



Hotel *Sonne* Baiersbronn



Ihr Ferienhotel im Schwarzwald



Willkommen im Sonnen-Spa

Preisliste und Anwendungen



Herzlich willkommen ...

... im Hotel Sonne Baiersbronn im schönen Schwarzwald und in unserem **Sonnen-SPA**, Ihrem Rückzugsort für Entspannung & Wohlbefinden. Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag und tauchen Sie ein in die Welt der Ruhe und Erholung.

Unser exklusiver Spa- & Wellnessbereich bietet Ihnen alles, was Körper und Geist brauchen:

- Drei verschiedene Saunen
 - Ein Dampfbad
- Ein stilvoller Ruhebereich mit Wasserbetten
 - Ein Pool mit Gegenstromanlage (30°C)
 - Ein Whirlpool (37°C)
- Spa-Bereich mit Massagen & Beauty-Treatments

Erleben Sie pure Erholung – gönnen Sie sich Ihre persönliche Wellness-Auszeit!

**Gern beraten wir Sie auch persönlich:
per E-Mail info@sonne-baiersbronn.de
oder telefonisch unter der 07442 / 18015-0**

Wir freuen uns auf Sie!

Inhaltsübersicht:

Highlight-Shiatsu · Seiten 04 und 05

Wellnessmassagen · Seiten 06 und 07

Klassische Massagen · Seiten 08 und 09

Beauty Behandlungen · Seiten 10 und 11

Impressionen aus unserem Spa- & Wellnessbereich



Gesundheits- & Einverständnishaft

Bitte informieren Sie uns vor Ihrer Behandlung über bestehende Allergien, Verletzungen oder gesundheitliche Einschränkungen. Unsere Wellnessanwendungen dienen der Entspannung und ersetzen keine medizinische oder physiotherapeutische Behandlung.

Für gesundheitliche Reaktionen aufgrund nicht angegebener Einschränkungen übernehmen wir keine Haftung.

Ihre gesundheitsbezogenen Angaben werden ausschließlich zur optimalen Anpassung Ihrer Behandlung gemäß Art. 9 Abs. 2 lit. a DSGVO verarbeitet. Mit der Buchung erklären Sie sich mit der Durchführung der Behandlung einverstanden. Selbstverständlich können Sie diese jederzeit abbrechen, wenn Sie sich unwohl fühlen.

Highlights ~ Shiatsu und Fachfußpflege

by Francesca Tritto: ca. 1000 Stunden Ausbildung und jahrelange Praxiserfahrung

Francesca Tritto leitet den Spa-Bereich im Hotel Sonne Baiersbronn. Die ausgebildete Wellnesstherapeutin und Kosmetikerin verfügt über einen breiten Erfahrungsschatz aus 37 Jahren Tätigkeit im Spa-Umfeld, insbesondere in den Bereichen **Shiatsu** und **Fachfußpflege** - zwei Fachgebiete, in denen sie über eine außergewöhnlich tiefgehende Expertise verfügt und die zugleich zu den besonderen Alleinstellungsmerkmalen des Hauses zählen. Ihr Leistungsangebot umfasst außerdem unter anderem Micro-Needling PRO, Fußdruckpunkte-Massage, hämolympathische Lymphdrainage sowie Aqua-Gymnastik und Sauna-Aufgüsse.



Shiatsu ist eine japanische Form der Körperarbeit, die auf den Prinzipien der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) basiert. Der Begriff „Shiatsu“ bedeutet übersetzt „Fingerdruck“ und beschreibt die zentrale Technik dieser Methode. Dabei wird mit Fingern, Handflächen oder Ellbogen gezielter Druck auf bestimmte Körperpunkte und Energiebahnen (sogenannte Meridiane) ausgeübt.

Das Ziel von Shiatsu ist es, den Energiefluss im Körper, das sogenannte Qi, zu harmonisieren, Blockaden zu lösen und das körperliche sowie seelische Wohlbefinden zu fördern. Es kombiniert Aspekte der Akupressur, Massage und energetischen Heilmethoden.



