



SEVERIN'S

RESORT & SPA



SPA

WIR DANKEN UNSEREN PARTNERN



PERRIS
SWISS LABORATORY



LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

PHARMOS NATUR®
GREEN LUXURY



IHRE SPA EXPERTEN



Herzlich willkommen im Severin's Spa, liebe Gäste.

Entspannen und erholen Sie sich in unserem traumhaften und großzügigen Spa. Wir möchten Sie auf eine ganz besondere Reise einladen – Machen Sie Ihren Aufenthalt bei uns zu einem einzigartigen Spa-Erlebnis.

Zwischen all den wichtigen Dingen, die wir uns jeden Tag vornehmen, vergessen wir oft das Allerwichtigste: uns selbst. Genießen Sie die Ruhe, Zeit & Raum und entdecken Sie sich selbst wieder neu. Erleben Sie das Gefühl von Glück und halten Sie es fest.

Mit dem Sylter-Kräftekompass analysieren wir mit Ihnen Ihre persönliche Ausrichtung und führen Sie in das Reich der Energiegewinnung. Gemeinsam mit dem ganzen Team und den besten Spa-Experten Deutschlands haben wir für Sie den Severin's Spa so erschaffen, dass es ein erfüllter und unvergesslicher Aufenthalt wird.

Schenken Sie uns Ihr Vertrauen, genießen Sie unser exklusives Ambiente und fühlen Sie sich inspiriert von unserem authentischen Spa-Angebot.

Wir freuen uns sehr darauf, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.

Ihr Severin's Spa Team

SPA ETIKETTE

TERMINVEREINBARUNGEN

Vereinbaren Sie Termine für Ihre Severin*s Spa Verwönmomente telefonisch oder via E-Mail unter **TEL.: +49 4651 460 66 522** | **E-MAIL: SPA@SEVERINS-SYLT.DE**

Wir empfehlen Ihnen, Ihre Termine so früh wie möglich im Voraus zu reservieren. Ihre Terminbestätigung erhalten Sie bei der Anreise an der Hotel-Rezeption. Selbstverständlich kann es immer vorkommen, dass auch kurzfristige Termine verfügbar sind. Gerne informieren wir Sie dazu vor Ort.

ANKUNFTSZEIT / VERSPÄTUNGEN / STORNIERUNGEN

Wir empfehlen Ihnen ca. 10–15 Minuten vor Ihrem Termin bei uns an der Spa Rezeption einzutreffen. So haben Sie genügend Zeit in Ruhe eine Tasse frischen Tee zu genießen und sich auf Ihre Behandlung einzustimmen. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass Ihr verspätetes Eintreffen mit Rücksicht auf nachfolgende Gäste zu einer Verkürzung Ihrer Anwendungszeit führt.

Sollten Sie Ihren Termin nicht einhalten können, bitten wir Sie, spätestens 24 Stunden vorher abzusagen – diese Stornierung oder eine Verschiebung ist kostenlos. Für nicht fristgemäß annullierte und nicht wahrgenommene Termine werden die Behandlungskosten zu 80 % in Rechnung gestellt. Bei einer Absage oder Verschiebung des Termins für die eine Vorauszahlung in Form eines Gutscheines getätigt wurde, gelten dieselben Bedingungen, d.h. der Gutscheinwert wird entsprechend gemindert.

WUNSCHERFÜLLUNG

In der Behandlung möchten wir ganz individuell auf Ihre Wünsche eingehen. Deshalb werden wir vor der Behandlung erfragen, was Ihnen besonders wichtig ist. Kompetente Beratung ist ein Bestandteil der Behandlung und liegt uns sehr am Herzen. Machen Sie uns bitte auf etwaige gesundheitliche Besonderheiten aufmerksam, da einzelne Behandlungen für Sie so möglicherweise ungeeignet sind.

KINDER

Kinder sind im Kids Club und im Schwimmbad herzlich willkommen. Bitte nehmen Sie Rücksicht auf andere Gäste und lassen Ihre Kinder nicht unbeaufsichtigt. Kinder unter 10 Jahren benötigen immer eine erwachsene Begleitperson. Babies begrüßen wir im Poolbereich gerne mit Babyschwimmwindeln. Kids Club ab 3 Jahren, Fitness-Club ab 16 Jahren, Saunazutritt ab 18 Jahren.

STILLE UND RUHE ...

... sind die Grundvoraussetzung für tiefgehende Entspannung. Aus Rücksicht auf Sie selbst und andere Gäste, bitten wir Sie, Ihre Mobiltelefone während Ihres Spa-Aufenthaltes auszuschalten. Des Weiteren verzichten Sie während Ihres Aufenthaltes auch auf die Benutzung von Video- und Fotokameras. Bitte unterhalten Sie sich in allen Bereichen aus Rücksicht auf andere Gäste leise und zurückhaltend.

KLEIDUNG

Für einen angenehmen Spa-Aufenthalt empfehlen wir in Bademantel und Badeslipper (liegen in Ihrem Hotelzimmer bereit) zu den Behandlungen zu erscheinen. Für Körperbehandlungen wird Ihr Spa Mitarbeiter Ihnen gerne für jede Behandlung Einmalunterwäsche zur Verfügung stellen. Bitte nutzen Sie den Pool in Badebekleidung. Bitte verwenden Sie in der Sauna ein Handtuch als Unterlage, um die Hölzer vor Schweiß zu schützen und die gegebenen Hygienevorschriften einzuhalten – der gemischte Saunabereich ist ein textilfreier Bereich.

