



**HOTEL NOLTMANN-PETERS**

*Tradition seit 1871*



**PREISE UND INFORMATIONEN**  
**2024**

# UNSERE PREISE 2024

Alle Zimmerpreise pro Tag inkl. Frühstück	1–3 Nächte	ab 4 Nächten
Kleines Einzelzimmer	75,00–95,00 €	65,00–85,00 €
Einzelzimmer	80,00–100,00 €	70,00–90,00 €
Einzelzimmer mit Balkon	86,00–106,00 €	76,00–96,00 €
Großes Einzelzimmer mit Balkon	92,00–112,00 €	82,00–102,00 €
Doppelzimmer	136,00–176,00 €	122,00–162,00 €
Doppelzimmer mit Balkon	146,00–186,00 €	132,00–172,00 €
Großes Doppelzimmer mit Balkon	158,00–198,00 €	144,00–184,00 €
Suite (Wohn- und Schlafraum getrennt) mit Balkon	178,00–218,00 €	164,00–204,00 €

Unsere Preise sind saisonabhängig und können sich je nach Auslastung verändern. Für einen verbindlichen Preis zur Wunschzeit, rufen Sie uns unter der Nummer 05424 6409-0 an.

Sie können ihr Rücktrittsrecht bis 6 Wochen vor Ankunft kostenfrei ausüben. Wir empfehlen, eine Reiserücktrittsversicherung abzuschließen. Als Alternative bieten wir Ihnen eine stornierbare Rate (kostenlos stornierbar bis 1 Tag vor Anreise) an. Der Aufpreis beträgt 5,00 € pro Person und Tag.

Für Halbpension berechnen wir 27,00 €, für Vollpension 39,00 € pro Person und pro Tag.

Preise im Buchungs-  
kalender ansehen



## 150 Jahre Hotel Noltmann-Peters

Als familiär geführter Betrieb mit langer Historie leben wir die Gastlichkeit. Jeder Gast ist uns gleichermaßen wichtig. Daher entwickeln wir uns stetig weiter, damit Sie sich auch in Zukunft bei uns wohlfühlen.

Wir freuen uns auf Sie!

## TERMINE

**18.–20. Mai 2024**

Traditionskirmes „Pfingstlaube“

**30. Mai –02. Juni 2024**

28. Bad Rothenfelder Salzmarkt

**15.–16. Juni 2024**

„Rosenzeit“ – Ausstellung und Unterhaltung im Rosengarten

**19.–21. Juli 2024**

„Die Reblaus“ das Bad Rothenfelder Winzerfest

**16.–18. August 2024**

Rothenfelder Heimatfest

**20.–22. September 2024**

Fest zum Jubiläum: 300 Jahre Solequelle

**06.–08. Dezember 2024**

Bad Rothenfelder Nikolaus- und Weihnachtsmarkt

# DETAILS FÜR EINEN SCHÖNEN AUFENTHALT

## Anreise-Abreise

Am Anreisetag sind die Zimmer ab 14.00 Uhr für Sie bezugsfertig. Am Abreisetag stehen Ihnen die Zimmer bis 10.30 Uhr zur Verfügung. Der Anreise- und Abreisetag werden als ein Tag berechnet, sofern das Zimmer rechtzeitig geräumt wird. Sollten Sie nach 19.00 Uhr anreisen, bitten wir Sie um eine Nachricht.

## E-Ladesäule:

Wenn Sie mit einem E-Auto anreisen, haben Sie die Möglichkeit "Am Kurpark 12" (50m Fußweg zum Hotel) zwei öffentliche Ladesäulen mit Schuko und CEE Rot Buchsen mit bis zu 22 kWh zu nutzen. Bitte beachten Sie, dass Sie mit dem Auto die Straßensperre „Am Kurpark“ umfahren müssen.

## Fahrstuhl

Mit dem Fahrstuhl sind alle Zimmer bequem zu erreichen.

## Fahrradstellplatz

Ihr Fahrrad können Sie in unserer ehemaligen Stallanlage sicher abstellen. Hier sind auch Steckdosen zum Laden eines E-Bikes vorhanden.

## Geschenkgutschein

Gerne verpacken wir Ihnen Verwöhnträume und Lebensfreude aus einem unserer vielen Angebote oder auch einen Wertgutschein ab 50,00€.

## Hol- und Bringservice

Auf Ihren Wunsch hin holt ein Taxifahrer Sie und Ihr Gepäck von zu Hause ab und bringt Sie am Ende Ihres Urlaubs wieder heim. Die Kosten dafür können Sie bei uns erfragen.

## Hotelrechnung

Bei uns können Sie bar oder mit EC Karte zahlen.

## Kinderermäßigung

Kinder bis einschließlich drei Jahren wohnen und frühstücken bei uns kostenlos. Für Kinder im Alter von vier bis zehn Jahren berechnen wir 30,00€ pro Tag für Übernachtung mit Frühstück. Für Kinder im Alter von 11 bis 14 Jahren berechnen wir 50,00€ pro Tag.

