



Meine Auszeit

Angebote für Ihren Urlaubstag





Willkommen

IM MONTE MARE SAUNA- & WELLNESSRESORT

Das Wellness-Angebot im monte mare verwöhnt Körper und Seele. Millionen von Sinneszellen melden die sanften Berührungen an das Gehirn und bewirken wahre Wunder. Lassen Sie sich fallen bei einer ausgleichenden Entspannungs-Massage, verwöhnen Sie Ihre Haut bei einem Peeling oder lassen Sie sich nach einem anstrengenden Tag einfach den Muskelkater wegmassieren. Das Angebot an Massagen, pflegenden Behandlungen und Badezeremonien ist unerschöpflich. Unsere bestens ausgebildeten Masseur*innen vermitteln auf gekonnte Weise körperliche und seelische Entspannung und beraten Sie gern.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

we 
monte
mare

>> 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.<<



Moritz Jetter und das monte mare Kaiserslautern 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 Rauchen (inkl. elektronischer Zigaretten) ist nur im Bereich der Raucherhütte und rechts neben der Außengastronomie mit Aschenbecher gestattet. Der Konsum von Cannabis ist in der gesamten Anlage und somit auch in den ausgewiesenen Raucherbereichen verboten.

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.

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 dem dafür vorgesehenen Bereich zu nutzen. Ebenso ist das Fotografieren und Filmen verboten. Tablets, E-Books & Co dürfen nur der Kaminecke im Erdgeschoss (Hauptgebäude) genutzt werden.

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 Ruhebereichen ist das Tragen von Badeschuhen und eines Bademantels Pflicht.

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 im Ruhehaus oder Ihre Daybeds im Ruhehaus, in der Kräuterrunde, im Saunagarten und auf der Sonnenterrasse 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

Wohlfühlmassagen mit leichtem Druck

ABHYANGA Ganzkörpermassage (60 min)	98 €
MUKABHYANGA Gesicht-Kopf-Schulter-Nacken-Massage (40 min)	70 €
SANJEEVANA Ayurvedische Ganzkörpermassage, ohne Kopf (45 min)	79 €
HOT STONE gesamte Rückseite (40 min)	70 €
Ganzkörpermassage, ohne Gesicht und Kopf (60 min)	98 €

Entspannungsmassagen mit mittlerem Druck

AROMAÖL-RÜCKENMASSAGE Rückenmassage mit Armen (30 min)	56 €
FUSSMASSAGE Fußmassage mit Salzpeeling und Fußbad (30 min)	49 €
ANTI-STRESS gesamte Rückseite (40 min)	70 €
CHILLOUT Ganzkörpermassage, ohne Gesicht und Kopf (60 min)	98 €

monte mare Specials

MONTE MARE SIGNATURE Ganzkörpermassage mit Salzpeeling und Fußbad (60 min)	98 €
SHIYANGA Ganzkörpermassage (90 min)	145 €

Massagen mit intensivem Druck zur Muskellockerung

THAILÄNDISCHE ÖLMASSAGE gesamte Rückseite (40 min)	70 €
Ganzkörpermassage (60 min)	98 €
»LOMI LOMI NUI« HAWAIIANISCHE TEMPELMASSAGE gesamte Rückseite (40 min)	70 €
Ganzkörpermassage (60 min)	98 €

Bitte reservieren Sie Ihren Massagetermin oder Ihre
Wellnessbehandlung per Mail: wellness-kl@monte-mare.de
oder telefonisch unter 0631 3038350. 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-Seifenschaumwaschung
verleiht dem Körper ein reines Hautgefühl. Das Haarewaschen
rundet den Ganzkörpergenuss ab. (40 min) 70 €

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 €

HAMAM FÜR 2

Ganzkörperpeeling mit dem Handschuh, Ganzkörper-
waschung und Haare waschen, abwechselnde Schwitzgänge
im Dampfbad. (80 min) 140 €

Beauty

STRAHLEND SCHÖN

Reinigung, Peeling, Ausreinigen der Hautunreinheiten,
Augenbrauenkorrektur, Ampulle/Wirkstoffserum, Gesichts-
massage mit Maske, Tagespflege (60 min) 81 €

HERRLICH GEPFLEGT

Reinigung, Peeling, Ausreinigen der Hautunreinheiten,
Ampulle/Wirkstoffserum, Gesichtsmassage mit Maske (40 min) 61 €

NATÜRLICH SCHÖN

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

FRISCHEKICK

Reinigung, Peeling, Gesichtsmassage (30 min) 45 €

Terminabsprache nur per Email:
wellness-kl@monte-mare.de oder
telefonisch unter 0631-30 38 350

Peeling-Zeremonien im Dampfbad

ab 4 Personen, zur Selbstanwendung, je 30 Minuten

LOTUS PEELING.