WERTSACHEN

Wir empfehlen Ihnen, Ihre Wertsachen in Ihrem Hotelzimmersafe einzuschließen.

IHR WOHLBEFINDEN IST UNS WICHTIG

Wir setzen alles daran, Ihren Erwartungen und Bedürfnissen gerecht zu werden und sind uns bewusst, dass jede Behandlung ein individuelles Erlebnis ist. Wir freuen uns auf Ihr Feedback.

BITTE BEACHTEN SIE: UNSER SPA IST EIN NICHTRAUCHERBEREICH!

INHALT

PHILOSOPHIE	7	
KRÄFTEKOMPASS	8	
KOSMETIK	10	
Perris Swiss Laboratory	11	
Ligne St. Barth	11	
Pharmos Natur	12	
Maniküre & Pediküre	13	20 KÖRPER
Beauty Spezial	14	21 Effektbehandlungen
JetPeel™	15	22 Wellness-Massagen
La Biosthetique Hair Spa	17	24 Erlebnisbehandlungen
MEN SPA	18	25 Ayurveda
		26 Hamam
		27 Rituale auf der Quarzliege
		28 SELFNESS
		29 Yoga
		30 Personal Training
		31 Kursprogramm
		32 Ernährungsberatung
		33 Sylter Swim Academy
		34 DAY SPA
		36 SPA SUITE
		38 INFOS & KONTAKT

Aussteigen AUF Zeit

PHILOSOPHIE

Aussteigen auf Zeit – Stellen Sie sich den Sylter Elementen im Severin's Resort & Spa und stillen Sie Ihre Sehnsucht nach Gesundheit, Freiheit und Sorglosigkeit. Genießen Sie neben Ruhe, Zeit und Natur Augenblicke des Geborgenseins, die ein neues Lebensgefühl entstehen lassen und Ihre innere Balance stärken. Die einzigartige Sylter-Naturkulisse in ihrem Spannungsbogen zwischen endlosen Dünen- und Heidelandschaften, intensiver Leuchtkraft der Sonne und den Weiten des Meeres, waren Inspiration dieser Zusammenstellung für eine unnachahmliche Behandlungstiefe.





INDIVIDUELLE AUFMERKSAMKEIT

„Aufmerksamkeit ist grenzenlos, ist ohne die Grenzen des Wissens.“

Krishnamurti

Reservieren Sie Ihr individuelles Zeitfenster und bestimmen Sie im Rahmen der Behandlungszeit mit Ihrem Spa-Behandler sowie dem Sylter-Kräftekompass die Ausrichtung, Intensität und Druckstärke der Behandlung. Unsere individuelle Aufmerksamkeit richtet sich vor allem an Gäste, die eine besondere gesundheitliche Ausrichtung wünschen.

BEHANDLUNGSZEIT: 25 MIN.	PREIS: 65 €
BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN.	PREIS: 125 €
BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN.	PREIS: 185 €

Zur Bestimmung Ihrer idealen Behandlungsausrichtung setzen wir unseren speziell für Sie entwickelten Sylter-Kräftekompass ein, um Ihre körperlichen und seelischen Bedürfnisse aktuell zu bestimmen und Sie auf den idealen Behandlungskurs zu navigieren.

360° Betrachtung!



SCHÖNHEITSKRAFT - SYLTER DÜNELANDSCHAFT

Unsere Gesichts- und Körperpflege, die für Ebenmäßigkeit, natürliche Ausstrahlung und Reinheit im Sinne von nachhaltigen Produkten steht.

Wirkung: klärend, verfeinernd



NATURKRAFT - SYLTER HEIDELANDSCHAFT

Unsere Behandlungsvielfalt, die dem körperlichen Ausgleich von An- und Entspannung gerecht wird, das Immunsystem stärkt und die Selbstheilungskräfte anregt.

Wirkung: belebend, ausgleichend



SONNENKRAFT - SYLTER STRANDLANDSCHAFT

Unsere Rituale, die Ihren Körper zu neuer Leichtigkeit begleiten, wärmen, erhellen und auf ein positives Lebensgefühl einstimmen.

Wirkung: stimulierend, stärkend



WASSERKRAFT - SYLTER WASSERLANDSCHAFT

Körperformung und Modellierung – Anfang zur inneren und äußeren Reinigung und zugleich intensive Pflege, Straffung und Körpermodellierung.

Wirkung: entstauend, entschlackend

KOSMETIK

KOSMETIK

PERRIS SWISS LABORATORY

Skin Fitness



Die Linie Skin Fitness aus dem Hause Perris Swiss Laboratory steht für innovative, hochwirksame Anti-Aging Kosmetik. Die in der Schweiz in einem pharmazeutischen Labor hergestellten veganen Produkte sind 100 % frei von hautschädigenden Inhaltsstoffen. Jedes der Produkte enthält mindestens 95 % natürliche Inhaltsstoffe und ist für empfindliche Haut geeignet.

BEHANDLUNGSZEIT: 25 MIN. | PREIS: 68 €
BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 135 €

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 198 €

LIGNE ST. BARTH

Frische und Lebendigkeit



Mit unseren erlesenen Elixieren und Spa-Behandlungen entführen wir Sie in eine Welt der karibischen Entspannung. Exotische Öle und Düfte der karibischen Tiaré Blüte, feiner Lilie oder der Essenz reiner Bourbon Vanille verwöhnen die Sinne.

