



Dem Himmel so nah.



Im Schwarzwald daheim.

## WohlFit © Wellness im Waldhotel NaturSpa



# Urlaub für Geist, Seele und Körper



**Herzlich willkommen** im neuen Waldhotel NaturSpa –

Ihrer Oase für Erholung, Entspannung und Inspiration. ...

Tanken Sie neue Kraft in einem Wellnessbereich, der mit vielen Naturelementen wie Altholz, Fichte, Zirbelholz, Schiefer- und Salzsteinelementen als ein Ort der Geborgenheit für Sie gestaltet wurde.



## Day-Spa oder Night-Spa Angebote

**Day-Spa oder Night-Spa** - Eintrittspreise (gilt nur für Tagesgäste)

Eintritt DaySpa / NightSpa

€ 25 pro Person

(10.00-15.00 Uhr oder 18.00-21.30 Uhr, auf Anfrage)

10er-Karte für € 150 pro Person (nur gültig 8.00 -15.00 & 18.00-21.30 Uhr | samstags nicht gültig)

+ Wellnesstasche mit Sauna & Handtüchern, Bademantel

€ 14 pro Person

+ Kuchen/ Kaffee Gedeck oder Vesper Auswahl (warm oder kalt)

€ 10 pro Person

+ leichtes 2-Gang Vital-Menü (Hauptgangwahl)

€ 33 pro Person

+ 5-Gang Waldküchen-Menü

Preis nach Karte

+ Panorama Whirlpoolbad in der Partner-Wanne

€ 30 bei Einzelnutzung

Auf Wunsch auch mit Glas Winzersekt/ Cocktail (mit Aufpreis)

€ 45 bei Paar-Nutzung

**Im Preis enthalten ist die Nutzung von:**

- ✓ Wald-Wintergarten Ruheoase, Inspirations-Angebote, Obst, Quellwasser & Tee
- ✓ Panorama-Hallenbad (6x12m) mit Panoramaliegen & Sitzgruppe
- ✓ Relax-Panorama-Sauna (Textilbereich / 45 - 50 °C von 9.00 Uhr - 21.30)
- ✓ Dampf-Aroma-Bad / Tepidarium (Textilbereich / Dampfbad 12.00-20.00 Uhr & Tepidarium 7.30-12.00 Uhr)
- ✓ Salzstein-Infrarot-Kabine (Textilbereich von 7.30 - 21.30 Uhr)
- ✓ Fitness-Raum mit Cardio-Geräten / Großbild TC, Hantelbank & Gymnastikraum / Tischtennis
- ✓ Textilfreies Wald-Saunahaus mit finnischer Sauna (90° | 10.15-21.30 Uhr) und Bio-Kräutersauna (50-55°C 10.15 Uhr - 21.30 Uhr)
- ✓ Teilnahme an den Entspannungs- & Bewegungstrainings des WohlFit© Gästeprogramms (aktuelles Programm erhältlich an der Rezeption)
- ✓ Zwei Umkleidebereiche und sanitäre Anlagen



## WohlFit<sup>®</sup> Gästeprogramm

Ob als Hotel- oder auch als Tagesgast laden wir Sie ein an unserem **WohlFit<sup>®</sup>** Gästeprogramm teilzunehmen. Es beinhaltet tägliche Angebote für Ihr ganzheitliches **Wohlsein** und Ihre **Fitness** / Gesundheit, die Sie nachhaltig in Ihren Alltag stärken werden wie:

- AquaFit, RückenFit, basische Anwendungen wie das Honig-Salz peeling im Dampfbad, „Guten Start in den Tag“ Rituale wie Morgenbürsten

- Nordic Walking und Nordic Fitness (Koordinationsübungen und Natur-Gymnastik)
  - geführte Erlebniswanderungen (auch bei Nacht oder im Winter mit Schneeschuhen)
  - Langlauf-Kurse (mit der Nordic Schule) oder Mountainbike-Technik-training
  - die „kleine Auszeit“, Achtsamkeitswanderungen und „Himmel auf Erden“
- Gerne erhalten Sie das aktuelle Wochenprogramm an der Hotel Rezeption.