Shiatsu kann helfen bei: Stress und Erschöpfung, Verspannungen und Schmerzen, Schlafproblemen, Verdauungsstörungen, emotionaler Unausgeglichenheit. Shiatsu betrachtet den Menschen ganzheitlich und zielt darauf ab, die Selbstheilungskräfte des Körpers zu aktivieren. Es wirkt beruhigend, ausgleichend und vitalisierend und ist sowohl präventiv als auch therapeutisch einsetzbar.

Die **Fachfußpflege** dient der fachgerechten Pflege und Gesunderhaltung der Füße. Sie umfasst unter anderem das Kürzen und Formen der Nägel, die schonende Entfernung von Hornhaut sowie die Behandlung von Druckstellen, Hühneraugen oder verdickten Nägeln. Die Fachfußpflege wird von Francesca Tritto, zertifizierte Fachkraft für medizinische Fußpflege, durchgeführt.

Die Behandlung erfolgt hygienisch, professionell und individuell angepasst an den jeweiligen Bedarf. Sie eignet sich sowohl zur regelmäßigen Vorsorge als auch bei empfindlichen oder besonders beanspruchten Füßen.



ICH-ZEIT EXKLUSIV

Hier stehen Ihre persönlichen Wünsche und Bedürfnisse im Mittelpunkt. Nach einem kurzen Vorgespräch wird der Behandlungsablauf flexibel auf Ihr aktuelles Wohlbefinden, mögliche Verspannungen oder gewünschte Schwerpunkte angepasst.

25 Minuten • 50 Euro

50 Minuten • 90 Euro

80 Minuten • 135 Euro

FACHFUSSPFLEGE

Gönnen Sie Ihren Füßen wohltuende und fachgerechte Pflege. Unsere Fachfußpflege sorgt für gesunde, gepflegte Füße und spürbare Erleichterung im Alltag. Je nach individuellem Bedarf kümmern wir uns unter anderem um das fachgerechte Kürzen der Fußnägel, das schonende Entfernen von Hornhaut, die Behandlung von Schründen und Rhagaden, das Versorgen eingewachsener Nägel sowie das Entfernen von Hühneraugen. Da der Pflegebedarf von Gast zu Gast unterschiedlich sein kann, bieten wir verschiedene Zeitfenster an. So können wir ausreichend Zeit für eine gründliche und individuell abgestimmte Behandlung einplanen.

25 Minuten • 55 Euro

40 Minuten • 79 Euro

60 Minuten • 99 Euro

SHIATSU BEHANDLUNG

Erleben Sie die wohltuende Wirkung einer Shiatsu-Behandlung, einer traditionellen japanischen Körpertherapie. Durch gezielten Druck mit Fingern, Handflächen und sanften Dehnungen entlang der Energiebahnen (Meridiane) wird der Energiefluss harmonisiert, Verspannungen gelöst und das innere Gleichgewicht gestärkt. Mit Dehnung und Moxa-Behandlung. Diese Behandlung fördert tiefe Entspannung, verbessert die Körperwahrnehmung und unterstützt die Selbstheilungskräfte.

25 Minuten • 50 Euro

50 Minuten • 95 Euro

SHIATSU BEHANDLUNG-DELUXE

Zusätzlich mit Moxibustion (durch Abbrennen von getrocknetem Beifußkraut werden Akupunkturpunkte mit Tiefenwärme stimuliert) und Körperdehnung.

80 Minuten • 145 Euro





Wellnessmassagen

Entspannungsmomente, die Alltag und Stress vergessen lassen.

AYURVEDISCHE MASSAGE

Erleben Sie eine ayurvedische Ganzkörpermassage mit warmem, duftendem Öl. Sanfte, fließende Bewegungen lösen Verspannungen, beruhigen das Nervensystem und fördern die innere Balance. Diese harmonisierende Behandlung hilft, Stress abzubauen, den Energiefluss zu aktivieren und Körper sowie Geist in Einklang zu bringen.

