



Treten Sie ein in eine Welt der Sinne. Auf »Gut Sternholz« erwartet Sie ein Ort des Wohlbefindens. Hier werden Sie rundum verwöhnt und können einen besonderen Urlaubstag im stilvollen und luxuriösen Ambiente des alten Gutshofes genießen. Hier wirkt nichts gekünstelt oder aufgesetzt, sondern natürlich und gelassen, wie Sie es von einer Wellness- und SPA-Einrichtung des gehobenen Anspruches erwarten. Die Wohlfühlbereiche Sauna, Wellness und Gastronomie empfangen Sie mit einer einzigartigen Atmosphäre aus warmen, dunklen Brauntönen, sanftem Licht, wohligen Gerüchen von Ölen und Pflanzen, Mobiliar im Kolonialstil sowie floralen, indonesischen Bildmotiven an den Wänden. Spüren Sie die Harmonie als impulsgebende Kraft!

DAS RESÜMEE

Auf kurzem Weg gelangen Sie zu den vier unterschiedlich temperierten Saunen, dem Dampfbad und dem »Hamam« im Innenbereich. Außen erwartet Sie eine Aufguss-Sauna, die in einem Blockhaus untergebracht ist.

DER SAUNABEREICH

An der Rezeption händigen die freundlichen Mitarbeiter Ihnen den Schlüssel zu Ihrem Umkleideschrank aus. Zu jedem der 250 Umkleideschränke gehört auch ein separates Wertfach. Bei Bedarf können Sie Bademäntel und Handtücher gegen Gebühr ausleihen sowie Badeschuhe kaufen.

DER EMPFANG

Täglich von 9:00–23:00 Uhr | 24. 12. und 31. 12. ist die Anlage geschlossen.
Dienstag ist Damen-Sauna von 9:00 – 23:00 Uhr.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN

2 Stunden 15,50 € | 4 Stunden 18,50 € | Tageskarte 21,50 €

DIE PREISE

Ein besonderer Komfort: Sie können Ihre gewünschten Leistungen, wie Eintrittskarten oder Anwendungen, vorab unter www.gut-sternholz.de per Lastschrift bestellen.

UMKLEIDEN | DUSCHEN

Schon in den vier Gemeinschaftsumkleideräumen und dem separaten Raum für Damen zeigt sich das einzigartige Ambiente und die Liebe zum Detail. Dunkle Holzttöne und ein angenehm dezenter Duft umgeben Sie hier. Blickfang der sechs Einzelduschen ist ein Granitblock.

DIE SAUNEN

Auf »Gut Sternholz« hat man es sich zum Ziel gesetzt, Ihnen eine bunte Vielfalt von Aufgüssen anzubieten und diese auf Ihr ganz persönliches Wohlempfinden abzustimmen. So wird Ihnen saisonabhängig beispielsweise Minzeis oder Eistee gereicht. Die professionellen Aufguss-Zeremonien werden bei etwas niedrigeren Temperaturen zelebriert, da das Wohlfühlen im Vordergrund steht. Die Zeiten und Düfte entnehmen Sie bitte der Aufgusstafel.

INNENBEREICH:**DIE AUFGUSS-SAUNA**

Auf dem gemauerten Ofen findet (im Wechsel mit der Blockhaus-Sauna) bei 80 °C ein Teil der Aufgusszeremonien für bis zu 30 Personen statt.

DIE STERN-SAUNA

Mit meditativer Musik und einem bunten Sternenhimmel verführt Sie die Stern-Sauna bei 25 % Luftfeuchtigkeit zum Träumen. Die gemäßigte Temperatur von 60 °C und ein angenehmes Aroma unterstützen Ihre Meditation und begleiten Sie zu tiefer, innerer Entspannung. Fenster gewähren den Blick in den Innenbereich sowie in die Außenanlage.

DIE KRÄUTER-SAUNA

Der Duft aus erlesenen, natürlichen Kräutern wie Eukalyptus, Kamille, Salbei und Thymian empfängt Sie in der 75 °C warmen Kräuter-Sauna. Die Heilkräfte der Natur unterstützen Sie, den inneren Stress abzubauen und Ihr persönliches Wohlbefinden wieder herzustellen. 30 Gäste können sich hier gleichzeitig bei einer Luftfeuchtigkeit von 15 bis 20 % aufhalten.

DIE AROMA-SAUNA

Die Aroma-Sauna bietet 30 Besuchern bei angenehmen 70°C und 30 % Luftfeuchtigkeit einen wohligen und erfrischenden Geruch von Citrusfrüchten. In regelmäßigen Abständen wird neues Aromawasser über die heißen Steine gegossen, so dass sich



der frische Citrusduft intensiv im Raum verteilt. In den Aromaschalen sorgen aufgeschnittene Zitronen zusätzlich für ein natürliches Dufterlebnis.

Zentraler Blickfang ist der Dampferzeuger, auf dem raffiniert illuminierte Rosenquarze liegen. In dem 50 °C warmen, gefliesten Raum mit Platz für 15 Badende wird Ihnen zusätzlich ein ausgesuchtes Wohlfühlprogramm angeboten, das von Tag zu Tag variiert. Anwendungen mit Rügener Heilkreide, Ayurvedischen Ölen oder verschiedenen Salzen runden Ihren Aufenthalt im Dampfbad ab. Besonders beliebt ist auch das anregende und hautstraffende Kaffee-Peeling mit dem Duft von frisch gemahlene Kaffeebohnen, das Sie noch am nächsten Tag an Ihren Wellness-Kurzurlaub auf »Gut Sternholz« erinnert.