## Waldhotel NaturSpa – Ein Ort zum Entspannen

Lassen Sie sich in unseren harmonischen NaturSpa Behandlungsräumen von liebevollen und professionellen Händen Gutes tun.

Gerne beraten wir Sie persönlich in unserer Wellness-Sprechstunde. Die Zeiten hierfür können Sie dem WohlFit© Gästeprogramm entnehmen. Termin-Absprachen können an der Hotel Rezeption gemacht werden.

# Bäder-Anwendungen

Das Bad galt schon in der Antike als wichtigste Grundlage der Körperpflege. Die Menschen schätzten schon damals die Wohltaten eines ausgedehnten Bades. Es entspannt die Glieder und die Seele. Diese Wirkung wird durch unsere natürlichen Badezusätze gesteigert. Wir verwenden ausgewählte Wiesenkräuter aus der Bergwelt Südschwarzwald sowie Bade-Zusätze und Aromen in Bio-Qualität. Manche wirken anregend, andere beruhigend. Alle haben eines gemeinsam. Sie steigern Ihr Wohlbefinden!

Genießen Sie alleine oder zu zweit in der Paar-Whirlpoolwanne mit Panoramablick auf Wald und Wiesen. Auf Wunsch hören Sie Entspannungsmusik und genießen Lichtreflexe. Die Whirlpool-Funktion steuern Sie ebenfalls individuell nach Ihrer Vorliebe.

## Schwarzwälder Sprudelbad (ca. 30 min)

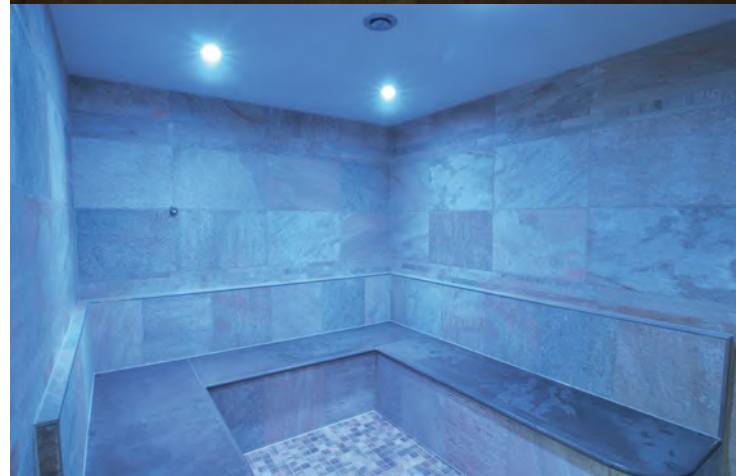
Klassisches Entspannungsbad mit Latschenkiefer & Kräuter-Aromaölen  
Genießen Sie Farben, Musik und Sprudel ganz nach Ihrem Geschmack  
für 2 Personen in der Paabadewanne € 35,-  
für 1 Person € 30,-  
Gerne auch mit einem Glas Sekt oder Cocktail (gegen Aufpreis)