80 Minuten • 115 Euro

HONIG-ZUPF-MASSAGE

Die Honig-Zupf-Massage ist eine besondere Technik, die mit reinem, warmem Honig durchgeführt wird. Durch sanftes Zupfen und rhythmische Bewegungen werden Verspannungen gelöst, die Durchblutung angeregt und Giftstoffe aus dem Gewebe befreit. Diese natürliche Massage wirkt tiefenreinigend, aktiviert den Stoffwechsel und hinterlässt ein angenehmes Gefühl von Leichtigkeit und Wohlbefinden.

25 Minuten • 46 Euro

HOT STONE

Die Hot Stone Massage ist eine wohltuende Entspannungsmethode, bei der erhitzte Lavasteine gezielt auf den Körper gelegt und sanft in die Massage integriert werden. Die angenehme Wärme dringt tief in die Muskulatur ein, löst Verspannungen, fördert die Durchblutung und schenkt ein Gefühl tiefster Entspannung. Diese harmonisierende Behandlung wirkt beruhigend auf Körper und Geist – ideal, um Stress abzubauen und neue Energie zu tanken.

Teilkörperbehandlung 50 Minuten • 72 Euro
Ganzkörperbehandlung 80 Minuten • 115 Euro



KRÄUTERSTEMPELMASSAGE

Eine einzigartige Kombination aus Wärme, sanfter Massage und der Heilkraft aromatischer Kräuter. Die in Dampf erhitzten Kräuterstempel werden in fließenden Bewegungen über den Körper geführt, wodurch Verspannungen gelöst, die Durchblutung gefördert und die Haut gepflegt wird. Die wohltuenden Kräuteressenzen entfalten ihre beruhigende Wirkung auf Körper und Geist – für ein ganzheitliches Wellness-Erlebnis voller Entspannung und Regeneration.

50 Minuten • 85 Euro

AROMAÖLMASSAGE

Sanfte, fließende Massagetechniken kombiniert mit hochwertigen ätherischen Ölen lösen Verspannungen, fördern die Durchblutung und beruhigen den Geist. Die duftenden Essenzen wirken entspannend, revitalisierend oder harmonisierend – ganz nach Ihren individuellen Bedürfnissen.

50 Minuten • 82 Euro



Klassische Massagen

Durchatmen, loslassen und sich einfach wohlfühlen.

KOPF-, NACKEN- UND RÜCKENMASSAGE

Durch sanfte, aber wirkungsvolle Techniken werden Blockaden gelöst, die Muskulatur gelockert und das Wohlbefinden gesteigert. Diese Behandlung hilft, Stress abzubauen, Kopfschmerzen zu lindern und neue Energie zu tanken.

40 Minuten • 56 Euro

SPORTMASSAGE

Die Sportmassage ist ideal für alle, die gezielt ihre Muskulatur lockern und regenerieren möchten. Kräftige, tiefgehende Massagegriffe lösen Verspannungen, fördern die Durchblutung und entspannen die Muskulatur. Reduziert Muskelkater, fördert die Beweglichkeit und energetisiert.

35 Minuten • 51 Euro

FUSSDRUCKPUNKTMASSAGE

Eine gezielte Behandlung, die durch sanften Druck auf bestimmte Reflexzonen die Selbstheilungskräfte aktiviert. Diese Massage fördert die Durchblutung, löst Verspannungen und bringt Körper und Geist in Balance.

35 Minuten • 51 Euro

FUSSMASSAGE

Gönnen Sie Ihren Füßen eine entspannende Fußmassage, die Verspannungen löst, die Durchblutung fördert und ein Gefühl von Leichtigkeit verleiht. Mit sanften, gezielten Griffen werden Muskeln gelockert und Druckpunkte stimuliert.

