



... fallen lassen  
und genießen.

## TCM – Chinesische Behandlungen

### Wen Liu

Bürstenmassage entlang  
der Körpermeridiane  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 10 Min. Ruhezeit **40,- EUR**

### Tao Pi – Chinesische Kosmetik

Entspannende Kosmetik,  
um die Meridiane anzuregen  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 20 Min. Ruhezeit **80,- EUR**

**NICHT BEI THROMBOSEGEFAHR  
UND SCHWANGERSCHAFT.**

### Tui Na

Rückenmassage mit sanften  
Streichungen  
20 Min. Behandlungsdauer  
ohne Ruhezeit **35,- EUR**

### Tui Na An Mo

Entspannende chinesische Ganzkörper-  
massage mit sanften Streichungen  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Ruhezeit **85,- EUR**

### Chin. Fuß- & Beinmassage

Eine Wohltat für die Füße  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 10 Min. Ruhezeit **45,- EUR**



Fußmassage

## Thailändische Behandlungen

### Herbal Stamp Massage

Ganzkörpermassage mit  
Thai-Kräuter-Stempeln  
45 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Ruhezeit **85,- EUR**

### Aromaölmassage

Sie dürfen das Aroma wählen  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Ruhezeit **85,- EUR**

### Thailändische Fuß- & Beinmassage

Eine Wohltat für Ihre Füße und Beine  
35 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 10 Minuten Ruhezeit **45,- EUR**

### Thailändische Ganzkörpermassage

Nuad traditionelle Massage  
60 Minuten Behandlungsdauer  
Inkl. 10 Minuten Ruhezeit **95,- EUR**

### Cocos Scrub

Ganzkörperpeeling aus  
Kokosflocken und Kokosöl  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Ruhezeit **40,- EUR**

### Pina Colada Tropical Bath

Aus Ananas- und Orangensaft  
und Kokosmilch  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 20 Min. Baden  
und ca. 20 Min. Packung **45,- EUR**

### Pina Colada Tropical Bath Total

inkl. Cocos Scrub  
Karibikfeeling  
60 Min. Behandlungsdauer **75,- EUR**

### Thanaka Phlai Scrub

Körperpeeling für streichelzarte Haut  
45 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 15 Min. Ruhezeit **60,- EUR**

### Tamarinde Honig Scrub

Körperpeeling aus Datteln und Honig in  
Kombination mit Milch und Reismehl  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 10 Min. Ruhezeit **50,- EUR**

### Thai Kräuter-Schönheitsbad

Wohltuend und entspannend  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 20 Min. Baden  
und ca. 20 Min. Packung **45,- EUR**



Kartoffel-Packung

## Kartoffel-Anwendungen

### Kartoffel-Gesichtsmaske

Feuchtigkeitsspendende Maske  
aus frischen Kartoffeln  
35 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Einwirkzeit **45,- EUR**

### Kartoffel-Handpackung

Feuchtigkeit für raue Hände  
20 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 12 Min. Einwirkzeit **35,- EUR**

### Kartoffel-Nierenwickel

Reinigend und entgiftend  
für Leber und Nieren  
20 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 12 Min. Einwirkzeit **40,- EUR**

### Kartoffelbad und Packung

Wohltuend und entspannend,  
feuchtigkeitsspendend und reinigend  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 20 Min. Baden  
und 20 Min. Packung **45,- EUR**

### Im Kartoffel-Hotel:

#### Kartoffel-Ganzkörperpackung

Feuchtigkeitsspendend und reinigend  
90 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 65 Min. Einwirkzeit **85,- EUR**

#### Kartoffel-Crememaske

Eine Wohltat für trockene Gesichtshaut  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Einwirkzeit **45,- EUR**

#### Kartoffel-Halspackung

Feuchtigkeit für die  
trockenen Halspartien  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Einwirkzeit **35,- EUR**

#### Kartoffel-Rückenpackung

Fangoähnliche Wirkung, wohltuende  
Wärme aus frischen Kartoffeln  
20 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Einwirkzeit **35,- EUR**



Kartoffel-Gesichtsmaske

## Info & Reservierung

Tel 05841 1360  
office@heidefarmen.de

Die angegebenen Behandlungszeiten  
beinhalten das An- und Auskleiden  
sowie mögliche Ruhezeiten.

Bitte schicken Sie uns Ihre Wellness- &  
Beauty-Zubuchungen spätestens zwei  
Wochen vor Anreise per E-Mail. Wir be-  
mühen uns grundsätzlich alle im Voraus  
gebuchten Anwendungen zu realisieren,  
können es aber nicht garantieren.

