, dass sich während Ihres Besuches in unserem Sunshine Wellness Day Spa nicht nur Ihr Körper, sondern auch Ihr Geist erholen wird!

Tauchen Sie ein, in eine Welt voller Genuss und Entspannung mit duftenden Ölen, pflegenden Packungen, hoch wirkungsvoller Kosmetik und intensiven Massagetechniken.

Lassen Sie Ihre Seele und Ihren Körper auf Reise gehen! Was gibt es schöneres als sich nach Herzenslust verwöhnen zu lassen.

Bringen Sie Ihren Körper, Geist und Seele in Einklang und gönnen Sie sich ein wenig Luxus. Unser Team ist bemüht Ihnen nur das Beste zur Erholung, Entspannung, Antistress und Anti-Aging anzubieten.

Wir wünschen Ihnen einen wunderschönen, unvergesslichen Aufenthalt.

Ihr Sunshine-Wellness-Team







# Sunshine

## WELLNESS



**Wir heißen Sie mit einem leckeren, frisch zubereiteten Früchtecocktail willkommen.**

Danach können Sie sich in unserer Panoramasauna entspannen. Genießen Sie den Blick über die Hohenloher Landschaft. Anschließend erfährt Ihr Körper eine angenehme Peelingreinigung mit hochwertigen Produkten. Ihre Haut wird danach nicht nur wohlriechend duften, sondern sich samtweich und strahlend anfühlen.

Hierauf folgt eine Ganzkörper-Öl- und Kopfmassage. Bei dieser Anwendung wird Ihr Körper mit sanften, gleichmäßig langsamen Bewegungen massiert, was zur

Folge hat, dass nicht nur Ihr Körper, sondern auch Ihre Seele tief entspannt und Sie sich anschließend wie neu geboren fühlen.

**Unser Sunshine-Wellness-Paket dauert ca. 2,5 Stunden.**

### **Sunshine-Wellness-Paket:**

- › Willkommensgetränk
- › Panoramasauna
- › Ganzkörperpeeling
- › Ganzkörperölmassage
- › Kopfmassage





# Karibik Flair

**Traumhafte Verwöhnbehandlung mit Karibikfeeling. Eine persönliche Entspannungsreise für alle Sinne.**

Nach einem traumhaft karibisch-tropischen Körperpeeling werden Ihnen tropische Früchte gereicht. Sie sind nicht nur wohlschmeckend sondern stärken auch Ihr Immunsystem.

Anschließend können Sie in unserem Whirlpool mit karibischen Salzen und Meeresrauschen entspannen. Baden macht hungrig. Deshalb reichen wir Ihnen vor Ihrer Schokomassage eine Auswahl von edlen karibischen Schokoladenpralinen. Freuen Sie sich auf die nun folgende Ganzkörper-Schokoladen-Massage. Eingehüllt in den köstlichen Duft unwiderstehlicher Schokolade können Sie diese Anwendung ohne eine einzige Kalorie genießen.

Die köstlich duftende Mischung von Kakaobutter, mit Mandelöl und karibischem Zimt, hat nicht nur eine hervorragend straffende und ölpflegende Wirkung, son-

dern setzt auch mit stimulierenden Endorphinen und Serotonin Glücksgefühle frei. Beruhigend für alle Sinne.

Genießen Sie anschließend in unserer Erlebnisdusche unter unserem Wasserfall oder dem tropischen Regen wie seidenweich und wohlriechend Ihre Haut sich noch lange nach unserer Anwendung fühlen wird.

**Unser Karibik-Flair-Paket genießen Sie ca. 3 Stunden.**

## **Karibik-Flair-Paket**

- › Willkommensgetränk
- › Ganzkörperpeeling
- › Tropische Früchte
- › Whirlpool
- › Schokoladen  
Ganzkörpermassage  
und Gesichtsmassage
- › Erlebnisdusche



# Orientalischer Zauber

**Lassen Sie sich entführen in die geheimnisvolle, zauberhafte Welt des Orients.**

Ihr Einblick in die arabische Welt beginnt mit unserem orientalischen, kräfteweckenden Cocktail.

Während Ihre Haut in unserer Panoramasauna durchblutet wird, entspannt Ihre Seele bei Düften aus 1001 Nacht. Gerüche wie Zimt, Anis, Ingwer und Koriander versetzen Sie an einen Ort, der von Palästen mit Zwiebeltürmchen, verschlungen Ornamenten und Mystiken und Geheimnissen geprägt ist.

Nachdem Sie sich unter der Erlebnisdusche erfrischt haben, erwartet Sie ein Ganzkörperpeeling auf unserer temperierten Hammam-Marmorliege.

Durch die folgende sahnige Schaummassage wird Ihre Haut samtweich und fühlt sich durch

die tausenden Schaumbläschen prickelnd an.