ST. BARTH PURENESS

Gesichts- und Dekolletébehandlung
mit Handmassage

BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 116 €

ST. BARTH FRESHNESS

Gesichts- und Dekolletébehandlung
mit frischen Früchten

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 176 €

PHARMOS NATUR

Frische und Lebendigkeit



Mit Pharmos Natur erleben Sie die einzigartige, regenerative Wirkung ausgewählter und adaptogener Heil- & Verjüngungspflanzen. Ihre reichhaltigen Wirkstoffe, ihre intensive Lichtenergie und ihre hohe Schwingung sind enthalten

- in wertvollen Pflegeprodukten – mit reiner Aloe Vera anstelle von Wasser – ohne Alkohol, ohne klassische Konservierungsstoffe
- in Lebensgesundmitteln* für die Schönheitspflege von Innen

Das Highlight in Ihrer PHARMOS NATUR Behandlung ist die Anwendung unseres ganz besonderen Aloe Vera Frischpflanzenblattes. Strahlende, wundervolle Haut. Frische und Lebendigkeit.

BEHANDLUNGSZEIT: 25 MIN. | PREIS: 58 € **BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 176 €**
BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 116 €

ERLEBEN SIE *rohini*

Adaptogene Heil- & Verjüngungspflanzen, intensive Lichtenergie

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 198 €



MANIKÜRE & PEDIKÜRE

Verwöhnzeit für die beanspruchten Partien des Körpers



SPA MANIKÜRE

Raues Klima bedarf intensiver Pflege. Gönnen Sie Ihren beiden Visitenkarten ein ganz besonderes Pfleegerlebnis bestehend aus Handbad, Peeling und abschließender Pflege der Finger und Hände.

BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 88 €
MIT LACK: 60 MIN. | PREIS: 98 €



SPA PEDIKÜRE

Gönnen Sie Ihren Füßen ungeteilte Aufmerksamkeit. Ihre Fuß-Verwöhnzeit besteht aus einem belebenden Fußbad, sanft Hautschüppchen lösenden Peeling und abschließender Pflege der Füße.

BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 88 €
MIT LACK: 60 MIN. | PREIS: 98 €



SPA MANIKÜRE ODER PEDIKÜRE MIT SHELLACK

Die sanfte Alternative zu Kunstnägeln. Ein spezieller im UV-Licht gehärteter Lack verhindert das Abblättern, bleibt glänzend und verstärkt den Naturnagel.

BEHANDLUNGSZEIT: 60 MIN. | PREIS: 98 €
SHELLACK ENTFERNEN: 25 MIN. | PREIS: 25 €



BEAUTY SPEZIAL



ZUSÄTZLICH BUCHBAR WÄHREND DER GESICHTSANWENDUNG

Depilation wahlweise mit Warmwachs oder nach der Sugaring-Methode

DEPILATION OBERLIPPE	10 MIN. PREIS: 15 €
DEPILATION OBERLIPPE UND KINN	20 MIN. PREIS: 25 €
DEPILATION UNTERSCHENKEL	ab 25 MIN. PREIS: 45 €
DEPILATION GANZES BEIN	45 MIN. PREIS: 75 €
DEPILATION RÜCKEN	ab 30 MIN. PREIS: 55 €
AUGENBRAUEN ZUPFEN	ab 10 MIN. PREIS: 15 €
AUGENBRAUEN FÄRBEN	10 MIN. PREIS: 20 €
AUGENBRAUEN ZUPFEN UND FÄRBEN	20 MIN. PREIS: 30 €
WIMPERN FÄRBEN	10 MIN. PREIS: 20 €
WIMPERN UND AUGENBRAUEN FÄRBEN	20 MIN. PREIS: 35 €

MAKE-UP

Das perfekte Make-up – ganz individuell für Ihren Typ.

TAGES MAKE-UP	35 MIN. PREIS: 75 €
ABEND MAKE-UP	50 MIN. PREIS: 110 €
BRAUT MAKE-UP	50 MIN. PREIS: 110 €
BRAUT MAKE-UP PROBETERMIN	bis 80 MIN. PREIS: 110 €

JETPEEL™

Effektive Behandlung. Natürliche Hautverjüngung.



JETPEEL™ – FACIAL TREATMENT

Eine wissenschaftlich erwiesene und auf klinischen Studien basierende Behandlungsmethode für jede Haut. Mit den Elementen Luft und Wasser und zusätzlichen, hocheffizienten Wirkseren verleihen unsere JetPeel™ Behandlungen der Haut ein strahlendes Aussehen und setzen essentielle Impulse für die Bildung von neuem Gewebe.

Während einer JetPeel™ Behandlung ist für Sie das Gefühl auf Ihrer Haut mit einer angenehm frischen Meeresbrise vergleichbar. Wer dieses Gefühl einmal erlebt hat, möchte es nicht mehr missen.

