

A close-up photograph of a woman with a joyful expression, holding a white circular patch over her right eye. She is smiling broadly, showing her teeth. The background is a soft, light-colored gradient. A semi-transparent pink circular graphic is overlaid on the right side of the image.

**WE  
BODY  
CARE  
ABOUT  
YOU**



**EINFACH**  
MAL  
NICHTS  
TUN

Unsere aktuellen  
Öffnungszeiten auf  
[WWW.VITALSPA.DE](http://WWW.VITALSPA.DE)



## **JETZT KÜMMERN WIR UNS**

Herzlich willkommen im VITAL SPA!

Egal, ob Sie sich nur ein paar entspannte Stunden in unserem großzügigen Saunabereich mit Saunagarten wünschen, einen ganzen Wellnessstag mit Massagen und Anwendungen oder sich gleich ein ganzes Wellnesswochenende gönnen möchten – auf unseren 9.500 qm finden Sie genau das Richtige für sich.

Lassen Sie sich in unserem BodyCare Bereich verwöhnen und entschwinden Sie einen Moment aus dem Alltag. Ob Massagen als perfekte Ergänzung nach dem Sport, tiefenentspannende Wohlfühlmassagen, oder unvergessliche Beauty-Treatments: unsere SPA Oase bietet Ihnen Erholung und Wellness pur. Stöbern Sie gerne durch unsere große Auswahl an Anwendungen, Packungen und Massagen. Freuen Sie sich auf Ihren ganz persönlichen Wohlfühlaufenthalt im VITAL SPA und beginnen Ihren Besuch mit einem Begrüßungstee an der BodyCare Rezeption.

Wir freuen uns auf Sie!

---

### **TERMINBUCHUNG & BERATUNG**

An der SPA Rezeption oder telefonisch: 0551 9001-700

---



# PHARMOS NATUR

Unsere Produktpartner runden unser ganzheitliches Angebot an wohltuenden Körper- und Kosmetikanwendungen ab. Damit Sie sich in Ihrer Haut wohlfühlen, nutzen wir ausschließlich hochwertige Öle und Kosmetiklinien.

Wir vertrauen dabei auf die einzigartige Naturkosmetik von PHARMOS NATUR. Die Produkte arbeiten ausschließlich mit reinen Wirkstoffen aus der Natur – kein Wasser, kein Alkohol, keine Zitronensäure! Selbstverständlich verzichtet die zertifizierte Naturkosmetik von PHARMOS NATUR vollständig auf Erdöl, Parabene und PEGs.



Unsere Produkte  
für zuhause oder als  
schöne Geschenkidee?  
Gerne!  
Sprechen Sie uns an.

# BABOR

Die High-Performance Rezepturen von BABOR setzen neue Maßstäbe! Konzentrierte Wirkstoffe pflegen die Haut intensiv auf höchstem Niveau. Der innovative Wirkstoffkomplex reduziert sichtbar Falten und wirkt den Ursachen der Hautalterung gezielt entgegen. Die Produkte sorgen für intensive Feuchtigkeit und ein luxuriöses Pflegegefühl.



IHR  
**GESICHT**  
IN DEN  
BESTEN  
HÄNDEN



# GESICHTSBEHANDLUNGEN

## PHARMOS NATUR

Abgestimmt auf die ganz eigenen Bedürfnisse Ihrer Haut, bieten wir Ihnen individuelle Pflegethemen an:

### **CLASSIC**

Eine auf Ihren Hautzustand individuell abgestimmte Behandlung.

### **INTENSIV**

Das frische Aloe Vera Blatt sorgt für ein lebendiges und frisches Aussehen. Intensiv durchfeuchtende und belebende Anwendung bis in die Tiefe der Haut.

### **AGE POWER**

Natur pur mit Verjüngungskraft! Kollagenpowerlieferanten verbessern die Dichte der Haut und polstern sie auf. Falten und Fältchen werden geglättet. Die Faltentiefe wird sichtbar verringert und das Bindegewebe gestärkt.

### **BIO-LIFTING**

Echte und schnelle Straffung mit Regeneration! Linien und Fältchen werden deutlich sichtbar reduziert. Das Ergebnis: ein ebenmäßiges, glattes und verjüngtes Hautbild.

