

Some

HOTEL & SPA



Wohlfühlmenü
2023



Ankommen. Loslassen. Da Sein.

Fühlen Sie sich rundum betreut und genießen Sie die Zeit für sich selbst. Gönnen Sie sich eine Behandlung, die Ihnen Energie und ein gutes Gefühl verleiht. Unser Sonne See Spa steht für Loslassen und den Kopf abschalten zu können.

So wecken wir neue Kräfte in Ihnen und lassen Harmonie und Ausgeglichenheit an die Oberfläche kommen. Sie starten mit neuer Kraft und Mobilität und können Ihren Urlaub rundum genießen.

Lassen Sie sich auf den folgenden Seiten inspirieren oder von uns persönlich beraten.

Das Sonne See Spa Team freut sich auf Sie!

Sanus per aquam ...

... gesund durch Wasser besagt das lateinische SPA. Das trinkwasserklare, badewarme Kärntner Seenwasser wirkt wohltuend auf Körper, Geist und Seele. Kärntner Seen Wellness löst den Alltagsstress vom Körper, versetzt ihn in einen schwebenden Ruhezustand und stellt das innere Gleichgewicht wieder her. Diese Erkenntnis verdanken wir einem internationalen Forschungsprojekt, welches vom Institut Joanneum Research in Weiz durchgeführt worden ist.

Schwimmen und der Aufenthalt am See sind ein wahrer Jungbrunnen:

- Der Massageeffekt festigt und strafft die Haut
- Tägliches Schwimmen stärkt Muskeln und Kreislauf
- Schont Gelenke, Wirbelsäule und Bandscheiben
- Die Herzfrequenz sinkt und das Herz arbeitet effektiver
- Der Körperrhythmus kommt wieder ins Gleichgewicht
- Verbesserte Schlafqualität
- Erholungswirkung hält noch nach dem Urlaub an
- Garantierte Nachhaltigkeit





„Momente des Glücks für Körper, Geist und Seele“

Mit der Wohlfühl-Symphonie erleben Sie den anregenden Kreislauf des Wassers und den Lebensrhythmus von 4 Elementen auf Ihrer Haut. Die Behandlungen sind einzeln oder in Kombination gerne buchbar.

Den Lebensrhythmus der 4 Elemente erfahren

Wasser:

Salzpeeling, Detox-Behandlung mit kühlender Pflege für die Füße und eine Gesichtsymphdrainage

Behandlungszeit: 70 min 105,-

Erde:

Heilerde Packung mit Körperbürstung auf der Schwebeliege, eine Fußreflexzonenmassage und eine Pediküre

Behandlungszeit: 100 min 133,-

Feuer:

Thalasso-Behandlung, mit Bindegewebsmassage und einen Short-Frischkick fürs Gesicht

Behandlungszeit: 125 min 170,-

Luft:

Wohltuende Packung auf der Schwebeliege, Gesichts- und Nackenmassage und eine Augenblick Behandlung

Behandlungszeit: 70 min 112,-



Unsere Partner

Babor - baborganics



Gemäß der Philosophie, das Beste aus der Natur mit den neusten Erkenntnissen der Wissenschaft zu verbinden, entfaltet BABOR Kosmetik ihre pflegende und verjüngende Wirkung auf Basis einzigartiger, pflanzlicher Wirkstoffkomplexe aus der hauseigenen Forschung.

Fair gehandelt und aus kontrolliert biologischem Anbau für die unterschiedlichsten Hautbilder und -zustände. Wirksamkeit auf höchstem Niveau – für ein sichtbar verbessertes, nachhaltiges gesundes Hautbild. Mit „baborganic“ nutzen wir die Kraft aus pflanzlichen Wirkstoffen der Bergwelt.

Kurland



Mit der Kraft der Natur – basierend auf „Altem Wissen“ aus der Natur- und Klosterheilkunde. Darauf spezialisiert ist Kurland, ein Pionier in der gesundheitsorientierten Wellnessanwendung. Ausgesuchte Produkte mit erlesenen und natürlichen Rohstoffen.

