

Iberotel - So lässt es sich leben.

Deutschland · Italien · Türkei
Vereinigte Arabische Emirate · Ägypten

www.iberotel.de

Impressum
TUI AG · Iberotel
Karl-Wiechert-Allee 4
D-30625 Hannover

[**comfort zone**]
a complete sense of beauty

World of  TUI

Iberotel
Spa



philosophie

Herzlich Willkommen im Iberotel Spa!

„So lässt es sich leben!“ - Unser Spa macht diese Philosophie unseres Hauses hautnah für Sie erlebbar: Lassen Sie Ihren Alltag zurück und genießen Sie pures Wohlbefinden für Körper und Seele. Ob gezielte Bewegungskurse, entspannende Massagen, erholsame Badezeremonien, sanfte Peelings oder pflegende Gesicht- und Körperbehandlungen: Finden Sie gemeinsam mit unserem professionellen Spa Team heraus, was Ihnen gut tut. Bei allen Behandlungen verwenden wir abgestimmte Produktlinien von [comfort zone] - wertvolle Zutaten, von der Natur inspiriert, unterstreichen Ihre natürliche Schönheit und erfüllen bereits seit Jahrzehnten erfolgreich höchste Ansprüche. Nutzen Sie unsere langjährige Erfahrung und profitieren Sie persönlich von unserer Spa Philosophie: **schön - entspannt - aktiv**. Unsere kompetenten Mitarbeiter erwarten Sie und stehen jederzeit für Ihre Wünsche und Fragen zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



s c h ö n

Damit Sie Ihre Strahlkraft optimal entfalten können, bietet Ihnen das Iberotel Spa ein außergewöhnliches und vollständiges System von Gesichts- und Körperbehandlungen an. Bei uns können Sie sicher sein, dass wir mit unseren geprüften, sorgfältigen Anwendungsabläufen und der Verwendung hochwertigster Produkte nur das Allerbeste in Ihrer Haut erwecken. Zum Einsatz kommt dabei u.a. die zertifizierte Biolinie „Sacred Nature“ von [comfort zone], die für den respektvollen Umgang mit lebenswichtigen Ressourcen steht. Eine hochwirksame Produktserie, welche für Natürlichkeit, Reinheit und Ganzheitlichkeit steht. Probieren Sie es aus - Sie werden überzeugt sein.

s c h ö n



*schön 1 -
Face Special [comfort zone]*

Basis Gesichtsbehandlung

Wählen Sie aus drei Anwendungen die für Ihre Haut richtige aus:

Hydramemory spendet Feuchtigkeit pur für die besonders ausgetrocknete und gestresste Haut. Mit einem Wirkstoffcocktail aus wertvollen Mineralien, Hyaluronsäure, Hibiskus und Extrakten aus Honig.

Skin Resonance bietet Schutz und lindert Schwellungen bei sensibler Haut, die zu Rötungen neigt. Weißer Tee, Vitamin E, Proteine und essentielle Öle bringen Ihre Haut ins Gleichgewicht.

Active Pureness klärt und reinigt tiefenwirksam bei Hautunreinheiten. Auch für die jugendliche Haut besonders geeignet. Propolis und Tonerde wirken desinfizierend und beruhigend.

Verwöhnzeit: 45 Minuten

*schön 2 -
Recover Touch*

Vitamin Power-Gesichtsbehandlung

Intensive antioxidative, Vitamin und Nährstoff spendende Gesichtsbehandlung. Neutralisiert, re-strukturiert und nährt tiefenwirksam. Die besondere Recover Touch-Formel verleiht Ihnen eine weiche, strahlende und elastische Haut. Enthält u.a. das Öl von Beeren, Vitamine, Mineralsalze und essentielle Fettsäuren.