### **DETOX**

Lymphfluss aktivierend, reinigend und entstauend! Verbessert die Elastizität der Haut. Äderchen sind weniger sichtbar, die Haut ist klar und tonisiert.

### **BEHANDLUNGSDAUER UND PREISE:**

(Abgestimmt auf Ihr Pflegethema)

#### **DAUER 50 MIN.**

Gesichts-, Hals- und Dekolletébehandlung

**80,00 €**

#### **DAUER 80 MIN.**

Gesichts-, Hals- und Dekolletébehandlung, heiße Fußkompressen, Hand-Arm-Massage

**120,00 €**

---

#### **FRISCHE-KICK!**

#### **DAUER 25 MIN.**

Sanfte Reinigung, intensive Feuchtigkeit durch Aloe Vera Frischpflanzenblatt, Gesichts-, Hals- und Dekolleté- und Nackenmassage

**45,00 €**

---

Für welches Pflegethema Sie sich auch entscheiden – genießen Sie bei jeder Gesichtsbehandlung: achtsame Berührungen • eine sanfte Reinigung mit Peeling • eine intensive Massage mit dem besonderen Aloe Vera Frischpflanzenblatt • eine regenerierende Maske

---



EIN NEUES  
**KÖRPER-**  
GEFÜHL

Sie entscheiden über  
den Schwerpunkt und  
die Intensität  
Ihrer Anwendung.



# KÖRPERBEHANDLUNGEN

## PHARMOS NATUR

Abgestimmt auf die ganz eigenen Bedürfnisse Ihrer Haut, bieten wir Ihnen individuelle Pflege Themen an und Sie entscheiden dabei über den Schwerpunkt Ihrer Behandlung:

Kopf, Hals und Nacken, Schulter, Arme und Hände, Dekolleté, Bauch, Rücken bis zu den Beinen und Füßen – Sprechen Sie uns an!

### **DETOX**

Entgiftung für den ganzen Körper, entschlackend und entstauend über die Lymphe. Dabei wird das Bindegewebe gestärkt und gefestigt, der Stoffwechsel aktiviert und Cellulite gemildert.

### **ANTI-STRESS**

Tiefe Entspannung und Entschleunigung für Haut und Seele. Rötungen und Spuren von unruhiger Haut werden ausgeglichen.

### **LOVE YOUR AGE**

Intensiv pflegende und verjüngende Massage. Eine Kombination aus Lipiden, Vitaminen und Antioxidantien strafft die Haut und reaktiviert die Hauterneuerung.

### **BEHANDLUNGSDAUER UND PREISE:**

(Abgestimmt auf Ihr Pflege Thema)

### **DAUER 50 MIN. ODER 80 MIN.**

Sie wählen Ihren Schwerpunkt

**85,00 € / 120,00 €**

### **KÖRPERPEELING/ALGENPEELING**

#### **DAUER 25 MIN.**

Fein gemahlene Algen mit Bio Aloe Vera. Befreit sanft von alten Hornschüppchen, regt die Durchblutung an und festigt das Bindegewebe.

**38,00 €**

### **WADEN- UND RÜCKEN**

#### **DAUER 50 MIN.**

Lindert Verspannungen, belebt Muskeln und Gelenke und fördert die Durchblutung.

**75,00 €**

# GESICHTS- UND KÖRPERBEHANDLUNGEN

## BABOR

### **BABOR GESICHT CLASSIC**

Sichtbar schöner und gepflegter Teint.  
Ein Verwöhnprogramm, das ganz individuell auf  
die Bedürfnisse Ihrer Haut abgestimmt ist.

**DAUER 60 MIN. / 90 MIN.**  
**75,00 € / 115,00 €**

### **BABOR GESICHT LIFT ME UP (Dr. Babor oder HSR)**

Die Haut wird sichtbar aufgefüllt, die Festigkeit und  
Spannkraft verbessert. Wirken Sie der Hautalterung  
effektiv entgegen.

**DAUER 60 MIN. / 90 MIN.**  
**89,00 € / 135,00 €**

### **BABOR KÖRPER POWER-PACKUNG**

Vitamin A, C, E – die Garanten für Nährstoffpower.  
Ein Kraftpaket für trockene Haut.