## Massage

Bitte reservieren Sie sich Ihre persönlichen Anwendungstermine rechtzeitig mit der Zimmerbuchung.

## Kurbeitrag

Der Kurbeitrag der Gemeinde Bad Rothenfelde wird gesondert berechnet.

## Leistungen gegen Aufpreis

Hydro-Jet-Massage	10,00 €
Whirlwanne	6,00 €
Bademantel	7,00 €
Waschautomat	6,00 €
Telefoneinheit	0,25 €
Diätzuschlag/Tag	0,50 € – 4,00 €
Zimmerservice/Mahlzeit	3,00 €
Garagenmiete/Tag	6,00 €
Rollstuhl/Tag	5,00 €
Rollator/Tag	3,00 €
Hunde	(auf Anfrage)

## Reiserücktrittsversicherung

Mit einer geringen Gebühr können Sie sich so vor hohen Ausfallrechnungen schützen. Bitte sprechen Sie Ihren Versicherer oder uns an.

## Schlüsselsafe

Damit Sie flexibel anreisen können, auch zu Zeiten, wenn unsere Rezeption nicht besetzt ist, hinterlegen wir Ihren Zimmerschlüssel in unserem Schlüsselsafe am Seiteneingang. Sprechen Sie uns gerne an.

## Stornierung

Stornierung ist so ärgerlich wie es klingt. Für Sie und für uns. Falls es plötzlich anders kommt als geplant, bitten wir Sie uns umgehend zu informieren. Wir versuchen Ihnen weitmöglichst entgegen zu kommen, wie Sie in der nachfolgenden Staffe lung der Stornogebühren sehen können:  
– bis 42. Tag vor Anreise (6 Wochen): Stornierung kostenfrei  
– bis 28. Tag vor Anreise (4 Wochen): 10% des Reisepreises  
– bis 14. Tag vor Anreise (2 Wochen): 40% des Reisepreises  
– bis 07. Tag vor Anreise (1 Woche): 60% des Reisepreises  
– ab 06. Tag vor Anreise: 80% des Reisepreises  
– am Tag der Anreise: 90% des Reisepreises

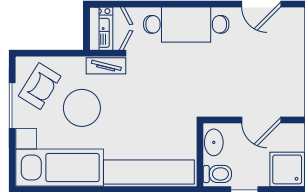
## Stornierung von Behandlungsterminen

Da wir die Behandlungstermine für Sie reservieren, haben Sie bitte Verständnis dafür, dass wir 80% der Behandlungskosten berechnen, wenn Sie diese nicht 24 Stunden vorher stornieren. Ihnen bleibt der Nachweis vorbehalten, dass uns kein oder ein wesentlich geringerer Schaden entstanden ist.

# UNSERE FERIENWOHNUNGEN

## Single Wohnung | 22 qm

Wohn- /Schlafraum, Einbauküche, Bad mit Regendusche, direkter Zugang zu Schwimmbad und Wellness Oase

