

# BEWEGUNG

HIER EMPFEHLEN WIR EXPERTEN AUS DER REGION, MIT WELCHEN WIR VERTRAUENS-  
VOLL ARBEITEN. BUCHUNG UND ABRECHNUNG JEWEILS DIREKT BEIM EXPERTEN.



## WIEDER SPASS AM BEWEGEN: MIT BETTINA

Direkt am Seeufer oder im Pro Studio  
Starnberg trainieren & motivieren.  
Vor Hideaway Ankunft bittet Bettina  
um den Anamnesebogen. Aus diesem  
heraus entwickelt sie einen ganz per-  
sönlichen Bewegungsplan - natürlich  
auch für Zuhause: Crosstraining, Wir-  
belsäule, Pilates, Body Weigh, Nordic  
Waldking, Lauftraining, ...

Bewegungsplan (inkl. bei 3 Einzeltr.).....65€  
Einzeltraining 60 min.....95€  
Paartraining 60 min.....120€  
Gruppen Training 60min. ....130€

Buchung: **BETTINA-**

**WOHLGESCHAFFEN-RULAND.DE**



## PINK ODER SUP YOGA KLANGSCHALEN MIT MICHI

Frische Seeluft atmen, weite Blicke  
erleben ... Michi zeigt Dir neue Wege  
zu Dir und die schönsten Kraftplätze!

Manchmal bei uns, manchmal im  
Kloster Beuerberg und bei Regen  
indoor. Im Sommer fast jeden Samstag  
am Seeufer. Unbedingt vor Anreise  
reservieren!

Teilnahme 60 min.....15€  
Individuelles Einzel- oder Paartraining  
Nach Absprache 60 min.....120€



Buchung:  
**@PINKYOGALOVES.ME**

WWW.THESTARNBERGSEE.DE



## ... UND SO VIEL MEHR DIREKT AM SEE

**ANGELN:** [thestarnbergsee.de/angeln](http://thestarnbergsee.de/angeln)  
**BOOTS VERLEIH:** [gastl-boote.de](http://gastl-boote.de)  
**FAHRRAD:** [thestarnbergsee.de/fahrrad](http://thestarnbergsee.de/fahrrad)  
**GOLF:** [thestarnbergsee.de/goif](http://thestarnbergsee.de/goif)  
**KLETTERN:** [kletterhalle-weilheim.de](http://kletterhalle-weilheim.de)  
**SEGELSCHULE:** [weiss-blau.de](http://weiss-blau.de)  
**STAND UP PADDEL:** [lido-seeshaupt.de](http://lido-seeshaupt.de)  
**TENNIS:** [tennis-seeshaupt.de](http://tennis-seeshaupt.de)  
**TRIATHLON COACH:** [heikepriess.de](http://heikepriess.de)  
**WANDER GUIDE:** [pfaffen-winkel.de](http://pfaffen-winkel.de)

noch mehr Hideaway Partner:

**THESTARNBERGSEE.DE/  
PARTNER**



## HIDEAWAY LOUNGE

Leckere Snacks,  
süßes & salziges  
Mittags oder zwischendurch.  
*Spa Food Tipp:*  
English Tea Time



## LIDO EASY FOOD

**LIDO-SEESHAUPT.DE**  
Unsere Easy Food & Drinks  
mit direktem Seezugang.  
*Spa Food Tipp:*  
Die gesunden Bowls.



## RESTAURANT LAKESIDE 800°

**LAKESIDE-800.DE**  
Gegrilltes in allen  
Variationen mit 800°  
Montague Grill.  
*Spa Food Tipp:*  
Viele Vegane Speisen



## KOCHEN MIT STERNEKOCH & ERNÄHRUNGS COACH ERNST SCHAßBERGER

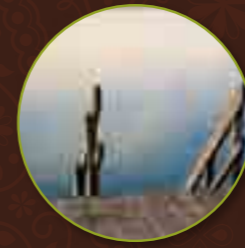
Erfahre alles für mehr Energie, Lebensfreude  
und Vitalität. Wie integriere ich den neuen  
Lebensstil in meinen Alltag? Ob Gewichtsredu-  
zierung, Maximale Vitalität, mehr Energie oder  
Vorbeugung gegen Krankheiten. Wie stelle ich  
meine Ernährung um, vermisste ich etwas?  
Wie geht Genuss und Gesundheit?

Ernährungsplan (inkl. bei 3 Einzeltr.).....65€  
Zoom Einzeltraining 60 min.....95€  
Zoom Paartraining 60 min.....120€  
Live Tages Training (6 Pers) .....600 €

## DELICIOUS FINE DINING COOKING LUNCH ODER DINNER PARTY

Ein Tisch, Ein Koch ein Erlebnis, Ein (Abend/  
Mittag) wie bei Freunden. Entfliehe dem Alltag  
und tauchen ein in eine Welt voller Genüsse,  
Aromen, Düfte, betörend für alle Sinne.  
4 Gänge inkl. Getränke (10-15Pers.) .....ab 129 € p. P.