20 Minuten • 39 Euro

ANTI-STRESS MASSAGE

Durch sanfte, rhythmische Bewegungen werden Verspannungen gelöst, der Geist beruhigt und das innere Gleichgewicht wiederhergestellt. Diese entspannende Behandlung hilft, Stress abzubauen, die Durchblutung zu fördern und neue Energie zu tanken.

50 Minuten • 79 Euro

GESICHTSMASSAGE

Genießen Sie eine individuelle Gesichtsmassage, die speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt wird. Mit sanften, harmonischen Bewegungen werden Verspannungen gelöst, die Durchblutung gefördert und die Haut gestrafft. Hochwertige Pflegeprodukte sorgen für ein erfrishtes, vitales Hautbild.

20 Minuten • 39 Euro

GANZKÖRPERPEELING

Fein abgestimmte Peeling-Partikel entfernen sanft abgestorbene Hautzellen, fördern die Durchblutung und hinterlassen ein samtweiches Hautgefühl. Diese Behandlung regt die Zellerneuerung an und sorgt für eine glatte, strahlende Haut – perfekt zur Vorbereitung auf eine Massage oder Pflegebehandlung.

25 Minuten • 45 Euro



Beauty Behandlungen

Sich selbst etwas Gutes tun und sich verwöhnen lassen.

KLASSISCHE GESICHTSBEHANDLUNG

Eine Behandlung die für neue Frische und ein gesundes Strahlen sorgt. Sie umfasst eine sanfte Reinigung, ein belebendes Peeling, eine verwöhnende Maske sowie eine entspannende Gesichtsmassage. Hochwertige Pflegeprodukte werden individuell auf Ihren Hauttyp abgestimmt.

50 Minuten • 95 Euro

ANTI-AGING-EFFEKT-ERLEBNIS

Hochwirksame Pflegeformeln mit regenerierenden Inhaltsstoffen straffen die Haut, mindern Fältchen und sorgen für mehr Elastizität. Durch gezielte Massagetechniken wird die Durchblutung angeregt und die natürliche Zellregeneration unterstützt. Das Ergebnis: Ein sofort sichtbarer Lifting-Effekt und eine strahlend frische Haut.

80 Minuten • 139 Euro

MANIKÜRE ODER PEDIKÜRE

Bei dieser verwöhnenden Behandlung werden die Nägel in Form gebracht, die Nagelhaut gepflegt und mit einer feuchtigkeitsspendenden Pflege verwöhnt. Auf Wunsch rundet ein glänzender oder natürlicher Lack das perfekte Finish ab.

50 Minuten • 75 Euro

65 Minuten • 90 Euro (inkl. Lackieren)

AUGENBRAUKORREKTUR

Durch präzises Zupfen oder Wachsen werden Ihre Brauen harmonisch geformt und optimal an Ihr Gesicht angepasst. Ein gepflegter Augenbrauenbogen betont Ihre Gesichtszüge und verleiht Ihrem Blick mehr Ausdruck und Frische.

20 Minuten • 29 Euro



WIMPERN & AUGENBRAUEN FÄRBN

Diese Behandlung verleiht Ihrem Blick mehr Ausdruck und spart Ihnen Zeit beim täglichen Schminken. Die speziell entwickelten Farben sind hautfreundlich und sorgen für ein langanhaltendes, intensives Ergebnis.

25 Minuten • 36 Euro



DR. LOHBECK
PRIVATHOTELS



Hotel Sonne Baiersbronn

Murgtalstr. 323 · 72270 Baiersbronn-Röt

info@sonne-baiersbronn.de

www.sonne-baiersbronn.de

Telefon +49 (0) 7442 18015 - 0

Fax +49 (0) 7442 18015-99

Ein Haus der Privathotels Dr. Lohbeck
Barmer Straße 17 · 58332 Schwelm



Stand: April 2026

Fotonachweis: AdobeStock / ronstik - ArtSys / PONPON / baranq / Cheetose / Rido

DIE APP DER PRIVATHOTELS DR. LOHBECK im App Store & bei Google Play – GRATIS DOWNLOADEN