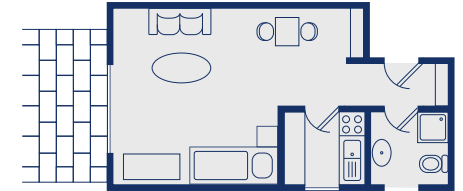


**1 Pers. (+ 1 Pers.)**

Tag 1\* 105,00 – 135,00 €  
ab Tag 2 45,00 – 75,00 €

## Single Wohnung 1 im Fachwerkhaus | 26 qm

Wohn-/Schlafraum, Küche, Bad mit bodengleicher Dusche, Terasse

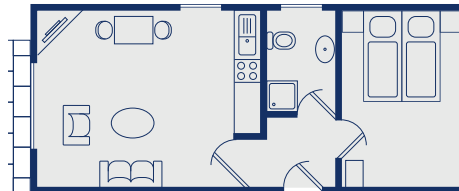


**1 Pers. (+ 1 Pers.)**

Tag 1\* 119,00 – 149,00 €  
ab Tag 2 54,00 – 84,00 €

## Wohnung 2 im Fachwerkhaus 35 qm

Wohn- und Schlafzimmer, Küche, Bad mit bodengleicher Dusche und Terrasse

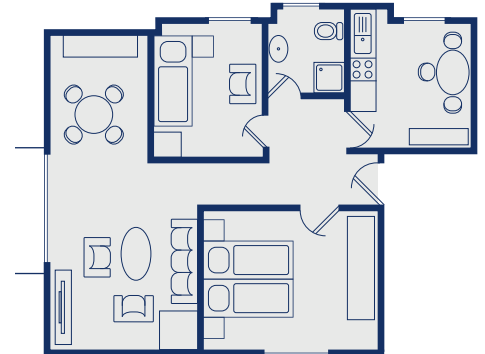


**2 Pers. (+ 1 Pers.)**

Tag 1\* 163,00 – 213,00 €  
ab Tag 2 73,00 – 123,00 €

## Wohnung 3 im Fachwerkhaus 55 qm

Wohnzimmer, 2 Schlafzimmer, Küche, Bad und Balkon



**3 Personen**

Tag 1\* 191,00 – 241,00 €  
ab Tag 2 91,00 – 141,00 €

Die Preise für Ferienwohnungen verstehen sich als Grundgebühr für zwei Personen pro Tag (eine Person in den Singlewohnungen). Für jede weitere Person in der Ferienwohnung berechnen wir 25,00€ pro Tag bzw. 32,00€ pro Tag bei Kurzaufenthalten bis einschließlich 3 Nächten. Die Betten sind bei Anreise bezogen und Handtücher liegen für Sie bereit. Verpflegungspreise pro Person/Tag: Frühstück 17,00 €, Halbpension 44,00 €, Vollpension

56,00 €. Preise für Reinigung, Brötchen und Getränke auf Anfrage. Unsere Preise sind saisonabhängig und können sich je nach Auslastung verändern.

Für einen verbindlichen Preis zur Wunschzeit, rufen Sie uns unter der Nummer T. 0 54 24 64 09 – 0 an.

\* Endreinigung inklusive

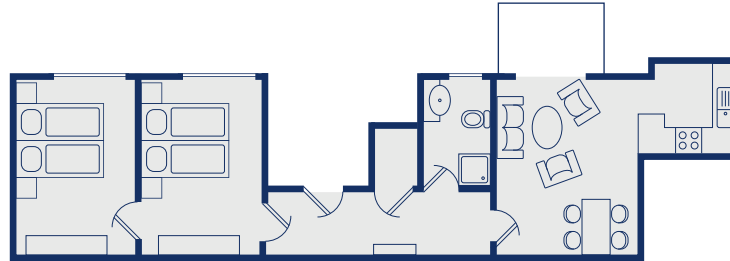
## Ferienwohnung 1+2 | 65 qm

Wohnzimmer, 2 Schlafzimmer, Küche und Bad, Terrasse oder Balkon

**4 Pers. (+ 1 Pers.)**

Tag 1\* 205,00–255,00 €

ab Tag 2 95,00–145,00 €



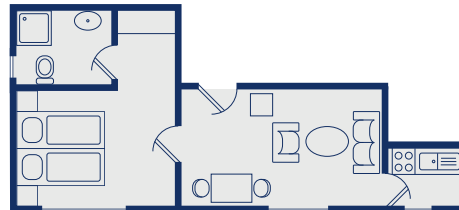
## Ferienwohnung 3 | 45 qm

Wohn- und Schlafzimmer, Küche, Bad mit Regendusche, direkter Zugang zu Schwimmbad und Wellness Oase

**2 Pers. (+ 1 Pers.)**

Tag 1\* 156,00–206,00 €

ab Tag 2 66,00–116,00 €



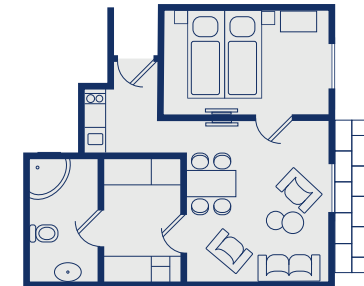
## Ferienwohnung 5 | 45 qm

Wohn- und Schlafzimmer, Küche, behindertenfreundliches Bad, direkter Zugang zu Schwimmbad und Wellness Oase

**2 Pers. (+ 1 Pers.)**

Tag 1\* 182,00–232,00 €

ab Tag 2 87,00–137,00 €



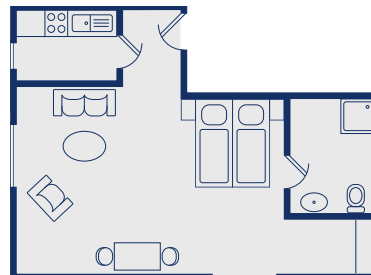
## Ferienwohnung 4 | 32 qm

Wohn-/Schlafraum, Küche, Bad mit Regendusche, direkter Zugang zu Schwimmbad und Wellness Oase

**2 Pers. (+ 1 Pers.)**

Tag 1\* 135,00–185,00 €

ab Tag 2 60,00–110,00 €



Fotos ansehen



# UNSERE ARRANGEMENTS

Genießen Sie eine Auszeit und gönnen Sie sich etwas Gutes.  
Unsere Angebote sind auch unabhängig von der Übernachtungszahl buchbar.

## Vitalität tanken

Gelenke mobilisieren und Muskeln lockern. Gewinnen Sie neue Beweglichkeit!