Insbesondere gilt dies für die Nicht-  
Durchführbarkeit, weil wir ausgebucht  
sind, aufgrund von Krankheitsausfällen  
bei unseren Mitarbeitern, persönlicher  
Verfassung des Gastes oder schlechter  
Kombinierbarkeit der Anwendungen.

Die Möglichkeiten für Zubuchungen sind  
in der Woche deutlich einfacher umzu-  
setzen als am Wochenende. Nicht in An-  
spruch genommene Leistungen entfallen  
ersatzlos.

Um unserem Wellness-Team ein freies  
Wochenende im Monat zu gönnen, ist  
immer das letzte Wochenende im Monat  
Wellness „frei“. Natürlich ist auch an  
diesem Wochenende die Sauna für Sie  
den ganzen Tag geöffnet.

 *meine Heidefarmen*  
Natur-Wellness-Hotels in der Lüneburger Heide

## Beauty- und Wellnessanwendungen

### 1. Deutsches Kartoffel-Hotel



[www.kartoffel-hotel.de](http://www.kartoffel-hotel.de)



### Wellnessdorf Sagasfeld



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



*Wellnessurlaub  
inmitten  
schönster Natur.*

[www.heidefarmen.de/beauty-wellness](http://www.heidefarmen.de/beauty-wellness)







# Lass Dich verwöhnen!

*Deine Entspannung für Körper und Geist.*



Massage in der freien Natur gegen Aufpreis möglich

## Kosmetische Behandlungen

### Kosmetikgrundbehandlung

Für eine schöne gepflegte Haut voller Vitalität und Ausstrahlung  
60 Min. Behandlungsdauer  
Ruhezeit ca. 20 Min. **80,- EUR**

### Anti-Age-Behandlung

Kosmetikgrundbehandlung mit Hautspezifischen Ampullen und einer Rückenpackung  
90 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. Ruhezeit ca. 20 Min. **120,- EUR**

### Mini Lifting

Effekt Maske mit Meeresalgen für einen strahlenden Teint  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 10 Minuten Ruhezeit **50,- EUR**

### Vliesmaske

Feuchtigkeitsbooster für die Haut  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 20 Min. Ruhezeit je **40,- EUR**

### Kopfmassage

Entspannung für die Kopfhaut  
10 Min. ohne Ruhezeit **15,- EUR**

### Augen- und Halspackung

Für trockene Augen- und Halspartien  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. Ruhezeit ca. 15 Min. je **25,- EUR**

### Wimpern färben

20 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. Einwirkzeit 10 Min. **15,- EUR**

### Augenbrauen färben

15 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. Einwirkzeit 5-10 Min. **10,- EUR**

### Wimpern und Augenbrauen färben

30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. Einwirkzeit 10 Min. **25,- EUR**

### Handpackung

Die extra Pflege für Ihre Hände inklusive Peeling und Massage  
20 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 10 Minuten Ruhezeit **30,- EUR**

### Maniküre

30 Min. Behandlungsdauer **40,- EUR**

### Maniküre mit Lack zum Mitnehmen

45 Min. Behandlungsdauer **50,- EUR**



*Handpackung*

### Pediküre

40 Min. Behandlungsdauer **50,- EUR**

### Pediküre mit Lack zum Mitnehmen

55 Min. Behandlungsdauer **60,- EUR**

### Entstauende Beinbehandlung

Gegen müde und schwere Beine  
20 Min. Behandlungsdauer **30,- EUR**

### Cellulitebehandlung

Für glatte Haut – Bauch, Beine und Po  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 20 Min. Ruhezeit **75,- EUR**

### Spezial-Cellulitebehandlung

Cellulitebehandlung + Algen-schlamm-packung + Körperpeeling  
90 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 40 Min. Ruhezeit **120,- EUR**

**Buchen Sie Ihre Wellnessbuchungen spätestens zwei Wochen vor Anreise.**



### Milch-Honig-Bad und Packung

Entspannung pur mit Heidewellness  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 20 Min. Baden,  
20 Min. Ruhezeit in Packung **45,- EUR**

### Ganzkörperpeeling und -packung

Abgestorbene Hautschüppchen werden entfernt, die Haut wird streichelzart  
20 Min. Behandlungsdauer  
anschließend 20 Min. Ruhezeit **35,- EUR**

### Aromatherapie

Der Körper wird intensiv von Schlacken befreit  
45 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 30 Min. Einwirkzeit **45,- EUR**