**DAUER 25 MIN.**  
**40,00 €**

### **BABOR KÖRPER LIFTING-PACKUNG**

Intensive Body-Straffung. Ein Extrakt aus Holunderblüte  
und tropischer Mandel festigt das Gewebe.

**DAUER 25 MIN.**  
**40,00 €**

## **ALL EYES ON**

WIMPERN-LIFTING (INKL. FÄRBEN)  
Zaubert aus Ihren eigenen natürlichen Wimpern  
den perfekten Augenaufschlag.  
Haltbar bis zu 4 Wochen

**DAUER 50 MIN.**  
**65,00 €**

## **DAS KLEINE EXTRA**

NUR in Kombination mit einer Behandlung buchbar.

WIMPERN-FÄRBEN  
**DAUER 20 MIN. 15,00 €**

AUGENBRAUEN-FÄRBEN  
**DAUER 20 MIN. 15,00 €**

AUGENBRAUEN-KORREKTUR  
**DAUER 20 MIN. 15,00 €**



LUST  
AUF  
**MEHR**

**FÜHLEN**  
SIE SICH  
EINFACH  
WOHL







## DAY SPA PHARMOS NATUR

Wie wäre es mit einem ganzen Tag nur für Sie? Voller Entspannung und einem individuellen Verwöhnprogramm für Körper und Seele.

---

### **MIX & RELAX**

(Alle Anwendungen mit PHARMOS NATUR Produkten)

Unser Arrangement:


- Peeling, Körperpackung oder Massage zur Auswahl (Dauer 25 Min. oder 50 Min.)
- Tagesticket für unsere Saunalandschaft
- Salat und Getränk an der Poolbar
- Teilnahme am Kursprogramm und Poolnutzung

<b>DAUER 25 MIN.</b>	<b>1 Pers. 89,00 €</b>
	<b>2 Pers. 149,00 €</b>

<b>DAUER 50 MIN.</b>	<b>1 Pers. 109,00 €</b>
	<b>2 Pers. 189,00 €</b>

---

Gerne stellen wir Ihnen ein ganz individuelles **DAY SPA Arrangement** zusammen. Wir beraten Sie gerne! 0551 9001-700.



OH,  
HAPPY  
**DAY**

Ein DAY SPA  
Arrangement für 2:  
**Eine wundervolle  
Geschenkkarte!**



# ARRANGEMENTS SPECIALS

Mit unseren Specials erleben Sie ein Verwöhnprogramm der ganz besonderen Art.

Wir haben dabei an alles gedacht!

**Gerne stellen wir Ihnen auch ein ganz individuelles Programm zusammen. Wir beraten Sie gerne!  
0551 9001-700.**

## DAY SPA ARRANGEMENT MANIKÜRE/PEDIKÜRE

- Kurzmaniküre/Pediküre und O.P.I Gel Colour (Dauer 60 Min.)
- 1 Glas Sekt, Früchteplatte
- Tagesticket für unsere Saunalandschaft
- Teilnahme am Kursprogramm und Poolnutzung

**89,00 € p.P.**

## FITNESS GROUP SPECIAL

- Exklusiver Kurs nach Wahl:  
Yoga, Aqua, Workout, Zumba  
(60 Min., max. 10 Teilnehmerinnen)
- 1 Glas Sekt, Früchteplatte
- Tagesticket für unsere Saunalandschaft
- Teilnahme am Kursprogramm und Poolnutzung

**Preis auf Anfrage**

## DAY SPA ARRANGEMENT MASSAGE

- Entspannende Massage  
(Dauer 25 Min. oder 50 Min.)
- 1 Glas Sekt, Früchteplatte
- Tagesticket für unsere Saunalandschaft
- Teilnahme am Kursprogramm und Poolnutzung

**DAUER 25 MIN.**                    **1 Pers. 79,00 €**  
   **2 Pers. 139,00 €**

**DAUER 50 MIN.**                    **1 Pers. 99,00 €**  
   **2 Pers. 179,00 €**

## GIRLFRIEND DAY

- Begrüßungssekt
- Massage (25 Min. oder 50 Min.,  
wahlweise Aromamassage oder  
Gesichts-Hals-Dekolleté-Massage)
- Tagesticket für unsere Saunalandschaft
- Infused Water und Wellness Tee
- Früchteplatte
- Salat und Wasser an der Poolbar
- Hauseigenes Peeling als Geschenk