60 MIN. (10 MIN. BERATUNG & 50 MIN. TREATMENT)	50 MIN. PREIS: 189 € - 249 €
ALS POWERKUR: 3 X JETPEEL™ FACIAL	3 X 50 MIN. PREIS: 519 € - 689 €

STEP 1 Lymphdrainage | **STEP 2** Tiefporige Ausreinigung | **STEP 3** Faszien Training, Face Gym – spezielle Entspannungsmassage für die Gesichtsmuskulatur | **STEP 4** Exfoliation | **STEP 5** Power Treatment mit JetPeel™ Wirkseren

UPGRADE YOUR JETPEEL™ TREATMENT

JETPEEL™ MIMIKFALTEN-TREATMENT	10 MIN. + 39 €
JETPEEL™ EYE TREATMENT	10 MIN. + 39 €
JETPEEL™ LIPS TREATMENT - EINE EXTRA PORTION HYALURON	10 MIN. + 39 €
JETPEEL™ KRAFTVOLLES REGENERATIONS TREATMENT	10 MIN. + 39 €
JETPEEL™ NECK POWER LIFTING TREATMENT	10-15 MIN. + 79 €
JETPEEL™ DEKOLLETÉ POWER TREATMENT	10-15 MIN. + 79 €
JETPEEL™ HAND TREATMENT - ANTI AGING & GEGEN PIGMENTIERUNG	15-20 MIN. + 79 €



LA BIOSTHETIQUE HAIR SPA

Wir bieten Ihnen alles, was zu einem Rundum-Verwöhnprogramm gehört. Neben exklusiven Beautydienstleistungen runden wir unser Dienstleistungsangebot mit neuesten Haardesign-Techniken, professionellen Colorationsverfahren sowie individuellen Kopfhaut- und Haarpflegebehandlungen ab. Mit La Biosthétique Paris steht Ihnen eine Marke zur Verfügung, die auf den modernsten biochemischen und dermatologischen Erkenntnissen der Wissenschaft beruht und für jede Haar- und Kopfhautsituation eine gezielte Pflegemethode bietet. Alle Produkte sind in ihrer Synergiewirkung perfekt aufeinander abgestimmt.

DAMEN

WASCHEN/SCHNEIDEN/FÖHNEN

ab 80 €

LANGHAAR

+ 12 €

WASCHEN/FÖHNEN

ab 55 €

LANGHAAR

+ 12 €

STYLING

BRAUT PROBETERMIN BIS 60 MIN.

ab 110 €

BRAUTFRISUR & SERVICE BIS 60 MIN.

ab 110 €

HOCHSTECKFRISUR

ab 60 €

COLORATION

FÄRBEN

ab 65 €

OBERKOPF STRÄHNEN

ab 75 €

STRÄHNEN GANZER KOPF, BALAYAGE

ab 110 €

FARBREFLEXE, GLOSSING, STRÄHNEN

ab 40 €

INTENSIV TÖNUNG

ab 65 €

VERWÖHNENDES

KOPFMASSAGE 10 MIN.

ab 10 €

INTENSIV HAARKUR

ab 15 €

KOPFHAUTPFLEGE INKL. MASSAGE 15 MIN.

ab 20 €

ÖL THERAPIE

ab 50 €

ACTION 2 PHASES CA. 30 MIN.

ab 40 €

MEN SPA



MEN SPA



MEN FRISEUR

WASCHEN/SCHNEIDEN/FÖHNER
MASCHINENSCHNITT

ab 45 €

ab 35 €

MEN GESICHTSANWENDUNGEN

Zeit	PERRIS	PHARMOS NATUR	LIGNE ST. BARTH
25 MIN.	68 €	58 €	58 €
50 MIN.	135 €	116 €	116 €
80 MIN.	198 €	176 €	176 €

VERWÖHNENDES

MEN HANDPFLEGE ODER FUSSPFLEGE
KOPF-SCHULTER-NACKENMASSAGE

50 MIN. | 88 €

25 MIN. | 58 €

PERSONAL TRAINING & TIEFENGeweBSMASSAGE

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN | 185 €

Erfahren Sie mehr zu unserer Behandlung auf Seite 30

GESUNDHEITS-KÖRPERANALYSE
ERNÄHRUNGSBERATUNG

15 MIN. | 30 €

50 MIN. | 98 €

Erfahren Sie mehr zu unserer Gesundheitsbehandlung auf Seite 33

KÖRPER



EFFEKTBEHANDLUNGEN

ST. BARTH SOFTNESS – KÖRPERPEELING MIT KOKOS ÖL & PAPAYA

Die fruchtige Ganzkörper-Peelingmassage verwöhnt Körper und Sinne und umhüllt sie mit exotischem Duft. Ein Ritual der Ruhe und Reinigung, für ein samtweiches, geglättetes Hautgefühl.

BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 116 €



LUXUS LIFT-AKTIV – KÖRPERPEELING UND MASSAGE

Genießen Sie ein rundum luxuriöses Pflegerlebnis, das porentiefe Reinigung und Konturformung mit Anti-Aging Wirkung vereint. Die Lift-Aktiv Peelingwirkstoffe lösen abgestorbene Hautzellen am ganzen Körper und regenerieren dabei die Haut, sodass sie ideal vorbereitet auf die anschließende Massage mit hyaluronhaltiger Pflegecreme ist.

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 185 €



BEFREIUNG – ENTSCHLACKENDE KÖRPERBEHANDLUNG

Diese intensive Entschlackungsbehandlung ist wie ein kraftvoller Motor für Ihren Stoffwechsel. Gut durchblutete Haut, strafferes Bindegewebe und ein Gefühl von Leichtigkeit sind die erlebbaren Wirkungen dieser Kombinationsbehandlung einer ausleitenden Massage und intensiven Pflegepackung.

