Energie für den Körper, Inspiration für die Seele.

SPA-Menü

aROSA

Lieber Gast,

im A-ROSA SPA beginnt alles mit einem einfachen Gedanken: Jeder Mensch ist einzigartig. Deshalb sind unsere Anwendungen keine Routinen, sondern Empfehlungen – abgestimmt auf das, was Ihnen in diesem Moment guttut. Ob regenerierend, aktivierend oder entspannend: Unser erfahrenes Therapeutenteam begleitet Sie mit echter Expertise, offen für Ihre Wünsche und aufmerksam im Augenblick.

Was Sie erwartet, ist kein Versprechen auf Perfektion, sondern ein einfühlsames Angebot – bewusst gestaltet, persönlich begleitet und mit dem Blick auf das Wesentliche: Sie.

Ein Raum für Sie. Ein Moment für Sie. Ein Erlebnis für Sie.

VINOBLE COSMETICS

[vegan. nachhaltig. intensiv-pflegend. unisex.]

Unser Partner:
VINOBLE COSMETICS – die Kraft der Rebe.

Mit VINOBLE COSMETICS haben wir einen Partner gefunden, der unsere Haltung teilt: Natürlichkeit, Sinnlichkeit und Wirkung in perfekter Balance. Die Produkte sind inspiriert von der Kraft der Rebe und verbinden den Duft von Trauben und Rosen mit hochkonzentrierten Wirkstoffen, die der Haut neue Frische schenken. Clean im Design, klar in der Wirkung, spürbar im Ergebnis. Grundlage dieser Philosophie ist das Wissen aus der europäisch-traditionellen Naturheilkunde mit Fokus auf Vinotherapie.

So entsteht ein Erlebnis, das weit über Pflege hinausgeht: ein Moment bewusster Achtsamkeit, ein Ritual für Körper und Geist – exklusiv bei A-ROSA.

VINOBLE COSMETICS

Pflege, die berührt.

VINOBLE Pure Gesichtsanwendung

Für sensible Haut mit besonderen Ansprüchen und Sofort-Effekt.

- Reinigung, Peeling und Tonisierung
- Essenz
- Konzentrat
- Iontophorese
- Gesichtsmassage mit Maske
- Abschluss- & Augenpflege

Eine Gesichtsbehandlung speziell für sensible Haut, die von besonderen Ritualen lebt, die den Vagusnerv stimulieren. Diese bewirken eine tiefe Erholung, Regeneration und Ausgleich des parasympathischen Systems. Es werden ausschließlich wirkstoffreiche Rohstoffe aus COSMOS-zertifizierten Betrieben verwendet (reine Naturkosmetik ohne kritische Inhaltsstoffe). Das Ergebnis: Das Wohlbefinden Ihrer Haut entfaltet sich auf neue Weise, sodass Sie sich anhaltend lebendig, frisch und strahlend fühlen.

50 Minuten | ab 129 €

VINOBLE Gesichtsanwendung

Für einen sichtbar frischeren Teint und eine vitale Ausstrahlung.

- Hautanalyse & Produktauswahl
- Reinigung, Peeling & Tonisierung
- Wirkstoffmaske
- Gesichtsmassage
- Abschluss- & Augenpflege

Eine individuelle und intensive Behandlung für alle, die ihrer Haut in kurzer Zeit neue Frische und Vitalität schenken möchten. Nach einer sanften Reinigung und einem auf Ihren Hauttyp abgestimmten Peeling folgt eine tiefenwirksame Wirkstoffmaske. Eine entspannende Gesichtsmassage mit wertvollen Essenzen rundet das Erlebnis ab.

50 Minuten | ab 105 €

Unser Tipp:

Nach jeder Kosmetik- und Massageanwendung laden wir Sie ein, das Erlebte in Stille nachwirken zu lassen. In unserem gemütlichen Ruhebereich dürfen Sie bei einer Tasse warmem Tee, einem Nackenkissen und angenehmer Atmosphäre vollkommen entspannen.

Die wohltuenden Impulse Ihrer Anwendung entfalten sich so noch intensiver – Ihr Körper regeneriert, der Geist kommt zur Ruhe, und Ihre Sinne finden zurück in die Balance.

VINOBLE Gesichtsanwendung

Für sichtbare Ergebnisse und Glow-Effekt.