## Basisch-Mineralisches Bad

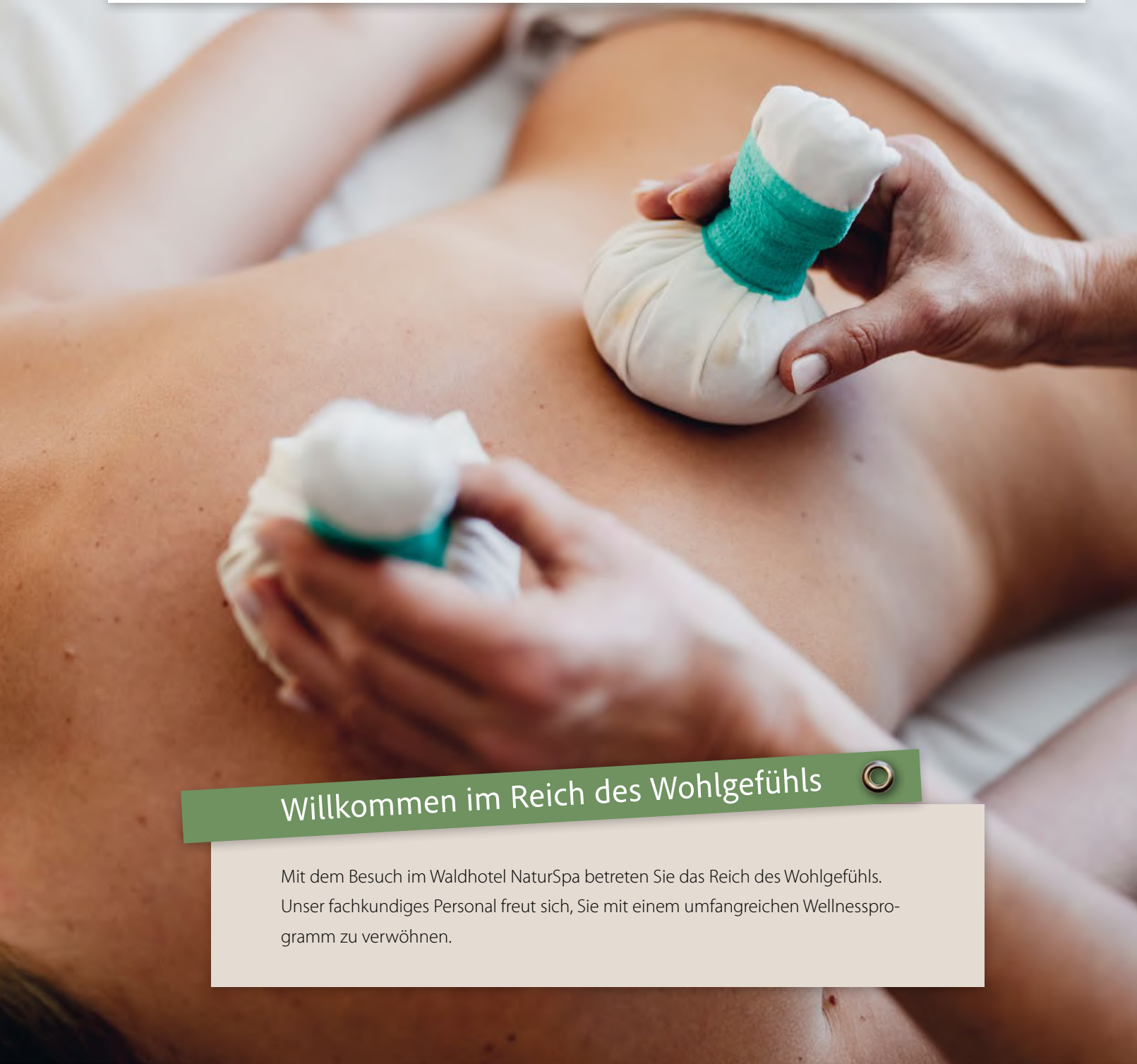
Das Basisch-Mineralische Badesalz enthält 9 Edelsteine und hat einen pH-Wert von 8,5. Durch den hohen pH-Wert wird eine direkte Hautentschlackung angeregt. Die Haut wird weich wie Samt und Seide und Sie erfahren eine wohlige Tiefenentspannung. Herrlich zum Abschalten und einfach zum Genießen. Zum Abbürsten stehen Ihnen Basen-Bürsten und eine Anleitung zur Verfügung.  
für 2 Personen in der Paabadewanne € 40,-  
für 1 Person € 35,-  
Aufpreis für eine eigene Schwarzwald-Basenbürste € 10 (für zuhause)

## Zum Selbstauftragen im Dampfbad

Das Peeling wirkt reinigend und rückfettend. Das Einmassieren im Dampfbad verstärkt die Wirkung. Genießen Sie die kurze Auszeit in unserem Dampfbad mit dem wohltuenden Duft der Schwarzwälder Tanne. Das Ergebnis ist samtweiche und gepflegte Haut.  
Eine Anwendung pro Person 10,- Euro



# Massage-Angebote



## Willkommen im Reich des Wohlgefühls

Mit dem Besuch im Waldhotel NaturSpa betreten Sie das Reich des Wohlgefühls. Unser fachkundiges Personal freut sich, Sie mit einem umfangreichen Wellnessprogramm zu verwöhnen.

## Massage-Angebote

---

### Rückenmassage

25 min 46,- €  
Muskelverspannungen werden gelöst, der ganze Rücken wird intensiv massiert. Eine allgemeine Entspannung breitet sich aus.