**DAUER 25 MIN.**                    **p.P. 99,00 €**  
**DAUER 50 MIN.**                    **p.P. 119,00 €**



A spa setting featuring two rolled-up red towels, two champagne flutes filled with bubbly liquid, a lit white candle, and a purple calla lily flower on a white surface. The background is a mosaic wall with colorful tiles.

# VERWÖHN- PROGRAMM SPECIALS

Hier kommen  
Sie direkt zu unserem  
Gutschein-Shop!



# MASSAGEN

## SCHWEDISCHE MASSAGE/SPORTMASSAGE

Klassische Massage, die vor allem der Lockerung der Muskulatur dient.

**DAUER 25 MIN. 45,00 €**  
**DAUER 50 MIN. 80,00 €**

## HOT STONE MASSAGE

Die Hitze der Steine regt den Lymphfluss an und lockert verhärtete Muskulatur.

**DAUER 45 MIN. 74,00 €**  
**DAUER 90 MIN. 129,00 €**

## AROMA MASSAGE

Je nach eingesetztem Öl entspannend, erfrischend oder belebend.

**DAUER 25 MIN. 45,00 €**  
**DAUER 50 MIN. 80,00 €**

## FUSSREFLEXZONEN MASSAGE

Durch Druck und Massage der Reflexzonen an den Fußsohlen werden gezielt innere Organe stimuliert. Das steigert die Durchblutung, die körpereigenen Abwehrkräfte und kann Erkrankungen lindern.

**DAUER 25 MIN. 45,00 €**

# UNSERE SIGNATURE TREATMENTS

## VITAL SPA STRETCH & RELAX

Entspannung für Kopf, Schulter und Nacken. Durch gezielten Druck, Zug und Dehnungen wird dieser Bereich in einen Zustand tiefer Entspannung gebracht.

**DAUER 50 MIN. 80,00 €**

## VITAL SPA BALANCE

Ganzkörperbehandlung zur Entspannung, Dehnung und Reaktivierung der Muskulatur. Die Balance Massage führt den Körper wieder ins Gleichgewicht.

**DAUER 80 MIN. 129,00 €**

## VITAL SPA TAGUNGSSPECIAL

Wahlweise:  
Entspannende Kopf-, Nacken- und Schultermassage **oder**  
Arm- und Handmassage

**DAUER 25 MIN.  
45,00 €**

A close-up photograph of a woman lying on her side on a white massage table, receiving a massage. Her eyes are closed, and she has a peaceful expression. A hand is visible, resting on her shoulder. A large, semi-transparent circular graphic is overlaid on the right side of the image, containing the text 'BYE BYE STRESS'.

BYE BYE  
**STRESS**





VON  
**HAND**  
BIS  
**FUSS**

Erstklassige Qualität  
ist unser Anspruch.  
**Ihr Wohlbefinden und  
Ihre Zufriedenheit  
stehen bei uns  
an 1. Stelle.**



# MANIKÜRE UND PEDIKÜRE

Wir arbeiten mit O.P.I - der weltweit führenden amerikanischen Kultmarke für Nail Design und Nagelpflege.

## MANIKÜRE ODER PEDIKÜRE

Bad, Peeling, Nagelpflege, Hand- oder Fußmassage

**DAUER 50 MIN. 54,00 €**

### KLEINE EXTRAS – GROSSE WIRKUNG

NUR in Kombination mit einer Maniküre  
oder Pediküre buchbar

#### LACKIEREN

HÄNDE ODER FÜSSE

**15,00 €**



### O.P.I GEL COLOUR

Innovative Lack/ Gel Kombination (wie Shellac),  
superlange Haltbarkeit und Farbbrillanz!

