


WOHLFÜHLEN IM HOTEL

*Exquisit*



An abstract painting with a textured surface. The background is a mix of white and light grey, with large, expressive brushstrokes in red and dark brown. At the bottom, there are patches of green and yellow. The overall style is expressive and somewhat somber.

Eine Auszeit in ruhiger  
und gepflegter  
Umgebung bringt Seele  
und Geist dauerhaft  
ins Gleichgewicht.

„Glück ist die Gesundheit der Seele.“

HANS LOHBERGER

## Unser Vorwort zu Ihrer Entspannung

Wir wünschen Ihnen einen erholsamen Aufenthalt im Hotel Exquisit – Ihrem Ruhepol in den Bergen. Im exquisiten SPA -Bereich finden Sie Gelegenheit zur Entschleunigung und geben Ihrem persönlichen Wohlbefinden Zeit und Raum.

Hier können Sie nicht nur die unvergleichliche Aussicht auf die atemberaubende Berglandschaft genießen, sondern auch meisterhafte Kunstwerke entdecken. Die Wände unseres Schwimmbads und des Ruhebereichs hat der Künstler Akram Sultan gestaltet. Seine Werke sind stark von der Kultur seines aus Indien stammenden Vaters geprägt. In unserem gesamten Spa-Bereich ist darum „Siddhartha“ das zentrale Thema. In seiner bildlichen Sprache wird die Erzählung von Hermann Hesse empfunden. In dem Buch Siddhartha findet der Protagonist seinen eigenen Weg, befreit sich von der für ihn vorgesehenen gesellschaftlichen Bestimmung und findet am Ende zu Buddha und sich selbst.

Öffnen Sie Ihr Bewusstsein für Ihre Zeit und streifen Sie den Alltag in der Achtsamkeit ab – damit auch Sie bei uns Ihren selbstbestimmten Weg zur inneren Ruhe finden.

Gedanken. Abend. Wärme.



**ZUR ENTSPANNUNGSFINDUNG  
UNTERSTÜTZEN DABEI...**

**IHRE GESUNDHEIT IST UNS WICHTIG**

Informieren Sie uns über etwaige Unverträglichkeiten, gesundheitliche Einschränkungen oder Ihre Schwangerschaft, damit Sie den vollen Luxus unserer Anwendungen genießen können.