7 Übernachtungen mit Frühstück	
1 Flasche Wasser auf Ihrem Zimmer	
1 Hydro-Jet-Massage	15 Min.
1 wohltuendes Whirlwannenbad	15 Min.
1 anregende Bürstenmassage	30 Min.
1 Erlebnisbad in der Hydroxeur®Royal Whirlwanne	20 Min.
1 vitalisierende Massage (Thai Yoga)	60 Min.
1 Ganzkörpermassage	60 Min.
1 Wassergymnastik	
1 Besuch im Inhalationsgang	

---

**200 Verwöhnminuten**

Preis pro Person im DZ\* ab 659,00€

## Minikur

Kurz und gut – unsere Minikur bewirkt kleine Wunder.

14 Übernachtungen mit Frühstück	
1 Flasche Wasser auf Ihrem Zimmer	
1 Hydro-Jet-Massage	15 Min.
1 wohltuendes Whirlwannenbad	15 Min.
4 wohlige Wärme	60 Min.
4 klassische Rückenmassagen	120 Min.
1 Fußreflexzonenmassage	30 Min.
2 Erlebnisbäder in der Hydroxeur®Royal-Whirlwanne	40 Min.
1 Shiatsu Behandlung	60 Min.
2 Wassergymnastik	
1 Eintritt in die Salzgrotte®	
1 Besuch im Inhalationsgang	

---

**340 Verwöhnminuten**

Preis pro Person im DZ\* ab 1.271,00€

## Gesund und aktiv

Leben ist Bewegung – mit viel Zeit zum Relaxen und verwöhnt werden.

7 Übernachtungen mit Frühstück	
1 Flasche Wasser auf Ihrem Zimmer	
1 Hydro-Jet-Massage	15 Min.
1 wohltuendes Whirlwannenbad	15 Min.
2 wohlige Wärme	30 Min.
2 klassische Rückenmassagen	60 Min.
1 Bad in der Hydroxeur®Royal-Whirlwanne	20 Min.
1 Wassergymnastik	
1 Eintritt in die Salzgrotte®	
1 Besuch im Inhalationsgang	

---

**140 Verwöhnminuten**

Preis pro Person im DZ\* ab 603,00€

\* Für Einzelzimmer, Zimmer mit Balkon, Halb- oder Vollpension sowie Reisen in der Hauptsaison berechnen wir einen Aufschlag. In jedem Angebot ist ein Leihbademantel enthalten.

## Schnuppertage zum Verwöhnen

Wir kümmern uns um Ihr Wohlergehen.  
Bitte geben Sie uns 2 Tage Zeit.

2 Übernachtungen mit Frühstück	
1 Begrüßungsprosecco	
1 Hydro-Jet-Massage	15 Min.
1 wohltuendes Whirlwannenbad	15 Min.
1 Aromaölmassage	30 Min.
1 wohlige Wärme für den ganzen Körper	20 Min.
<hr/>	
<b>80 Verwöhnminuten</b>	

Preis pro Person im DZ\* ab 220,00€

## Atempause

Den Kopf mal durchlüften, reichlich Sole atmen  
und sich verwöhnen lassen.

4 Übernachtungen mit Frühstück	
1 Begrüßungsprosecco	
1 Hydro-Jet-Massage	15 Min.
1 wohltuendes Whirlwannenbad	15 Min.
1 verwöhnende Aromaöl-Ganzkörpermassage	60 Min.
1 entspannende Kräutertempelmassage	30 Min.
1 ayurvedische Fußmassage – Padhabyanga	30 Min.
1 Besuch im Inhalationsgang	
<hr/>	
<b>150 Verwöhnminuten</b>	

Preis pro Person im DZ\* ab 424,00€

## 110 % Wellness

Hier dreht sich alles ums Wohlfühlen und  
Entspannen.

3 Übernachtungen mit Frühstück	
1 Begrüßungsprosecco	
1 Hydro-Jet-Massage	15 Min.
1 wohltuendes Whirlwannenbad	15 Min.
1 Shiatsu-Behandlung	60 Min.
1 Cleopatrabad für streichelzarte Haut	20 Min.
1 Bienenwachspackung mit Aromaölganzkörpermassage	90 Min.
<hr/>	
<b>200 Verwöhnminuten</b>	

Preis pro Person im DZ\* ab 420,00€

## Kraft der Natur

Stärken Sie Ihr Immunsystem, finden innere  
Ruhe und erholsamen Schlaf.

4 Übernachtungen mit Frühstück	
1 Flasche Wasser auf dem Zimmer	
1 wohltuendes Whirlwannenbad	15 Min.
1 Hydro-Jet-Massage	15 Min.
1 intensives und exklusives Waldbaden unter Anleitung von Maria Anna Schröder	120 Min.
1 Fußreflexzonenmassage	30 Min.
1 Kräutertempelmassage für den ganzen Rücken	30 Min.
<hr/>	
<b>210 Verwöhnminuten</b>	

Preis pro Person im DZ\* ab 427,00€

## Ich habe „IchZeit“

Nehmen Sie sich Zeit für inneren Frieden,  
Leichtigkeit und tiefe Entspannung.