Orange, Litschisamen und Traubenkernöl 5 €

RASUL DELUXE.

Heilschlämme und Salz-Öl-Abrieb 5 €

AKASHA.

Meersalz, Sesam und Ziegenmilchlotion 5 €

MINERAL BOOSTERS.

Zwei Peelings mit Calcuim und Kalium
und ein Magnesium-Aqua-Spray 5 €

TREAT
Yourself



Give the Gift
of Relaxation

Gentle relaxation massages

ABHYANGA	
Full-body massage (60 min)	98 €
MUKABHYANGA	
shoulder, neck, head and face massage (40 min)	70 €
SANJEEVANA	
Ayurvedic full-body massage excluding head (45 min)	79 €
HOT STONE	
Partial-body massage of the entire back (40 min)	70 €
Full-body massage ohne excluding head (60 min)	98 €

Medium pressure with
relaxation

AROMA OIL BACK MASSAGE	
Back and arm massage (30 min)	56 €
FOOT MASSAGE	
Foot massage with a sea salt scrub and soothing foot bath (30 min)	49 €
ANTI-STRESS AROMA OIL MASSAGE	
Partial-body massage of the entire back (40 min)	70 €
CHILLOUT	
Full-body massage excluding head (60 min)	98 €

Intensive Pressure /
Muscle Loosening

THAI OIL MASSAGE	
Partial-body massage of the entire back (40 min)	70 €
Full-body massage (60 min)	98 €
»LOMI LOMI NUI« HAWAIIAN TEMPLE MASSAGE	
Partial-body massage of the entire back (40 min)	70 €
Full-body massage (60 min)	98 €

monte mare Specials

MONTE MARE SIGNATURE	
Full-body massage with a sea salt scrub and soothing foot bath (60 min)	98 €
SHIYANGA	
Full-body massage (90 min)	145 €

Please reserve your massage or wellness treatment in
advance by email or phone. Cancellations made less than
24 hours before the appointment will incur a 50% cancellation
fee. Missed appointments will be charged in full.

Hamam – Oriental Body Rituals

BODY SCRUB	
Full-body scrub with sea salt and oil on a warm marble table (30 min)	49 €
ORIENTAL SOAP FOAM RITUAL	
Full-body scrub with a kese glove, cleansing foam wash, and hair wash. (40 min)	70 €
TURKISH PASHA RITUAL	
Traditional full-body scrub with a kese glove, cleansing foam wash, relaxing oil massage, and hair wash (60 min)	98 €
HAMAM FOR 2	
Full-body scrub with a kese glove, cleansing foam wash, hair wash, and steam bath session (80 min)	140 €

Facial Treatments

RADIANT BEAUTY	
Cleansing with exfoliation, removal of impurities, eyebrow shaping, active ingredient serum with facial massage, nourishing mask, and day cream (60 min)	81 €
GENTLEMAN’S MOMENT	
Cleansing with exfoliation, removal of impurities, active ingredient serum, facial massage, nourishing mask (40 min)	61 €
NATURAL GLOW	
Cleansing with exfoliation, eyebrow shaping, and active ingredient serum with facial massage (40 min)	59 €
FRESH KICK	
Cleansing with exfoliation and facial massage with active ingredient serum (30 min)	45 €

Appointments can be arranged via
email at wellness-kl@monte-mare.de
or by phone at +49 631 -30 38 350

Steam Bath Rituals

for a minimum of 4 participants, self-application
30 minutes each

LOTUS SCRUB.	
Orange, lychee seeds, and grape seed oil	5 €
RASUL DELUXE.	
White clay and salt-oil body scrub	5 €
AKASHA.	
Sea salt, sesame, and goat milk lotionn	5 €
MINERAL BOOSTERS.	
Two premium scrubs with calcium and potassium, plus a magnesium aqua spray	5 €

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)

Kurz mal Wellness

40 €

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

Sauna-Tageskarte deluxe

69 €

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

* Verleih gegen Pfand

Entspannen und genießen

69 €

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

Upgrades

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

Flatrate für
Kaffee und
Wasser

+10 €

Bademantel-
& Handtuch-
verleih

+19 €

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.