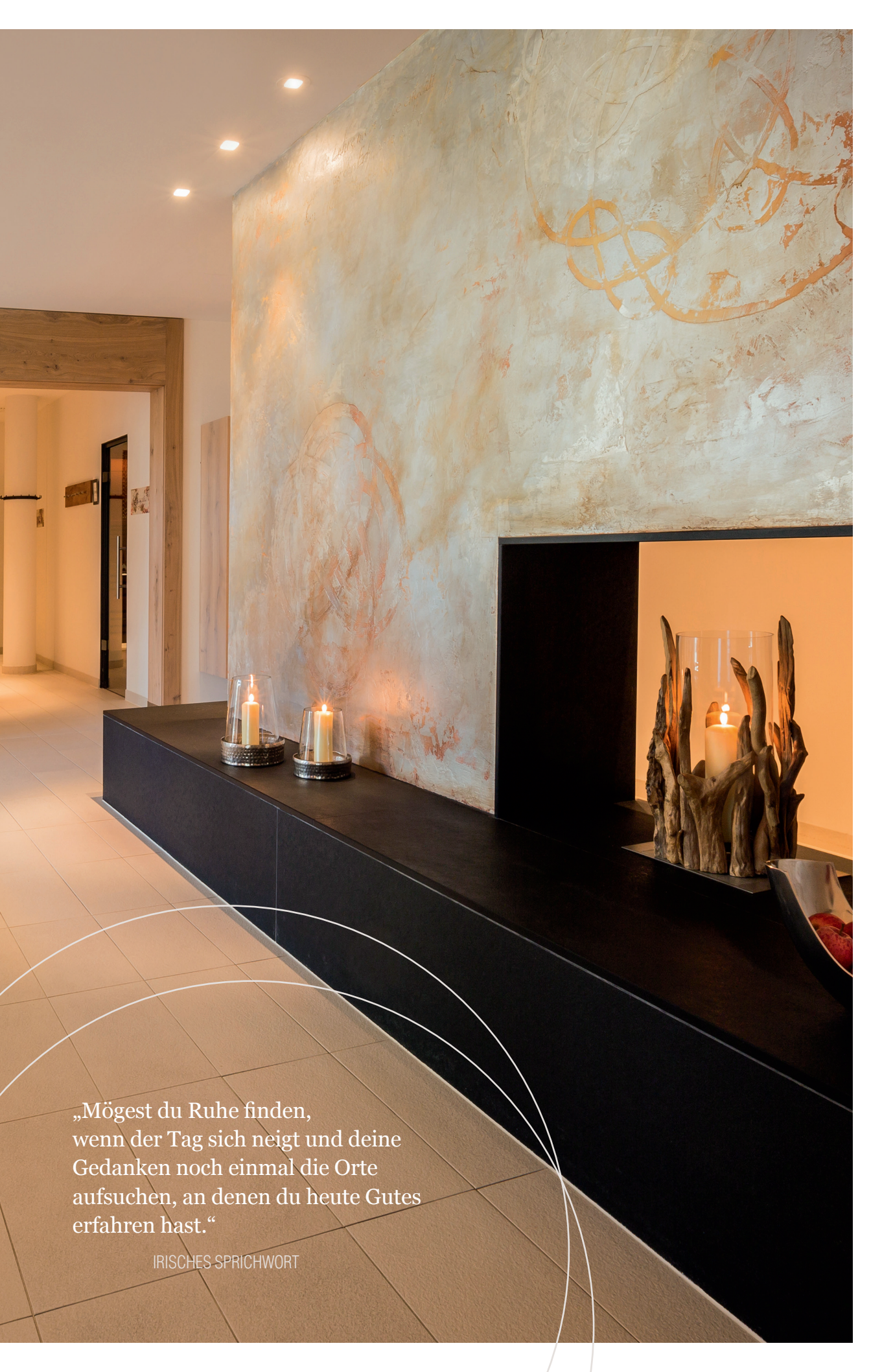
**WIR SIND EINE OASE DER RUHE**

Digital Detoxing ist im Trend und auch bei uns angesagt „technikfreie Zone“ und leises Sprechen dürfen Sie bewusst in unserem gesamten Spa Bereich umsetzen.

**WELCHE BEKLEIDUNG IST GEWÜNSCHT**

Am besten entspannen Sie sich im SPA in unseren kuschelweichen Bademänteln. In diesem dürfen Sie auch gerne zu unseren Anwendungen kommen. Bitte verwahren Sie wertvolle Gegenstände stets in Ihrem Zimmer / Zimmersafe.





„Mögest du Ruhe finden,  
wenn der Tag sich neigt und deine  
Gedanken noch einmal die Orte  
aufsuchen, an denen du heute Gutes  
erfahren hast.“

IRISCHES SPRICHWORT

# Natürlich. Einzigartig. Hochwertig.



## TIEFENWIRKSAME ANWENDUNGEN

Dass bei uns Natur im Tiegel steckt, erkennen Sie nicht nur an der samtigen Farbe, man spürt es auch mit jeder Anwendung auf der Haut. Zarte Düfte treffen auf feine Texturen. Ohne bedenkliche Inhaltsstoffe erzielt Vinoble Cosmetics Ergebnisse, die für jeden Hauttyp geeignet sind. Die charakteristische Duftnote der Weinrebe mit ihrem sinnlichen Duftakkord vollendet das ganzheitliche Wohlgefühl in unseren Anwendungen. Alle Produkte sind bei uns erhältlich, schenken Sie sich selbst jeden Tag ein Stück Luxus.

### Gesichtsbehandlungen mit Vinoble Cosmetics

Die erfrischenden Anwendungen sind ideal für jede Haut mit unterschiedlichen Ansprüchen. Mit hochwertigen Wirkstoffen aus der Traube wird das Hautrelief spürbar verbessert. Wir beraten Sie gerne individuell in Ihrer gebuchten Zeit.

