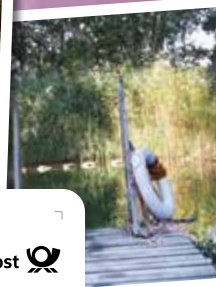


meine Heidefarmen

Wellnessdorf Sagasfeld & 1. Deutsches Kartoffel-Hotel
Meine Heidefarmen | OT Lübeln 1 | 29482 Küsten



*Wohlfühlen
auf dem Lande*



P



Premiumadress
Basis
Dialogpost

Deutsche Post
DIALOGPOST





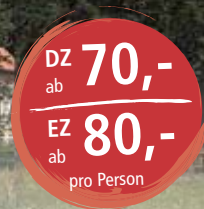
Rundlingsdorf Sagasfeld *Für Ihre Gesundheit*

Wellnessdorf mit ganzheitlicher
Wellness Philosophie und liebevoller
Betreuung in legerer Atmosphäre.

- Ayurveda-Zentrum mit Kur-Angeboten
- Naturheilpraxis für Naturheilverfahren
- Yoga Zentrum für Yoga Retreats
- Ausschließlich vegane
und vegetarische Küche

- Wellness aus aller Welt
- Schwimmteich & Panoramasauna
- Kunstschule für Kreativurlaub
- Yoga kostenlos*

Sagasfeld 1 | 29473 Göhrde | www.sagasfeld.de | office@sagasfeld.de
Heidefarmen buchen & beraten: 05841 1360



Unsere Bäder auf den Heidefarmen



*nach Verfügbarkeit unserer Yogalehrer



1. Deutsches Kartoffel-Hotel

Schöne Welt auf dem Lande

Im Kartoffel-Hotel dreht sich alles um die tolle Knolle. Im Restaurant werden leckere Kartoffelrezepte serviert und im Wellness-Bereich gibt es sogar Kartoffelwellness.

- Restaurant, Biergarten und Eventscheune
- Landküche und Kartoffelspezialitäten
- Wellnesshotel mit besonderen Anwendungen aus der Heide
- Sauna 24 h nutzbar

- tolle Gruppenangebote
- Hochzeitsdorf & Rundlingsdorf
- Rad- und Wanderwege in direkter Nachbarschaft
- Yoga kostenlos*

OT Lübeln 1 | 29482 Küsten | www.kartoffel-hotel.de | office@kartoffel-hotel.de
Heidefarmen buchen & beraten: 05841 1360

*nach Verfügbarkeit unserer Yogalehrer



Kurzurlaub in der Heide

Verwöhntage

2 x Übernachtung im Doppelzimmer
2 x Großes Frühstücksbuffet
2 x Abendessen

- Tee & Mineralwasser
auch zu den Mahlzeiten
- Freie Benutzung der Sauna

Anreise
nach Wunsch

ab **160,-***
pro Person

* Wochenende/Feiertag
+ 20,- EUR/Tag pro Person

Heidefarmen Sparwoche

5 x Übernachtung im Doppelzimmer
5 x Großes Frühstücksbuffet
5 x Abendessen

- Tee & Mineralwasser
auch zu den Mahlzeiten
- Freie Benutzung der Sauna

*Natururlaub
zum Sparpreis*

Anreise: Sonntag

400,-
pro Person

7 Nächte

600,-
pro Person



Zeit zum Träumen

Wellness Kurzprogramm

2 x Übernachtung im Doppelzimmer
2 x Großes Frühstücksbuffet
2 x Abendessen
+ Wellness-Paket Ihrer Wahl

mit
Ayurveda-Paket
1 x Abhyanga Ganzkörper
Ölmassage

oder
Beauty-Paket
1 x Kosmetikgrundbehandlung
1 x Rückenmassage

oder
TCM-Paket
1 x Ganzkörpermassage Tui Na An Mo
1 x Chinesische Fuß- & Beinmassage

Am Wochenende
Anreise: Freitag

320,-
pro Person

In der Woche
günstiger

280,-
pro Person



Maximale Entspannung

Maxi Wellness Tage

3 x Übernachtung im Doppelzimmer
3 x Großes Frühstücksbuffet
3 x Abendessen
+ Wellness-Paket Ihrer Wahl

mit

Ayurveda-Paket
Wellness-Anwendungen vom
Ayurveda-Wochenende (S.6)
+ 1 x Padabhyanga Fußmassage

oder

Beauty-Paket
Wellness-Anwendungen vom
Beauty-Wochenende (S.6)
+ 1 x Fußmassage

oder

TCM-Paket
Wellness-Anwendungen vom
TCM-Wochenende (S.6)
+ 1 x Wen Liu Meridian-Bürstenmassage