Danach entspannen Sie bei einer Honig-Milch-Ölmassage. Um dieses luxuriöse Erlebnis noch zu steigern, tauchen Sie nun mit Ihrem ganzen Körper wie Königin Cleopatra in ein warmes Bad mit fließender Honigmilch und wohltuenden Ölen.

Genießen Sie dabei ein Glas Prosecco.

**Ihre 1001 Nacht endet nach ca. 3,5 Stunden.**

## **Orientalischer Zauber:**


- › Willkommensgetränk
- › Panoramasauna
- › Ganzkörperpeeling
- › Schaummassage (Hammam)
- › Honig-Milch-Massage
- › Cleopatrabad
- › Ein Glas Prosecco








# Sence of Asia



**Wir heißen Sie mit einem asiatischen Früchtecocktail willkommen.**

Entspannen Sie bei einem Ganzkörperpeeling mit Jasmin-Reis-Kristallen und Mandelcreme. Während Ihr Körper gereinigt wird, entspannt sich ihr Kopf bei einer königlichen Öl-Stirnguss-Therapie. Erleben Sie wie sich das warme Ayurvedische Sesam-Öl auf Ihrer Stirn verteilt und welche tiefe Entspannung diese Anwendung mit sich bringt.



Ayurvedische Behandlungen haben sich insbesondere gegen Verspannungen, Stress, psychosomatischen Beschwerden, Schlaflosigkeit, Migräne und Nervosität bewährt. Anschließend entspannen Sie in unserer Panoramasauna bei einer Sound-Licht-Therapie. Nach einer Erlebnisduche erwartet Sie eine Abhyanga Ganzkörpermassage. Bei dieser

Behandlung werden Sie von Kopf bis Fuß mit warmen, kostbaren Ölen verwöhnt. Durch Akupressur entlang der Energiebahnen wird der Energiefluss im Körper gesteigert und fördert so auf natürliche Weise das Wohlbefinden. Erleben Sie wie anschließend bei einer Fußreflexzonenmassage alle Ihre Organe mit Energie versorgt werden.

**Unser Sence of Asia begleitet Sie für ca. 4 Stunden.**

## **Sence of Asia-Paket:**

- › Willkommensgetränk
- › Ganzkörperpeeling und Packung
- › Shirodhara Stirnguss (Ayurveda)
- › Panoramasauna
- › Abyanga Ganzkörpermassage
- › Padabyanga Fußreflex-



# day Spa

**Verbringen Sie ein paar unvergessliche Stunden in unserem Privat-Day-Spa und stellen Sie Ihr persönliches Verwöhnprogramm mit Hilfe unserer Spa-Therapeuten zusammen.**

Die Auswahl lässt sich fast grenzenlos aus unserem Spa-Behandlungs-Menü zusammenstellen. Genießen Sie Ihre Anwendungen in privaten Räumlichkeiten mit allen Annehmlichkeiten eines modernen Day-Spas, wie Panoramasauna, Hammamliege, Relaxliegen, Whirlpool und Erlebnisduche.

Während Ihres Aufenthalts erfrischen Sie sich, falls gewünscht mit Fruchtcocktails, Prosecco und kleinen liebevoll zubereiteten Snacks. Kehren Sie dem Alltag den Rücken und genießen Sie Ihren Kurzurlaub mit Freunden in unserem

Sunshine Day Spa. Sie werden von dem Service und dem Ambiente begeistert sein.

**Unser Day-Spa können Sie von 2 bis 4 Stunden für max. 4 Personen buchen.**

## **Day-Spa Programm (mit Behandlung)**

**Verwöhntag** 3 Std.  
Inkl. 30 Min.  
Öl-Aroma-Massage

**Winterzauber** 3 Std.  
Inkl. 45 Min.  
Ganzkörper-Peeling  
& Seifenschaum-Massage,  
Hammam



# Kosmetik Programme



## Spa Gesichtsbehandlung 60 Minuten:

- › Gesichtsreinigung
- › Gesichtspeeling
- › Kopfmassage
- › Gesicht-, Hals-, und Dekolleté-Massage
- › Gesichtsmaske
- › Abschlusspflege

## Intensive Entspannung ca. 2 Std.:

- › Fußbad & Peeling
- › Ganzkörper-Massage
- › Hand-Peeling & Maske
- › Spa-Gesichtsbehandlung
- › Hand- & Fuß-Massage

## Sunshine Luxus Tag ca. 5 Std.:

- › Ein Glas Prosecco
- › Panorama-Sauna
- › Ganzkörper-Peeling
- › Cleopatra-Bad
- › Ganzkörper-Öl-Massage
- › Spa Gesichtsbehandlung
- › Hand-Maske & -Massage
- › Fuß-Maske & -Massage
- › Wellness Snack



## Wellness- und Vital-Massagen

Wählen Sie nach Ihrem Befinden zwischen einer entspannenden und wohltuenden oder einer Vitalmassage.