Anwendung für 50 Minuten 96,00 Euro

Enthalten sind: Reinigung, Peeling, spezielle Feuchtigkeitsmaske, Lippenpflege, Gesichtsmassage, Feuchtigkeitsserum, typgerechte Abschlusspflege

Anwendung für 80 Minuten 134,00 Euro

Enthalten sind: Reinigung, Peeling, Ausreinigen der Haut, Augenbrauenkorrektur, Augenmaske, individuelle Gesichtsmaske, Einarbeitung verschiedener Seren mit unserem galvanic Iontophorese Gerät, typgerechte Abschlusspflege.

### NEU Unser „LED-galvanic-Iontophorese-Gerät“.

Hierbei handelt es sich um ein 3 in 1 Gerät. Mittels LED Lichttherapie mit Mikrovibrationsmassage und galvanischer Ionenmassage werden Vinoble Cosmetics Seren, Konzentrate und Cremes effizient in die Haut eingeschleust. Wir erzielen dadurch einen optimalen Wirkeffekt.

Sie sind von der Behandlung überzeugt und möchten gerne auch zuhause Ihre Pflege optimal einschleusen. Alle Vinoble Produkte und Geräte können Sie gerne in unserer SPA Abteilung erwerben.

### „BIOSUN Ohrkerzen“

**EXQUISIT EMPFEHLUNG** Wohlfühlanwendung Ohrenkerzen vom Stamm der HOPI

BIOSUN Ohrkerzen werden nach Vorlagen einer alten indianischen Rezeptur liebevoll angefertigt. Durch das Abbrennen der Ohrenkerzen wird ein leichter Unterdruck und biodynamische Vibrationswellen erzeugt. Die Wärme intensiviert die Lymphzirkulation, darüber hinaus werden Energiepunkte und Reflexzonen bei einer kleinen Massage für die Ohren stimuliert.

Die gesamte Zeremonie fördert ein tiefes Geborgenheits- und Glücksgefühl, wie Sie es nur selten erleben.

Wohlfühlzeit 20 Minuten für 42,00 Euro

## EXTRA NATÜRLICH

### Wimpernwellen Lifting

dauerhaftes Formen Ihrer Wimpern

Geschwungene Wimpern, ein offener Blick und das ganz ohne Wimpernzange oder Mascara – das alles erzielt unser professionelles Wimpernlifting. Das dauerhafte Lifting der Wimpern ist sofort sichtbar und hält 4 – 6 Wochen. Ein schöner Soforteffekt das inkludierte Färben Ihrer Wimpern.

40 Minuten Auszeit 65,00 Euro

### kosmetische Extras buchbar zu den Anwendungen

Augenbrauen formen	17,50 Euro
Augenbrauen färben	18,00 Euro
Wimpern färben	20,00 Euro
Wimpern & Augenbrauen färben und formen	30,00 Euro

### Epilation, einfach & schnell mit Sugaring

Oberlippe	9,00 Euro
Oberlippe & Kinn	14,00 Euro
Achseln	18,00 Euro
Rücken	45,00 Euro
Unterschenkel	29,00 Euro
Ganzes Bein	59,00 Euro



„Dies Wasser lief und lief,  
immerzu lief es, und war doch immer da,  
war immer und allezeit dasselbe  
und doch jeden Augenblick neu!“

HERMANN HESSE, SIDDHARTHA





## DAS HAT HAND & FUSS

### Vinoble Maniküre

Es ist „DAS“ Hautgefühl für Ihre Hände. Zu Beginn dieser Anwendung wird ein erfrischendes Peeling durchgeführt, angereichert mit hochwertigem Traubenkernöl pflegt es die Haut reichhaltig. Nach Bedarf werden die Nägel gekürzt - geformt, die Nagelhaut entfernt und anschließend die Nagelplatte poliert. Mit einer feuchtigkeitsspendenden Handcreme werden in einer Handmassage die Wirkstoffe besser eingeschleust. Wohlverdiente Feuchtigkeit für strapazierte Hände.

