

QUELLWASSER
SANUS
PER
AQUAM





Gönnen Sie sich im Bad Ramsach Quellhotel wohlverdiente Entspannung und atmen Sie bei uns am Wisenberg tief und bewusst durch. Unser 34 °C warmes Mineralheilbad erwartet Sie mit seinen regenerativen Kräften. Unser Wellness- und Vitalteam verwöhnt Sie mit wohltuenden Massagen und Anwendungen und weckt neue Lebenskraft und Energie.

VITALITÄT.
ERHOLUNG.
DURCHATMEN.

SCHWEIZER HEILBAD nach Artikel 40 KVG

Die Schüttung der Mineralquelle beträgt etwa 79 Liter pro Minute. Das Wasser ist ein Calcium-Sulfat-Wasser mittlerer Konzentration mit der Menge von 1313 mg gelösten festen Stoffen pro Liter: Calcium, Magnesium und Strontium, total 199.2 mval%, wobei Calcium dominiert. Sulfat 81.8 mval% Hydrogencarbonat 17.2 mval%.

Das Mineralheilbad hat eine Wassertemperatur von 34 °C. Mit seinem permanenten pH-Wert von mindestens 7 gilt es als rein basisch. Die im Wasser enthaltenen Mineralstoffe fördern die Neutralisation des Säure-Basen-Haushaltes auf natürliche Weise.

Es wirkt entwässernd, entstauend und festigend auf das Gewebe, vor allem auf die Knochen.



Rund 350 Meter vom Quellhotel entfernt entspringt aus dem Wisenberg die natürliche Heilquelle, für welche Bad Ramsach schon seit dem 15. Jahrhundert bekannt ist. Durch den Mergel des Jura-Muschelkalkes gefiltert und mit dessen Mineralien angereichert, ist die offiziell als Heilwasser anerkannte Hauptquelle eine echte Lebensader!

REGENERATION.
QUELLE.
LEBEN.

FÜR DIE KURZE AUSZEIT ODER DAS GANZE JAHR

Wie auch immer Sie sich entscheiden, Profitieren Sie von attraktiven Konditionen im Abo für den Eintritt in unser Mineralheilbad mit Sauna, Dampfbad und die Fitnessarena. Täglich ab 8 Uhr für Sie geöffnet.

	Einzel	10er	3 Monate	6 Monate	12 Monate
Bad	18 CHF	162 CHF	185 CHF	321 CHF	541 CHF
Fitness	16 CHF	144 CHF	265 CHF	472 CHF	739 CHF
Bad & Fitness	24 CHF	220 CHF	302 CHF	557 CHF	835 CHF
Bad & Sauna	24 CHF	216 CHF	256 CHF	441 CHF	743 CHF
Bad, Sauna & Fitness	30 CHF	265 CHF	384 CHF	709 CHF	1'063 CHF



FREUDE. WOHLBEFINDEN. AKTIVITÄT.

WASSERGYMNASTIK UND AQUAFIT

Fördern Sie bei besonders gelenk-schonenden Übungen im Wasser Beweglichkeit und Kraft.

Oder lassen Sie sich von der Musik beim Aquafit sportlich mitreissen.

ATEMGYMNASTIK

Erlernen Sie mit einfachen Techniken bewusst zu atmen und stärken Sie damit Ihre Körper-wahrnehmung, die Durchblutung und das seelische Wohlbefinden.

RÜCKENTRAINING

Stärken Sie unter fachkundiger Anleitung Ihre Rumpf- und Rückenmuskulatur und verbessern Sie damit Ihre Lebensqualität langfristig.

PERSONAL COACHING

Mit viel Engagement, Freude und Fachkompetenz bringt Sie Christoph Bader an Ihr gewünschtes Trainingsziel. Ganz gleich ob Gewichtsreduktion oder Muskelaufbau.

Übrigens: Beim Erwerb eines Abonnementes ab 3 Monaten schenken wir Ihnen das Einführungstraining.

NORDIC WALKING COACHING

ALFA Nordic Walking unterstützt Sie, neben dem sportlichen Aspekt, sich selbst zu öffnen, loszulassen und Selbstsicherheit zu gewinnen. SPAS Instruktorin Franziska Haaf führt Sie dabei kompetent und achtsam an die Technik heran.

KINDERPLAUSCH

Immer wieder sonntags kommt bei uns die ganze Familie in den Badegenuss. Einfach planschen, tauchen und sich austoben.

