



Meine Auszeit

Angebote für Ihren Urlaubstag





Willkommen

IM MONTE MARE SAUNA- & WELLNESSRESORT

Der Forscher David Livingstone (1813-1873) marschierte auf einer Afrika-Expedition tagelang im Eiltempo durch den Kongo. Am vierten Tag sollen ihm die einheimischen Träger die Gefolgschaft verweigert haben – sie taten keinen Schritt mehr. Sie nannten ihm auch den Grund: »Wir sind die letzten Tage so schnell marschiert, dass unsere Seelen hinter uns zurückgeblieben sind. Jetzt müssen wir warten, bis sie uns wieder eingeholt haben.« Auch wenn uns der Alltag für gewöhnlich fest im Griff hat: Behalten Sie Ihre Seele im Auge ... Und sollte sie sich mal wieder ein wenig von Ihrem Körper entfernt haben, legen Sie eine Pause ein und geben Sie ihr Gelegenheit, wieder mit Ihnen aufzuschließen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



»Sich fallen lassen und intensive Momente purer Entspannung spüren. Zeit für sich oder Zeit füreinander. Ruhe finden. Loslassen. Kraft tanken. Das ist Luxus. Gönnen Sie sich die Erholung, die Ihnen im normalen Alltag oftmals verwehrt bleibt.«



Aladin el Husain und das monte mare Bedburg heißen Sie herzlich willkommen.

Hinweise

FÜR EIN RÜCKSICHTSVOLLES MITEINANDER

Wir möchten die nachfolgenden Informationen bzw. Bitten als freundliche Hinweise verstanden wissen, deren Beachtung für alle Gäste verbindlich ist.

Wir freuen uns, dass Sie Ihre wertvolle Freizeit bei uns verbringen. Die Gäste in unserem Haus stehen zu jeder Zeit im Mittelpunkt all unserer Bemühungen. Damit Ihr Besuch so angenehm wie möglich verläuft, sind wir jedoch auch auf Ihre Mithilfe angewiesen. Bitte vergegenwärtigen Sie sich zu jedem Zeitpunkt, dass Sie zu Besuch bei einem Gastgeber sind, der gleichzeitig eine Vielzahl von unterschiedlichen Vorlieben und Interessen »unter einen Hut« bringen muss.

Ruhe und Erholung

Mit Rücksicht auf das Ruhebedürfnis aller Gäste, ist besonders in den Saunen, Dampf- und Schwitzbädern auf absolute Ruhe zu achten. Das Telefonieren mit Mobiltelefonen ist nur im Multimediaraum gestattet. Das Rauchen (inkl. elektronischer Zigaretten) im Außenbereich ist nur auf der Gastroterrasse hinter der Außengastronomie und der Raucherterrasse (vor der Feuersauna) gestattet. Der Konsum von Cannabis ist in der gesamten Anlage und somit auch in den ausgewiesenen Raucherbereichen verboten.

Benutzung digitaler Geräte

Auch wenn Handys heute zu unserem Alltag gehören, bitten wir Sie, im Rahmen Ihres Besuches auf deren Nutzung zu verzichten bzw. sie nur in dafür vorgesehenen Bereichen (Multimediaraum) zu nutzen. Ebenso ist das Fotografieren und Filmen verboten. Tablets, E-Books & Co dürfen im Multimediaraum sowie in der Kaminlounge/Gastronomie genutzt werden.

Für Ihre Wertsachen

Nutzen Sie bitte unsere Wertschließfächer in der Gastronomie.

Kleiderordnung

Selbstverständlich herrscht in den Saunen und Dampfbädern, sowie in den Pools und im Wellness-Bereich »Freikörper-Kultur«, die Badebekleidung ist also abzulegen. In allen Räumlichkeiten, insbesondere in Restaurants und Liegebereichen ist das Tragen eines Bademantels Pflicht.

Mitgebrachte Speisen und Getränke

Das Mitbringen und der Verzehr von eigenen Speisen und Getränken sind generell nicht gestattet. Unsere Gastronomie gibt Ihnen sowohl die Möglichkeit, sich preiswert zu versorgen, als auch anspruchsvoll verwöhnen zu lassen.