Sie sind von hochwertigster Qualität mit wissenschaftlich dokumentierter Wirksamkeit. Schwerelos, wohligh warm erleben Sie die Kurland-Anwendungen in der Schwebeliege.



Gesichtsbehandlung für Sie und Ihn

Sie buchen die Zeit und wir stimmen Produkte individuell auf Ihre Pflegebedürfnisse ab. Tun Sie Ihrer Ausstrahlung etwas Gutes und verstärken Sie sie durch eine Behandlung, die Sie zum Strahlen bringt!

50 min Behandlungszeit „Classic“

Hautberatung, Reinigung, Peeling, kurze Tiefenreinigung, Wirkstoffextrakt, Massage, Maske und Abschlusspflege

77,-

80 min Behandlungszeit „Straffung Pur“

Hautberatung, Reinigung, Formen der Augenbrauen, Tiefenreinigung, Wirkstoffkonzentrat, ausgiebige Gesichts-/ Hals- und Dekolleté Massage, Maske, Handmassage und individuelle Abschlusspflege

111,-

Sonne Organic – Strahlkraft

Ein spezielles Highlight, entspannende und aufbauende Behandlung, um Sie in Harmonie und Ihre Haut zu neuer Strahlkraft zu bringen. Durch intensive Inhaltsstoffe wird Ihre Haut optimal ver- und umsorgt – ganz individuell auf Ihre Hautbedürfnisse abgestimmt. Für Ihr strahlend schönes Aussehen!

Behandlungszeit:

50 min

77,-

Produktempfehlung:

- Skinovage Moisturizing Cream
- Skinovage Calming Cream
- Skinovage Balancing Serum



*Sonne
Tipp*

Sonne Organic – Energiequell DELUXE

Eine besonders intensive Behandlungskombination für höchste Pflegeansprüche. Mit besonders hoher Wirkkraft wird Ihre Haut maximal versorgt und in allen Bedürfnissen aufgebaut. Eine spezielle Gesichts-, Hals- und Dekolleté-Massage lässt sie tief abtauchen, Luft holen und Energie laden. Ob zur Feuchtigkeitsversorgung oder gegen sichtbare Müdigkeitserscheinungen der Haut, lassen Sie sich überraschen von der neuen Vitalität Ihres Aussehens!

Behandlungszeit: 80 min 111,-

Produktempfehlung:

- Skinovage Vitalizing Cream
- Ampoule Standard Multi Vitamin
- Vita Balance Pflege

Sonne Organic – Frischekick

Der schnelle Frischmacher, ideal zum Auffüllen der Feuchtigkeit als auch für die schnelle Behandlung bei zu viel Sonnengenuss! Reinigung, intensive Feuchtigkeitsbehandlung mit hochkonzentrierten Spezial-Ampullen und anschließender Feuchtigkeitsmaske oder Gesichtsmassage bilden eine Blitz-Erholungskur für Ihre Haut. Durchdringen – versorgen – beruhigen – erholen!

Behandlungszeit: 35 min 54,-

Produktempfehlung:

3erlei Ampullen

- Stop Stress
- Hydra Plus
- Collagen Booster



Sonne Organic – Pure Energising

Erleben Sie eine besondere Pflegesymphonie für Ihre Haut. Naturkraft pur mit hochsensibler Wirkkraft, ganz individuell auf Sie abgestimmt. Sie erleben alle Behandlungsschritte der 80 min Behandlung, den Genussgipfel bildet die spezielle Intensivmassage! Zeitgefühl verlieren, das Besondere erleben, sich selber und die eigene Haut revitalisieren – ein Versprechen das wir mit dieser Behandlung mit Leichtigkeit erfüllen!