### Ganzkörpermassage

50 min 79,- €  
Der Körper wird mit Aromaöl massiert. Mit verschiedenen Massagegriffen werden stressbedingte Verspannungen gelöst, die Durchblutung und der Stoffwechsel werden angeregt.

### Wanderer Massage

50 min 79,- €  
Zur Entspannung der Muskeln nach einem aktiven Tag. Sie baden in einem Kräuterfußbad und erhalten eine Bein- Fußmassage und Rückenmassage mit Kräuteröl.

### Fuß-Druckpunkt Massage

25 min 46,- €  
50 min 79,- €  
Bringt absolute Entspannung um einmal den Alltag hinter sich zu lassen. Zur 50- minütigen Fuß- Druck-Punkt Massage erhalten Sie eine Kopf, Nacken und Gesichts- Massage.

### Behandlung nach Dorn

50 min 102,- €  
Sanfte Wirbel und Gelenkbehandlung. Mit gezielten Griffen können Gelenkblockaden, verschobene Wirbel und Beckenschiefstände ausgeglichen werden. Ganzkörperbehandlung mit regenerierendem Johanniskrautöl.

### Faszien Massage

25 min 50,- €  
50 min 89,- €  
Faszien Rücken oder Ganzkörpermassage. Regt die Durchblutung an und löst gezielt Verspannungen. Verklebte Faszien werden gelöst.

### Bergkräuter -Stempel Massage

50 min 89,- €  
Erleben Sie dieses Waldhotel Treatment mit Waldkräutern aus dem Schwarzwald.

### Basische Salz -Öl Massage

50 min 79,- €  
Angenehm sanfte und gleichzeitig aktivierende Körpermassage. Das Salz und das hochwertige Öl wirken entschlackend und entgiftend. Samtweiche Haut ist das Ergebnis.

## Hot-Stone Massage

35 min 67,- €  
50 min 91,- €

Warmes Kräuteröl und die massierende Bewegung der Basalsteine lösen Verspannungen. Ein wunderbar harmonisches Gefühl. Sie spüren intensiv die Wirkung der warmen Steine und dem Kräuteröl.

## Waldhotel Wohlfühl Angebote

---

### „Die Kraft des Waldes“

65 min 115,- €

Bei dieser besonderen Ganzkörpermassage wird kostbares Tannennadelöl auf die Haut verteilt und mit vielen Streichungen massiert. Eine Wohltat für die Sinne. Absolute Tiefenentspannung ist das Ergebnis dieser wundervollen Behandlung.

### Mama's Waldhotel Auszeit

50 min 84,- €  
Entspannendes Fußbad- sanfte entstauende Beinmassage. Intensive Schulter, Nacken und Kopfmassage. Diese Behandlung eignet sich besonders gut für schwangere Frauen.

### Waldhotel Rücken-Fit-Massage

35 min 65,- €  
Gezielt wird Muskelverspannung mit Wärme der „heißen Rolle“ mit speziellen Massagegriffen und der altbewährten Schröpftechnik gelockert.

### Waldhotel Gedankenruhe

25 min 46,- €  
Intensive Kopf und Nackenmassage. Ideal um den Kopf frei zu bekommen. Lindert Nackenverspannungen, Kopfschmerz und lässt Sie zur Ruhe kommen.

### Waldhotel Alltagsvertreiber

35 min 65,- €  
Rücken-Kopf- und Nackenmassage.  
Ideal zum Lösen stressbedingter Nacken, Rücken und Schulterverspannungen. Lassen Sie den Alltag hinter sich.

### Waldhotel Partnermassage Kurs

75 min für 2 Personen 108,- €  
Wollten Sie schon immer einmal Ihre/n Partner/in mit einer wohltuenden Massage verwöhnen bzw. lernen wie Sie das noch besser machen können? Gerne weihen wir Sie in die Geheimnisse der Massagetechniken ein und massieren mit Ihnen zusammen jeweils Ihre/n Partner/in.

Inklusive einem Fläschchen Schwarzwald Massageöl für zuhause.