Maxi Wochenende
Anreise: Donnerstag

435,-
pro Person

In der Woche
günstiger

395,-
pro Person

Wellnessurlaub mit dem Besten aus der Heide

Heide Beauty Woche

5 x Übernachtung im Doppelzimmer

5 x Großes Frühstücksbuffet

5 x Abendessen

1 x Heidekräuterstempel Ganzkörpermassage

1 x Kosmetikgrundbehandlung

1 x Milch-Honig-Bad

1 x Heidebalsam Ganzkörperpackung

Anreise: Sonntag

600,-
pro Person

50,- €
Winterrabatt

Von November bis
Ostern nochmal
zusätzlich
Geld sparen

Massage Wohlfühlwoche

5 x Übernachtung im Doppelzimmer

5 x Großes Frühstücksbuffet

5 x Abendessen

1 x Chinesische Fuß- & Beinmassage

1 x Hot-Stone Teilkörpermassage

1 x Ganzkörpermassage mit Balsam aus der Heide

Anreise: Sonntag

600,-

pro Person

50,- €
Winterrabatt

Von November bis
Ostern nochmal
zusätzlich
Geld sparen

*Massagen
aus aller Welt*

Schön mit Ayurveda

Ayurveda Spezial

5 x Übernachtung im Doppelzimmer
5 x Großes Frühstücksbuffet
5 x Abendessen

1 x Shiroabhyanga Kopfmassage
1 x Marmapunkt Gesichtsmassage
1 x Abhyanga Ganzkörperölmassage

Anreise: Sonntag

600,-
pro Person

50,- €
Winterrabatt

Von November bis
Ostern nochmal
zusätzlich
Geld sparen

Panchakarma Ayurveda Kur light

5 Tage

5 x Übernachtung im Doppelzimmer
5 x Vollpension (individuelle Ayurveda-Kost)
3 x Abhyanga – Ganzkörper Ölmassagen
3 x Svedana Schwitzkasten
5 x Yoga am Morgen*

- Telefonisches Vorgespräch und Zusendung von Informationen zur Kurvorbereitung
- Puls-, Zungen- & Augendiagnose inkl. Dosha-Bestimmung
- 5 Tage individuelle Kurbetreuung
- Abschlussuntersuchung und Beratung

Anreise am
Sonntag
1.100,-
pro Person
Nur in Sagasfeld buchbar!

Anti Burnout Kur

- Schriftliche Therapie- und Ernährungspläne vor, während und nach der Kur
- Täglich Öl zum Ölziehen
- Auch als Rasayana – Regenerations- und Aufbaukur ohne Abführbehandlung buchbar

*nach Verfügbarkeit unserer Yogalehrer

Gesund und fit mit Ayurveda

Ayurveda Panchakarma Kur

12 Tage

12 x Übernachtung im Doppelzimmer
12 x Vollpension (individuelle Ayurveda-Kost)
12 x Yoga am Morgen*

1 x Konstitutionsbestimmung
1 x Nasya Kopfbehandlung
3 x Abhyanga Ganzkörper
Ölmassagen
3 x Svedana Schwitzkasten
2 x Shirodhara Stirnguss
2 x Shiroabhyanga Kopfmassage

1 x Verjüngungsmassage
3 x Matra-Basti Öl-Einlauf oder
2 x Netra-Basti Augenbad
1 x Shodana-Basti reinigender
Einlauf oder Kathi-Basti
1 x Padabhyanga Fußmassage

Anreise
nach Wunsch

2.750,-

pro Person

Nur in Sagasfeld buchbar!

Ayurveda Panchakarma Kur

21 Tage

21 x Übernachtung im Doppelzimmer
21 x Vollpension (individuelle Ayurveda-Kost)
21 x Yoga am Morgen*

1 x Konstitutionsbestimmung
1 x Nasya Kopfbehandlung
4 x Abhyanga Ganzkörper
Ölmassagen
3 x Svedana Schitzkasten
4 x Shirodhara Stirnguss
4 x Shiroabhyanga Kopfmassage
2 x Padabhyanga Fußmassage

2 x Ayurvedische Verjüngungsmassage
3 x Netra-Basti Augenbad
2 x Shodana-Basti oder Kathi-Basti
1 x Ernährungsberatung

Anreise
nach Wunsch
4.520,-
pro Person
Nur in Sagasfeld buchbar!