Behandlungszeit: 80 min 111,-

Produktempfehlung:

- HSR Lifting Cream
- Ampoule Standard 3D Firming
- Variation Anti Stress Fluid
- Sauerstoff Booster Ampulle

*Sonne
Tipp*

Augenblick - Anti-Aging Behandlung

Die besonders sensible Haut rund um die Augen braucht eben- solche, feinfühligke Pflege. Während dieser Spezialanwendung wird Ihre Augenpartie mit einem erfrischenden Wirkstoffkon- zentrat, einer Augenmaske und entspannenden Massage gepflegt und verwöhnt.

Behandlungszeit: 20 min 41,-

Produktempfehlung:

Intensiv Augengel oder -creme

Babor Ultraschallbehandlung

Wirkt straffend, verfeinert das Hautbild, fördert die Durch- blutung und intensiviert die Einarbeitung von wohltuenden Pflegeprodukten.

Einzelbehandlung

Behandlungszeit: 50 min 80,-

Zusatzbehandlung

Behandlungszeit: 10 min 27,-



Babor Men - für frischen Teint

Energiespendende und revitalisierende Kurz- und Intensivbehandlung für den anspruchsvollen Mann zur tiefenwirksamen Entspannung. Hochwirksame Rezepturen auf natürlicher Basis für eine attraktive, gepflegte Ausstrahlung für Energie und pure Vitalität.

Relax & Fresh – Facial – Pflege für ihn

Abreinigen, Peeling, bedampfen, ausreinigen, Wirkstoffampulle, Maske, Massage und Abschlusspflege

Behandlungszeit: 80 min 111,-

Produktempfehlung:

Babor Men Calmin After Shave Fluid

Short Relax – Facial – Gesicht

Abreinigen, Peeling, Wirkstoffampulle, Maske, Massage und Abschlusspflege

Behandlungszeit: 50 min 77,-

*Sonne
Tipp*

Produktempfehlung:

- **Babor Men Dynamic Face Moisturizer**
- **Intensiv Serum**

Classics und Extras

	Einzelbehandlung	Zusatzbehandlung
Färben		
Augenbrauen	18,-	11,-
Wimpern	18,-	11,-
Depilation – Haarentfernung		
Gesicht (Oberlippe, Augenbrauen od. Kinn)	18,-	11,-
Bein bis zum Knie	36,-	31,-
Bein ganz	65,-	49,-
Achsel	18,-	11,-



Maniküre – Pediküre

Sorgfältige Maniküre – Ein Verwöhnprogramm für Ihre Hände

Maniküre Klassisch	25 min	37,-
Maniküre mit Lack	40 min	51,-
Maniküre mit French Lack	40 min	54,-
Maniküre zum Wohlfühlen	55 min	75,-
Maniküre, Handpeeling, Handpackung, Handmassage, Nagellack		
Maniküre mit Shellac	50 min	68,-

Achtsame Pediküre – mit Wohlfühlmassage zur Pflege und Revitalisierung Ihrer Füße.

Pediküre mit Fußpeeling	50 min	65,-
Pediküre mit Lack	55 min	68,-
Pediküre mit French Lack	55 min	70,-

Sonne See Spa - Ihr Entspannungsprogramm

Empfehlung: Verstärken Sie die Wirkung Ihrer Massage mit einer Entspannungspackung vorab in der Softpackliege.

Ganzkörpermassage „Classic“

Löst Muskelverspannungen, fördert die Durchblutung und bewirkt tiefenwirksame Entspannung

Behandlungszeit:	50 min	74,-
------------------	--------	------

Ganzkörperlymphdrainage

Dient der Lymphzirkulation zum Entstauen und Entwässern des Gewebes. Der Lymphfluss wird durch das Weiterpumpen der gestauten Lymphflüssigkeit unterstützt und entschlackt.

Behandlungszeit:	50 min	74,-
------------------	--------	------

Akupunktmassage

Energie wird ausgeglichen und gleichmäßig auf den gesamten Körper verteilt. Die Durchblutung wird dadurch verbessert.