50 Minuten Auszeit für 59,00 Euro

### Vinoble Pediküre

Schenken Sie Ihren Füßen die verdiente Aufmerksamkeit, denn Sie tragen uns durch unser ganzes Leben. Mit dieser Anwendung gönnen sie ihnen eine kleine Auszeit. Beginnend mit einem Fußbad und einem belebenden Kräuter-Salzpeeling wird Ihre Fußhaut erwärmt und aktiviert. Bei Bedarf werden die Nägel gekürzt, die Nagelhaut sowie Hornhaut entfernt und abschließend mit wohltuenden Handgriffen eine feuchtigkeitsspendende Pflege aufgelegt. Schon starten Sie mit neuer Energie in den Tag.

50 Minuten Auszeit für 59,00 Euro

### Hübsches Extra

Auf Wunsch lackieren wir Ihre Nägel. Wählen Sie aus der tollen Farbpalette von Alessandro. Schönes Extra: Sie erhalten Ihren gewählten Nagellack als Geschenk on top.

10 Minuten zusätzlich für 10,00 Euro

### Leichte Füße – unsere Fußrelaxzonenmassage

Hier handelt es sich um die Aktivierung der Selbstheilungskräfte und die Förderung der Entspannung. Erleben Sie, wie es sich anfühlt förmlich auf „Wolken zu gehen“. Genießen Sie die vollkommene Ruhe und lösen Sie sich von sämtlichen (Ver-)Spannungen.

25 Minuten Massage für 60,00 Euro



Jeder Mensch sollte von Zeit zu Zeit neue Energie schöpfen, damit Körper, Geist und Seele in harmonischer Wechselwirkung zusammenarbeiten können.

# Pflege. Wohltuend. Effektiv.

## GANZHEITLICH VERWÖHNEN & ERLEBEN

### So individuell – Es ist Zeit für Mich zu sein

Sie ist und bleibt unser beliebter Klassiker! In dieser wohltuenden Massage mit warmem Traubenkernöl wird vom Haaransatz bis in die Zehenspitzen individuell auf Ihr persönliches Druckempfinden eingegangen. Ein wahrer Moment der Erholung. Ob nach dem Bergsteigen oder Skifahren – entscheiden Sie individuell womit wir Ihnen eine Wohltat schenken dürfen. Wählen Sie je nach Zeitfenster zwischen einer Massage für Gesicht, Hände, Füße, Rücken oder Beine.

25 Minuten	60,00 Euro
50 Minuten	87,00 Euro
70 Minuten	125,00 Euro



„Ruhe zieht das Leben an,  
Unruhe verscheucht es.“

GOTTFRIED KELLER

### NEU Schoko Schock Symphonie

Unsere exquisite Empfehlung, können Sie nur bei uns genießen. Diese wohltuende Gesichtsmassage mit warmer Schokolade in Kombination mit streichelzarten Fächerpinseln lässt Ihre Haut erstrahlen.

Die Anwendung ist reich an Antioxidantien und hochwertigem Aprikosenkern-, Mandel-, und Kokosöl. Sie beflügelt Ihre Sinne und erfrischt Ihre Haut nachhaltig.

Anwendung enthält Reinigung, Gesichtsmassage mit warmer Schokolade und Fächerpinseln, Tonisieren der Haut, typgerechte Abschlusspflege. Schalten Sie vom Alltag ab und verfallen Sie unserer köstlichen Versuchung!

35 Minuten Massage für 75,00 Euro

### Warmherzig – unsere Hot Stone Massage

Unsere Warmsteinmassage ist mit vielen positiven Effekten verbunden! Tiefergehende Blockaden können hier individuell berücksichtigt und gelöst werden. Die Muskulatur wird vitalisiert somit gewinnen Sie neue Kraft für die Gegenwart und die Zukunft. Einfach loslassen und genießen, spüren Sie es selbst!

