

Zeit für Erholung

Wellness & Massagen



Dünen-Therme

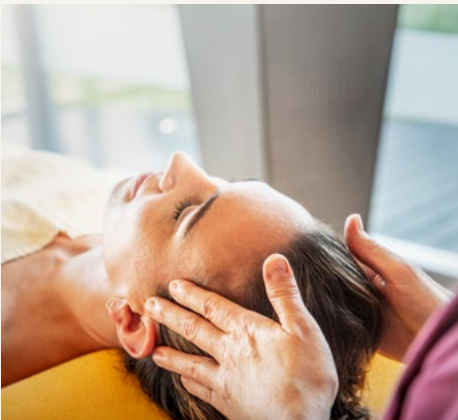
Gesundheits- und Wellnesszentrum



*Tschüss Alltag -
moin Erholung!*

Ankommen, durchatmen, loslassen.

In der Dünen-Therme findest du wohltuende Entspannung. Der Alltag rückt in die Ferne, Gedanken werden ruhiger, der Körper findet zurück zu angenehmer Leichtigkeit. Schlick auf der Haut, warmes Meerwasser, Salz, Algen und Schwefel – die natürlichen Kräfte der Nordsee entfalten hier ihre Wirkung. In achtsamen Anwendungen verbinden sie sich mit wohltuender Pflege und bringen Körper und Geist in Balance. Ein Moment, der nicht viel braucht – außer Zeit für dich selbst.



Liebling des Monats

Jeden Monat ein besonderes Angebot – inspiriert von der Jahreszeit. Entdecke deinen Favoriten im SPO-Shop.



Packungen und Peelings

Dauer jeweils ca. 20 Minuten

Schlick-Vollpackung

Herrlich erholsam und eine unserer beliebtesten Thalasso-Anwendungen: Warmer, cremiger Schlick wird auf Schultern, Rücken und Gelenke aufgetragen. In der Schwebeliege verstärkt sich die wohltuende Wärme.

Preis pro Person **55 €**

Schlick-Halbpackung

Warmer Schlick wird auf Rücken, Schultern und Hüften aufgetragen und entfaltet dort gezielt seine wohltuende Wirkung. In der Schwebeliege kannst du die Wärme und tiefe Entspannung genießen.

Preis pro Person **38 €**

Schlickpeeling mit Salz

Schlick in Verbindung mit Salz befreit die Haut sanft von abgestorbenen Hautschüppchen und reinigt sie porentief. Der natürliche Mineralstoffgehalt unterstützt die Hauterneuerung und hinterlässt ein spürbar frisches Hautgefühl.

Preis pro Person **32 €**

Meeresalgen-Packung

Unsere Algenpackung vereint verschiedene Heilalgen, die reich an Mineralien und Nährstoffen sind. Sie revitalisiert den Körper sanft und schenkt neue Energie.

Preis pro Person **32 €**

Algen-Cremepackung

Wertvolle Nährstoffe pflegen die Haut intensiv und schenken ein geschmeidiges Hautgefühl. Eine sanfte Anwendung für entspannte Momente.

Preis pro Person **35 €**

Meersalzölpeeling

Das Meersalzölpeeling reinigt die Haut und versorgt sie mit wertvollen Mineralien. Die Haut fühlt sich glatt und gepflegt an.

Preis pro Person **30 €**



SPO Original

Besonderheit in St. Peter-Ording

Eine eigene Schwefelquelle – 1957 eher zufällig entdeckt – macht St. Peter-Ording zum einzigen Seebad in Deutschland mit natürlicher Schwefelquelle.

Cremeölpackung mit SPO-Schwefel

In Verbindung mit einer Creme-Ölmischung entfaltet die Schwefelsole ihre besondere Wirkung und pflegt die Haut nachhaltig und spürbar.

Preis pro Person **35 €**

SPO-Schwefelsolebad

Schwefelwasser wirkt entzündungshemmend und antibakteriell. Das Schwefelsolebad ist besonders bei Hautirritationen oder Gelenkschmerzen seit langem bewährt und beliebt.

Preis pro Person **35 €**

Wohlfühlbäder

Dauer jeweils ca. 20 Minuten

Meerwasserbad pur

Genieße ein entspannendes Bad für dich und deine innere Balance. Auf Wunsch mit oder ohne Sprudelmatte.

Preis pro Person **30 €**

Meerwasserbad mit Ziegenbuttermilch

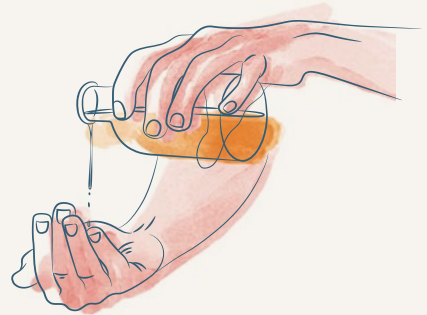
Eine cremig-pflegende Komposition aus originalem Nordsee-Meerwasser und Ziegenbuttermilch. Reich an Vitaminen, Mineralien und wertvollen Lipiden wirkt sie beruhigend, ausgleichend und spendet Feuchtigkeit.