Mo - Fr Wassergymnastik
10 bis 10.30 Uhr, kostenlos
Do Aquafit
17 bis 18 Uhr, CHF 14
mit Instruktorin

Mo - Fr 11 bis 11.30 Uhr, kostenlos

Mi 9 bis 10 Uhr
Probelektion CHF 25
10 Lektionen CHF 230

auf Anfrage
30 Min. CHF 45

auf Anfrage
60 Min. CHF 90

So 13.30 bis 15.30 Uhr, CHF 5 pro Kind
Familieneintritt CHF 39

ENERGIE. KÖRPER. GEIST.

KLASSISCHE MASSAGE MIT AROMAÖL

Sie wählen ein wertvolles ätherisches Öl und geben sich den fließenden Massage-Bewegungen hin. Ihre Muskulatur entspannt sich. Funktionen und Strukturen des Körpers werden harmonisiert. Die Durchblutung wird gefördert, der Stoffwechsel aktiviert und das Immunsystem gestärkt.

25 Min. CHF 66
50 Min. CHF 119

MASSAGE MIT PEELING BY SOTHYS

Gönnen Sie sich eine klassische Massage mit anschliessendem mechanischem Ganzkörperpeeling verfeinert mit natürlichen Inhaltsstoffen für eine zarte Haut. Für unsere angenehmen Peelingbehandlungen verwenden wir ausschliesslich hochwertige Produkte der Marke Sothys.

50 Min. CHF 129
75 Min. CHF 149

HANAKASUMI BY SOTHYS

Eine wohltuende und regenerierende Körperbehandlung inspiriert von der japanischen Badezeremonie. Ein spezielles Enzym-Peeling, eine energetische Fussmassage sowie eine entspannende Körperbehandlung entführen Sie in das Land der Kirschblüten. Wirkt entgiftend und entschlackend.

60 Min. CHF 149

TCM TUINA-AKKU- PRESSUR MASSAGE

«TUINA» ist aus den Wörtern «TUI» (Schieben) und «NA» (Greifen) zusammengesetzt und gehört zu den Heilmethoden der traditionellen chinesischen Medizin. Sie dient der Erhaltung der Gesundheit, dem Abbau von Stress, der Regulation des Ganzkörper-Funktionssystem und fördert den Qi-Fluss in den Ganzkörpermeridianen. Zudem wirkt sie positiv auf das Immunsystem. Durch die TUINA-Massage kommen Körper, Geist und Seele in Einklang.

25 Min. CHF 66
50 Min. CHF 119

HOT STONE MASSAGE

Diese Art der Massage kommt ursprünglich aus Hawaii. Handgeschliffene Basaltsteine werden im Wasserbad auf ca. 55 bis 60 °C erwärmt. Die Haut wird mit einem hochwertigen und hautpflegenden Öl verwöhnt. Die Hot Stone Massage bewirkt ein wohliges Gefühl im ganzen Körper.

75 Min. CHF 159

KRÄUTERSTEMPEL- MASSAGE

Eine Behandlung ayurvedischen Ursprungs bei welcher duftende Kräuterstempel für die Massage in warmes und pflegendes Öl getaucht werden. Durch die angenehme Wärme erlebt der Körper eine Tiefenentspannung.

75 Min. CHF 159

LOMI LOMI- MASSAGE

Bei dieser traditionellen hawaiianischen Ganzkörpermassage wird mit viel warmem Öl der ganze Körper wechselnd mit sanften, fließenden und kräftigen Streichungen massiert, gelockert, gedehnt, geknetet und bewegt. Blockaden auf körperlicher und mentaler Ebene lösen sich und die Energie beginnt zu fließen.

75 Min. CHF 159

LAVA SHELL- MASSAGE

Das Besondere bei dieser tiefwirkenden Massagetechnik ist, dass die Lava Shells eine angenehme und entspannende Wärme abgeben die von der Muskulatur und Gelenken direkt aufgenommen wird. Mit handgrossen, erwärmten Venusmuscheln wird der Körper geschmeidig massiert. Pures Wohlbefinden.

50 Min. CHF 139

KOPF-, HAND- UND FUSSMASSAGE

Ist eine kombinierte Anwendung mit ausgleichender Wirkung auf den ganzen Körper. Kopf, Hände und Füße erfahren eine besondere Zuwendung. Die Massage harmonisiert und bringt Ihren Energiefluss wieder in Schwung.