3 Übernachtungen mit Frühstück	
1 Begrüßungsprosecco	
1 Hydro-Jet-Massage	15 Min.
1 wohltuendes Whirlwannenbad	15 Min.
1 ayurvedische Ganzkörpermassage	60 Min.
1 Packung wohlige Wärme für den ganzen Körper	20 Min.
1 verwöhnende Aromaöl-Ganzkörpermassage	60 Min.
<hr/>	
<b>170 Verwöhnminuten</b>	

Preis pro Person im DZ\* ab 386,00€

### Beliebter Klassiker – Unser Basispaket

Anreise nur Sonntags buchbar vom  
7.1.–22.3.2024 und 3.11.–20.12.2024  
10% auf fünf Übernachtungen inkl. Halb-  
pension und einem Getränk zu jedem  
Abendessen geschenkt. Dazu eine entspan-  
nende Wellnessmassage für den Rücken  
mit pflegenden Ölen.

Preis pro Person im DZ\* ab 440,00€

# MASSAGEN UND WOHLFÜHLANWENDUNGEN (INKL. NACHRUHE)

## Wellness-Massage

Rücken, Schulter/Nacken, Arme o. Beine	30 Min.	35,00€
Ganzkörpermassage	60 Min.	64,00€
Bürstenmassage	30 Min.	33,00€

## Fußreflexzonenmassage

Fußreflexzonenmassage	30 Min.	35,00€
-----------------------	---------	--------

## Wärmeanwendungen und Peelings

Heiß- oder Rotlicht	15 Min.	12,50€
Heupackung	20–30 Min.	15,00€
Moorpackung	20–30 Min.	15,00€
Bienenwachspackung	20–30 Min.	15,00€
Sandwärmebank	20–30 Min.	15,00€
Heiße Rolle	15 Min.	20,00€
Meersalzpeeling (Ganzkörper)	15 Min.	20,00€

## Physiotherapeutische Anwendungen

Preise auf Anfrage

- Krankengymnastik
- Krankengymnastik auf neurologischer Basis
- Krankengymnastik im Wasser
- Manuelle Therapie
- Medizinische Massage
- Manuelle Lymphdrainage
- Inhalation



**Termine direkt  
über unseren Partner  
Fresha buchen**

## Aromaöl-Massage

Aromaöl-Massagen befreien von Stress, heben die Stimmung und wirken Verspannungen sowie mentaler Niedergeschlagenheit entgegen.

Rücken / Schulter	30 Min.	38,00€
Ganzkörpermassage	60 Min.	69,00€

## Kerzenwachsmassage

Kerzenmassage mit speziellem hautpflegendem, warmen Kerzenwachs.

Kerzenwachsmassage Rücken / Schultern	30 Min.	38,00€
Ganzkörpermassage	60 Min.	69,00€

Wählen Sie nach Belieben aus verschiedenen, duftenden Zusätzen!

## Kräuterstempelmassage

Genießen Sie die vollkommene Entspannung und wohl-tuende Wärme bei einer Kräuterstempelmassage – verbunden mit der heilsamen Kraft wohlriechender Kräuter in Kombination mit ätherischen Ölen.

Rücken/Schulter	30 Min.	41,00€
Ganzkörpermassage	60 Min.	78,00€

## Thalasso Algenpackung

Erfahren Sie die Kraft des Meeres und der Algen! Hochwirk-same Mineralien wirken heilsam, wohltuend und entgiftend.

Thalasso Algenpackung	40 Min.	49,00€
Anwendung mit Rückenmassage	70 Min.	80,00€
Anwendung mit Ganzkörpermassage	100 Min.	105,00€

## Hot-Stone-Massage

Eine entspannende Ganzkörpermassage mit warmen Steinen. Kostbare Körperöle regen den Energiefluss an und sorgen für tiefe Entspannung und Wohlbefinden.

Rücken/Schulter	30 Min.	41,00€
Ganzkörpermassage	60 Min.	78,00€

## Relax Rücken mit Bienenwachspackung

Rückenmassage mit einer Bienenwachspackung. Wählen Sie zwischen Honig-Ingwer-Öl und naturreinem Honig.

Anwendung mit Rückenmassage	50 Min.	53,00€
-----------------------------	---------	--------

## Ayurveda

Ganzkörper-Ölmassage – Abhyanga	60 Min.	69,00€
Kopf- und Gesichtsmassage – Mukabhyanga	30 Min.	38,00€
Fußmassage – Padabhyanga	30 Min.	38,00€
Seidenhandschuhmassage – Garshan	30 Min.	38,00€

## Honig-Traum

Fußpeeling und Fußmassage mit Honig-Ingwer-Kerzenwachs, Rückenmassage mit naturreinem Honig. Während der anschließenden Ganzkörpermassage mit Honig-Ingwer-Öl können Sie durch zusätzliche Wärme und die Wirkung der Bienenwachspackung tiefer entspannen.