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 178 €



INNOVATIV – CELLULITE BEHANDLUNG

Für eine anhaltende Glättung der Körperhaut mit direkter positiver Wirkung auf das Bindegewebe steht im Zentrum dieses Bodyformings eine Schröpfmassage mit einem Schönheitsschlamm aus wertvollen Mineralien und Spurenelementen. Für Ihr bestes Körpergefühl.

BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 116 €



SYLTER NATÜRLICHKEIT – MEERSALZPEELING

Die fließenden Streichungen mit unserem Meersalzpeeling hinterlassen auf Ihrer Haut ein frisches, prickelndes und wohlige Gefühl. Zudem unterstützt es den Hautstoffwechsel und das Bindegewebe – für eine seidige und porentief gepflegte Haut.

BEHANDLUNGSZEIT: 25 MIN. | PREIS: 58 €



WELLNESS-MASSAGEN



ST. BARTH HARMONY – GANZKÖRPERMASSAGE

Die Ganzkörpermassage orientiert sich in ihrem Schwerpunkt und den Pflegeprodukten an individuellen Wünschen. Eine luxuriöse Bodylotion mit dem Lieblingsduft der Wahl rundet die Behandlung ab.

BEHANDLUNGSZEIT: 25 MIN. | PREIS: 58 € (TEILKÖRPERMASSAGE)

BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 116 €

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 178 €



DUFTBRISE – PHARMOS NATUR AROMAÖL-MASSAGE

Nach erfrischenden und reinigenden Fußkompressen wird der gesamte Körper sorgsam und kraftvoll zugleich massiert, um tief erholt, gelöst und voll neuer Kraft aus der Entspannungsphase aufzutauchen. Dieses Erwachen begleiten wir ritualhaft mit einem frischen Pflanzenblatt.

BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 116 €

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 178 €



NEU ANKOMMEN – SPORTMASSAGE

Durch die intensive Massage der tief liegenden Muskeln und Bindegewebsstrukturen werden Verspannungen und Blockaden gelöst und Stress abgebaut.

BEHANDLUNGSZEIT: 25 MIN. | PREIS: 65 €

BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 120 €



PHARMOS NATUR ANTI STRESS RITUAL

Nach der befreienden Kopf- und Gesichtsmassage kann Ihr Geist zur Ruhe kommen. Genießen Sie tiefe Entspannung und Entschleunigung durch die folgende Ganzkörpermassage mit sanften und ausleitenden Griffen. Intensives Wohlfühlen und Ausgeglichenheit auf allen Ebenen.

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 178 €



SCHWANGERSCHAFTSMASSAGE

Berührungen sind für Sie und Ihr heranwachsendes Baby Balsam für die Seele. Deshalb bieten wir Ihnen sanfte Massagen in Seitenlage, erhöhter Rückenlage oder im Sitzen ab der 12 SSW und bis zur 32 SSW an.

BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 116 €



ST. BARTH SLIMNESS – ENTSTAUENDE BEINMASSAGE

Eine Kombination aus Efeu Gel und Kampfer Menthol Öl für eine schnelle Entlastung und Entspannung bei schweren Beinen.

BEHANDLUNGSZEIT: 25 MIN. | PREIS: 58 €



AUSLOTEN – FUSS-WELLNESS-MASSAGE

Stärken Sie Ihr Wohlbefinden durch die anregende Massage Ihrer Füße. Fühlen Sie sich leicht und frei mit neuer Energie und Vitalität im Lot mit sich selbst.

BEHANDLUNGSZEIT: 25 MIN. | PREIS: 58 €



FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Die intensive Druckpunktmassage der Füße stimuliert bestimmte Organe und Körperbereiche und bringt so Ihren Körper in ein inneres Gleichgewicht.

BEHANDLUNGSZEIT: 50 MIN. | PREIS: 116 €



ERLEBNISBEHANDLUNGEN



TREIBEN LASSEN - HOT-STONE MASSAGE

Spüren Sie den Fluss der Energie! Die Massage mit warmen Kraft-Steinen schenkt Tiefenentspannung und löst Blockaden im gesamten Körper. Die Energie der warmen Steine entlässt Sie in ein unvergleichliches Gefühl der Ruhe und Geborgenheit. Ein unvergleichliches Massageritual für Körper, Geist und Seele.

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 185 €



360° BALANCE – LOMI LOMI NUI

Die traditionelle Ganzkörperölmassage aus Hawaii ist wie der wellenförmige Tanz des Meeres, der die Selbstwahrnehmung für den eigenen Körper und die natürliche Lebensfreude stärkt. Lomi Lomi Nui hat den Anspruch, tiefgreifend auf physischer und psychischer Ebene zu wirken. Durch die respektvolle, achtsame Zuwendung kommt Ihre Körperenergie ins Fließen und so können auf sanfte Weise Verspannungen und Blockaden gelöst werden. Tänzerisch, anmutig und leicht.

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 185 €

BEHANDLUNGSZEIT: 110 MIN. | PREIS: 250 €



PHARMOS NATUR LOVE YOUR AGE – LOVE YOURSELF

Dieses ganzheitliche Körper- und Gesichtsritual wirkt wie ein Jungbrunnen für Haut und Seele. Achtsame Hände sorgen für eine perfekte Regeneration.