**DAUER CA. 60 MIN. 49 €**

(Inklusive Kurzmaniküre)

Bei Neumodellage ist die Abnahme bzw. das Ablacken  
im Preis inklusive. Bitte bei der Buchung angeben,  
ob eine Abnahme gewünscht ist, damit wir mehr Zeit  
für Sie einplanen. Bitte haben Sie Verständnis,  
dass Fremdmodellagen von Shellac und anderen  
Gelen nicht möglich ist.

## WAXING

**OBERLIPPE**

**UNTERSCHENKEL**

**KOMBI (OBER- UNDUNTERSCHENKEL)**

**BIKINIZONE**

**DAUER CA. 15 MIN.**

**DAUER CA. 30 MIN.**

**DAUER CA. 60 MIN.**

**DAUER CA. 30 MIN.**

**10,00 €**

**30,00 €**

**60,00 €**

**20,00 €**

# NATURE OF MEN TREATMENT FÜR GESICHT & KÖRPER

## FRISCHE-KICK

Zellerneuernd, regenerierend und belebend. Das Highlight ist die Behandlung mit einem frischen Aloe Vera Blatt. Bestens geeignet auch für sensible Haut.

**DAUER 25 MIN. 45,00 €**

## ENERGY

Eine energetisierende Behandlung von Gesicht, Kopf, Schulter und Nacken löst Anspannung und Stress. Der tiefen Entspannung folgt ein Powerschub.

**DAUER 55 MIN. 90,00 €**

## RELAX

Eine ganzheitliche Behandlung von Gesicht, Kopf, Schulter und Nacken mit zusätzlicher Rückenmassage und Dehnung der Waden und Füße. Tiefe Entspannung und neue Energie von Kopf bis Fuß.

**DAUER 80 MIN. 135,00 €**





# **REINE MÄNNER- SACHE**

Unsere Produkte  
für zuhause oder als  
schöne Geschenkidee?  
Gerne!  
Fragen Sie vor Ort oder  
schauen Sie Online.



YOU  
LIKE IT  
HOT

**LATE NIGHT TARIF**

An Wochenenden  
und Feiertagen

**AB 19 UHR FÜR  
19,00 €**

Unsere aktuellen  
Öffnungszeiten:







### **SCHÖN SCHWITZEN**

Sauna im VITAL SPA Göttingen – das ist Ihre Zeit. Ruhe genießen, den Gedanken nachhängen, ein Buch lesen, Wolken zählen. Ganz heiß oder ganz sanft.

Erleben und genießen Sie unsere Saunalandschaft auf 2.500 qm mit 7 verschiedene Saunen:

- Dampfbad
- Salina-Lounge,
- Sanarium
- Kräuter-, Kamin- und Birkensauna
- Tepidarium
- Caldarium



Und danach? Frische Luft, Edelsteindusche, Fußbad, Pool zum Abtauchen, Liegestuhl am Kamin, im Saunagarten oder im Ruheraum, eine Erfrischung oder einen Snack an der Poolbar.

---

### **TAGESKARTE 34,00 €**

(Hotelgäste zahlen einen verminderten Tagespreis von 10 €)

### **KURZEINTRITT (nur wochentags):**

2 Stunden 19,00 €  
jede weitere Stunde 5,00 € (max. 34,00€)

---

Für unsere VITAL SPA- und Sauna-Mitglieder inklusive. Mit den Tageskarten für die Saunalandschaft können Sie zusätzlich unsere Fitnesskurse besuchen, sowie an unseren Cardiogeräten kostenfrei trainieren.

# FITNESS



Infos, Preise und  
Öffnungszeiten



- Milongeräte für hocheffektives Training
- unendliche Übungsvielfalt in der Functional Training Area
- Body & Mind Loft für Yoga-, Pilates-, Qi Gong-Kurse
- Trainingsraum für Elektromuskelerstärkungstraining (EMS)
- Cycling-Arena für maximale Drehmomente
- Personal Training für individuelle Trainingsziele
- e-scan-Stoffwechselanalyse für maßgeschneiderte Trainings- und Ernährungsempfehlungen
- eGym Flexx Zirkel für effizientes Muskellängen Training

Alles begleitet von ausgebildeten Sportwissenschaftlern, Physiotherapeuten und Trainern.