Austausch von Zärtlichkeiten

Damit Ihr Verhalten gegenüber den anderen Gästen und unseren Mitarbeitern keinen Anstoß findet, bitten wir Sie, alle Zärtlichkeiten die über einen Kuss hinausgehen, für zu Hause aufzusparen.

Reservieren von Liegen und Sitzmöglichkeiten

Das Reservieren von Liegen und Sitzmöglichkeiten ist nicht gestattet. Unsere Mitarbeiter sind angewiesen, reservierte Plätze im Innenbereich zu räumen, und Ihre Sachen in dafür vorgesehene Bereiche zu bringen, um allen Gästen die Möglichkeit zu geben, einen Platz zu bekommen. Gegen eine Tagesgebühr können Sie sich Ihre Liege oder Ihr DayBed für die Dauer Ihres Aufenthaltes reservieren.

Allgemeines

Im monte mare benötigen Sie kein Bargeld. Gastronomie-, Sauna-, Wellness- und Solarienbesuche werden auf dem runden Chip Ihres Umkleideschlüssels, den Sie am Handgelenk tragen, gebucht. Diese Leistungen bezahlen Sie bequem bar oder per EC-/Kredit-Karte am Ausgang.



GÖNNEN SIE SICH

Zeit für sich



←
Entspannungs-
momente
verschenken

Entspannungsmassagen mit mittlerem Druck

AROMAÖL-RÜCKENMASSAGE. Rückenmassage mit Armen (30 min)	55 €
ANTI-STRESS. gesamte Rückseite (40 min)	69 €
CHILLOUT. Ganzkörpermassage, Gesicht und Kopf ausgenommen (60 min)	98 €

Massage »monte mare Signature«

GANZKÖRPERMASSAGE. mit Fußbad (60 min)	98 €
--	------

Peeling-Zeremonien im Dampfbad

ab 2 Personen, zur Selbstanwendung

LOTUS PEELING. Orange, Litschisamen und Traubenkernöl (30 min)	15 €
RASUL DELUXE. Heilschlämme und Salz-Öl-Abrieb (30 min)	15 €
AKASHA. Meersalz, Sesam und Ziegenmilchlotion (30 min)	15 €

Massagen mit intensivem Druck zur Muskellockerung

THAILÄNDISCHE ÖLMASSAGE. gesamte Rückseite (40 min)	69 €
Ganzkörpermassage (60 min)	98 €
«LOMI LOMI NUI» HAWAIIANISCHE TEMPELMASSAGE. gesamte Rückseite (40 min)	69 €
Ganzkörpermassage (60 min)	98 €

Wohlfühlmassagen mit leichtem Druck

ABHYANGA. Ganzkörpermassage (60 min)	98 €
MUKABHYANGA. Gesicht-Kopf-Schulter-Nacken-Massage (40 min)	69 €
SANJEEVANA. Ayurvedische Teilkörpermassage, Kopf ausgenommen (40 min)	69 €
HOT STONE. gesamte Rückseite (40 min)	69 €
Ganzkörpermassage (60 min)	98 €

Bitte reservieren Sie vorab Ihren Massagetermin oder Ihre Wellnessbehandlung. Für alle Stornierungen, die weniger als 24 Stunden vor dem Termin vorgenommen werden, wird eine 50%ige Stornogebühr erhoben. Termine, die nicht von Ihnen abgesagt werden, werden zu 100% berechnet.

Anwendungen im Hamam

BODY SCRUB.

Auf dem warmen Marmorstein werden Sie mit einem Salz-Öl intensiv gepeelt. Diese Anwendung empfiehlt sich besonders bei müder und trockener Haut – die pflegenden Öle versorgen sie mit Nährstoffen und machen sie streichelzart. (30 min) 49 €

ORIENTALISCHE SEIFENWASCHUNG.

Nach dem Schwitzgang im Dampfbad wird der Körper mit einem Handschuh (Kese), abgerieben, das bewirkt ein intensives Peeling für die Haut. Die Ganzkörper-Seifenschäumwaschung verleiht dem Körper ein reines Hautgefühl. Das Haarewaschen rundet den Ganzkörpergenuss ab. (40 min) 69 €

TÜRKISCHES PASCHA-RITUAL.