BEHANDLUNGSZEIT: 110 MIN. | PREIS: 250 €



AYURVEDA

Das Wissen vom Leben



ABHYANGA – GANZKÖRPERÖLMASSAGE

Neues erleben. Bei der traditionellen ayurvedischen Massage wird Ihr gesamter Körper einfühlbar mit warmem, typgerechtem Öl massiert. Fließende Griffe und Ausstreichungen fördern innere Wärme und schaffen eine Umgebung, ideal um sich fallen zu lassen. Diese ganzheitliche Behandlung wirkt regenerierend und seelisch harmonisierend. In mir gestärkt – bereit, neuen Aufgaben zu begegnen.

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 185 €



LOSLASSEN – SHIRODHARA / ÖL-STIRNGUSS

Wenn Öl fließt, entsteht tiefe Entspannung. Ein wohltemperierter Ölstrahl wird gleichmäßig über die Stirn geführt. Der Stirn-Ölguss bewirkt das augenblickliche Loslassen von alltäglichen Gedanken. Körper, Geist und Seele werden gereinigt, damit neue Lebensfreude keimen kann. Die Energie des dritten Auges in neuer Harmonie – inneren Ausgleich schaffen. Wir empfehlen Ihnen, den Shirodhara nur in Verbindung mit einer Massage zu buchen.

BEHANDLUNGSZEIT: 25 MIN. | PREIS: 68 €



SEVERIN'S SPA EMPFEHLUNG:

Genießen Sie die ayurvedische Ganzkörpermassage und den Öl-Stirnguss in Kombination.

ABHYANGA & SHIRODHARA | BEHANDLUNGSZEIT: 100 MIN. | 250 €



HAMAM

Körperreinigende Zelebration auf höchstem Niveau



Spüren Sie auf eine besondere Art Reinheit und Klarheit. Orientalische Badekultur modern auf den Punkt gebracht, pur und authentisch inszeniert. Treten Sie ein in einen ganz außergewöhnlichen Ort – unsere Hamam-Oase.

REINES HAMAM-ERLEBNIS

- Wassergüsse
- Aufatmende Haut – Peelingmassage
- Bläschenwolke – Seifenschaummassage
- Orientalischer Minztee und eine orientalische Köstlichkeit

ANWENDUNGSZEIT: 60 MIN.

PREIS: 1 PERSON 160 € | 2 PERSONEN 325 €



VERWÖHNENDES HAMAM-ERLEBNIS

- Wassergüsse
- Gedankenklärung – Kopf- und Fußmassage
- Aufatmende Haut – Peelingmassage
- Bläschenwolke – Seifenschaummassage
- Körpersymphonie – Ganzkörperölung
- Orientalischer Minztee und eine orientalische Köstlichkeit

ANWENDUNGSZEIT: 90 MIN.

PREIS: 1 PERSON 220 € | 2 PERSONEN 425 €



RITUALE AUF DER QUARZLIEGE

Wohlige Wärme und Wohlbefinden

Die Behandlung mit warmem Sand hat eine sehr lange Tradition. Bereits im alten Ägypten wurde diese wohltuende und entspannende Therapieform sehr geschätzt. Der Quarzsand zeichnet sich durch die besondere Fähigkeit aus, Wärme intensiv zu speichern und dosiert abzugeben.

STRAND UND MEER – QUARZLIEGE

Die trockene, milde Wärme des Quarzsandes umfließt den eingebetteten Körper und sorgt für eine schnelle und intensive Tiefenentspannung für ein harmonisches Körper-Seele-Gleichgewicht.

BEHANDLUNGSZEIT: 25 MIN. | PREIS: 58 €

TIEFENENTSPANNUNG – CHAKRA-STEIN-BEHANDLUNG

Von der Energie der Steine zu Harmonie für Körper und Geist. Sieben spezielle Chakra-Öle stimulieren sanft und effizient die Energiezentren im Körper und setzen neue Kraft und Energie frei. Körperliche und emotionale Spannungen lösen sich.

BEHANDLUNGSZEIT: 60 MIN. | PREIS: 125 €



ST. BARTH SENSATION – KÖRPERPACKUNG MIT ENTSPANNUNGSMASSAGE

Eine Körperpackung aus kostbarem Öl und ausgewähltem Duft – Vanille, Lilie oder Tiaré-Blüte. Die Entspannungsmassage mit sanft austreichenden Bewegungen intensiviert die Wirkung der Packung, entspannt den Körper und streichelt die Sinne.

BEHANDLUNGSZEIT: 80 MIN. | PREIS: 185 €

BEHANDLUNGSZEIT: 110 MIN. | PREIS: 250 €



SEVERIN'S SPA EMPFEHLUNG:

Bereiten Sie Ihre Haut mit unserem Körperpeeling auf die Pflegepackung vor.

FEINHEIT PUR – KLARES HAUTGEFÜHL – INTENSIVERE WIRKUNGSKRAFT



SELFNESS



SELFNESS

YOGA

„Yoga kann jeder üben, der atmen kann“

T.K.S. Krichnamacharya



Im Yoga üben wir uns in Körperübungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama), Meditation, und Entspannungstechniken. Yoga fördert die eigene Körperwahrnehmung, stärkt und dehnt die Muskulatur, stärkt das Herz-Kreislauf-System, fördert die Achtsamkeit und eine stresslindernde Wirkung tritt ein.