Verwöhnzeit: 75 Minuten

*schön 3 -
Sacred Nature*

Biologische Gesichtsbehandlung

Wirkt nährend und pflegend und schützt die Zellen-DNA mit biologischen, von der Firma Ecocert® zertifizierten Produkten. Beugt dem Alterungsprozess auf natürliche Weise vor. Ideal auch bei sehr empfindlicher und trockener Haut. Mit reinen biologischen Wirkstoffen z.B. aus Buritiöl, Shea-butter, Schmetterlingsstrauch- und Orangenextrakten.

Verwöhnzeit: 45 Minuten

*schön 4 -
Glorious Skin*

Gesichtsbehandlung mit Lifting- und Anti-Aging-Wirkung

Aktiviert den natürlichen Hautstoffwechsel und verleiht Ihrem Gesicht sofort ein entspanntes, gefestigtes und strahlendes Aussehen. Wird unterstützt durch die Vitamine C und E sowie den Wirkstoff Collaxyl.

Verwöhnzeit: 75 Minuten

*schön 5 -
Hydra Performance Men*

Gesichtsbehandlung für den Mann

Männerhaut verdient genauso viel Pflege wie die der Frauen. [comfort zone] hat mit „man space“ ein Produkt geschaffen, um diesen speziellen Pflegeanforderungen gerecht zu werden. Ihre müde und trockene Gesichtshaut wird mit viel Feuchtigkeit aus Hyaluron und Honigextrakten versorgt. Jojoba- und Primelöl verleihen ein angenehmes Hautgefühl.

Verwöhnzeit: 45 Minuten

schön 6 - Lushly Spa Manicure

Verwöhn-Behandlung für die Hände

Polynesisches Ritual mit Handwaschung, Maniküre und Massage. Schenken Sie Ihren Händen Geschmeidigkeit, Pflege und Feuchtigkeit. Die reichhaltige Handcreme mit pflegender Wirkung verhindert Hautreizungen und -risse. Enthält u.a. Karitébutter, Avocadoöl und Allantoin.

Verwöhnzeit: 45 Minuten

Wir empfehlen die *Lushly Spa Manicure de luxe* erweitert um Peeling, Packung und Lack

Verwöhnzeit: 75 Minuten

schön 7 - Lushly Spa Pedicure

Verwöhn-Behandlung für die Füße

Polynesisches Ritual mit Fußwaschung, Pediküre und Massage. Schenken Sie Ihren müden und strapazierten Füßen Geschmeidigkeit, Pflege und Feuchtigkeit. Die reichhaltige Fußcreme verleiht neue Energie. Enthält u. a. Wacholderextrakt, Sheabutter, Avocado- und Jojobaöl sowie Ginko.

Verwöhnzeit: 45 Minuten

Wir empfehlen die *Lushly Spa Pedicure de luxe* erweitert um Peeling, Packung und Lack

Verwöhnzeit: 75 Minuten



schön 8 - Body Peeling

Erneuerungs-Ritual für den Körper

Regenerierendes Körperpeeling mit einem Peeling-Gel aus Fruchtexttrakten und Jojobaperlen. Entfernt überschüssige Hautschüppchen und hinterlässt ein reines, weiches und geschmeidiges Gefühl auf Ihrer Haut. Enthält u. a. Pampelmusen-, Papaya-, Pfirsich- und Aprikosenextrakte.

Verwöhnzeit: 25 Minuten

schön 9 - Body Pack

Wärmende oder kühlende Körperpackung

Wählen Sie aus drei Anwendungen die für Ihre Haut richtige aus:

Monticelli Spa Mud entgiftet und entwässert Ihr Gewebe durch eine cremig weiche Schlamm-packung. Das salz- und jodhaltige Thermalwasser mit ätherischen Ölen verleiht Ihrer Haut ein geschmeidiges Aussehen.

Detoxifying Mud löst Verspannungen und regt Ihren Stoffwechsel und Ihre Fettverbrennung an. Stark revitalisierende Wirkung durch essentielles Zimtöl, Eukalyptus und Meerschlam.