# Kosmetik





## Kosmetikbehandlungen

---

### Gesichtsbehandlung Klassik

50 min 85,- €  
Reinigung, Peeling, Augenbrauenkorrektur, Tiefenreinigung, Massage, Maske, Abschlusspflege, individuelle Pflegeberatung  
Wählen Sie zwischen Dr. Barbara Boos Naturkosmetik oder Sothys Wirkstoffkosmetik.

### Gesichtsbehandlung Männersache

50 min 85,- €  
Aktive Sothys Wirkstoffe auf die Ihre Haut nur gewartet hat.  
Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Massage, Maske Abschlusspflege, individuelle Pflegeberatung

### Gesichtsbehandlung Bildschön

75 min 114,- €  
Klassische Gesichtsbildschön inklusive Brauen und Wimpern färben.  
Schalten Sie ab und lassen sich verwöhnen.

### Gesichtsbehandlung Happy Aging

75 min 135,- €  
Gesichtsbehandlung für sehr anspruchsvolle Haut.  
Reinigung, Peeling, Augenbrauenkorrektur, Tiefenreinigung, Happy Age Wirkstoff- Konzentrat, Massage, Spezialmaske, Abschlusspflege.

### Gesichtsbehandlung Detox Energie

75 min 125,- €  
Gegen umweltbedingte Hautalterung. Eine vitalisierende Energie-Behandlung mit dem Power Wirkstoff des Ginsengs und dem Bio-Holunder. Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Augenbrauenkorrektur, Wirkstoffserum, Massage, Maske, Abschlusspflege

### Gesichtsbehandlung Einklang

50 min 93,- €  
Für sehr empfindliche und gestresste Haut. Diese entspannende Behandlung bewirkt, dass Ihre Haut zu Ihrem natürlichen Gleichgewicht zurückfindet.  
Reinigung, sanftes Peeling, Serum, Massage, Maske, Abschlusspflege, individuelle Pflegeberatung

## Gesichtsbehandlung Naturschön

75 min 112,- €  
Bio Pflegebehandlung mit den einzigartigen Produkten der Sothys Organics Linie. Die Haut wird belebt und bekommt einen sofortigen Ausstrahlungskick.  
Reinigung, Peeling, Tiefenreinigung, Augenbrauenkorrektur, Serum, Massage, Handmassage, Maske, Abschlusspflege

### Waldhotel Augenblick

25 min 45,- €  
Genießen Sie diese intensive Augenbehandlung. Hyaluron sorgt für eine Sofortwirkung- eine Edelsteinmassage lässt Sie tief in diesem Augenblick ankommen. Die Augenpartie wirkt sofort erfrischt.  
Edelsteinmassage, Hyaluron Augenpads, Augenpflege

### Augen Kombination

25 min 40,- €  
Wimpern und Augenbrauen färben, Augenbrauenkorrektur  
Bitte erscheinen Sie ungeschminkt zu dieser Behandlung.

### Zusätzlich in der Gesichtsbildschön buchbar:

Wimpern färben + 15,- Euro  
Brauen färben + 10,- Euro

Möchten Sie Brauen und Wimpern während einer Gesichtsbildschön-ung gefärbt haben, wählen Sie die Gesichtsbildschön.

## Körperanwendungen

---

### Schwarzwälder Kirsche

50 min 84,- €  
Kirschkörperpeeling und Kirschkernelöl Packung.  
Einzigartiges Erlebnis für samtweiche Haut..

### Kirschblüten Ganzkörperbehandlung

75 min 120,- €  
Ein sanftes Enzympeeling, eine energispendende Fußmassage sowie eine entspannende Ganzkörpermassage entführen Sie in das Land der Kirschblüte.



# Waldhotel-Arrangements



Weil Sie es sich wert sind...

Zeit ist in der heutigen Welt ein wichtiges Gut und ein besonderes Geschenk dazu. Warum schenken Sie sich nicht einfach Zeit! Zum Erholen, zum Verlieben, zum Energietanken, zum Abschalten... für alle, die den besonderen Moment des Genießens zu schätzen wissen.



Alle Arrangements sind als Geschenkgutscheine erhältlich!