Zusätzlich zur Waschung und zum Peeling werden Sie auf der warmen Marmorplatte mit einer Ganzkörper-Ölmassage verwöhnt. Die Hamam-Zeremonie entspannt Körper und Geist, lockert die Muskulatur und verbessert die Hautdurchblutung. Ihr Körper fühlt sich wunderbar leicht an. (60 min) 98 €

Beauty

STRAHLEND SCHÖN

Reinigung, Peeling, Ausreinigen, Augenbrauenkorrektur, Ampulle, Gesichtsmassage mit Maske, Tagespflege (60 min) 79 €

HERRLICH GEPFLEGT

Reinigung, Peeling, Ausreinigen, Ampulle, Gesichtsmassage mit Maske (40 min) 59 €

NATÜRLICH SCHÖN

Reinigung, Peeling, Augenbrauenkorrektur, Ampulle, Gesichtsmassage mit Maske (40 min) 59 €

FRISCHEKICK

Reinigung, Peeling, Gesichtsmassage (30 min) 39 €



Auszeit

Verwöhnbad

Wählen Sie aus folgenden Badezusätzen:
Champagneröllbad, Ziegenmilchbad oder
Fruchtiges Salzölbäd (ca. 30 min)

für 1 Person 30 €
für 2 Personen 50 €

FÜR EINEN ENTSPANNTEN

Urlaubstag

Unsere Wellnessempfehlung - Verwöhnprogramme pur

Nehmen Sie sich eine Auszeit und lassen Sie sich von uns verwöhnen. Mit den Wellness- und Beauty-Arrangements wird aus jedem Besuch ein »all-inclusive-Urlaub« mit vielen Extras. Die monte mare Arrangements sind sorgfältig für Sie zusammengestellt, um an einem einzigen Tag möglichst viel neue Energie tanken zu können.



Erholung für die Seele

145 €

- Tageskarte Sauna- & WellnessResort (Mo-So)
- 1 Massage nach Wahl (60 Minuten)
- 1 Glas Orangensaft (0,4l)

Hamam-Arrangement

140 €

- Tageskarte Sauna- & WellnessResort (Mo-So)
- 1 Gericht zur Auswahl aus der Speisekarte (ausgenommen Steakkarte)
- 1 hausgemachte Limonade nach Wahl
- Orientalische Seifenwaschung (40 Minuten)

Glücksmomente

119 €

- Tageskarte Sauna- & WellnessResort (Mo-So)
- 1 Massage nach Wahl (40 Minuten)
- 1 Glas Orangensaft (0,4l)

Entspannen und genießen

69 €

- Tageskarte Sauna- & WellnessResort (Mo-So)
- 1 Gericht zur Auswahl aus der Speisekarte (ausgenommen Steakkarte)
- Smoothie nach Wahl (0,4l)

Sauna-Tageskarte deluxe

72 €

- Tageskarte Sauna- & WellnessResort (Mo-So)
- 1 flauschiger Bademantel*
- 1 XXL Saunatuch 100 x 180 cm*
- 1 Badetuch 70 x 140 cm*
- frisch gebrühter Kaffee, Tee und erfrischendes Mineralwasser – so viel Sie möchten

* Verleih gegen Pfand

Kurz mal Wellness

50 €

- 4-Stunden-Karte
Sauna- & WellnessResort (Mo-So)
- 1 Peeling im Dampfbad nach Wahl (30 Minuten)

Upgrades

Runden Sie Ihren „Urlaubstag“ mit einem oder zwei Upgrades ab. Diese sind optional zu jedem Arrangement buchbar:

Flatrate für
Kaffee und
Wasser

+10 €
pro Person

Bademantel-
& Handtuch-
verleih

+19 €
pro Person

Alle Preise gelten pro Person. Alle Arrangements sind auch für mehrere Personen buchbar.