*Ein langes
Leben mit
Ayurveda*

25 Jahre Ayurveda-Erfahrung



*nach Verfügbarkeit unserer Yogalehrer



Feiern auf den Heidefarmen

Silvestertage

3 x Übernachtung im Doppelzimmer
3 x Großes Frühstücksbuffet
3 x Abendessen

- Silvesterparty inkl. Buffet und Getränken
- Neujahrsspaziergang

Silvester
400,-
pro Person

www.kartoffel-hotel.de/silvester-reise

Ostertage

3 x Übernachtung im Doppelzimmer
3 x Großes Frühstücksbuffet
3 x Abendessen

- Besuch beim Osterfeuer
- Ostereiersuche

Ostern
290,-
pro Person

www.heidefarmen.de/osterferien

Raum 1: 65 qm, bis 12 Pers., 100,- EUR/Tag

Raum 2: 125 qm, bis 35 Pers., 150,- EUR/Tag

Raum 3: 50 qm, bis 10 Pers., 50,- EUR/Tag

Für Deine Gruppe -

Yoga, Bildungsurlaub & Kunstkurse

Gruppentage

2 x Übernachtung im Doppelzimmer
2 x Großes Frühstücksbuffet
2 x Abendessen

- Tee & Mineralwasser
auch zu den Mahlzeiten
- Freie Benutzung der Sauna

Anreise
nach Wunsch
180,-*
pro Person

Im Rundlingsdorf Sagasfeld und im Kartoffel-Hotel buchbar.

* Wochenende/Feiertag: +20,- EUR/Tag pro Person

Deine Vorteile

- Vegane und vegetarische Küche
- Ruhige Lage in schönster Natur
- Sauna 24 Std. pro Tag kostenlos
- Mineralwasser & Tee den ganzen Tag kostenlos
- Wander- und Radwege in direkter Nachbarschaft
- Helle und freundliche Hotelzimmer
- Ab 10 Personen: Yoga-/Kreativraum kostenlos

Besonders beliebt für

- Yoga-Retreats
- Bildungsurlaub
- Kunst- und Kreativkurse
- Persönlichkeitsentwicklung



Lecker und gesund

Rundlingsdorf Sagasfeld

Ayurveda Küche

Die Speisen werden nach dem ayurvedischen Ernährungswissen für alle drei Doshas harmonisch und ausgleichend zubereitet. Bei einer Ayurveda Kur bereiten wir die ayurvedischen Speisen speziell auf Ihren Dosha Typ abgestimmt zu.



In Sagasfeld wird ausschließlich vegetarisch und vegan gekocht.



Tee und Wasser sind zu den Mahlzeiten mit inbegriffen.

HP
25,-
pro Person/Tag



1. Deutsches Kartoffel-Hotel

Regionale Landküche

Wir verwenden beste Zutaten aus der Lüneburger Heide für selbstgebackenes Brot, hausgemachte Marmelade oder Wurst vom Hausschlachter. Das Kartoffel-Hotel ist mit dem Gütesiegel „Regionale Esskultur Lüneburger Heide“ zweifach ausgezeichnet worden.

Ein Urlaub voller Urlaubsziele



Ausflugsziele

- Rundlingsdörfer im Wendland
- Hitzacker an der Elbe
- Hansestadt Lüneburg
- Salzwedel mit Baumkuchen
- Schiffshebewerk Scharnebeck
- Rolling Stones Museum Lüchow
- Hundertwasser Bahnhof Uelzen



Kulturtipps

- Kulturelle Landpartie Wendland
- Sommerliche Musiktage
- Schreyahner Herbst
- Schubertiaden Schnackenburg
- Kammermusik Dannenberg
- Musikwoche Hitzacker



Naturerlebnisse

- Nemitzer Heide und Heideschäfer
- Weinberg und Elbtalaue
- Hoher Mechtin mit Aussichtsturm
- Barock Garten in Künsche
- Findlingspark Clenzer Schweiz
- Elbfahrten mit dem Schiff
- Seeadler- und Biber-Tour



Sport & Action

- Wander- & Radwege
- Kanu fahren auf der Elbe
- 18 Loch Golfplatz in der Göhrde
- Selbstversorgerkurse
- Bosseln mit der Gruppe
- Klettern im Kletterwald
- Kutschfahrten in der Heide
- Bowling Lüchow

Alle Infos auf einen Blick

Anreise: ab 15:00 Uhr, **Abreise:** bis 10:30 Uhr

Anreise für Wellnessgäste am Freitag: um 15 Uhr

Bademantel Leihgebühr: 5,- Euro

2 x Saunahandtücher Leihgebühr: 5,- Euro

Ausstattung Hotelzimmer: Handtücher, Fön, Wärmflasche, Shampoo und Seife in Bioqualität, WLAN im ganzen Haus kostenlos.