Behandlungszeit:	50 min	71,-
------------------	--------	------



Rückenmassage

Bei Verspannungen in Schulter- und Nackenmuskulatur, häufiger Auslöser von Kopfschmerzen, werden durch die Tiefenwirkung der Rückenmassage Verspannungen gelockert und gelöst und die Durchblutung gefördert.

Behandlungszeit: 25 min 39,-

Beinmassage – unser Tipp bei Muskelkater

Angenehme Lockerung der Muskeln nach sportlichen Aktivitäten, wie Radfahren oder Wandern.

Behandlungszeit: 25 min 39,-

Gesichtslymphdrainage

Dient der Lymphzirkulation zum Entstauen und Entwässern des Gewebes. Der Lymphfluss wird durch sanften Druck unterstützt. Wirkt hautverjüngernd, entschlackend, entspannend und lindert Augenschwellungen.

Behandlungszeit: 25 min 39,-

Fußreflexzonenmassage

Jedem inneren Organ in unserem Körper wird ein bestimmter Teil des Fußes zugeordnet. Über die Reflexzonen auf Fußsohle und -rücken wird die Aktivität der inneren Organe aktiviert oder beruhigt und die Selbstheilungskräfte aktiviert.

Behandlungszeit: 25 min 39,-

Kopf-, Gesicht & Nackenmassage

Durch einfühlsame Berührungen werden Nacken und Kopf beruhigt und tiefenentspannt, frei von Verspannungen und Gedankenschwere. Sie fühlen sich danach gestärkt und herrlich erfrischt.

Behandlungszeit: 25 min 39,-

Aroma – Ölmassage

Unsere ätherischen Öle werden sanft in die Haut einmassiert und harmonisieren Körper, Geist und Seele.

Behandlungszeit: 25 min 39,-

Behandlungszeit: 50 min 71,-



Entspannungsmassagen

Ganzkörpermassage mit Latschenkiefernöl

Ätherisches Latschenkiefernöl fördert die Durchblutung und wirkt anregend auf den ganzen Organismus. Wirkt erfrischend und entspannend zugleich.

Behandlungszeit:	50 min	78,-
------------------	--------	------

Hot Stone-Therapie

Massagebehandlung mit warmen und kalten Steinen. Durch die rund geschliffenen Basaltsteine werden die Energiequellen des Körpers durch die Anwendung aktiviert. Tiefenwirksame Lockerung von Muskulatur und Verspannungen, Durchblutungsförderung und Entspannung.

Behandlungszeit:	50 min	79,-
Behandlungszeit:	80 min	111,-

Pantai Luar Kräuterstempelmassage

Zur Verbesserung der Durchblutung und Lockerung von Verspannungen. Verfeinert das Hautbild. Intensive Pflege und Straffung der Haut durch das ätherische Öl auf den Stempeln.

Behandlungszeit:	25 min	51,-
Behandlungszeit:	50 min	85,-

Klangschalenbehandlung

In der Klang-Entspannung lösen sich die Alltagssorgen und Blockaden. Die Selbstheilungskräfte werden aktiviert.

Behandlungszeit:	50 min	75,-
Behandlungszeit:	80 min	106,-



Ohrkerzenbehandlung

Ein befreiendes Gefühl für Kopf und Ohren. Die Behandlung hat große Erfolge bei Störungen im Nebenhöhlenbereich, Ohrenbeschwerden, Kopfdruck, Migräne sowie Verspannungen im Hals und Nackenbereich.

Behandlungszeit:	25 min	37,-
------------------	--------	------



Physiotherapie

Physiotherapie

Im Fokus steht der Mensch mit seinem Bewegungsapparat, sowie sich zeigende Symptome, Schmerzen oder Verletzungen nach Unfallgeschehen. Mit individueller und ganzheitlicher Behandlung werden Sie auf Ihrer körperlichen Reise ein Stück begleitet.