50 Min. CHF 119

GESICHTS LYMPHDRAINAGE

Die manuelle Lymphdrainage unterstützt den Abtransport der Körperflüssigkeiten, welche sich bei Stoffwechselfvorgängen ansammeln. Sie reinigt und strafft auf sanfte Weise und sorgt für ein frisches Aussehen.

25 Min. CHF 66

FUSSREFLEXZONEN- MASSAGE

Ist eine energetisch-reflektorische Massage. Sämtliche Organe, der Bewegungsapparat sowie das vegetative Nervensystem werden über die Reflexzonen des Fussbereiches erreicht. Die Selbstheilungskräfte des Körpers werden aktiviert.

25 Min. CHF 66

KOPFMASSAGE

Stimuliert bestimmte Zonen und Punkte am Kopf. Die Kopfhaut wird besser durchblutet, was die Konzentrationsförderung unterstützt. Verspannungen im Kopf- und Nackenbereich werden gelöst – für ein besseres Wohlbefinden.

25 Min. CHF 66

VITALISIERUNG & STÄRKUNG. AUS DER NATUR.

HANDMASSAGEN

Durch gezielte Berührungen der Reflexzonen werden die Nerven angeregt. Eine Wohltat für den ganzen Organismus. Die Handmassage fördert zudem den Schlaf, stärkt das zentrale Nervensystem sowie die Verdauungskraft.

25 Min. CHF 66

FANGO

Die natürlichen Wirkstoffe einer Fangopackung sind durchblutungsfördernd und entschlackend. Sie stärken das Immunsystem und wirken schmerzlindernd sowie krampflösend.

25 Min. CHF 30



VITAL(ER) IN EINER WOCHEN.

Die Vitalwochen auf Bad Ramsach bieten Erholung pur. Unsere Vitalcoaches sorgen dabei für Ihr Wohlbefinden.

SAFTFASTEN

Wohltuende Regeneration und anschließende Leichtigkeit in der Gruppe erleben. Gemeinsam sind wir stark.

SAFTFASTEN DELUXE

Während dem langzeitigen Saftfasten (13 Übernachtungen) geben Sie dem Körper die einmalige Chance für eine ganzheitliche Regeneration. Da der Stoffwechsel ca ab dem dritten Tag auf Fasten umstellt, hat der Organismus genügend Zeit, die angesammelten Schlacken abzubauen. Obwohl Sie auf feste Nahrung verzichten, wird der Körper mit leckeren Säften ausreichend mit Vitaminen und Mineralstoffen versorgt.

BASENFASTEN

Fasten und doch mit Genuss essen können. Als Grundlage dient eine rein basische Ernährung für mehr Vitalität und Leichtigkeit.

SÄUREN-BASEN- BALANCE

Erleben Sie bei uns eine natürliche Harmonisierung Ihres Säure-Basen Haushalts. Mit einer Ernährungsumstellung ohne Verzicht fühlen Sie sich innerhalb weniger Tage vitaler und leichter.



ZEIT. ENTSPANNUNG.

Bringen Sie Körper und Seele in Balance und geniessen Sie Ihre persönliche Auszeit, ganz im Zeichen Ihres Wohlbefindens, inmitten unberührter und kraftvoller Natur.

WOHLFÜHLTAG

entspannen und kennenlernen

- Eintritt ins 34 °C warme Mineralheilbad mit Massagedüsen inklusive Leihbademantel, Badeschuhe und Badetuch
- Nutzung Sauna, Dampfbad und Fitnessarena
- Leichter Snack mit einer Leckerei aus der Hauspatisserie, RAM's Quellfrisch, Tee oder Kaffee im Restaurant

CHF 57

WOHLFÜHLTAG PLUS

für Ihre Auszeit vom Alltag

- alle Vorteile des Wohlfühltages
- Wählen Sie Ihre Lieblingsessenz und gönnen Sie sich eine wohltuende klassische Massage mit Aromaöl

25 Min. CHF 89

50 Min. CHF 156



PURE SCHÖNHEIT.

GESICHTSBEHANDLUNG FÜR SIE

freitags

Speziell auf den Hautzustand abgestimmte Gesichtsbehandlung bestehend aus Reinigung, Peeling, Ausreinigung, Massage, Maske, Ampulle und Abschlusspflege. Wirkt straffend und regenerierend – für eine jünger wirkende Haut.

