

Tipps & Tricks für Ihren Wellnessaufenthalt

Vom Dresscode bis zum Trinkgeld: die wichtigsten Regeln für Ihren Wellnessurlaub

Wie finde ich für mich die richtige Anwendung?

Die Vielfalt der Angebote ist nicht leicht zu überblicken. Deshalb stellen Sie sich zuerst die Frage, ob Sie entspannen möchten oder mehr Wert auf Beautyanwendungen legen. Viele Gäste bevorzugen auch die Kombination. Schildern Sie uns Ihre Wünsche und vor allem Ihre Erwartungen. Frau Herbst wird ganz sicher das Richtige für Sie finden.

Kann ich noch vor Ort Anwendungen buchen?

Nicht immer, da z.B. an den Wochenenden und an speziellen Tagen manche Anwendungen bereits ausgebucht sein können. Am sichersten ist es deshalb, die Reservierungen schon mit der Zimmerbuchung vorzunehmen. Sonst tragen Sie zusätzliche Wünsche im Hotel am besten gleich am Anreisetag vor. Dies gilt besonders dann, wenn Sie nur für wenige Tage anwesend sind.

Ist die Zahl der Anwendungen pro Tag eingeschränkt?

Grundsätzlich können Sie an einem Tag so viele Anwendungen in Anspruch nehmen, wie Sie möchten. Bedenken Sie aber, dass Wellness-Urlaub Ihnen Entspannung und keinen zusätzlichen Stress bringen soll. Außerdem soll die Reihenfolge aller Anwendungen abgestimmt sein, damit die Wirkung voll zur Geltung kommen kann. Wie empfehlen maximal 3 Stunden je Tag.

Kann ich auch an Wochenenden und Feiertagen Anwendungen buchen?

Selbstverständlich. Unsere Mitarbeiter sind täglich, auch an Wochenenden und Feiertagen für Sie da.

Was trägt man zu den Anwendungen?

Bademantel, Baumwollslip und Schläppchen. Sie sollten sich schon im Zimmer umziehen.

Wie viel muss man ausziehen?

Bei Körperbehandlungen entkleidet man sich bis auf den Slip. Alle Körperpartien, die gerade nicht massiert werden, werden mit Badetüchern abgedeckt. Bei Gesichtsbehandlungen kann man meist den BH anbehalten.

Wie bereitet man sich auf den Spa-Besuch vor?

Die Beine sollte man schon am Vortag epilieren bzw. rasieren. Sonst können bestimmte Treatments (z.B. Bäder, Peelings) brennen und die Haut reizen.

Wie Pünktlich muss man sein?

Am besten ist es, schon fünf Minuten vor dem Termin an die Rezeption zu kommen.

Was sollte man bei der Reservierung besprechen?

Man sollte den Therapeuten über Schwangerschaft, Allergien, chronische Krankheiten (z.B. hohen Blutdruck) informieren. Außerdem ist es wichtig, die Vorlieben bei der Massage (kräftiger oder leichter Druck) und den Musikgeschmack mitzuteilen.

Kann man während der Behandlung eingreifen, wenn etwas unangenehm ist?

Natürlich! Um entspannen zu können, muss alles stimmig sein. Deshalb sollte man direkt sagen, wenn es im Raum zu kalt/warm ist, wenn das Licht zu hell, die Musik zu laut, das Aromaöl zu intensiv ist. Ganz wichtig: Wenn ein Massagegriff unangenehm ist oder wehtut, sofort bescheid geben!

Gibt es eine Faustregel fürs Trinkgeld?

Zehn bis 15 Prozent des Preises sind angemessen.

Gibt es bestimmte Verhaltensregeln für den SPA-Bereich?

Viel Gäste suchen im gesamten SPA-Bereich vor allem Ruhe. Das sollte respektiert werden. Grundsätzlich bleibt es dem Feingefühl des Gastes überlassen, die Bedürfnisse des Nachbarn zu erkennen und sich entsprechend zu verhalten. Einigkeit besteht allerdings in zwei Punkten: Mobiltelefone und Rauchen ist tabu!

Was soll ich in den SPA mitbringen – was erhalte ich an der Rezeption?

Was immer Ihnen geeignet und nützlich erscheint, den Aufenthalt angenehm zu gestalten: Am besten tragen Sie einen Bademantel und rutschfeste Badesandalen.

Die meisten Bäder und Massagen genießen Sie unbedeckt.

Geld benötigen Sie nicht, da alles, was Sie wünschen auf Ihr Zimmer aufgebucht werden kann.

Was mache ich mit meinem Schmuck und anderen Wertsachen?

Für ihre persönlichen Wertgegenstände finden Sie einen Safe an der Hotelrezeption.

Für Wertgegenstände übernehmen wir im SPA keine Haftung.

Was passiert, wenn ich zu meinem Termin zu spät komme?

Kommen Sie zu spät, wird die Zeit Ihrer Behandlung entsprechend kürzer. Die Anwendung endet pünktlich, damit der nächste Gast nicht warten muss.