Bitte reservieren Sie vorab Ihren Massagetermin oder Ihre Wellnessbehandlung. Für alle Stornierungen, die weniger als 24 Stunden vor dem Termin vorgenommen werden, wird eine 50%ige Stornogebühr erhoben. Termine, die nicht von Ihnen abgesagt werden, werden zu 100% berechnet.

ERLEBEN SIE UNSERE

Vielfalt

Das monte mare Saunaparadies bietet Ihnen nicht nur die unterschiedlichsten Möglichkeiten zum Schwitzen, sondern eine perfekte Wohlfühl-Welt im balinesischen Ambiente. Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen, steht hier im Mittelpunkt. Ihren Bedürfnissen nach Ruhe, Entspannung und Ausgeglichenheit Raum zur Entfaltung zu schenken, ist unsere Profession. Entdecken Sie unsere großzügige Sauna- und Entspannungswelt und genießen Sie himmlische Ruhe in weitläufigen Innen- und Außenbereichen.

Im Innenbereich erwarten Sie:

- Traditionelles Tempelbad 50 °C
- Balinesisches Schwitzbad (Infrarotsauna) 45 °C
- Meditations-Sauna 60 - 80 °C
- Zeremonien-Sauna 85 - 95 °C
- Savannen-Sauna 90 - 100 °C
- Indonesisches Schlammbad
(für Wellness-Zeremonien) 35 - 40 °C
- Salzsounge mit täglicher Salzinhalation

Im Saunagarten erwarten Sie:

- Feuersauna 90 -100 °C
- Wassersauna 60 - 80 °C
- Gartensauna 80-85 °C
- Sinnespfad

Das großzügige Solebecken mit Unterwasser-
massagedüsen lädt zum Träumen ein.

Geheim-Tipp für einen entspannten Aufenthalt

Buchen Sie sich Ihren persönlichen Rückzugsort:

- Ruheliege für 1 Person 10 €
- Bambusbett für bis zu 2 Personen 20 €
- Strandkorb für bis zu 2 Personen 20 €





Es finden regelmäßig Aufguss-Zeremonien statt. Die ätherischen Öle bewirken ein intensives Klima und verstärken die positiven Eigenschaften des Saunierens.

Weitere Infos entnehmen Sie bitte unseren Aushängen vor Ort.

Wohlfühlmomente

ÖFFNUNGSZEITEN & EINTRITTSPREISE

Öffnungszeiten Sauna und Wellness

Montag bis Samstag 9.30 bis 22.30 Uhr

Sonntag 9.30 bis 20.00 Uhr

Der Zutritt zur Sauna ist ab 16 Jahren gestattet.

Standard-Tarife (werktags Mo. bis Fr.)

2 Stunden Sauna- & WellnessResort* 27,50 €

4 Stunden Sauna- & WellnessResort* 35,50 €

Tageskarte Sauna- & WellnessResort 42,50 €

Zuschlag samstags, sonntags, an Feiertagen
sowie in den Ferien (Herbst, Weihnachten, Ostern) 3,00 €

*Bei Zeitüberschreitung gilt je angefangene Stunde eine Nachzahlgebühr von 4,00 €, max. bis zur Tageskarte.

Sonder-Tarif (werktags Mo. bis Do., ohne Feiertag)

Feierabendtarif 18.30 bis 22.30 Uhr 27,50 €

Wasch- und Leihgebühr (zzgl. Pfand**)

Bademantel 8,00 €

Handtuch klein 5,00 €

Handtuch groß 6,00 €

Fleece-Decke 5,00 €

**Pfand wird bei der Rückgabe wieder erstattet bzw. dem Chip-Coin gutgeschrieben.

Wir freuen uns auf Sie!

monte mare

Sauna- & WellnessResort

Monte-Mare-Weg 1 · 50181 Bedburg

Telefon: 02272-906800

E-Mail: bedburg@monte-mare.de

www.monte-mare.de/bedburg



MONTE MARE GELDWERTKARTEN

Geldwertkarte und Wert	Ihr Vorteil
monte mare »START« (125 €)	10 %
monte mare »CLASSIC« (250 €)	15 %
monte mare »GOLD« (500 €)	20 %

Ermäßigt werden die Standard-Tarife im monte mare Bedburg.