RELAXING

Spa Days

Our Wellness Recommendation: Pure Indulgence Packages

Take a break and let us pamper you. With our wellness and beauty packages, every visit becomes an “all-inclusive spa day” filled with special touches. Each monte mare package is designed to help you recharge and restore your energy – all in just one day.

Relaxation for the Soul

145 €

- Day Pass (Mon - Sun)
- Massage of your choice (60 min)
- Glass of orange juice (0,4 l)

Hamam Package

140 €

- Day Pass (Mon - Sun)
- 1 main course of your choice from our menu (excluding steak menu)
- 1 homemade lemonade of your choice
- Oriental soap foam massage (40 min)

Moments of Bliss

119 €

- Day Pass (Mon - Sun)
- Massage of your choice (40 minutes)
- 1 glass of orange juice (0.4l)

Quick Wellness Escape

40 €

- 4 hours Pass
Sauna- & WellnessResort (Mon - Sun)
- 1 steam bath peeling of your choice (30 minutes)

Sauna Day Pass Deluxe

69 €

- Day pass for the Sauna & Wellness Resort (Mon - Sun)
- One cozy bathrobe*
- One XXL sauna towel 100 x 180 cm*
- One bath towel 70 x 140 cm*
- Specialty coffee, tea, and refreshing mineral water – enjoy as much as you like

* deposit required

Relax & Enjoy

69 €

- Day Pass (Mon - Sun)
- 1 main course of your choice from our menu (excluding steak menu)
- Smoothie of your choice (0.4l)

Upgrades

Enhance your spa day with one or more optional upgrades:



Unlimited coffee and water

+10 €

Bathrobe & towel rental

+19 €

All prices are per person. Packages can also be booked for multiple guests.

Please reserve your massage or wellness treatment in advance. Cancellations made less than 24 hours before the appointment will incur a 50% cancellation fee. Missed appointments will be charged in full.

ERLEBEN SIE UNSERE

Vielfalt

Im Erdgeschoss (innen) erwarten Sie

- Sauna »natur pur«, ca. 70 °C
- Toskana-Sauna, ca. 60 °C
- Pfälzer-Babbel-Stubb, ca. 45 °C

sowie Gastronomie- und Aufenthaltsbereiche, Ruheraum, Whirlpool, Kneipp-Becken, Fußwärmebecken, Bewegungsbecken sowie ein Kalttauchbecken.

Im Obergeschoss (innen) »Oase der Sinne« finden Sie

- Aromazisterne ca. 45° C
- Dampfbad ca. 45° C
- Laconium ca. 40° C

sowie Solarium, Mental-Ruheraum mit Wasserbetten, Wellnessbereiche und das Solebecken mit AquaSound.

Im Saunagarten erwarten Sie

- Teichsauna 75° C bei 10 - 30% rel. Luftfeuchtigkeit
 - Erdsauna 80° C + 5° C Holzofen bei max. 10% rel. Luftfeuchtigkeit
 - Gartensauna 75° C bei 10 - 30% rel. Luftfeuchtigkeit
- sowie ein plätschernder Bachlauf, das Außenbecken mit Sprudel- und Massageliegen, ein Weinberg, ein Fußreflexzonenpfad sowie das Toskanische Ruhehaus mit einer großzügige Kamin-Lounge und Ruhogalerie.

Das Gradierwerk (Saline) lässt Sie das Meer riechen. Salzhalziges Wasser rieselt durch eine Wand aus Schwarz dornreisig und wird in feinste Tröpfchen zerstäubt. Ganz natürlich entsteht dabei der Solenebel mit seiner wohltuenden und heilsamen Wirkung für die Atemwege.



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

Unsere Öffnungszeiten an Feiertagen finden Sie auf unserer Homepage.

Standard-Tarife (werktags Mo. bis Fr.)