90 Min. CHF 129

GESICHTSBEHANDLUNG FÜR IHN

freitags

Auf die Hautbeschaffenheit von Männern abgestimmte Behandlung bestehend aus Reinigung, Peeling, Ausreinigung, Maske, Ampulle und Abschlusspflege. Für ein frisches, klares und jugendliches Hautgefühl.

60 Min. CHF 118



KOSMETISCHE MANIKÜRE freitags

- Handbad, Peeling, Feilen und Handmassage CHF 60
- mit Lack CHF 65

STRAHLENDES GESICHT freitags

- Brauen zupfen oder Warmwachs CHF 25
- Brauen färben CHF 20
- Wimpern färben CHF 30
- Brauen und Wimpern färben CHF 50
- Oberlippen mit Warmwachs CHF 10

PODOLOGIE dienstags

- Medizinische Fusspflege CHF 85

COIFFEUR freitags

- Damen
- Waschen, Föhnen CHF 50
 - Waschen, Legen CHF 45
 - Haarschnitt ab CHF 77
- Herren
- Haarschnitt CHF 45

GUT ZU WISSEN

Gültigkeit

Diese Dokumentation ist gültig ab 11. April 2024 und ersetzt alle vorgängigen Spa Broschüren.

Termine

Ihre Anmeldung für Wellness- und Vitaltermine nehmen wir an der Gesundheitsrezeption gerne persönlich entgegen. Wir empfehlen Ihnen, Ihren Wunschtermin im Voraus telefonisch zu buchen. Bitte teilen Sie uns Ihre Wünsche, Bedürfnisse und allfälligen gesundheitlichen Probleme mit – wir beraten und unterstützen Sie bei der optimalen Wahl Ihrer Behandlungen.

Herzlich Willkommen

Bitte treffen Sie 10–15 Minuten vor Ihrem vereinbarten Termin an unserer Gesundheitsrezeption ein. So können wir Sie ganz entspannt auf Ihre Behandlung einstimmen.

Bekleidung

Gerne können Sie direkt im Bademantel von Ihrem Hotelzimmer aus zu uns kommen. Für externe Gäste halten wir einen Umkleidebereich mit Leihbademantel und Badeschuhe bereit.

Der Fitnessbereich darf nur mit entsprechender Sportbekleidung und Sportschuhen betreten werden. Slippers oder nackte Füße sind aus Sicherheitsgründen nicht erlaubt.

Verhalten & Ruhezonen

Der Ruheraum ist ein Ort der Ruhe und Entspannung. Bitte unterstützen Sie die Atmosphäre der Stille, indem Sie auf die Benutzung Ihres Mobiltelefons verzichten. Der gesamte Wellnessbereich ist rauchfrei. Tiere haben keinen Zutritt.

Kinder & Jugendliche

Der Wellnessbereich steht Kindern bis 16 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen zur Verfügung, solange sie Rücksicht auf die Ruhebedürfnisse der anderen Gäste nehmen. Die Sauna und das Dampfbad ist für Jugendliche ab 14 Jahren zugänglich.

Entspannen

Nach Ihren Anwendungen steht Ihnen unser Ruheraum mit einmaliger Weitsicht zur Verfügung. Der ideale Ort, an welchem Sie Ihre Seele baumeln lassen können.

Wertgegenstände

Lassen Sie Ihre Wertgegenstände in Ihrem Zimmersafe oder zu Hause. Für Wertgegenstände, welche während eines Aufenthalts im Wellnessbereich verloren gehen, übernehmen wir keine Haftung.

Öffnungszeiten

Bad, Sauna, Dampfad und Fitnessarena

Montag bis Freitag 8 – 21 Uhr

Samstag, Sonntag und Feiertage 8 – 19 Uhr

Terminabsage

Ihre Behandlungszeit wurde speziell für Sie reserviert. Die Annullierung ist bis 24 Stunden vor dem Termin kostenlos. Kurzfristige Annullierungen werden zu 100% verrechnet.

Gutscheine & Geschenke

Unsere Anwendungen und Programme erhalten Sie attraktiv verpackt als Gutscheine. Schöne Geschenkkideen und Mitbringsel halten wir in unserem Shop für Sie bereit.

Preise

Unsere Preise verstehen sich in Schweizer Franken (CHF) und inklusive gesetzliche Mehrwertsteuer.





BAD RAMSACH QUELLHOTEL

Ramsachstrasse 40, Häfelfingen, 4448 Läuelfingen

+41 62 285 15 15, hotel@badramsach.ch, badramsach.ch



BALANCE FAMILIE

das Gute leben

balancefamilie.ch