Erstbehandlung:

Auf Anfrage

Folgetherapie:

Auf Anfrage

Harmonische Körperpeelings

Unsere vitalisierenden Peelings befreien Ihren Körper sanft & pflegend von trockenen Hautschüppchen. Ihre Haut wird ideal vorbereitet auf nachfolgende Behandlungen, ist aufnahmefähiger und wird dadurch frisch & zart.

*Sonne
Tipp*

Salzpeeling mit Kärntner Kräutern

Behandlungszeit:	20 min	38,-
------------------	--------	------

Feuchtigkeitsspendende Rückenbehandlung

Peeling, Maske und Abschlusspflege

Behandlungszeit:	50 min	71,-
------------------	--------	------

Vitalisierender Ganzkörper Rosmarinzauber

Rosmarin Körperpeeling und Massage mit aktivierendem, ätherischem Rosmarinöl

Behandlungszeit:	55 min	79,-
------------------	--------	------

Produktempfehlung:

Kurland Ziegenbutter Körperlotion

Sonne See Spa Tipp:

Nach unserem Salzpeeling empfehlen wir Ihnen eine Ganzkörpermassage oder eine Packung in der Schwebeliege



Körperarrangements - das Herzstück der Entspannung

Schwerelos, wohlig warm (38,5°C), herrlich entspannen in der mit warmem Wasser gefüllten Schwebeliege bei einer Packung Ihrer Wahl. Die indirekte Wärme und absolute Schwerelosigkeit des Körpers ermöglicht ein hohes Maß an Entspannung und Entlastung.

Thalassotherapie

Löst Gewebestauungen, wirkt entschlackend, entwässernd und stoffwechselanregend

Behandlungszeit: 25 min 36,-

Alpen- Heupackung

Beruhigend für den Kreislauf, ideal bei Schlafstörungen und für den Stressabbau

Behandlungszeit: 25 min, 3 Auflagen 36,-

Behandlungszeit: 25 min, 5 Auflagen 38,-

Lavantaler Apfelpackung – unser Sommertipp

Feuchtigkeitsspendend, pflegend und aufbauend für die Haut

Behandlungszeit: 25 min 38,-

Moorpackung

Entzündungshemmend, muskelentspannend, zur Gelenksentlastung

Behandlungszeit: 25 min 36,-

Lehmpackung

Kühlend, entzündungshemmend, entstauend

Behandlungszeit: 25 min 36,-

Ziegenbuttercreme Packung und Nachtkerzenöl

Für sensible, empfindliche und trockene Haut zur sofortigen Pflege und Linderung.

Behandlungszeit: 25 min 38,-

*Sonne
Tipp*



Latschenkieferölpackung

Ätherisches Latschenkieferöl fördert die Durchblutung und wirkt anregend auf den ganzen Organismus. Wirkt erfrischend und entspannend zugleich.

Behandlungszeit: 25 min 36,-

Ganzkörper Aromaölpackung

Eine wohltuende Packung aus Mandelöl, Weizenkeimöl, Ziegenbuttercreme und ätherischen Ölen wirkt gegen Feuchtigkeitsverlust bei trockener Haut, Schuppenflechte und Neurodermitis.

Behandlungszeit: 25 min 36,-

Kürbiskernpackung

Wirkt stark entwässernd und gleichzeitig rückfettend, durch die hohen Anteile an Vitamin E.

Behandlungszeit: 25 min 36,-

Alpencremepackung

Mit Alpenkräuterpeeling und Ziegenbuttercreme-Pflege. Wirkt pflegend, beruhigend, entschlackend, ein Wohlgefühl für die Haut.

Behandlungszeit: 25 min 37,-

Sonne See Spa Tipp:

Zur optimalen Wirkung unserer Packungen empfehlen wir vorab ein Salzpeeling mit Kärntner Kräutern.