DAS DAMPFBAD

Direkt neben dem Dampfbad befindet sich das 2009 eröffnete »Hamam«, in dem Sie nach der Seifenschaum-Massage geschmeidig pflegende Wirkstoffe verschiedener Körperpackungen auf einem warmen Wasserbett genießen können.

DAS »HAMAM«



AUSSENBEREICH:
DIE BLOCKHAUS-SAUNA

Mitten im Park, umgeben von uralten Bäumen und direkt am See gelegen, steht die Blockhaus-Sauna. In diesem Traum von Natur können bei 85 °C und einem breiten Aufguss-Angebot 30 Saunafreunde schwitzen. Durch die massive Bauweise und den ummauerten Ofen herrscht hier ein sehr angenehmes Raumklima.

Innen wie außen finden Sie Kalt-Warm-Brausen, Schwall- und Kübelduschen mit Kneippschläuchen sowie Schalen mit Scherbeneis.

DAS ABKÜHLEN

In einer gefliesten Nische nehmen Sie in einem der drei Doppelbecken ein kaltes Fußbad.

DAS KNEIPPEN

- DAS SCHWIMMBECKEN** Der 105 m² große Pool lädt bei angenehmen 26 °C zum Schwimmen ein.
- DIE AUSSENANLAGE** Der 50.000 m² große Park mit seinem alten Baumbestand und großzügigen Rasenflächen bietet im Sommer wie im Winter einen unvergleichlichen Ort der Erholung. Natur pur, wie die hier nistenden Graureiher belegen. Ein 350 m² großer Naturteich mit Goldfischen, ein breiter Holzsteg als Liegeterrasse und viele Pflanzenarten wie Azaleen, Rhododendren und Rosen lassen Urlaubsstimmung aufkommen. 150 gemütliche Liegen mit Sonnen- und auch Schattenplätzen sowie die Sitzschaukeln und Liegemuscheln sorgen für einen entspannten Aufenthalt. Das ist ein Sauna-Park der Extraklasse!
- DER WHIRLPOOL** Im 37 °C warmen Whirlpool im Außenbereich können Sie den Duft des Parks aufnehmen – eine wohltuende Entspannung.
- RUHEMÖGLICHKEITEN** Gedämpfte Lichter und warme Farben aus der Natur lassen Sie Harmonie und Einklang spüren. Sie betreten eine Welt, in der Sie den Alltag hinter sich lassen und zur Ruhe kommen können. Entspannen Sie zwischen den Saunagängen in einem der vier Ruheräume im ersten und zweiten Stockwerk oder im Wintergarten und genießen Sie den Blick auf den wundervollen Park. Im Hintergrund vernehmen Sie das Plätschern des Innenhof-Brunnens. 130 gemütliche Liegen, kuschelige Decken und Kissen erwarten Sie. Oder machen Sie es sich auf eine ganz besondere Art gemütlich und fühlen Sie die Schwerelosigkeit in den 26 geheizten Wasserbetten. Als besonderer Service liegen in jedem Ruhebereich verschiedene Bücher und Zeitschriften aus. Um Ihnen den Aufenthalt so komfortabel wie möglich zu gestalten, sind im Erdgeschoss extra große Ablagefächer eingebaut worden, damit Sie Ihre Taschen nicht nach oben in die Ruheräume tragen müssen.
- WELLNESS** Erleben Sie die Kunst der Berührung: Tauchen Sie ein in die vielfältige Welt des Entspannens und sammeln Sie neue Lebensenergie für die Anforderungen des Alltags. Lassen Sie sich verwöhnen mit einfühlsamen Massagen, hochwertigen Pflegepro-



dukten und wertvollen Pflanzenölen aus kontrolliert biologischem Anbau, Wachse aus Rosenblüten und Bienenwachs, Heilpflanzen und echten ätherischen Ölen.

Ein Highlight ist die 45 m² große Day Spa Suite – eine Welt voller Ruhe und Privatheit. Genießen Sie die Zweisamkeit mit Ihrem Partner oder die Vertrautheit mit Freundinnen. Die Suite ist ausgestattet mit zwei Massageliegen, Duo-Luxusbadewanne, gemütlicher Loungeecke und eigener Dusche. Erfahren Sie gemeinsam die wohltuende Wirkung von sorgsam abgestimmten Entspannungsritualen zu unterschiedlichen Preisen. Sämtliche Wellness-Angebote sind auch ohne Saunabesuch buchbar.

DAY SPA SUITE



Eine entspannende Rückenmassage genießen Sie im Sommer im Gartenpavillon. Zwei Solarien sorgen für die gewünschte Bräune.

MASSAGEN | SOLARIEN

Jeden ersten Donnerstag im Monat wird Ihnen in der Zeit von 18:00 bis 24:00 Uhr ein besonderes Highlight, das an die jeweilige Jahreszeit angepasst ist, geboten.

EVENTS

Im Lounge-Restaurant steht eine gesunde und ausgewogene Ernährung im Mittelpunkt. Sie haben eine exquisite Auswahl an frisch zubereiteten Gerichten zu einem sehr guten Preis-Leistungs-Verhältnis. Sie sitzen in attraktivem Ambiente im Innenbereich, im lichtdurchfluteten Wintergarten oder draußen im Park.

GASTRONOMIE

Die von Ihnen in Anspruch genommenen Leistungen begleichen Sie in bar oder mit der EC-Karte.

ZAHLUNGSVERKEHR

Vor dem »Gut Sternholz« parken Sie kostenlos.

PARKMÖGLICHKEITEN