50 Minuten Massage für 95,00 Euro

„Tue deinem Leib Gutes,  
damit deine Seele Lust hat,  
darin zu wohnen.“

TERESA VON ÁVILA



## SPÜRBARER LUXUS FÜR EINE ZARTE HAUT

### Exquisit nur bei uns – Kräuterkraft die Ruhe schafft

**UNSERE EMPFEHLUNG** Rückenmassage mit warmen Steinen, Peeling & Franzbranntwein

Diese Anwendung ist das Highlight in unserem Haus. Eine Kombination aus warmen Steinen, hauseigenem Kräuterpeeling aus dem exquisiten Garten und Franzbranntwein sind einfach unschlagbar! Wohltuende Entspannung für Ihren Rücken bei völliger Entschleunigung.

35 Minuten Massage für 75,00 Euro

### Vinoble kernig

Sie wünschen sich mehr? Dann ist unsere Ganzkörpermassage mit anschließendem Salz-Traubenkern-Peeling perfekt ausgewählt. In dieser Anwendung kurbeln wir die Durchblutung an und mit pflegendem Traubenkernöl wird Ihre Haut reichhaltig versorgt. Der Effekt ist ein samtiges, weiches Hautbild für ein harmonisches Körpergefühl.

60 Minuten Auszeit für 112,00 Euro

### NEU Waldbad

Spürbar, kraftvoll, energiereich. So werden Sie aus dieser Anwendung schweben. Die Packung ist speziell auf die Bedürfnisse der heutigen Haut abgestimmt. Diese Kräuter mit einer intensiv pflegenden Wirkung schmeicheln Ihrer Haut in unserer Softpackliege. Sie wärmt die Muskulatur optimal und Ihre Seele entspannt vom Alltag. Genießen Sie die anschließende Massage mit warmem Öl und tanken Sie neue Energie! So entspannend ist „EXQUISIT“.

50 Minuten Auszeit für 99,00 Euro

### Traumreise

**NEU** Algenpackung verfeinert mit Sole

Unser Luxus geeignet für jeden Hauttyp. Diese wohltuende Meeresalgen- Korallenkalkpackung unterstützt die Entgiftung Ihres Körpers und nährt zugleich mit Spurenelementen und Mineralien Ihre Haut. Sie werden zu Beginn eingebettet in 24% Sole und spüren wie die Wärme Ihren Körper umarmt. Schöpfen Sie neue Energie in unsere Softpackliege.

35 Minuten Schweben für 70,00 Euro

Unsere Warmwasserliege umhüllt sie mit Wärme von 36° bis 38°. Ideal um Muskelverspannungen zu lösen und den Alltag los zu lassen.

## IN UNSEREN ANWENDUNGEN VERWENDEN WIR DUFTENDE KRÄUTER. AUS UNSEREM REGIONALEN GARTEN DER ALPENLANDSCHAFT MIT GRANDIOSER WIRKUNG

### ZITRONENMELISSE ENERGIEBÜNDEL

Beinhaltet u.a. im Vinoble Activating Body Öl. Wirkt kühlend, schmerzlindernd, entspannt den Geist und die Seele. Empfehlung bei Schlaflosigkeit und Verdauungsbeschwerden.



### LAVENDEL SEELENTRÖSTER

Beruhigender Duft mit krampflösender und antiseptischer Wirkung, ideal bei Schlaflosigkeit.



### ROSENBLÜTEN CHARMEURE

Einzigtiger Duft mit entzündungshemmender und zellverjüngender Wirkung durch den Wirkstoff Tretinoin.



### ARNIKA WUNDERHELFER

Bei Muskelverspannungen, Prellungen, Blutergüssen und Verstauchungen, entfaltet seine Wirkung bis in die Tiefenmuskulatur.



### LATSCHENKIEFER – ENTSPANNUNGSFINDER

Förderlich für die Muskelentspannung bei Gelenkschmerzen und sehr gut für die Bronchien und die Befreiung der Atemwege. Latschenkiefer findet in unseren Badezusätzen Anwendung.



### HONIG AKTIVATOR

Der Allgäuer Honig mit pflanzlichen Aminosäuren, Enzymen, Coenzymen, Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen bildet das Highlight in unserer Honigmassage.