Wohl und Schön Fühlen

Auszeit – Auftanken – Aktivieren

Auszeit für den Körper – Entspannend & Beruhigend

1 Salzpeeling mit Kärntner Kräutern

1 Alpen-Heupackung, 3 Auflagen

Behandlungszeit: 50 min 69,-

Auftanken – Erfrischend & Entspannend

1 Lavantaler Apfelpackung

1 Aromaölmassage, 50 Minuten

Behandlungszeit: 75 min 101,-

Rundum Aktivierung – Gesund & Schön

1 Pediküre o. Lack

1 Sonne Organic – Strahlkraft

Behandlungszeit: 100 min 129,-

Sonne Vital – für die Seele

1 Packung nach Wahl

1 Aromaölmassage, 25 Minuten

Behandlungszeit: 50 min 70,-

Rückenentspannung

1 Lehmpackung

1 Rückenmassage

Behandlungszeit: 50 min 70,-

Rücken & Füße verwöhnen

1 Rückenmassage

1 Fußreflexzonenmassage

Behandlungszeit: 50 min 72,-



Entspannung für Mamas

Wertvolle Zeit vor dem Baby – Baby Träume

1 Ohrkerzenbehandlung, 25 min

1 Kopf-, Nacken- und Gesichtsmassage

Behandlungszeit:	50 min	65,-
------------------	--------	------

Entspannung für Mamis – Mami Träume

1 Sonne Organic - Strahlkraft

1 Mani- oder Pediküre mit Lack

Behandlungszeit:	85 min	115,-
------------------	--------	-------

(Ent)spannend für Kids und Teens

(bis 14 Jahre)

Kids-Massage	25 min	33,-
--------------	--------	------

Kids-Schnuppermassage	10 min	17,-
-----------------------	--------	------

Prinzessinnen Traum

coole, bunte Fingernägel

Behandlungszeit:	20 min	32,-
------------------	--------	------

Körperpackung für empfindliche Haut

In der Wärmeliege. Pflegend und Feuchtigkeits-spendend für sensible, empfindliche und trockene Haut, z.B. bei Neurodermitis oder Schuppenflechte

Behandlungszeit:	20 min	34,-
------------------	--------	------

Kids & Teens – Sonnenschein-Gesichtsbehandlung

Abreinigen, Peeling, Bedampfen,
Ausreinigen und Abschlusspflege

Behandlungszeit:	50 min	62,-
------------------	--------	------





Kinesiologie

Was erwartet Sie?

Im Einklang mit Körper, Geist und Seele.

Unterstützende Kinesiologie ist eine energetische Methode der Alternativmedizin, bei der durch seelisches Ungleichgewicht belastete Körperstellen ausgetestet werden.

Die Kernpunkte der Behandlung:

- Ausgleich energetischer Blockaden
- Erleichterung durch Muskeltest der Energiebahnen des Körpers
- Mobilisierung neuer Lebenskräfte
- Ausgleich emotionaler Dysbalancen und von Stress

Kennenlernsitzung:	50 min	85,-
Folgesitzung:	90 min	119,-

Fitnesstraining - Einzelcoaching

Gemeinsam mit unserem Fitnesstrainer erstellen Sie Ihren persönlichen Trainingsplan.

Willi Pinter bewegt seit über 15 Jahren Menschen, denen bewusst geworden ist, welche positive Auswirkung Bewegung für Körper, Geist und Seele ermöglicht.

- **Healthy Back:** Gezielte Rücken – und Dehnübungen.
- **Bauch-Beine-Po:** Einen flachen Bauch, feste Oberschenkel und einen knackigen Po durch eine Kombination von verschiedensten Fitnessübungen
- **Fat-Burner:** Der effizienteste Weg zum Wunschgewicht

1 Sitzung	45 min	45,-
-----------	--------	------



Saunen Entspannung

Der Sonne See DAYSPA bietet auch Tagesgästen die Möglichkeit der Entspannung auf höchstem Niveau. (Voranmeldung erforderlich)

Panoramasauna mit direktem Seezugang, mediterranes Dampfbad, Kräuterbadl, zwei entspannende Ruheräume mit Wasserbetten und Entspannungsliegen, Fitnessraum mit Seeblick und modernsten Techno Gym-Geräten, Seesauna, großzügiger Strandbereich mit komfortablen Liegen und Sonnendeck inkl. Spa-Tasche (Bademantel, Handtücher und Badeschuhe).