D-age wirkt den Zeichen der Hautalterung entgegen durch eine reichhaltige und fein duftende Anti-Aging-Creme, die Ihrer Haut Nährstoffe zuführt und die Hautelastizität verbessert. Enthält u. a. Wallnussextrakt.

Verwöhnzeit: 45 Minuten



e n t s p a n n t

Für Iberotel Spa hat [comfort zone] ein individuelles Entspannungsmenü für Ihren Körper kreiert, das Ihre anspruchsvollen Wünsche erfüllt. Fernöstliche Weisheiten werden dabei mit mit hochentwickelten Wirkstoffkomplexen kombiniert und exklusive Massagetechniken garantieren Ihnen pure Wohltat. Dank Musik, besonderer Düfte und vieler Details, welche die Behandlungen begleiten, werden diese zu einem unvergesslichen Erlebnis. Bereits mit dem exklusiven Willkommensritual [tranquillity welcome] fühlen Sie sich gleich angekommen in der Wohlfühlwelt des Iberotel Spa, noch bevor die eigentliche Behandlung beginnt. Wie dürfen wir Sie verwöhnen?

e n t s p a n n t

entspannt 1 - Sacred Nature

Teil- oder Ganzkörpermassage

Massage mit Pflanzenölen für Entspannung und Wohlbefinden. Die essentiellen Wirkstoffe der von der Firma Ecocert® zertifizierten Produkte aus biologischem Anbau pflegen und nähren auf angenehme Weise. Ideal auch bei sehr empfindlicher und trockener Haut oder Kinderhaut. Enthält u.a. Buriti- und Jojobaöl.

Verwöhnzeit: 25 oder 45 Minuten

entspannt 2 - Tranquillity Aromatic Spa Ritual

Aroma-Massage für den Körper

Löst Stress und Verspannungen und verleiht Ihrer Haut ein samtiges Wohlfühl durch ein Massage-Ritual mit edlen ätherischen Ölen. Enthält u.a. Amaranthöl, Anti-Aging-Lifting-Komplex, Vanille und Rose.

Verwöhnzeit: 45 Minuten

Wir empfehlen das Tranquillity Aromatic Spa Ritual de luxe erweitert um eine Gesichtereinigung und -maske

Verwöhnzeit: 75 Minuten

entspannt 3 - Hot Stone Massage

Massage mit heißen Steinen

Eine besonders entspannende, entgiftende und entschlackende Körperbehandlung. Die Massage mit heißen Steinen vulkanischer Herkunft ist sehr wirkungsvoll und verleiht der Muskulatur Elastizität und tiefes Wohlbefinden. Ätherische Öle aus Zitrone, Bitterorange und Grapefruit wirken durch ein erfrischendes und entwässerndes Massageöl auf der Haut.

Verwöhnzeit: 75 Minuten

entspannt 4 - Fußreflex Massage

Energiefluss für die Füße

Stimulierung von Nervenwegen, inneren Organen und Muskelentspannung. Gezielte Punkte Ihrer Füße werden durch Fingerdruck massiert, regen den Energiefluss Ihres Körpers an und verbessern Ihr Wohlfühl.

Verwöhnzeit: 45 Minuten

entspannt 5 - Surf & Turf

Massage für den Sportler

Tiefgehende Körpermassage für beanspruchte Muskeln. Erleben Sie Entspannung und wiederkehrendes Wohlbefinden durch eine intensiv gelockerte Muskulatur.

Verwöhnzeit: 45 Minuten

entspannt 6 - Entspannungsbad zu zweit

Wärme für den Körper

Wohlführendes Entspannungsbad und sanft anregende Massage durch Wasserdruck. Eine Wohltat für Körper und Seele, die Sie zum Träumen einlädt. Entspannen Sie in einem wärmenden und duftenden Bad Ihre Muskeln. Ihre Haut wird verwöhnt und Sie lassen den Alltag hinter sich.