- Reinigung & Peeling
- Zupfen & Ausreinigung nach Wunsch
- Gesichtsmassage
- Iontophorese mit Serum
- Maske
- Abschluss- & Augenpflege

Ein luxuriöses Anti-Aging-Ritual mit den wertvollsten Wirkstoffen der Traube: OPC mit hoher antioxidativer Kraft, Resveratrol zur Unterstützung der Hautregeneration und Trauben-stammzellen als natürlicher Schutz. In Kombination mit einer pflegenden Gesichtsmassage und einer straffenden Maske wird die Haut geglättet, gefestigt und erhält neue Strahlkraft – inspiriert von der regenerativen Kraft der Weinberge.

80 Minuten | ab 159 €

VINOBLE Frischekick

Für einen frischen Teint und neue Strahlkraft.

- Reinigung & Tonisierung
- Enzympeeling
- Feuchtigkeitspflege
- Abschlusspflege

Ein belebender Kurzurlaub für die Haut: Sanfte Reinigung, ein enzymatisches Peeling mit Papaya und eine feuchtigkeitsspendende Essenz sorgen in kürzester Zeit für ein frisches, vitales Aussehen. Perfekt als Einstieg oder Auffrischung.

25 Minuten | ab 59 €

VINOBLE Face Yoga

Für eine straffe Gesichtskontur und neue Spannkraft.

- Reinigung & Tonisierung
- Faszientool
- Feuchtigkeitspflege
- Abschlusspflege

Sanfte Reinigung, ein nährendes Trauben-Serum und eine spezielle Faszienmassage aktivieren die Hautfunktionen. Die Behandlung kombiniert Wirkstoffe mit tiefenwirksamen Massagetechniken, wodurch das Hautbild glatter erscheint und die Gesichtskonturen sichtbar gefestigt werden. Ideal für alle, die sich einen natürlichen Lifting-Effekt und frische Ausstrahlung wünschen.

25 Minuten | ab 49 €

VINOBLE Augenblick

Für eine schöne Augenpartie.

- Wimpern färben
- Augenbrauen färben
- Augenbrauenkorrektur
- Augenpflege

Die Augen ziehen als Erstes die Blicke auf sich. Eine gepflegte Augenpartie verleiht dem Ausdruck mehr Intensität und lässt das Gesicht frischer und eleganter wirken. Besonders empfehlenswert als Ergänzung zu einer Gesichtsbehandlung oder als eigenständige Verwöhnzeit.

25 Minuten | ab 49 €

Unsere Handschrift.

Die Kraft der Ostsee – Geborgen an der Küste. Gehalten im Moment.

Kraft aus der Natur. Ruhe aus der Region.

Gönnen Sie sich eine ganzheitliche Auszeit, bei der Ihr Wohlbefinden im Mittelpunkt steht. Dieses Ritual beginnt mit einem entspannenden Fußritual mit Peeling, Fußbad und pflegender Packung und geht über in eine wohltuende Kopfmassage sowie eine sanfte Ganzkörpermassage. Umgeben von der beruhigenden Atmosphäre der Ostsee entsteht ein Gefühl von Weite, Gelassenheit und innerem Loslassen. Den Abschluss bildet ein wärmendes Kräuterkissen und eine Tasse Tee.

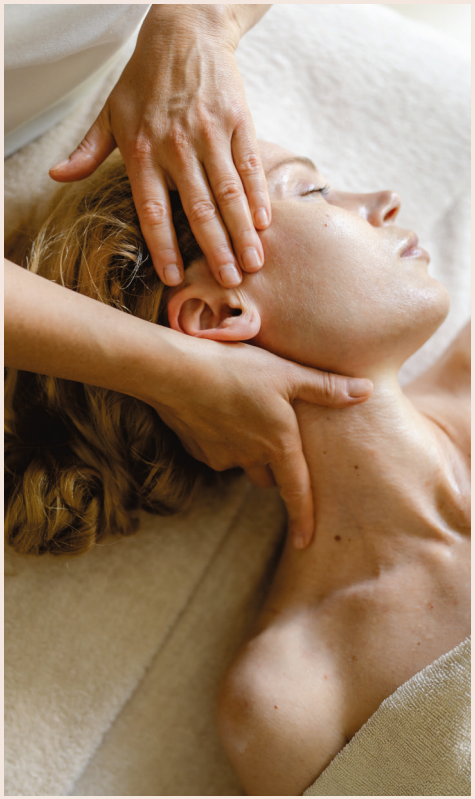
80 Minuten | ab 169 €

A-ROSA Signature Ritual

Einatmen. Loslassen.
Hier sein.