YOGA KURSE

Unsere ausgebildeten Yogalehrer/innen leiten Sie achtsam durch wechselnde Yogastunden. In dynamischen Vinyasa Flows verbinden sich Bewegung und Atmung zu einem fließenden Erlebnis. Durch den Wechsel von kraftvollen Asanas und bewusster Entspannung finden Sie Balance in Ihrer inneren Mitte. Lassen Sie sich treiben in lang haltenden Yin Yoga Sequenzen und gehen Sie in die Stille während der Meditation. Mit neuer Kraft und Energie starten Sie in den Tag.

PERSONAL TRAINING

Jeder Körper ist einzigartig. Im Yoga Personal Training können wir uns ganz individuell auf Ihre Bedürfnisse und Wünsche einstellen. Lassen Sie uns gerne vorab wissen, was Ihnen für Ihre Yogapraxis wichtig ist.

50 MIN. | PREIS: 110 €

80 MIN. | PREIS: 176 €

PERSONAL TRAINING

Individuelles Training



PURES LIMIT – PERSONAL TRAINING

Beim Personal Training trainieren Sie zusammen mit Ihrem persönlichen Coach. Ihr Personal Trainer ist während der gesamten Trainingseinheit nur für Sie da, zeigt Ihnen Übungen und die Ausführung und motiviert Sie. Sie können alle angebotenen Kurse aus unserem Angebot auch als Personal Training buchen.

EINZELLEKTION: 50 MIN. | PREIS: 110 €

3-ER KARTE | PREIS: 300 €

5-ER KARTE | PREIS: 500 €

PURE FITNESS – PERSONAL TRAINING + TIEFENGEWEBSMASSAGE

Betreutes individuelles Training zusammen mit einer entspannenden Tiefengewebsmassage ist ein Highlight unserer Angebotspalette. Vertrauen Sie sich unseren geschulten Personaltrainern an, denn nur zusammen ist es möglich, die Optimierung Ihrer gesamten Körperfunktionen zu verbessern.

80 MIN. | PREIS: 185 €

KURSPROGRAMM

Gemeinsam zum Erfolg

Nutzen Sie Ihren Urlaub, um unser wechselndes Aktivprogramm in Anspruch zu nehmen.

POWER

ZIRKELTRAINING: Ein Ganzkörpertraining mit verschiedenen funktionellen Übungen um Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit zu trainieren.

HIIT: Ein intensives Ganzkörpertraining, welches mitreißt, Spaß macht und dich ins Schwitzen bringt. Kraft- und Ausdauerübungen wechseln sich im Intervall ab. Für leistungsstarke Muskeln und mehr Energie.

BAUCH PUR: Gezielte Übungen für den Bauch stärken die Rumpfmuskulatur und sorgen für eine aufrechte Haltung.

HALTUNG / ALLGEMEINE FITNESS

STABILITY: Ein Training für eine gesunde Haltung. Während du deine Tiefenmuskulatur trainierst, verbessert sich dein Gleichgewicht und deine Stabilität.

CORE FLOW / STARKER RÜCKEN: Das zentrale Konzept für eine stabile und aufrechte Haltung. Gezielte Übungen für Bauch und Rücken stärken präventiv die Rumpfmuskulatur „von innen nach außen“ und sorgen für ein ausgeglichenes Körpergefühl. Mit flüssigen Bewegungen auf dem Weg zur starken und schönen Mitte!

MOBILITY: Ein ganzheitliches Training zur Stärkung und Verbesserung der Beweglichkeit. Ein sanftes Training für alle Leistungsstufen geeignet.

KÖRPERKRAFT: Zwei Fliegen mit einer Klappe.. Ein Workout bei dem der Körper mit dem Eigengewicht Muskeln aufbaut und stärkt, sowie mit frischer Luft genährt wird.

ENTSPANNUNG / LOCKERUNG

FASZIENLOCKERUNG: Durch sanftes mobilisieren und dehnen, sowie durch den Einsatz von Faszientools werden deine Verspannungen und Verklebungen gelöst.

RECHARGE: Entspannen Sie Körper und Geist mit beruhigenden Bewegungen. Tanken Sie neue Energie durch meditative Stretchungen, Dehnungen und Atemübungen.

STRETCH & RELAX: Geben Sie Ihren Muskeln eine Aktive Pause. Mit verschiedenen Dehnungen wird dem Muskelkater vorgebeugt.

ERNÄHRUNGSBERATUNG

„Deine Nahrungsmittel seien deine Heilmittel.“

Hippokrates, griechischer Arzt



Essen bedeutet für uns Lebensqualität, vermittelt uns Lust und Freude und hat mit allen Aspekten des Genusses zu tun. Wir essen in der Regel mehrmals pro Tag von uns bevorzugte Lebensmittel und Speisen. Mit den darin enthaltenen Nährstoffen ernähren wir unseren Körper und Geist.

Doch Essen ist viel mehr als die reine Aufnahme von Nährstoffen. Ein auf Sie persönlich abgestimmter Ernährungsplan bietet die Möglichkeit, die eigenen Essgewohnheiten einmal unter die Lupe zu nehmen und sie den Bedürfnissen optimal anzupassen. Nehmen Sie die Möglichkeit wahr und lassen sich individuell beraten.