Verwöhnzeit: 45 Minuten



a k t i v

Fitness heißt das Medikament des 21. Jahrhunderts. In Zeiten von „Volkskrankheiten“ wie Rückenschmerzen, Herz-Kreislaufkrankungen oder Diabetes sind Bewegung und körperliche Aktivität unverzichtbar für das eigene Wohlbefinden. Fördern Sie Ihre Beweglichkeit mit dem richtigen Training. Das Iberotel Spa ermöglicht Ihnen ein Fitnessprogramm, das sich optimal mit Ihrem Ferienkalender vereinbaren lässt. Suchen Sie sich Ihre persönlichen Lieblingskurse aus - sanft oder Schweiß treibend, entspannend oder Energie geladen, klassisch oder modern. Unsere Trainer sind erstklassig ausgebildet und betreuen Sie immer professionell. Wir bringen Sie in Form!

a k t i v

aktiv 1 - Aqua Fitness

Gelenkschonendes und effektives Kraft- und Ausdauertraining begleitet von Musik, im Flachwasser in Brusthöhe oder im Tiefwasser. Durch verschiedene Übungen mit und ohne Gerät wie Schwimmnudel oder Schaumstoff-Hanteln trainieren Sie Arme, Beine, Po und Rumpf gleichwertig. Durch die Gymnastik im Wasser wird Ihre Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer gesteigert. Wasserauftrieb und -widerstand fördern die Gelenkentlastung und Entspannung.

Fitnesszeit: 30 bis 60 Minuten

aktiv 2 - Personal Training

1:1-Training, individuell und fachkompetent abgestimmt auf Ihren aktuellen Trainingsstand und Ihre persönlichen Ziele. Nutzen Sie diese intensive Form des motivierenden Fitnesstrainings, wenn Sie nur wenig Zeit aufbringen können und lieber alleine als in der Gruppe trainieren. Gezielte Übungen steigern Ihre Leistung beim Sport und beugen Verletzungen vor. Erhöhen Sie Ihre Lebensqualität durch Körperbewusstsein, Entspannung und Fitness.

Fitnesszeit: 60 Minuten

aktiv 3 - Body Fitness

Entdecken Sie das Training an Geräten in unseren Fitness- und Cardioräumen zur Förderung Ihrer Kraft und Ihres körperlichen Wohlbefindens. Das Gruppentraining bei rhythmischer Aerobic mit Kickbox-Elementen und Fatburner/Step optimiert Ihre Ausdauer. Zur Straffung und Kräftigung der Bauch-, Bein-, und Gesäßmuskulatur wählen Sie den Klassiker Bauch, Beine, Po oder ein körperformendes Bodyworkout.

Fitnesszeit: 30 bis 60 Minuten

aktiv 4 - Rücken Fitness

Gezielte Funktionsübungen zur Stärkung und Stabilisierung der gesamten Rumpfmuskulatur mit Schwerpunkt Rücken und Bauch. Stärken Sie sich für Ihren Alltag und verbessern Sie Ihre aufrechte Körperhaltung sowie Flexibilität der Wirbelsäule. Das Training findet stehend und auf der Matte, mit oder ohne Hilfsmittel, wie z.B. Theraband, Ball oder entsprechenden Handgewichten statt.

Trainingszeit: 30 bis 60 Minuten

aktiv 5 - Pilates

Eine sanfte, aber wirkungsvolle Trainingsmethode für Körper und Geist. Ein systematisches Körpertraining auf der Matte, welches die drei Grundprinzipien Präzision, Kontrolle und Atmung verfolgt. Einzelne Muskeln oder Muskelpartien werden gezielt aktiviert, entspannt oder gedehnt. Der Schwerpunkt liegt auf der Torso/Rumpf-Stabilisierung sowie der Kräftigung der Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur.