Erleben Sie das ikonische A-ROSA Verwöhnritual – inspiriert von der Kraft der Traube und der Essenz des Urlaubsgefühls. Dieses ganzheitliche Erlebnis vereint Fußritual, Körperpeeling, Massage mit Balance-Kissen, Kopf-Schulter-Nacken-Dekolleté-Massage sowie eine pflegende Gesichtsbehandlung mit Maske und Essence von VINOBLE COSMETICS. Jede Berührung ist achtsam, jede Phase wohltuend – ein Ritual, das Körper, Geist und Sinne in Einklang bringt und Sie tief verbunden mit dem Moment zurücklässt.

80 Minuten | ab 189 €



Kunst der Berührung.

VINOBLE COSMETICS

VINOBLE Balance

Eine harmonisierende Ganzkörpermassage mit warmen Traubenkernsäckchen, die Verspannungen sanft löst und den Energiefluss ausgleicht. Die rhythmischen Massagegriffe fördern die Ausschüttung von Glückshormonen, stärken das Immunsystem und schenken tiefe innere Ruhe. Ideal zur Stressreduktion und Regeneration von Körper und Geist.

80 Minuten | ab 150 €

VINOBLE Detox Massage „Vinotherapie“

Eine aktivierende Reflexpunktmassage mit entgiftender Tiefenwirkung. Sanfte Drucktechniken fördern den Lymphfluss, lösen Stauungen und regen den Stoffwechsel an. Der Körper wird spürbar entlastet, die innere Balance gestärkt und neue Vitalität freigesetzt – ideal zur Unterstützung natürlicher Detox-Prozesse.

50 Minuten | ab 105 €

Ganzkörpermassage

Diese Anwendung wird individuell auf Ihre aktuellen Bedürfnisse abgestimmt. Mit sanften bis kräftigen Massagegriffen werden gezielt Spannungen gelöst, die Durchblutung gefördert und Ihr Wohlbefinden harmonisiert – für ein Körpergefühl, das genau in diesem Moment guttut.

50 Minuten | ab 95 €

80 Minuten | ab 150 €

Teilkörpermassage

Diese wohltuende Massage konzentriert sich auf ausgewählte Körperpartien wie Rücken, Nacken, Schultern oder Beine – dort, wo sich Verspannungen und Alltagsstress besonders häufig festsetzen.

Mit gezielten Grifftechniken, warmem Öl und achtsamer Berührung werden Muskelverspannungen gelöst, die Durchblutung gefördert und das körperliche Wohlbefinden spürbar verbessert. Ideal für alle, die sich eine kurze, aber wirkungsvolle Auszeit gönnen möchten.

25 Minuten

ab 55 €

Hot Stone Massage

Eine wohltuende Ganzkörpermassage mit warmen Basaltsteinen, die Verspannungen lösen und den Körper sanft zur Ruhe bringen. Die angenehme Wärme fördert die Durchblutung, entspannt die Muskulatur und lässt ein tiefes Gefühl von Geborgenheit entstehen.

Im Gesicht arbeiten wir mit feinen, warmen Steinen und einer nährenden Pflege, die die Anwendung harmonisch abrundet – für spürbare Entspannung und neue Leichtigkeit.

25 Minuten | ab 60 €

80 Minuten | ab 155 €

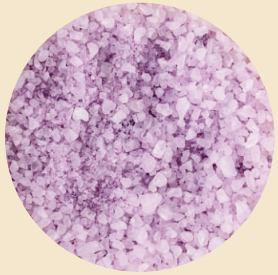
Fußreflexzonenmassage

Gezielte Drucktechniken an den Reflexzonen der Füße aktivieren die Energiepunkte des Körpers und fördern die natürliche Regeneration. Die Durchblutung wird angeregt, Verspannungen lösen sich, und der gesamte Organismus findet zurück in ein harmonisches Gleichgewicht.

50 Minuten

ab 95 €

Inspiriert von der Ostsee.



Peelings

Sanfte Erneuerung für samtweiche Haut.