SEVERIN*S ERNÄHRUNGSBERATUNG

Unsere Ernährungsberatung richtet sich vor allem an Gäste, die eine besondere gesundheitliche Ausrichtung wünschen.

BEHANDLUNGSDAUER	25 MIN. PREIS: 58 €
BEHANDLUNGSDAUER	50 MIN. PREIS: 116 €
BEHANDLUNGSDAUER	80 MIN. PREIS: 178 €

SYLTER SWIM ACADEMY

So macht Schwimmen Spaß.



Wir sind angetrieben durch pure Leidenschaft für den Schwimmsport. Unsere Trainer: innen haben große Freude daran, Anderen das Schwimmen sicher beizubringen und Sie und Ihre Kinder zu absoluten Technikprofis zu machen.

Ob Crashkurse oder kontinuierliches Training – für jedes Alter und jeden Kenntnisstand sind Tipps und Tricks garantiert. Deshalb bieten wir Einzelschwimmunterricht für Babys, Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Triathleten an.

SEVERIN*S SPA EMPFEHLUNG:

Buchen Sie einfach und bequem online Ihren Wunschtermin.

WWW.SYLTER-SWIM-ACADEMY.DE

DAY SPA



SEVERIN'S SPA

DAY SPA für Tagesgäste



Unsere Day Spa Angebote erlauben Ihnen gegen Voranmeldung Zutritt in unsere großzügige und elegante Wellnessoase.

ALLE DAY-SPA ARRANGEMENTS ENTHALTEN FOLGENDE INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Entspannen im Severin*s Spa inkl. Pool-, Sauna- und Fitness-Bereich
- Bademantel, frische Handtücher und Slipper
- Teestation mit warmem Tee & Eistee sowie Obst

SHORT TÖRN – HALBTAGESKARTE

Wahlweise vormittags oder nachmittags

4 STUNDEN PREIS: 58 € | 10-ER KARTE PREIS: 520 €

LONG TÖRN – GANZTAGESKARTE

8 STUNDEN PREIS: 98 € | 10-ER KARTE PREIS: 850 €

SCHNUPPER TÖRN

Gerne können Sie unseren Spa in Verbindung mit einer Anwendung von mindestens 50 Minuten auch stundenweise buchen.

PRO STUNDE PREIS: 15 €

PRIVATE SPA SUITE

Gemeinsam entspannen



Exklusiver Rückzugsort – Für Ihre persönlichen Ansprüche an Privatsphäre und Service verfügt das Severin*s Spa über eine Day Spa Suite, die Sie mit Anwendungsarrangements buchen können.

- Lounge-Bereich
- Finnische- oder Bio-Sauna für 2 Personen
- Schwallbrause und Regendusche
- Smart-up TV
- Obststeller
- Auswahl an alkoholfreien Getränken

PRIVATE SPA SUITE – VERWÖHNAUSZEIT ZU ZWEIT

50-minütige Lieblingsanwendung
+ 3 Stunden Zeit in der Day Spa Suite

PREIS FÜR 2 PERSONEN: 425 €

PRIVATE SPA SUITE – VERWÖHNAUSZEIT ZU ZWEIT DELUXE

80-minütige Lieblingsanwendung
+ 3 Stunden Zeit in der Day Spa Suite

PREIS FÜR 2 PERSONEN: 580 €

ZUSATZOPTIONEN – FÜR IHRE AUSZEIT ZU ZWEIT

1 FLASCHE CHAMPAGNER	109 €
1 ETAGERE HAUSGEMACHTER PRALINEN	15 €
1 ETAGERE MIT HAUSGEMACHTEN CANAPÉS	18 €
1 ETAGERE GEBÄCKSPEZIALITÄTEN AUS DER HAUSEIGENEN PÂTISSERIE	12 €
INDIVIDUELLES BLUMEN-ARRANGEMENT, KERZENMEER-ARRANGEMENT	je 30 €



IHRE AUSZEIT FÜR ZUHAUSE

Unsere Severin*s Signature Produkte



Vergessen Sie den Alltag und tauchen Sie ein in eine exklusive Atmosphäre der Weite und Sorglosigkeit. Erleben Sie Anwendungen und Massagen auf höchstem Niveau, lassen Sie sich verwöhnen und gewinnen Sie dabei neue Energie. Nehmen Sie sich Ihre Auszeit auch mit nach Hause mit unseren Severin*s Signature Produkten. Unsere Körperöle nach den Sylter Naturkräften wecken die Erinnerungen an eine wohltuende Massage.



Unsere Schlafmasken aus Bio-Baumwolle oder Peace-Seide schenken Ihnen auch Zuhause erholsame Nächte und durch unsere Traubenkern-Nackenkissen lösen sich Verspannungen im Schulter-Nacken Bereich.

Ankommen und Durchatmen im Severin*s Spa.



Das Team des Severin*s Spa freut sich sehr, Sie auf Ihrer Spa-Reise begleiten zu dürfen.

VIELEN DANK FÜR IHR VERTRAUEN

Stand: 12/2022

SEVERIN'S RESORT & SPA GMBH
AM TIPKENHOOG 18 · 25980 KEITUM/SYLT

TEL.: +49 4651 460 66 522
E-MAIL: SPA@SEVERINS-SYLT.DE

SEVERIN'S

WWW.SEVERINS-SYLT.DE