### Rückenbehandlung

Reinigung für den Rücken  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 10 Min. Ruhezeit **35,- EUR**

### Erdbeeryoghurt-Schaumbad

Entspannung in Erdbeerduft  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 20 Min. Baden  
und ca. 20 Min. Packung **45,- EUR**

### Erdbeer-Total

Kombination aus Erdbeerpeeling und Erdbeeryoghurt-Schaumbad  
60 Min. Behandlungsdauer **65,- EUR**

## Massagen

### Rückenmassage – Löst Verspannungen

20 Min. Behandlungsdauer **35,- EUR**

### Ganzkörpermassage

Löst Verspannungen im Körper  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Ruhezeit **80,- EUR**

### Honig-Ingwer-Ganzkörpermassage

Entspannende Massage mit Honig- Ingwer- Öl  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 15 Min. Ruhezeit **85,- EUR**

### Heidekräuter-Rückenmassage

Mit warmem Kräuterstempel  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 10 Min. Ruhezeit **40,- EUR**

### Heidekräuter-Ganzkörpermassage

Massage mit warmem Kräuterstempel  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Ruhezeit **85,- EUR**

### Hot-Stone-Teilkörpermassage

Rückenmassage mit heißen Steinen  
45 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Ruhezeit **70,- EUR**

### Hot-Stone-Ganzkörpermassage

Massage mit heißen Steinen  
90 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 30 Min. Ruhezeit **130,- EUR**



*Migränebehandlung*

### Energiemassage

Neue Energie tanken  
90 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 30 Min. Ruhezeit **130,- EUR**

### Bienenwachs-packung

Wohltuende Wärme, wirkt entspannend  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 20 Min. Einwirkzeit **30,- EUR**

### Migränebehandlung

Kann bei Spannungskopfschmerzen helfen  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 20 Min. Ruhezeit **70,- EUR**

### Heißluft

Wohltuende Wärme vor der Massage  
15 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 10 Min. Einwirkzeit **15,- EUR**

### Fußreflexzonenmassage

Anregung der Reflexzonen im ganzen Körper  
30 Min. Behandlungsdauer  
ohne Ruhezeit **45,- EUR**

## Ayurvedische Behandlungen

### Mukabhyanga

Sehr entspannend, Massage mit warmem Öl für Kopf, Gesicht, Dekollete und Brust, mit anschließender Sandelholzmaske  
90 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 20 Min. Ruhezeit **120,- EUR**

### Ayurvedische Kosmetik

Entspannende Kosmetik ohne ausreinigen und zupfen, mit Sandelholzmaske  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 20 Min. Ruhezeit **80,- EUR**

### Einzelabhyanga

Sanfte Massage mit warmem Öl  
90 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 30 Min. Ruhezeit **130,- EUR**

### Shiroabhyanga Kopfmassage

Gut bei Kopfschmerzen, mit warmem Öl  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Ruhezeit **35,- EUR**

### Marmapunkt Gesichtsmassage

Gut bei Problemen der Nebenhöhlen, mit warmem Öl,  
30 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Ruhezeit **35,- EUR**

### Shirodhara

Tiefenentspannend, warmes Öl fließt über das dritte Auge und die Stirn  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 30 Min. Ruhezeit **120,- EUR**



*Shirodhara*

### Synchronmassage

Zwei Personen massieren gleichzeitig mit warmem Öl  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 30 Min. Ruhezeit **130,- EUR**

### Pizzi Chili

Kombination aus Synchronmassage und Shirodhara, während der Massage fließt die ganze Zeit Öl über die Chakren  
90 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 30 Min. Ruhezeit **250,- EUR**

### Padabhyanga

Eine Wohltat für die Beine und Füße  
45 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Ruhezeit **60,- EUR**

### Haatabhyanga

Eine Wohltat für die Arme und Hände  
45 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. 15 Min. Ruhezeit **60,- EUR**

### Rosenblütenbad und Packung

Entspannung in duftenden Rosenblüten  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 20 Min. Baden und ca. 20 Min. Packung **45,- EUR**

### 3-Stufenbad und Packung

Anregendes und reinigendes Bad mit Totem Meersalz  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 25 Min. Baden mit voran gegangener Bürstenmassage und ca. 20 Min. Packung **50,- EUR**

### Doshabad

Ölbad mit Doshatypgerechten Aromölen und anschließender Packung  
60 Min. Behandlungsdauer  
Inkl. ca. 20 Min. Baden und ca. 20 Min. Packung **45,- EUR**