Unsere Körperpeelings befreien die Haut von abgestorbenen Zellen, regen die Durchblutung an und verleihen ein seidig-glattes Hautgefühl. Wertvolle natürliche Inhaltsstoffe pflegen intensiv und bereiten Ihre Haut ideal auf nachfolgende Behandlungen vor.
Ein echtes Ritual der Erneuerung – für frische, strahlende Haut und neues Wohlbefinden.

Salz auf meiner Haut

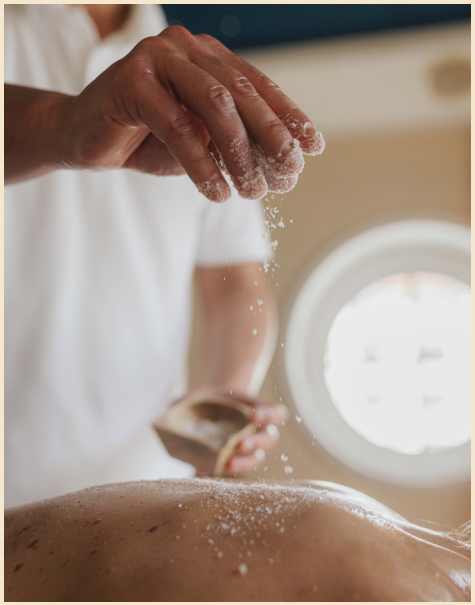
Feines Meersalz und pflegendes Mandelöl – inspiriert von der Kraft der Ostseeküste. Dieses Peeling verfeinert das Hautbild, belebt die Durchblutung und schenkt intensive Feuchtigkeit und Schutz. Für ein spürbar geglättetes, zartes und seidig-weiches Hautgefühl.

25 Minuten | ab 50 €

Kaffeepeeling

Fein gemahlener Kaffee entfaltet auf der Haut seine belebende Kraft. Das natürliche Peeling regt die Durchblutung an, löst abgestorbene Hautzellen und unterstützt die Haut dabei, neue Frische zu entwickeln. Wertvolle Öle pflegen intensiv und schenken ein geschmeidig-zartes Hautgefühl.

25 Minuten | ab 59 €



Rasul

Eine besondere Verbindung aus orientalischer Badekultur und den mineralreichen Naturschätzen der Insel Rügen. Erleben Sie ein traditionelles Peeling, das Sie selbst anwenden. Die erwärmte Rügener Heilkreide wird auf die Haut aufgetragen und wirkt reinigend, entschlackend und porentief klärend. In Verbindung mit Wärme und Dampf entfaltet sich ein ganzheitliches Ritual, das Haut und Sinne gleichermaßen regeneriert.

2 Personen:

45 Minuten | ab 80 €

Kreidepackung in der Soft-Pack-Liege

Die Anwendung mit originaler Heilkreide – einem natürlichen Mineralstoff aus der Ostsee – reinigt und vitalisiert die Haut auf sanfte Weise. Die feine Textur der Kreide wirkt klärend, ausgleichend und beruhigend zugleich. Genießen Sie Ihre Anwendung mit einem Gefühl von Schwerelosigkeit und erleben Sie tiefe Entspannung durch wohlige Wärme.

30 Minuten | ab 59 €

Kraft finden. Ruhe spüren.

Meer der Verbundenheit

Zwei Menschen, ein gemeinsamer Moment. Das Ritual beginnt im Rasul, wo warmer Dampf und mineralreiche Rügener Heilkreide den Körper umhüllen, die Haut reinigen und Geist und Sinne zur Ruhe kommen lassen. Anschließend genießen beide eine 50-minütige Ganzkörpermassage mit warmem, natürlichem Öl. Sanfte Berührungen, harmonische Bewegungen und feine Düfte schaffen ein Erlebnis voller Nähe und Entspannung.

120 Minuten | ab 270 €

„Küstenduft“-Salz-Aroma-Bad

Mineralreiches Meersalz und ausgewählte Aromaessenzen befreien, vitalisieren und harmonisieren den Körper. Entspannend, hautpflegend und wohltuend klärend – für innere Ruhe und neue Leichtigkeit.