Buchungen  
& Preise

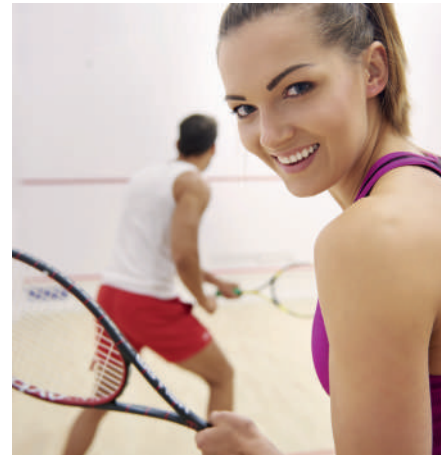


# RACKET

## TENNIS, BADMINTON, SQUASH

Ernsthafte Matches, gemütliches Hin und Her, Schnelligkeit und Spaß. Bei uns finden Sie optimale Bedingungen für jedes Spiel.

- 5-Feld-Tennishalle mit Drehveloursböden
- 2 Squashcourts
- 3 Badmintoncourts



# GUT ZU WISSEN

## **Ihr Wohlbefinden liegt uns am Herzen**

Informieren Sie uns bitte bereits bei Ihrer Terminvereinbarung, ob Allergien, Unverträglichkeiten, eine Schwangerschaft oder etwaige medizinische Besonderheiten vorliegen. So können wir Sie kompetent beraten. Wir weisen darauf hin, dass jegliche Haftung unsererseits ausgeschlossen ist und die Teilnahme an einer Wellnessanwendung in Ihrer eigenen Verantwortung liegt.

## **Fühlen Sie sich wohl**

Kommen Sie in bequemer, unempfindlicher Kleidung zu Ihrem Behandlungstermin. Am besten, Sie tragen einen Bademantel, keinen Schmuck und sind ungeschminkt.

## **Ihre Verwöhnzeit**

Die angegebene Dauer beinhaltet ein Gespräch vor der Behandlung, um Ihre Wünsche und Bedürfnisse besser kennenzulernen sowie eine Nachruhezeit für den Geist und Körper. Bitte finden Sie sich 10 Minuten vor Ihrem Behandlungstermin an unserer VITAL SPA Rezeption ein. Wir laden Sie auf eine Tasse frischen Wellness-Tee ein, um sich in Ruhe auf Ihre Behandlung einzustimmen.

## **Termine/Stornierungen**

Wir reservieren qualifiziertes Fachpersonal für Sie. Ihre Terminabsage teilen Sie uns bitte mind. 24 Stunden vor Anwendungsbeginn mit. Bei einer Stornierung am Vortag werden Ihnen 50% des Preises in Rechnung gestellt. Bei Nichterscheinen oder einer späteren Stornierung müssen wir den vollen Preis berechnen. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass es bei Verspätungen nicht möglich ist, die Behandlungen über den vereinbarten Termin hinaus zu verlängern. Wenn Sie sich später als gebucht bei uns einfinden, verkürzt sich Ihre Behandlungszeit entsprechend.

## **Ihre Zufriedenheit liegt uns am Herzen**

Selbstverständlich wollen wir, dass Sie mit Ihrer Behandlung rundum zufrieden sind. Dafür geben wir unser Bestes. Sollte Sie dennoch etwas an der Anwendung oder der Atmosphäre stören, dann lassen Sie es uns wissen, damit wir reagieren können. Ihr Feedback ist uns wichtig, daher freuen wir uns nach der Behandlung über Ihre Rückmeldung und ein zufriedenes Lächeln auf Ihrem Gesicht. Auch konstruktive Kritik nehmen wir gerne, persönlich im Gespräch mit Ihnen, entgegen.

## **Kinder**

Kinder, die das 12. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, dürfen sich im VITAL SPA nur in Begleitung eines Erwachsenen aufhalten. Im VITAL SPA gilt für die verschiedenen Bereiche jeweils das folgende Mindestalter:  
Fitnessbereich: ab 12 Jahren  
Sauna: ab 12 Jahren in Begleitung, ab 16 Jahren ohne Begleitung

VITAL SPA | Dransfelder Straße 3 | 37079 Göttingen | +49 (0) 551 9001-700

[www.vitalspa.de](http://www.vitalspa.de)