Preis pro Person **35 €**

Meerwasserbad mit Rügener Kreide und Heckenrose

Das Meerwasser wird durch hautberuhigende Rügener Kreide ergänzt und vom zarten Duft der Heckenrose begleitet.

Preis pro Person **37 €**



Wellnessmassagen

Energiemassage

Löst Verspannungen und schenkt neue Energie – eine Ganzkörpermassage zum Durchatmen.

60 Minuten Preis pro Person **78 €**

Hot-Stone-Massage

Warme Basalt- und kühle Marmorsteine lösen Verspannungen und regen den Körper an. Die Wärme wirkt nach und sorgt für tiefe Entspannung.

60 Minuten Preis pro Person **78 €**

SPO-Wohlfühl-Massage

Kopf-, Gesichts- und Nackenmassage, die Verspannungen löst, die Durchblutung fördert und das Wohlbefinden steigert.

25 Minuten Preis pro Person **35 €**

Seifenschauummassage im Hamam

Wärme, Wasser, weicher Schaum – ein Reinigungsritual für Körper, Geist und Seele. Nach Dampfbad und sanftem Peeling entfaltet die Seifenschauummassage ihre wohltuende Wirkung.

70 Minuten Preis pro Person **94 €**

Harmoniemassage

Sanfte, rhythmische Bewegungen lassen dich zur Ruhe kommen und schenken ein Gefühl von Gelassenheit. Die Massage bringt dich wieder in ein harmonisches Gleichgewicht.

40 Minuten Preis pro Person **55 €**

60 Minuten Preis pro Person **78 €**

Lomi Lomi Massage

Fließende, rhythmische Bewegungen – mal sanft, mal kraftvoll – gleiten über den Körper. Löst Verspannungen und führt dich in tiefe Ruhe.

75 Minuten Preis pro Person **120 €**

Dünen-Traum

Ganzkörpermassage mit verschiedenen Techniken – von sanft kreisend bis gezielt druckvoll. Bezieht Kopf und Füße mit ein, löst Verspannungen und beruhigt die Sinne auf angenehme Weise.

60 Minuten Preis pro Person **80 €**

Schwangerschaftsmassage

Wohltuende Massage für dich und dein Baby – möglich ab dem vierten Schwangerschaftsmonat. Löst Verspannungen und kann bei Müdigkeit und Spannungskopfschmerzen unterstützen.

60 Minuten Preis pro Person **78 €**

Ganzheitliche Ölmassage nach Ayurveda

Warme Öle, fließende Bewegungen und viel Ruhe: Diese Massage löst Verspannungen, wirkt regenerierend und bringt dich ins Gleichgewicht. Dauer und Intensität werden individuell abgestimmt.

60 Minuten Preis pro Person **90 €**

90 Minuten Preis pro Person **130 €**

Vital Cupping und Honig-Ingwer-Massage

Kombination aus Honig-Ingwer-Massage und Faszien-Cupping – eine aktivierende Anwendung für neue Energie und spürbare Leichtigkeit im Körper.

40 Minuten Preis pro Person **58 €**

Fußpflege

Fußbad, Pflege, sanfte Behandlung und eine kurze Massage – für spürbar entspannte Füße.

45 Minuten Preis pro Person **55 €**

Specials



Schlickpeeling in Serail

Salz, Rügener Kreide und Schlick aus SPO verbinden sich zu einem besonderen Pflegeerlebnis mit spürbaren Ergebnissen. In privatem Ambiente wird der Schlick als Peeling für den Körper und die Kreide für das Gesicht aufgetragen.

Für 2 Pers. 20 Min. Preis p. P. **35 €**

Für 3 Pers. 20 Min. Preis p. P. **30 €**

Für 4 Pers. 20 Min. Preis p. P. **25 €**

Spa für zwei

Entspannungsbad zu zweit mit Whirl und Farblicht, anschließende Ruhephase und eine besonders wohltuende Rückenmassage.

Für 2 Pers. 60 Min. Preis p. P. **130 €**

Exklusiv-Spa für zwei

Meersalzpeeling, Entspannungsbad mit Whirl und Farblicht, Ruhephase sowie eine Ganzkörpermassage mit Aromaöl. Zur Auswahl stehen Kräuter-, Grüner Tee-Rose- oder Fruchtaromen.

Für 2 Pers. 80 Min. Preis p. P. **170 €**

Einfach den Moment genießen

*Freu dich auf deine Wohlfühlzeit
in der Dünen-Therme in St. Peter-Ording.*

**Bereit für
deine Auszeit?**

QR-Code scannen
und Termin sichern.



Foto Rückseite: © Martin Hain
Alle weiteren: © Foto Oliver Franke



**Gesund
in SPO**

Dünen-Therme

Gesundheits- und Wellnesszentrum

Maleens Knoll 2 · 25826 St. Peter-Ording
T 0 48 63 / 999 124 · E-Mail gesundheit@tz-spo.de

www.duenen-therme.de