70 Min.	99,00€
---------	--------



# UNSERE WELLNESSPAKETE

## Entgiftungskur „Ayurveda“

Genießen Sie das umfassende Massageprogramm und lassen Sie sich verwöhnen. Auf Wunsch erhalten Sie zusätzlich eine Typbestimmung. Entdecken Sie bei sich selbst noch mehr Wohlgefühl und geben Sie Ihren Wellnessstagen eine indische Würze.

1 Ganzkörper-Ölmassage (Abhyanga)	60 Min.
1 Seidenhandschuhmassage (Garshan)	30 Min.
1 Kräuterstempelmassage	30 Min.
1 Thai-Yoga-Massage-Therapie	60 Min.

---

216,00€ **180 Verwöhnminuten**

## FREIE BADEKUR / REZEPT

Verbinden Sie Ihren Urlaub in unserem Haus mit einer offenen Badekur. Gerne informieren wir Sie über die Voraussetzungen. Sie können auch ein Rezept Ihres Arztes mitbringen. Wir sind zu allen Kassen zugelassen.

Wir freuen uns auf Sie und wünschen Ihnen einen erholsamen Aufenthalt.

## Badeerlebnis in der Hydroxeur®-Royal-Whirlwanne

Unsere Hydroxeur®-Royal-Whirlwanne bietet Ihnen mit 230l Wasser und Luftdüsen eine vitalisierende Unterwassermassage. Diese Massage dient der Lockerung von Verspannungen, dem Abbau von Fett und Linderung von Cellulite, Rheuma und Arthritis.

---

33,00€ **20 Verwöhnminuten**

mit Badezusätzen Ihrer Wahl als medizinisches Vollbad mit Melisse, Heublumen, Rosskastanien

---

## THERAPIE UND MEDICAL WELLNESS

im Hotel Noltmann-Peters

T. 0 54 24 64 09 – 56 · [massagen@noltmann-peters.de](mailto:massagen@noltmann-peters.de)

---

## Meine Auszeit

Die richtige Mischung aus sanften Streicheleinheiten, wohltuender Pflege und sinnlichen Düften. Alles was dazugehört, haben wir liebevoll für Sie vorbereitet.

1 Kräuterstempelmassage	30 Min.
1 Bad in der Hydroxeur®-Royal Whirlwanne	20 Min.
1 Aromaöl-Massage	30 Min.
1 Ayurvedische Kopf- und Gesichts- oder Rückenmassage	30 Min.

---

150,00€ **110 Verwöhnminuten**

## Das tut mir gut

Massagen lockern die Muskulatur. Ein Bad mit hochwertigen, wohlriechenden Essenzen regt an und erfrischt oder entspannt und beruhigt - ganz nach Ihrem Befinden.

1 Bienenwachspackung und Rückenmassage	60 Min.
1 Bad in der Hydroxeur®-Royal Whirlwanne	20 Min.
1 Bürstenmassage	30 Min.
1 Fußreflexzonenmassage	30 Min.

---

154,00€ **140 Verwöhnminuten**

## Einfach mal entspannen

Unsere bewährten Massagen und Peelings entschlacken, straffen und pflegen. Sie erzielen besonders intensive Effekte, verbessern das Hautbild bei Cellulite und versorgen die Haut mit Feuchtigkeit.

1 Fußreflexzonenmassage	30 Min.
1 Meersalz-Abrieb	15 Min.
1 Aromaöl-Massage	60 Min.

---

124,00€ **105 Verwöhnminuten**

## Cleopatrabad

Cleopatrabad in der Hydroxeur®-Royal-Wanne

---

33,00€ **20 Verwöhnminuten**

# GESUND WERDEN, GESUND BLEIBEN.

Wir glauben, dass ein aktives Leben zu einer höheren Lebensqualität verhilft. Daher bieten wir Ihnen ein vielfältiges Angebot an Aktivitäten an, das wir ständig erweitern.

## Präventionsreise

Kostenbeteiligung durch die Krankenkasse

5 Übernachtungen inkl. Frühstück oder Halbpension  
abwechslungsreiches Gesundheitstraining mit unterschiedlichen Themen

- Aquafitness
- Faziensfit
- Wirbelsäulengymnastik
- Rückenfit
- Nordic Walking

Termine und weitere Informationen finden Sie unter [noltmann-peters.de/praevention](http://noltmann-peters.de/praevention) oder T. 0 54 24 64 09 – 0.

Für die hier angebotenen Reisen gewähren viele Krankenkassen eine finanzielle Förderung mit bis zu 75,00 €. Voraussetzung dafür ist die Teilnahme an mindestens 80% der Kurseinheiten.

## Waldbaden

Lernen Sie den Wald als natürlichen Ort der Kraft kennen.