Trainingszeit: 30 bis 60 Minuten



aktiv 6 - Qi Gong

Chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform und Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Qi Gong umfasst mit ganzheitlichem Ansatz gymnastische Elemente ebenso wie meditative Übungen. Die verschiedenen Atem-, Körper- und Meditationsübungen beleben und harmonisieren Ihre Lebensenergie (Qi). Aktivieren Sie Ihren Körper und Geist, stärken Ihre Lebensenergie und machen Sie sich körperlich, geistig und seelisch flexibler.

Trainingszeit: 30 bis 60 Minuten

aktiv 7 - Yoga

Indische philosophische Lehre, die eine Reihe geistiger und körperlicher Übungen umfasst. Ein ganzheitliches Training, welches fernöstliche Entspannung, Kräftigungs- und Beweglichkeitsübungen verbindet. Erleben Sie die Grundelemente des Yoga - fließende Körperübungen (Asanas), die im Einklang mit der Atmung (Pranayama) erfolgen.

Trainingszeit: 30 bis 60 Minuten

aktiv 8 - Entspannungstraining

Progressiver Muskelrelaxation (PMR) zur Anspannung und nachfolgende Entspannung einzelner Körperteile. Lassen Sie los bei einer meditativen Traumreise in Ihrer Lieblings-Liegeposition und erreichen Sie einen Zustand tiefer körperlicher und seelischer Entspannung. Erleben Sie eine ruhig gesprochene Reise durch grüne Wiesen, Küstenlandschaften oder Strände mit leiser Hintergrundmusik.

Trainingszeit: 30 bis 60 Minuten

aktiv 9 - Nordic Walking Methodik & Tour

Die schonende Alternative zum Joggen. Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, bei der das Gehen durch den Einsatz von zwei Stöcken im Rhythmus der Schritte unterstützt wird. Ihre Oberkörpermuskulatur wird durch den gezielten Stockeinsatz zusätzlich trainiert. Genießen Sie die frische Luft und erlernen Sie mit ausgebildeten Trainern die Nordic Walking-Methodik.

Trainingszeit: 30 bis 60 Minuten

aktiv 10 - Fahrradverleih

Die Umgebung auf zwei Rädern entdecken. Allein, mit dem Partner oder in der Gruppe bewegen Sie sich aktiv an der frischen Luft und bekommen neue Eindrücke Ihrer Umgebung. Informieren Sie sich gerne individuell vor Ort.

Ausflugszeit: nach Ihren Wünschen

aktiv 11 - Segeln, Golfen & Co

Die Umgebung jedes Iberotels ist wie geschaffen für sportliche Aktivitäten an Land oder auf dem Wasser. Gerne vermitteln wir Ihnen je nach Standort über unsere ausgewählten Partner Kurse oder Leihgeräte für z.B. Segeln, Kanu, Surfen, Golfen, Reiten, Tennis, Beachvolleyball u.v.m.

Ausflugszeit: nach Ihren Wünschen

[**comfort zone**]
a complete sense of beauty



lifting effect

glorious skin instant tensor

Lifting-Maske mit - Sofortwirkung
Mindert Ausdrucksfalten und sorgt sofort für entspannte Gesichtszüge. Schenkt eine frische strahlende Haut.

Enthält: Collaxyl, Weizenproteine, Hyaluronsäure

lifting effect

glorious skin system

glorious skin instant tensor - Sofortiger Liftingeffekt
Serum gegen die Zeichen der Hautalterung. Entspannt, polstert Falten auf und hemmt die Entstehung neuer Falten und sorgt für einen sofortigen Lifting-Effekt.

Enthält: Collaxyl, Weizenproteine, Hyaluronsäure

lifting effect

glorious skin instant tensor

sichtbarer Lifting Effekt für Brust und Dekolleté
Wirkt ernährend und hydratisierend für die empfindlichen Haut die Brüste und das Dekolleté.