## Unsere Verwöhn-Arrangements

### „Zeit für sich“

55 min 78,- €  
 Ankommen-Eintauchen- Entspannen: Im privaten Spa Bereich werden Sie bei einer Tasse Bergkräuter Tee empfangen. Im Whirlpool mit Panoramablick genießen Sie das Tannen- Aromabad. Verwöhnt werden Sie zudem mit einer Rückenmassage.

### „Wald-Stille“

50 min 87,- €  
 Kräuterfußbad, Bein- und Rückenmassage mit hochwertigem Kräuteröl, entspannende Kopfmassage.

### „Natur-Liebe“

80 min 122,- €  
 Rückenmassage mit Kräuteröl und klassische Gesichtsbehandlung.

### „Zeit zu zweit“

Verwöhnzeit 65 min pro Person Paketpreis 158,- €  
 Stoßen Sie mit einem Glas Sekt bei einem Sprudelbad in der Paar-Whirlpoolwanne auf Ihre Zweisamkeit an. Im Anschluss genießt jeder eine entspannende Teilkörpermassage.

### „Schwarzwald- Liebe“

75 min 120,- €  
 Lassen Sie sich von einem Schwarzwald Erlebnis überraschen. Ihr Körper wird mit einem Peeling verwöhnt. Die anschließende Ganzkörpermassage mit Tannennadel-Öl lässt Sie den Alltag vergessen. Ganzkörperpeeling, Ganzkörpermassage

*Auf der Suche nach einem Geschenk, das immer gut tut und passt? Verschenken Sie Erholung, Ruhe und Genuss! Ansprechende Geschenkgutscheine für alle Anwendungen/Arrangements sowie individuelle Gutschein-Beträge erhalten Sie gerne an der Rezeption.*



## Balance für Ihren Säure-Basen-Haushalt

Schöpfen Sie neue Kraft mit unserer Basen-Entschlackungs Kur. Die Kur basiert auf den 3 Säulen basische Ernährung, basische Bäder & Anwendungen für den Körper, sowie moderate Bewegung und Entspannung.



Basische Ernährung verhindert naturgemäss eine Übersäuerung (die bekanntlich für viele chronischen Leiden verantwortlich gemacht werden kann) und hilft bei einer bestehenden Übersäuerung, diese abzubauen. Unser Bewegungs- und Entspannungs-Angebot sowie die basischen Wellness-Anwendungen unterstützen Ihren Körper beim Entschlacken und Abbau von Giftstoffen. Wir werden Sie individuell bei den Behandlungen beraten.

## Machen wir uns daran unnötigen Ballast loszulassen...



Zum Beginn Ihrer Kur werden Sie durch ein ausführliches Einführungsgespräch auf Ihre Kur vorbereitet. Sie erhalten alles für Ihr tägliches basisches Fußbad, den Basentee und Informationen zur Ernährung während Ihrer Wellnesskur.

Während Ihres Kur-Aufenthalts genießen Sie ein basisches Bad in der Whirlpoolwanne (30 min), eine Waldhotel Fastenmassage (50 min), zwei basische Salz-Öl-Massagen (50 min), eine entgiftende Detox Gesichtsbildung (50 min).

Lernen Sie außerdem das basische Salz zum Selbstauftragen im Dampfbad kennen. Weiterhin enthalten sind die täglichen Angebote von Bewegungs- und Entspannungstraining sowie das basische Morgenbürsten im WohlFit Gästeprogramm.

### Die komplette Basen-Kur kostet 465,- €

Behandlungen zusätzlich zur Basenkur buchbar:

Leberwickel und Fußmassage 25 min	45,- Euro
Entgiftendes Ganzkörperpeeling 25 min	50,- Euro
Entschlackende Seidenhandschuhmassage 25 min	48,- Euro





# Waldbaden – Entspannung & Coaching in der Natur“



„Raus aus dem Hamsterrad – Rein in die Natur“



Bis zu einem gewissen Maß wird Stress als leistungssteigernd oder als Antrieb wahrgenommen. Was ist aber, wenn er diese Grenze übersteigt? Oder womöglich als ständiger Dauerbegleiter auftritt? Dann beginnt der Stress zu lähmen, nimmt Ihnen Ihre Energie und wird schließlich nur noch als Belastung erlebt. **Doch es gibt einen Ausweg!**