- 3 Übernachtungen mit Frühstück
- 1 Flasche Wasser auf Ihrem Zimmer
- 1 Leihbademantel
- 1 intensives und exklusives Waldbaden 120 Min.  
unter Anleitung von Maria Anna Schröder
- 1 Hydro-Jet-Massage 15 Min.
- 1 Klang-Shiatsu 60 Min.

---

**195 Gesundheitsminuten**

Preis pro Person im DZ\* ab 340,00€  
\* Der Preis ist für eine Teilnahme ab 2 Personen kalkuliert.

## Aktive Entspannung mit Osteopathie

Ihr Körper ist perfekt ausgestattet, um sich selbst zu heilen.

Bei einer osteopathischen Behandlung werden die Körperstellen mit den Fingerspitzen abgetastet. Ziel ist, durch Verbesserung der Beweglichkeit der betroffenen Struktur, sich auf natürliche Art und Weise selbst ins Gleichgewicht zu bringen.

- 3 Übernachtungen mit Frühstück
- 1 Flasche Wasser auf Ihrem Zimmer
- 1 Hydro-Jet-Massage 15 Min
- 1 wohltuendes Whirlwannenbad 15 Min
- 1 Leihbademantel
- 1 individuelle osteopathische Behandlung 45 Min
- 1 Rückenfit für einen langfristig, 45 Min  
gesunden Rücken
- 1 Klassische Massage mit pflegenden Ölen 30 Min

---

**150 Gesundheitsminuten**

Preis pro Person im DZ ab 410,00€

# GANZHEITLICHE KÖRPERTHERAPIE

Achtsamkeit, Liebe und Toleranz ist ein Geschenk an die Zukunft!

## Shiatsu – Berührung, die bewegt

Eine Kombination aus sanfter und tiefgehender Berührung, Achtsamkeit in der Bewegung, sowie fließen lassen der Vitalenergie. Fördert die Wahrnehmung und ist eine respektvolle und einfühlsame Unterstützung für jeden Menschen. Shiatsu schenkt Vertrauen in die Selbstheilung und wirkt stabilisierend auf die eigenen inneren Kräfte.

## Klangtherapie – „Sprache des Herzens“

Die Schwingungen der Klänge leiten einen sanften, aber auch tief wirksamen Prozess ein, indem die innewohnende Fähigkeit zur Vitalität, Klarheit des Denkens, sowie emotionale Stabilität gefördert wird. Körper, Geist und Seele werden zur natürlichen Ordnung eingestimmt, und die Leichtigkeit des natürlichen Lebensrhythmus kehrt zurück.

## Ganzheitliche Reflexzonen-therapie

Stabilisieren und Schmerzen lindern mit einer Kombination aus Reflexzonen und Wirbel-/Gelenkbehandlung; die Wirbelsäule wird in eine neue Balance gebracht, und der Gast wird für die Kraft der Selbstheilung sensibilisiert. Auf Wunsch kann auch der Gesundheitszustand sowie Konstitution ermittelt werden.

**Zusätzliches Angebot:** Eine Kombination mit Bachblüten unterstützt das seelische Wohlbefinden und wird individuell für Sie zusammengestellt.

## CHRISTINA MIRBACH

Shiatsu und Heilpraktikerin  
Achtsamkeitstraining, körperorientierte Psychotherapie,  
Energetik, Bachblüthen-therapie, Ernährungsberatung

im Hotel Noltmann-Peters  
T. 05426 1239 · info@cmirbach.de · www.cmirbach.de

## Thai-Yoga-Massage-Therapie

Vitalität von Fuß bis Kopf. Die Thai-Yoga-Massage-Therapie beginnt an den Füßen und hört am Kopf auf. In entspannter Lage wird die Muskulatur gedehnt, die Gelenke werden mobilisiert und gelockert. Diese Form der Therapie ist ideal, um den Körper in seiner Beweglichkeit zu unterstützen, indem Durchblutung und Entgiftung angeregt werden.

## Weitere Angebote

- Anleitung in die Meditation
- Ernährungsberatung

Falls Sie Fragen haben, Information oder ein klärendes Gespräch für eine individuelle Behandlung wünschen, dann rufen Sie mich gerne an.

**Die Kosten liegen bei 75,-€ die Stunde und sind durch Beratung, Diagnosestellung und Gespräch in manchen Fällen individuell festgelegt.**

## Klang-Shiatsu

Willkommen sind Anfänger und Interessierte, die gerne einmal in die Welt der Meditation eintauchen möchten!

3 Übernachtungen mit Frühstück	
1 Flasche Mineralwasser auf Ihrem Zimmer	
1 kuscheliger Bademantel für die Dauer Ihres Aufenthaltes	
1 Hydro-Jet-Massage	15 Min.
1 wohltuendes Whirlwannebad	15 Min.
2 gemeinsame Meditationen	120 Min.
1 Klang-Shiatsu	60 Min.