Sauna- & WellnessResort inkl. Sport- & Freizeitbad

2 Stunden* 27,50 €

4 Stunden* 35,50 €

Tageskarte 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/groß 5,00 €/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

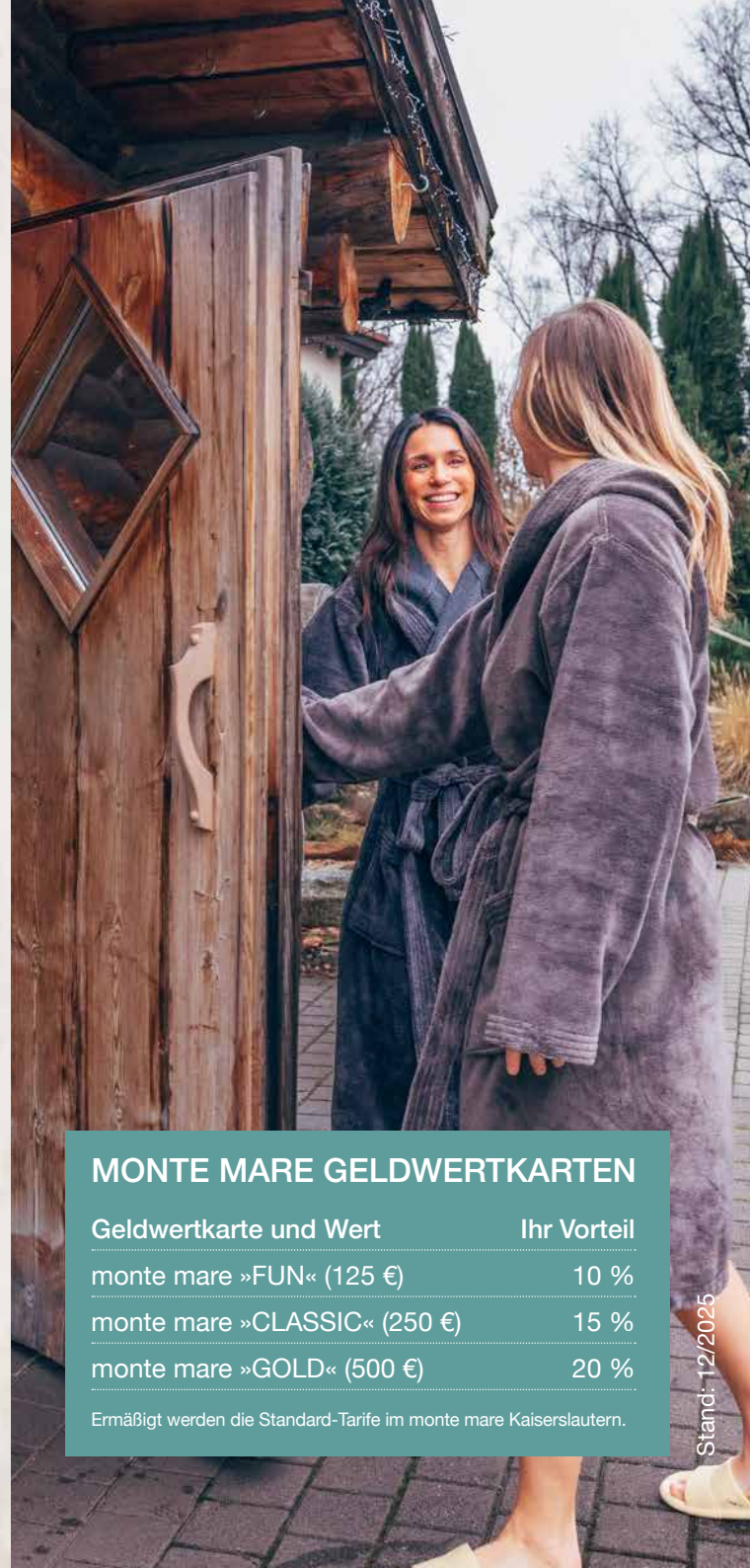
Sauna- & WellnessResort

Mailänder Straße 6 · 67657 Kaiserslautern

Telefon: 0631/3038-0

E-Mail: kaiserslautern@monte-mare.de

www.monte-mare.de/kaiserslautern



MONTE MARE GELDWERTKARTEN

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

Ermäßigt werden die Standard-Tarife im monte mare Kaiserslautern.

Stand: 12/2025