25 Minuten | ab 50 €

Schwangerschafts-Massageritual „Mom to be“

Eine sanfte Massage speziell für werdende Mamas ab dem 3. Schwangerschaftsmonat. Beruhigende Massagegriffe fördern die Durchblutung, lösen Spannungen und pflegen die Haut intensiv. Dieses Ritual schenkt tiefe Entspannung, unterstützt den Energiefluss und bereitet Körper und Seele auf die kommende Zeit vor.

50 Minuten | ab 105 €

Kids verwöhnende Gesichtsbehandlung

Genieße eine verwöhnende Gesichtsanwendung, die ganz individuell auf deinen Hauttyp abgestimmt wird.

25 Minuten | ab 50 €

Von 6–14 Jahren

Kids Wohlfühlmassage

Genieße eine sanfte, kindgerechte Massage mit langen Ausstreichungen. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass bei der Durchführung einer Massage die Anwesenheit eines Elternteils verpflichtend ist.

25 Minuten | ab 50 €

Schöne Hände. Leichte Schritte.

SPA Maniküre

Gönnen Sie sich ein verwöhnendes Pflegeerlebnis: Eine wohltuende Hand- und Nagelpflege, ein sanftes Peeling, eine entspannende Massage und zum Abschluss ein pflegendes Nagelöl – für spürbar gepflegte und schöne Hände.

50 Minuten | ab 85 €

SPA Pediküre

Tauchen Sie ein in ein wohltuendes Pflege-Ritual für Ihre Füße: Genießen Sie eine sorgfältige Fuß- und Nagelpflege, ein belebendes Peeling, eine entspannende Fußmassage und den abschließenden Wohlfühlausklang mit pflegendem Nagelöl – für rundum gepflegte und schöne Füße.

50 Minuten | ab 85 €

Nägel lackieren

Veredeln Sie Ihre Nägel mit den nachhaltig produzierten Nagellacken – reich an hochpigmentierten, pflanzenbasierten Inhaltsstoffen. Die Farben schenken natürlichen Glanz, lange Haltbarkeit und ein strahlendes Finish – ganz ohne Kompromisse für Haut und Umwelt.

15 Minuten | ab 20 €

Achtsam genießen.

SPA-Etikette

Stornierungen:
Bitte informieren Sie uns mindestens 24 Stunden im Voraus, wenn Sie Ihren Termin verschieben oder absagen möchten. Bei kurzfristigen Absagen (< 24 Std.) berechnen wir 100 % des Anwendungspreises.

Schwangerschaft:
Herzlichen Glückwunsch! Viele unserer Anwendungen sind auch in dieser besonderen Zeit möglich. Bitte halten Sie Rücksprache mit Ihrem Arzt und teilen Sie uns Ihre Wünsche mit. Wir empfehlen Anwendungen ab dem 4. Schwangerschaftsmonat.

Vorbereitung & Ankommen:
Bitte erscheinen Sie 5–10 Minuten vor Beginn Ihrer Anwendung, um entspannt in Ihre Auszeit zu starten. Bei Verspätungen verkürzt sich die Anwendungszeit entsprechend.

Ruhe:
Unser SPA ist ein Rückzugsort der Entspannung. Bitte unterstützen Sie die ruhige Atmosphäre und nehmen Rücksicht auf andere Gäste.

Rückzugsorte:
Unsere Entspannungs- und Ruheräume laden ein, die Wärme der Sauna nachwirken zu lassen, innezuhalten und neue Energie zu tanken.

Kinder:
Auch unsere kleinen Gäste ab 6 Jahren sind herzlich willkommen. Massagen erfolgen ausschließlich in Begleitung eines Erziehungsberechtigten und mit schriftlicher Einverständniserklärung.

Strandidyll Heringsdorf Hotelbetriebsgesellschaft mbH, Delbrückstr. 10, 17424 Heringsdorf

- **Großzügiger Wellnessbereich** mit Parklandschaft
- **Eine Auswahl an Pools:** Beheizter Innen- und Außenpool sowie wohltuender Whirlpool
- **Verschiedene Saunen:** Erleben Sie die wohltuende Wärme von Finnischen Saunen, Dampfsauna und Sanarium
- **Entspannungsbereiche:** Verschiedene Ruhezonen und Sole-Gradierwerk – wohltuend für Atemwege und Haut

Jetzt Verwöhnauszeit buchen:

Unter **+49 38378 476 566**
oder per Mail **spa.hsh@a-rosa.de**