**210 Verwöhnminuten**

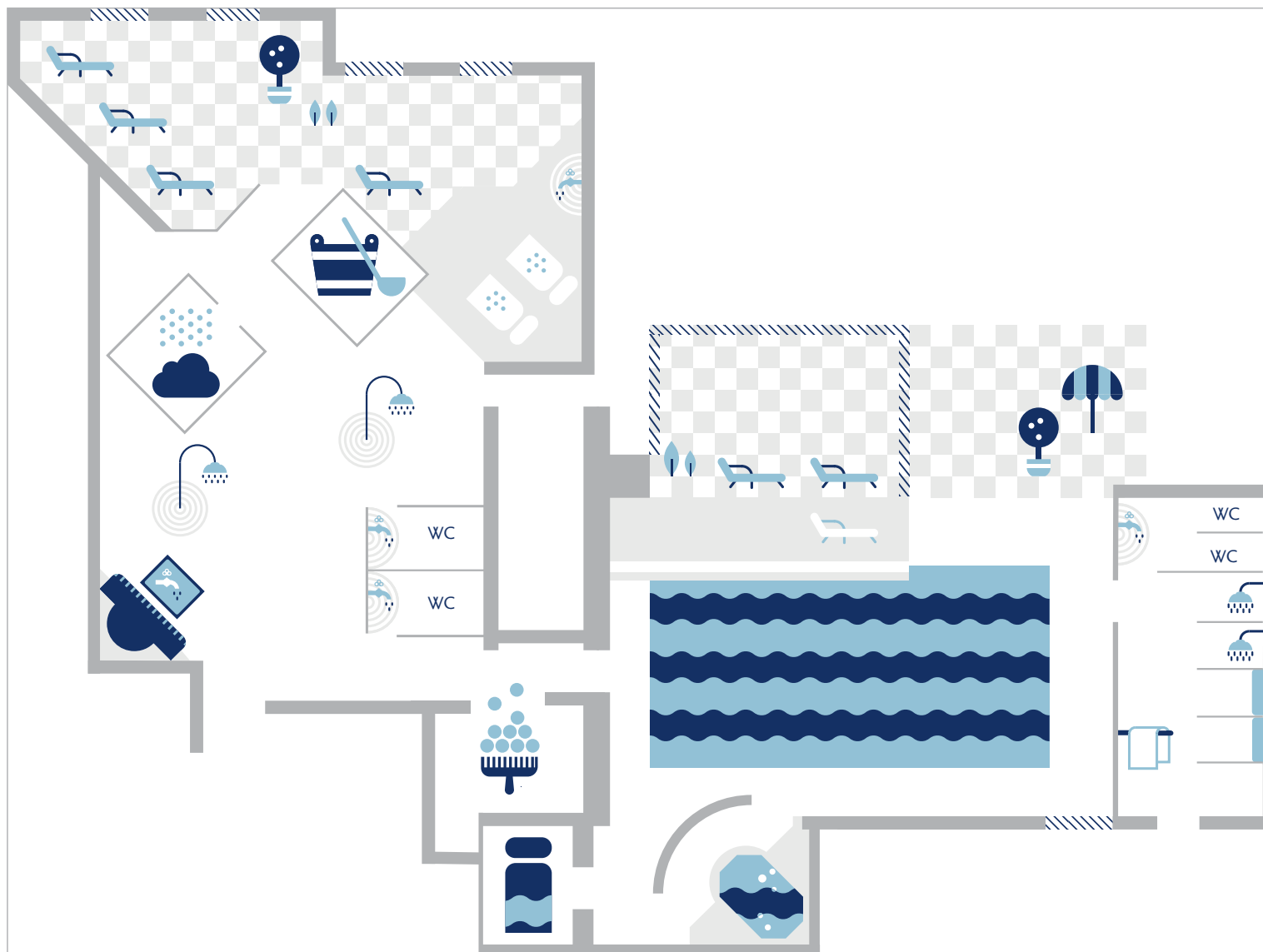
Preis pro Person im DZ ab 381,00€

Für Kleingruppen von 2–4 Personen.

Online ansehen



# DAS BESTE ZUM SCHLUSS – ÜBER 400 QM WELLNESS



Schwimmbad  
50 qm groß, 28° warm – was braucht man mehr?

Friskwasserwhirlpool  
15 Minuten Schwerelosigkeit

Hydro Jet  
Wohlige Massage oder kräftiges Walken? Auf der Warmwassermassageliege bestimmen Sie!

Finnische Sauna  
Der Klassiker! Schwitzen bei 90°

Römisches Dampfbad  
Nebelschwaden + Aromaduft = Entspannung + schöne Haut

Tepidarium  
Mildes Saunieren, geeignet für jeden – abgeschaut in der römischen Badekultur

Fußbäder  
Vor, zwischen oder nach den Saunagängen

Goldene Regel nach dem Saunabad:  
Abkühlen an der frischen Luft dazu dazu Erlebnisduschen, ein großer Ruhebereich und ein Wintergarten.