### *Wellness-Massage:*

#### **Orientalische Kopf- und Schulter-Massage**

Die Durchblutung Ihrer Kopfhaut wird stimuliert, die Verspannungen Ihrer Halsmuskulatur werden gelöst.

#### **Fußrelaxing-Massage**

Gönnen Sie Ihren müden und gestressten Füßen eine wohltuende Massage.

#### **Thai-Fuß-Reflexzonen-Massage**

Durch den Einsatz eines Holzmassagestabes wird ein Gefühl von innerer Ruhe und Ausgeglichenheit hervorgerufen.

#### **Hot-Stone-Massage**

Durch das Auflegen von warmen Steinen auf die Energiezentren und die gleichzeitige Massage mit den erwärmten Steinen wird der Energiefluss angeregt, Blockaden gelöst und können Muskeln tiefenwirksam gelockert werden.

#### **Anti-Stress-Massage**

Durch langsame und rhythmische Streichbewegungen wirkt diese Massage entspannend auf das Nervensystem und versetzt den Körper und die Seele in einen Ruhezustand.

#### **Öl-Aroma-Therapie-Massage**

Die wohl angenehmste und sinnlichste Massage mit ätherischen Ölen.

#### **Honig-Öl-Massage**

Bei der warmen Honig Öl Massage werden Entgiftungsprozesse und Durchblutung unterstützt. Sie stimuliert und entspannt Ihren Körper und Geist und reduziert Alterserscheinungen.

#### **Kräuterstempel-Massage**

Die Kräuterstempel werden vor der Behandlung über Wasserdampf erhitzt. Die darin befindlichen Heilkräuter fördern die Durchblutung der Haut und Regeneration und können zur Entgiftung des Organismus beitragen.

#### **Schokoladen-Massage**

Bei dieser süßen aber kalorienarmen Behandlung wird Ihre Haut mit warmer Schokolade überzogen. Der sinnliche Duft und die Inhaltsstoffe der Schokolade bewirken die Ausschüttung von Glückshormonen.

#### **Ganzkörper-Peeling**

Die porentiefe Reinigung befreit Ihre Haut von überschüssigem Hauttalg und abgestorbenen Hautschuppen und verhindert somit unschöne Hautunreinheiten und Mitesser.

#### **Seifenschaum-Massage**

Ihr Körper wird auf unserer Hammamliege gepeelt. Danach bekommen Sie eine Seifenmassage, bei der Ihr gesamter Körper mit Schaum umhüllt wird, damit Sie sich leicht und schwerelos fühlen.

#### **Sunshine-Massage**

Diese Massage ist für anspruchsvolle Genießer, die das ganze Know-how unserer Therapeuten von Kopf bis Fuß erleben möchten.





## ***Vital-Massage***

### **Nacken-Rücken-Massage**

Durch Druck auf spezielle Vitalpunkte werden Verspannungen und Blockaden gelockert und gelöst.

### **Ingham-Fußreflexzonen-Massage**

Mit dem Daumen werden Energiepunkte revitalisiert und Verspannungen ganzheitlich gelöst.

### **Schwedische-Massage**

Mit wärmenden Streichungen, vitalisierenden Knetungen, Zirkelungen und angenehmen schwingenden Bewegungen wird für ein nachhaltiges Wohlbefinden gesorgt. Sie stärken den Kreislauf und können für einen gesunden Schlaf helfen.

### **Sport-Öl-Massage**

Die Sportmassage ist eine kräftige, tiefgehende Massage, welche im wesentlichen darauf ausgerichtet ist, verspannte Muskeln zu lockern und die daraus entstehenden Schmerzen zu beseitigen.

### **Traditionelle-Thai-Massage**

Bei der fernöstlichen Massagetechnik werden Hände, Füße, Ellbogen und Knie eingesetzt um Druck auf die sogenannten Sen-Punkte zu erzeugen. Das fördert den freien Energiefluss im Körper und steigert so auf natürliche Weise das Wohlbefinden.

### **Abhyanga-Massage**

Durch eine Ganzkörper ayurvedische Ölmassage wird das gesamte Nervensystem beruhigt und Erschöpfungen und Stress können abgebaut werden.

### **Shirodhara-Massage**

Die ayurvedische Stirngusstherapie sorgt mithilfe eines warmen gleichmäßigen Ölstrahl der über die Stirn geführt wird, für einen tiefen Entspannungszustand. Das Nervensystem wird beruhigt und so können chronische Kopfschmerzen, hoher Blutdruck, Schlafstörungen und Burnout-Syndrome reduziert bzw. vorgebeugt werden.





## *Sunshine Wellness*

*Erholung für Geist und Körper*

Haller Straße 185 · 74564 Crailsheim

Telefon 0 79 51 - 29 77 641

[www.sunshinewellness.de](http://www.sunshinewellness.de)

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 10 bis 19 Uhr und Sa. 10 bis 16 Uhr