Die Kochworkshops sind immer Glutenfrei und auf rein  
pflanzlicher Basis. Buchung + Infos: [www.ernstschassberger.de](http://www.ernstschassberger.de)



## LASS DEIN HERZ BERÜHREN, SEI MUTIG, SEI FREI



### RAUS AUS DEM KOPF - REIN IN DEN AUGENBLICK

Unsere Selina, welche Dich aus der Schweiz virtuell im Hideaway besucht, kennen wir seit vielen Jahren. Selina ist Human Design Wegbegleiterin (Gefühlsmensch mit abenteuerlicher Hochsensibilität), hat aus eigenem Erleben einen reichen Erfahrungswertschatz und hilft Dir dabei, Deine kostbare Auszeit vollumfänglich im Hier und Jetzt zu genießen.

### BEGEISTERUNG LEBEN

Du möchtest Deine Auszeit ganzheitlich genießen aber musst Dir eingestehen, daß die letzten Wochen energieraubend waren? Die eigene Freude kam definitiv zu kurz? Gewinne jetzt Deine Lebensfreude zurück.

Human Design  
 Einzelberatung 60 min.....200€  
 Paarberatung 60 min.....255€

### GEDANKENFREIHEIT FINDEN

Du möchtest mit Leichtigkeit Genießen - fühlst Dich jedoch nicht frei loszulassen. Drehen sich Deine Gedanken im Kreise? Then let's go - Schnell raus aus dem Kopf und rein ins strahlende Herzen! Hier beginnt das wahre Abenteuer.

Einzel Sitzung 60 min.....150€  
 Gruppen Sitzung p. P. (3-7 Pers.) 60 min.....55€

Buchung: [SELINAZWAHLEN.CH](http://SELINAZWAHLEN.CH)

*Eine Jahresbegleitung ist auf Anfrage möglich. Die erfolgte Erstbehandlung darf an das Behandlungspaket während weiteren 12 Wochen angerechnet werden.*

[WWW.THESTARNBERGSEE.DE](http://WWW.THESTARNBERGSEE.DE)

### RESERVIERUNG

Vereinbare Dein Verwöhnerlebnis frühzeitig per Mobil Nr. im Spa oder gerne an der Rezeption Tel. 08801-789.

### ANMELDUNG & BITTE PÜNKTLICH SEIN

Bitte komme ca. 15 Minuten vor Behandlung ins Nature Spa (2. Etage) und stimme Dich mit einer Tasse Tee auf Deine Behandlung ein. Dort wirst Du vom Wellness Experten abgeholt. Wir bemühen uns, alle Anwendungen zur vereinbarten Zeit und Dauer durchzuführen. Falls Du doch einmal zu spät eintreffen solltest, könnte es ggf. zu einer Verkürzung der Anwendung kommen.

### NICHT HOTELGÄSTE

Bitte melde Dich ca. 15 Minuten vor Behandlung an der Rezeption an. Hier erhältst Du Deinen Leih-Bademantel, ein Badetuch und einen Schlüssel für die abschließbare Garderobe. Rückgabe ebenfalls an der Rezeption.

### WERT GEGENSTÄNDE

Für Wertgegenstände übernehmen wir keine Haftung.

### GESUNDHEIT

Informiere uns rechtzeitig über Einschränkungen. Sollten Symptome einer Infektion auftreten, kann die Anwendung nicht stattfinden. Für die wunderbare Zeit der Schwangerschaft beraten wir Dich gern über geeignete Behandlungen, die Du auch während einer Schwangerschaft genießen kannst. Bei minderjährigen Gästen benötigen wir die Einwilligung der Eltern.

### NATURE SPA WERT-GUTSCHEINE

Beratung & Verkauf an der Rezeption.

### SPA ETIKETTE

Wir tolerieren kein unangemessenes **Verhalten** während einer Behandlung. Mitarbeiter haben das Recht, die Behandlung ggf abzuberechnen.

Die Nutzung der Pool- und Saunalandschaft bedarf einer gründlichen **Körperreinigung**. Dusche Dich vor und nach dem Saunagang. Aus hygienischen Gründen bitten wir Dich, in der Sauna keine Badebekleidung und Badeschuhe zu tragen. Nutze stattdessen zum Saunieren das Blaue Sauna-Tuch, das wir an den Saunen für Dich bereithalten als Liege und Sitztuch..

Wir sind ein **Nichtraucherhotel**. Der Genuss von Nikotin in all seinen Formen ist ausschließlich auf der Lakeside Terrasse gestattet.

Wenn Du deinen **Liegeplatz** verlässt, nehme bitte Deine persönlichen Sachen mit und machen für andere Gäste den Platz frei. Die Reservierung von Liegen ist nicht gestattet.

Das Natur SPA ist ein Ort der Ruhe und Entspannung. Der Gebrauch von **Mobiltelefonen, Laptops sowie Video- und Fotokameras** ist nicht gestattet. Aus Rücksicht auf andere Gäste unterhalten Sie sich bitte in allen Bereichen leise und zurückhaltend.

### STORNIERUNG

Solltest Du den Termin absagen, stornieren wir deine Behandlung 24 Stunden vor Beginn kostenfrei. Danach und auch in dem Fall, dass Du nicht zu deinem Termin kommen solltest, berechnen wir 80 % des Preises.

Preise inkl. MwSt. Mit Erscheinen einer neuen Preisliste verliert diese ihre Gültigkeit. Stand 30.3.23

[WWW.THESTARNBERGSEE.DE](http://WWW.THESTARNBERGSEE.DE)