EZ-Zuschlag: 20,- Euro/Nacht

Fahrräder Leihgebühr: 10,- Euro/Tag

Rauchen auf den Heidefarmen:
Alle Zimmer sind Nichtraucherzimmer.

Haustiere auf den Heidefarmen: Bei uns sind Hunde erlaubt und kosten 10,- Euro pro Tag.

Bezahlen auf den Heidefarmen: 10% Anzahlung bei Buchung, den Rest zwei Wochen vor Anreise. Vor Ort können Sie mit Bargeld oder EC Karte bezahlen – wir akzeptieren keine Kreditkarte.

Öffentliche Verkehrsanbindung: Der nächste Bahnhof für Sagasfeld ist in Hitzacker (5 km). Der nächste Bahnhof für das Kartoffel-Hotel ist in Uelzen (35 km). Ein Bus fährt von Uelzen nach Lübeln.

Bei Stornierung: Es gelten unsere Stornobedingungen. (Siehe auch unsere Allg. Geschäftsbedingungen.) Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsvereinbarung.

Heidefarmen Pluspunkte

- + Mitten in der Natur gelegen
- + Tee & Wasser auch zu den Mahlzeiten
- + Sauna 24 Std. pro Tag kostenlos
- + Regionale Landküche mit Zutaten aus der Nachbarschaft
- + Yoga kostenlos*

Beauty und Wellness zum Dazubuchen

Kosmetische Behandlungen

Kosmetikgrundbehandlung	85,-
Vliesmaske	je 45,-
Kopfmassage	19,50
Aromatherapie	50,-
Spezial Cellulitebehandlung	120,-
Ganzkörperpeeling & -packung	40,-
Erdbeerjoghurt-Schaumbad	50,-
Maniküre	40,-
Pediküre	50,-

Massagen

Ganzkörpermassage	85,-
Fußreflexzonenmassage	50,-
Rückenmassage	35,-
Energiemassage	140,-
Aromaölmassage	90,-

Heidekräuter Ganzkörpermassage	90,-
Honig-Ingwer Ganzkörpermassage	90,-
Milch-Honig-Bad & Packung	50,-

Ayurvedische Behandlungen

Marmapunkt Gesichtsmassage	40,-
Shiroabhyanga Kopfmassage	40,-
Einzelabhyanga	140,-
Haatabhyanga Handmassage	65,-
Padabhyanga Fußmassage	65,-
Pizzi Chilli	280,-
Shirodhara Stirnguss	130,-

TCM - Chinesische Behandlungen

Tui Na (Rücken)	40,-
Tui Na An Mo (Ganzkörper)	90,-
Tao Pi – Chinesische Kosmetik	85,-
Chin. Fuß- & Beinmassage	50,-

Thailändische Behandlungen

Herbal Stamp Massage	90,-
Thailändische Fuß- und Beinmassage	65,-
Cocos Scrub	45,-
Thai Kräuter-Schönheitsbad	50,-
Nuad – Ganzkörpermassage	100,-

Kartoffel-Anwendungen

Kartoffel-Gesichtsmaske	50,-
Kartoffel-Handpackung	40,-
Kartoffel-Halspackung	40,-
Kartoffel-Rückenpackung	45,-
Kartoffel-Nierenwickel	45,-
Kartoffel-Ganzkörperpackung	90,-
Kartoffelbad und -packung	50,-

Geschenk-Tipp: Wellnessgutschein



www.heidefarmen.de/wellness-gutschein

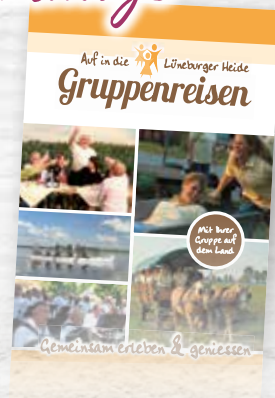
Um unserem Wellness Team ein freies Wochenende im Monat zu gönnen, ist immer das letzte Wochenende im Monat „Wellness-frei“. Natürlich ist auch an diesem Wochenende die Sauna für Sie den ganzen Tag nutzbar.

Bitte buchen Sie 2 Wochen vor Anreise Ihre gewünschten Wellnnessanwendungen per E-Mail.

Mehr Urlaub & Infos Unsere Themenkataloge



Hochzeitskatalog
Heiraten im Hochzeitsdorf



Gruppenkatalog
Gruppenreisen in die Heide



Beauty & Wellness
Lassen Sie sich verwöhnen



Ayurvedakatalog
Panchakarma in Sagasfeld

Einfach kostenlos bestellen

www.heidefarmen.de/wellness-katalog-bestellen