Seit dem Frühjahr 2023 erwartet Sie ein erweiterter Wellnessbereich mit komfortablem Liegebereich, Innen- und Außenpool, Whirlpool und einem atemberaubenden Blick auf das umliegende Panorama und den See.

Sonne DAYSPA Tages-Eintritt: € 38,- pro Erwachsenen

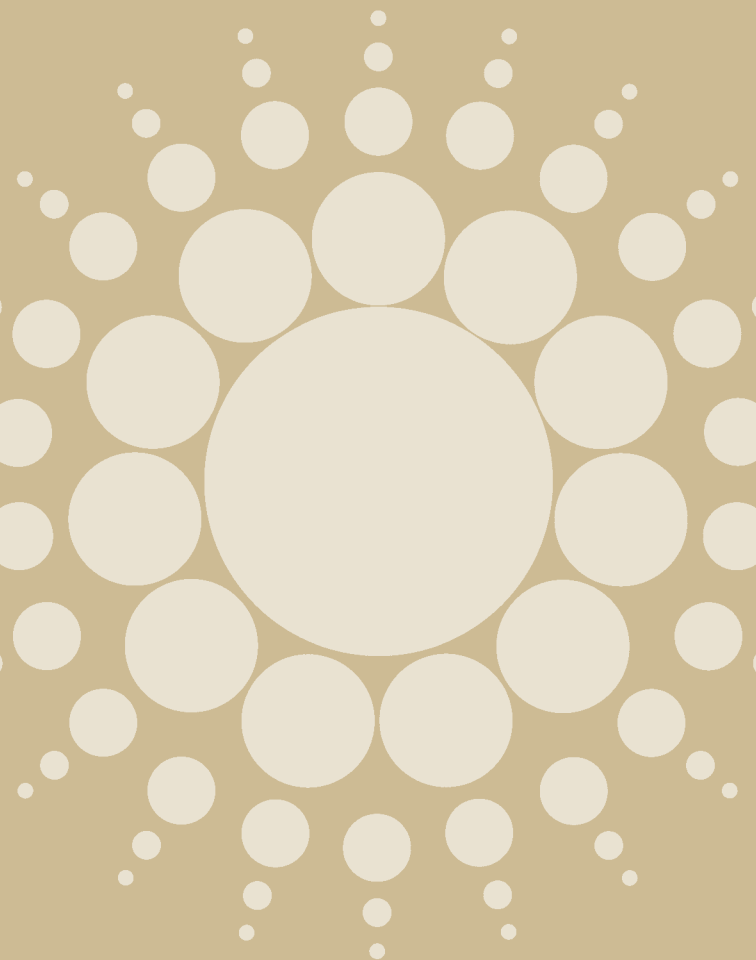
Lassen Sie sich durch unsere Sonne See Spa Behandlungen verwöhnen.

Ab einem Behandlungswert von € 55,- sichern Sie sich den ermäßigten Eintritt zum Preis von € 22,- pro Erwachsenen.

Terminvereinbarung telefonisch
T +43 (0)4239 2337
oder per E-Mail sonne@sonne.info

SONNE

HOTEL & SPA



Mateidl Hotel-Betriebsgesellschaft m.b.H.

9122 St. Kanzian/Klopeiner See
Westufer 17, Kärnten, Österreich

T +43(0)4239 2337

F +43(0)4239 2337-88

sonne@sonne.info

www.sonne.info