## Gönnen Sie sich eine Auszeit mit unserer „Zirbenöl-Wohlfühlmassage“

50 min 85,- €

Zurück zur Natur, die Zirbe- auch Königin der Alpen genannt- wirkt sehr beruhigend und stärkend auf Körper und Geist. Lassen Sie sich komplett einhüllen in ein Gefühl der Entspannung und Leichtigkeit. Ein absolutes Aroma- Erlebnis

## „Die Kraft des Waldes“

65 min 115,- €

Bei dieser besonderen Ganzkörpermassage wird kostbares Tannendelöl auf die Haut verteilt und mit vielen Streichungen massiert. Eine Wohltat für die Sinne. Absolute Tiefenentspannung ist das Ergebnis dieser wundervollen Behandlung.

## Waldbaden

### Waldbaden, was ist das eigentlich?

Das absichtslose Eintauchen in die Waldatmosphäre. Der Wald tut dem Menschen gut!

Medizinische Studien belegen dies und messbare Auswirkungen auf den Menschen sind zu verzeichnen wie:

- Positive Auswirkung auf unser Nervensystem
- Blutdruck sinkt, Atmung vertieft sich, Ausgeglichenheit macht sich breit.
- Stresshormone wie Adrenalin, Cortisol sinken, Ruhe stellt sich ein
- Das Immunsystem wird gestärkt, Killer-Zellen im Körper werden gestärkt

Für das „Waldbaden“ ist keine körperliche Anstrengung oder extreme sportliche Aktivität notwendig. Schon ein gemütlicher Waldspaziergang erzielt den gewünschten Effekt. Unsere Kursleiterin der Deutschen Waldakademie für Waldbaden, begleitet Sie und zeigt Ihnen verschiedene Übungen im Wald um zu neuen Kräften zu kommen. Abschalten und den Alltag hinter sich lassen, den Kopf ausschalten und das „Jetzt“ einschalten. Ganz egal was Ihr Anlass ist, wir vom Waldhotel-Team und der Wald begrüßt Sie herzlichst im Schwarzwald und garantiert Ihnen eine unvergessliche & erholsame Zeit.

### Wir bieten:

**Kennenlern-Tour** 50 min 69,-€

**Waldbaden-Tour** 90 min 124,-€

Der Wald tut gut

Der Wald ist schön

Der Wald lehrt Achtsamkeit

Der Wald erweckt die Sinnesorgane

Beim Waldbaden darf ich sein wie ich bin



Layout © www.punktundstrich.com

## Gesundheit, Anamnese & Spa-Etikette:

Erscheinen Sie zu Ihrer Anwendung bitte in Badekleidung oder Unterwäsche eingehüllt in Ihren Bademantel. Wir bitten Sie, sich 5 Minuten vor Anwendungsbeginn in der Wellnessgalerie einzufinden. Sprechen Sie bitte direkt mit Ihrem behandelnden Wellness-Therapeuten über Gesundheitsrisiken wie z. B. Einschränkungen des Bewegungsapparates, Diabetes, Bluthochdruck, Herzerkrankungen, Stoffwechselstörungen, Allergien, eine frische Operation etc.

Es wird vom Hotel oder den behandelnden Mitarbeitern keine Haftung für gesundheitliche Nebenwirkungen übernommen. Informationen werden selbstverständlich vertraulich behandelt. Bitte beachten Sie, dass sich alle Zeiten inkl. der Nachruhezeit verstehen und gebuchte Wellnessanwendungen nur bis 24 Stunden vor Behandlungstermin kostenfrei storniert oder umgebucht werden können, danach fallen 80 % Stornokosten an.

Stand: 04/2025



Dem Himmel so nah.

### Adressdaten Waldhotel:

Notschrei Passhöhe 2 • 79674 Todtnau  
E-Mail: [info@schwarzwald-waldhotel.de](mailto:info@schwarzwald-waldhotel.de)  
[info@albiez-team.de](mailto:info@albiez-team.de)

Internet: [www.schwarzwald-waldhotel.de](http://www.schwarzwald-waldhotel.de)

### Anfrage & Buchungshotline:

Telefon 0049 (0) 76 02 / 94 20-0  
Fax 0049 (0) 76 02 / 94 20-111



 **HOTELS**  
VERBAND CHRISTLICHER HOTELS