### WILDES ACKER- STIEFMÜTTERCHEN DETOXWAFFE

Beinhaltet u.a. im Vinoble Detox Öl. Mit betörendem Duft und Hauptwirkstoffen wie Flavonoide Rutin Violathin und Gerbstoffen entfaltet es eine entzündungshemmende kortisonähnliche Wirkung – empfiehlt sich u.a. bei Ekzemen und Schuppenflechte.




### TRAUBEN FEUCHTIGKEITSSPENDER

Findet sich in allen Produkten von Vinoble Cosmetics und dem Barrique Weinbad. Innerlich wirken Folsäure für die Blutbildung, Vitamin B6 zur Eiweißbildung und OPC zur Herz- Kreislaufstärkung. Äußerlich wirken Resveratrol, B-Vitamine, Flavonoide und Stammzellen für den Feuchtigkeitshaushalt der Haut.



### TRAUBENKERNE UNTERSTÜTZER

Ein hoher Anteil an Vitaminen und ungesättigten Fettsäuren wirkt regulierend und kräftigend für Haut, Haar und Zellen. Erleben Sie ein fühlbar geschmeidiges Hautbild z.B. bei einer Anwendung mit dem Vinoble Traubenkernöl.



Wir verwenden viele  
Kräuter direkt aus  
unserem Exquisit  
Kräutergarten. Spüren  
auch Sie deren  
wohltuende Wirkung.

„Schau tief in die Natur,  
und dann wirst du alles besser verstehen.“

ALBERT EINSTEIN

# Ausspannen. Loslassen. Durchatmen.

## LEBENSWEISSENSCHAFT – AUS FERNEN LÄNDERN

Wörtlich übersetzt bedeutet „Ayurveda“ Lebensweisheit oder Lebenswissenschaft. Ayur „Leben“ und Veda „Wissen“

### Abhyanga

Das Leben ist gemäß der Ayurveda-Auslegung eine Einheit von Körper, Sinnen, Verstand & Seele. Bei dieser energiespendenden Ölmassage wird die Durchblutung angeregt und unterstützt den Körper zu entgiften. Diese wirkungsvolle Entspannung fördert Ihren regenerativen Ausgleich auf ganzheitlicher Ebene.

65 Minuten Massage 112,00 Euro

### Prstha ´ bhyanga

Diese Anwendung bezieht sich auf Ihren verspannten Nacken, die Schulterpartie, Arme als auch der komplette Rücken werden mit einbezogen. Spüren Sie harmonische Grifftechniken und erleben wie Blockaden gelöst werden. Dann erst kann die Energie wieder frei durch deinen Körper strömen!

35 Minuten Massage 75,00 Euro

„Gesundheit ist die Harmonie  
von Innerem und Äußerem.“

DR. EBO RAU





Die Kraft der Stille,  
die Energie des Wassers  
und die Wirkung des  
Lichts vereinen sich in  
unserem großzügigen  
Spa-Bereich.

Zeit. Energie. Lebenskraft.

## **ZEIT ZU ZWEIT ODER NUR FÜR SICH ALLEIN**

### **In unserem Privat Spa...**

Hier verlieren Sie Ihr Zeitgefühl. Gönnen Sie sich eine Auszeit in himmlischer Ruhe in ganz privater Atmosphäre. Allein oder zu zweit, einfach mal die Welt vergessen und zurückziehen.

Während der ungestörten Stunden erholen Sie sich in der finnischen Sauna, entspannen den Körper im Whirlpool, beleben den Kreislauf unter der Regendusche oder bescheren der Seele beim Betrachten von Akram Sultans goldener Wandmalerei glückliche Momente.

Wählen Sie Ihr individuelles Badeerlebnis und Ihre persönliche Saunatemperatur.

### **Allgäuer Entspannungsbad**

Erleben Sie unsere handgemachte Kräutermischung bei diesem Badeerlebnis. Eine wundervolle Kreation aus Kräutern wie Melisse, Lavendel, Rosenblüten und Arnika schenken Ihnen eine besondere Auszeit.