Enthält: Collaxyl, illipe Butter

lifting effect

glorious skin instant tensor

Lifting-Maske mit - Sofortwirkung
Mindert Ausdrucksfalten und sorgt sofort für entspannte Gesichtszüge. Schenkt eine frische strahlende Haut.

Enthält: Collaxyl, Weizenproteine, Hyaluronsäure

lifting effect

glorious skin system

glorious skin instant tensor - Sofortiger Liftingeffekt
Serum gegen die Zeichen der Hautalterung. Entspannt, polstert Falten auf und hemmt die Entstehung neuer Falten und sorgt für einen sofortigen Lifting-Effekt.

Enthält: Collaxyl, Weizenproteine, Hyaluronsäure

lifting effect

glorious skin instant tensor

sichtbarer Lifting Effekt für Brust und Dekolleté
Wirkt ernährend und hydratisierend für die empfindlichen Haut die Brüste und das Dekolleté.

Enthält: Collaxyl, illipe Butter

[**comfort zone**]
a complete sense of beauty





spa etikette

Terminvereinbarung

Unsere Wellnessexperten planen Ihr ganz persönliches, auf Ihre Bedürfnisse abgestimmtes Programm. Wir empfehlen, bereits vor Reiseantritt Terminvereinbarungen vorzunehmen, da an Wochenenden oder Feiertagen Behandlungen schnell ausgebucht sein können. Reservierte Termine können bis 24 Stunden vor der Behandlung kostenfrei abgesagt werden. Bei einer späteren Absage wird der Termin zu 100% verrechnet. Sollten Sie sich zu Ihrem Termin verspäten, verkürzt sich die Behandlungszeit.

Teilnahme am Aktiv-Programm

Die Nutzung der Fitness- bzw. Cardioräume ist für unsere Gäste kostenfrei; bitte tragen Sie während des Trainings geeignete Fitnessbekleidung und Sportschuhe. Um den Spaßfaktor maximal umzusetzen, starten unsere Fitness-Kurse ab 3 Teilnehmern. Bitte melden Sie sich zu diesen im Vorfeld an und beachten Sie, dass Kursdauer und -tage je Hotel abweichen können. In allen Häusern erleben Sie zusätzliche saisonale und regionale Specials. Bitte entnehmen Sie diese sowie evtl. Kurs-Gebühren dem Beileger, oder den Aushängen im Hotel und an der Spa-Rezeption.



spa etikette

Vor und während Ihrer Anwendung

Wir empfehlen Ihnen, im Iberotel Spa Bademantel und Badeschuhe zu tragen. Gerne kommen Sie einige Minuten vor Ihrem Behandlungstermin zu unserer Spa-Rezeption und genießen eine Tasse Tee oder ein Glas Wasser. Unsere Spa-Mitarbeiter fragen Sie, was Ihnen im Rahmen der Behandlung besonders wichtig ist. Bitte teilen Sie uns vor der Anwendung mit, wenn gesundheitliche Bedenken oder eine Schwangerschaft bestehen. Machen Sie Ihren Therapeuten auf alle Unannehmlichkeiten (z.B. zu kalt, zu fest), auch während der Behandlung aufmerksam. Wir empfehlen Ihnen, sich unmittelbar vor einem Körperpeeling nicht zu rasieren, um Irritationen zu vermeiden. Herren sollten sich am Tage einer Gesichtspflege rasieren, um die besten Resultate zu erzielen. Nach einer Behandlung mit ätherischen Ölen sollten Sie ein Sonnenbad vermeiden.

Im Iberotel Spa

Wir bitten Sie keine Mobiltelefone oder Notebooks mitzuführen. Um Verletzungen zu vermeiden verzichten Sie bitte auf Glas- und Porzellanartikel. Das Rauchen in den Innenräumen ist nicht gestattet. Kinder bis 16 Jahre halten sich aus Sicherheitsgründen im Fitness-, Sauna- und Schwimmbereich mit einem Erwachsenen auf. Für Wertgegenstände wird keine Haftung übernommen.



preisliste