Wann sollte ich zur Anwendung erscheinen?

Kommen Sie zu Ihrem ersten Besuch so früh, dass Sie sich in Ruhe mit den Gegebenheiten vertraut machen können. Nehmen Sie vor der Anwendung ein entspanntes Duschbad. Falls Sie zusätzlich die Sauna aufsuchen möchten, stimmen Sie bitte ab, ob dies vor den gewünschten Anwendungen empfehlenswert ist. Dann ist eine genussvolle Stunde schnell vorbei. Zur Anwendung selbst sollten Sie fünf bis zehn Minuten vor dem Termin bereit sein.

Was ist, wenn ich Anwendungen absagen muss?

Die Behandlungszeiten, die Sie ausgewählt haben, wurden speziell für Sie reserviert. Bitte beachten Sie, dass Sie reservierte Termine bis 24 h vor der Behandlung kostenlos absagen können. Bei einer späteren Absage berechnet das Hotel 80 % des Preises, sofern der Termin nicht anderweitig vergeben werden kann.

Sollten sich Männer vor den Gesichtsbehandlungen rasieren?

Ja, wir empfehlen Ihnen, sich einige Stunden vorher zu rasieren. So können die hochwertigen Kosmetikprodukte optimal auf Ihrer Haut wirken.

Kann ich im SPA etwas essen und trinken?

Im Saunabereich steht für alle Gäste eine Tee- und Obstbar, sowie Säfte und ein Wasserspender. Des weitern haben Sie die Möglichkeit an der Cafébar Snacks für zwischendurch und Drinks auszuwählen.

Kann ich die Produkte, mit denen ich behandelt werde, auch kaufen?

Selbstverständlich müssen Sie zu Hause auf Ihre Lieblingsprodukte nicht verzichten. Alle Produkte können Sie bei uns käuflich erwerben. Wir schicken Ihnen diese auch nach Hause

Kann ich auch Gutscheine Verschenken?

Ja, natürlich. Wir haben eine große Anzahl von Geschenk-Ideen für Damen und Herren sowie für Jung und Alt. An unserer Rezeption können Sie schön gestaltete Gutscheine in verschiedenen Preislagen erwerben. Lassen Sie sich von uns beraten. Auch SPA- Produkte packen wir für Sie gern als Geschenk ein.

Das perfekte Timing

Behandlungen richtig kombinieren und den maximalen Beauty-Effekt erzielen.

Die Basics: Um den Alltag hinter sich zu lassen und komplett abzuschalten, ist es wichtig, sich genug Zeit zu nehmen. Deshalb: Nach dem letzten Treatment etwa 30 Minuten Ruhepause einkalkulieren. Den Terminplan nicht zu voll packen. Die reine Behandlungszeit pro Tag sollte drei Stunden nicht überschreiten, sonst kann der Kreislauf schlapp machen. Nicht von einer Anwendung in die nächste gehen. Zwischendrin circa eine Viertelstunde Luft lassen, z.B. zum Tee- oder Wassertrinken.

Wannenbad, Sauna, Dampfbad: Ideal zur Vorbereitung von allen Beautytreatments und Massagen. Die Muskulatur wird erwärmt und entspannt, die Hauptporen weiten sich, so dass Wirkstoffe besser einziehen können. **Don`t:** nach Kosmetikanwendungen, da aufgetragene Konzentrate und Cremes wieder abgewaschen werden.

Massagen: Nichtdirekt nach Frühstück oder Mittagessen legen. Besser eine Stunde warten, um die Verdauung nicht zu stören. Den entspannenden Effekt von Aroma- und Ölmassagen kann man am besten genießen, wenn man sie für den Nachmittag bucht. Im Urlaub ist die Spanne zwischen 11 und 15 Uhr ideal, da man vorher die Sauna nutzen kann.

Gesichtsbehandlungen: Prinzipiell besser auf den Nachmittag schieben. Egal, ob die Haut ausgereinigt oder mit Wirkstoffampullen verwöhnt wird – hinterher braucht sie Zeit um sich zu regenerieren bzw. um die Aktivstoffe aufzunehmen. Die Sonne und Sauna sollte man danach meiden. Reinigungsfacial am ersten Tag, später Feuchtigkeits- bzw. After-Sun-Treatments buchen, um Sonnenschäden und Austrocknen vorzubeugen.

Maniküre/ Pediküre: Empfehlenswert entweder kurz vor oder am Anfang des Urlaubs. Mindestens zwei Stunden warten, erst dann ist der Lack endgültig trocken.

Haben Sie noch weitere Fragen?

Unsere Mitarbeiter an der Rezeption stehen Ihnen jederzeit mit Rat und Tat zur Seite.

Fühlen Sie sich wohl bei uns im Ferienhotel zum Gutshof



Manuela Herbst
Gutshofweg 2 – 93480 Hohenwarth-Simperling
www.hotel-gutshof.de
Tel. 09946-9500 / info@hotel-gutshof.de



MEIN SCHÖNSTES ICH



Hier kommen Sie zu unseren Wellnesspackerln.