**120 Minuten finnische Sauna & Whirlwanne für  
65,00 Euro**

### **Vinoble Barrique Weinbad**

Dieses unvergleichliche Dufterlebnis ist ein feuchtigkeitsspendendes Badeerlebnis für jeden Hauttyp und hinterlässt ein samtig-weiches Hautgefühl. Sich verwöhnen, das ist etwas Besonderes in der heutigen Zeit.

**120 Minuten finnische Sauna & Whirlwanne für  
65,00 Euro**


Gönnen Sie sich mehr Auszeit, jede weitere Stunde ist buchbar für 27,00 Euro



„Nicht die Schönheit entscheidet,  
wen wir lieben, sondern die Liebe  
entscheidet, wen wir schön finden.“

SOPHIA LOREN




The image features a white background with several sliced plums and a bowl of plum pits. The plums are cut in half, showing their reddish-purple skin and light-colored, juicy flesh. The pits are small, oval-shaped, and have a mix of yellow, green, and reddish-brown colors. A purple circular callout box is positioned in the upper right quadrant, containing white text.

In unserem Privat Spa  
haben Sie Zeit, den Alltag  
hinter sich zu lassen, zu sich  
selbst zu finden und sich  
ganz auf Ihr Wohlbefinden  
zu konzentrieren.

„Die Natur macht nichts vergeblich.“

ARISTOTELES



„Die größten Ereignisse,  
das sind nicht unsere lautesten,  
sondern unsere stillsten Stunden.“

FRIEDRICH WILHELM NIETZSCHE

„Für Ihr Wohlbefinden nehme ich mir mit meinem Team Zeit & bieten Ihnen ein umfangreiches, auf Ihre Bedürfnisse abgestimmtes Therapieangebot.“

CHRISTIAN TITSCHER



## PANTA RHEI – ALLES FLIESST UND STRÖMT

### Osteopathie

Der menschliche Körper funktioniert nur optimal, wenn nicht nur seine Gelenke, sondern auch alle Körperstrukturen sowie Organe frei beweglich an der richtigen Stelle sind. Selbst geringer Bewegungsverlust, kleine Verschiebungen von Gelenken sowie Organen kann Schmerzen als auch Verschlechterung der Funktionen mit sich bringen.

Der Osteopath schaut nach Einschränkungen im Körpersystem:

- im Bewegungsapparat (Knochen, Muskeln, Sehnen, Gelenke)
- im Bereich der inneren Organe mit ihren Blut- und Lymphgefäßen mit den dazugehörigen Anteilen im Nervensystem
- Craniosacral-System

30 Minuten für 80,00 Euro

### NIS –Neurologisches Integrationssystem nach Dr. A. K. Phillips D. O.

Über einen Armkrafttest werden im Körper durch Kontaktpunkte Signalstörungen im Nervensystem aufgespürt, und durch eine klopfende Stimulierung des Gehirns wiederhergestellt. Dieses manuelle Behandlungskonzept dient zur Diagnostik und Behandlung von Regulationsstörungen im Körpersystem.

30 Minuten für 80,00 Euro

### Craniosacral-Therapie

Die Craniosacral-Therapie ist ein Bestandteil der Osteopathie.

Bewegungen im ganzen Körper ausdrückt. Dr. W. G. Sutherland nannte dies die „primäre Atmung“. Die Verbindung zwischen Gewebeatmung zum Zentralnervensystem und die Lungenatmung der „sekundären Atmung“, helfen dabei die Körperfunktionen zu regulieren. Er ist überall er tastbar und liefert diagnostische wie auch therapeutische Informationen.

30 Minuten für 70,00 Euro

Praxis Titscher bietet gern in vorab Buchungen unter anderem manuelle Therapie, Krankengymnastik, Lymphdrainage an. Bitte geben Sie uns rechtzeitig bekannt wann ihre Terminwünsche sind.



HOTEL

*Exquisit*

RUHEPOL IN DEN BERGEN

Lorettostr. 20 | 87561 Oberstdorf  
Tel. +49 (0) 8322 9633-0 | Fax +49 (0) 8322 9633-60  
[www.hotel-exquisit.de](http://www.hotel-exquisit.de) | [info@hotel-exquisit.de](mailto:info@hotel-exquisit.de)