Ur Zeit für mich...

Inhalt

Wellness an der Nordsee	Seite 2
Die Nordseefarm	Seiten 3 - 5
Zimmer	Seiten 6 - 7
Arrangements	Seiten 8 - 12
Beauty	Seiten 13 - 18
Wellness und Entspannung	Seiten 19 - 28
Fitness	Seiten 29 - 32
Make-Up und Styling	Seiten 33 - 34
Ernährung	Seiten 35 - 36
Service	Seiten 37 - 39

Nur Zeit für mich...

Einfach mal etwas für sich tun, eine Auszeit vom Alltag nehmen und es sich in stilvoller Atmosphäre mit hochwertigen Beautyprogrammen, exquisiter Küche und abwechslungsreichen Fitness- und Massageangeboten so richtig gut gehen lassen:

Herzlich Willkommen auf der Nordseefarm!

Weit weg von Lärm und Hektik und nur etwa 400 m von der Nordsee entfernt, fügt sich die Nordseefarm harmonisch in die Landschaft ein und bietet Gelegenheit, den Blick einfach schweifen zu lassen.

Das im Jahr 1993 ausschließlich als Wellnessfarm konzipierte Gehöft bietet mit seinen klaren Farben und Formen vielfältige Möglichkeiten zum stilvollen Entspannen.

Der Aufenthaltsbereich mit Kamin und Zugang zu Terrasse sowie Garten mit Strandkörben, der optimal gestaltete Wellnesspavillon und Schwimmbadbereich - all' das lässt Ihren Wellnessurlaub zu einem ganzheitlichen Erlebnis für Körper, Geist und Seele werden.

In dieser wohltuenden Atmosphäre erleben Sie mit maximal 19 weiteren Genießerinnen Ihr maßgeschneidertes „Wellness-Programm", wenn Sie mögen, ganz ohne „Stylingstress" im Wohlfühl-Outfit oder gleich im kuscheligen Bademantel.

Sie wohnen in einem exclusiven Einzelzimmer mit offener Schlafgalerie und direktem Zugang zum Garten, wo bei schönem Wetter bereits Ihre Sonnenliege auf Sie wartet. Durch die Teilung von Wohn- und Schlafbereich im Maisonette-Stil können Sie Ihr Zimmer optimal nutzen, besonders wenn Sie sich einmal ganz zurückziehen möchten.

Hell und klar eingerichtet, lässt es sich auch hier wunderbar entspannen und je nach Zimmerwunsch können Sie Ihren Blick durch die bodentiefen Fenster über die Weite des Feldes oder in unseren Rosengarten schweifen lassen.

Ganz gleich wie Sie sich entscheiden:

Durch die von Behandlungsräumen sowie den weiteren Wellness- und Aufenthaltsbereichen abgeschlossene Lage können Sie auch während des Tages ausgedehnt Ihre Ruhe genießen.

Die Zimmer sind als Doppelzimmer nutzbar (Bett 160 x 200 cm) und im vorgelagerten Torhaus befinden sich zwei komfortable Appartements.

Alle unsere Zimmer sind mit Dusche/WC sowie Flat-Screen Sat-TV, Radio und Tresor ausgestattet, die Sitzecke mit Sofa und kleinem Schreibtisch vervollständigen Ihren Komfort.

Ihr Wellness-Erlebnis beginnt bereits am Anreisetag mit Kaffeespezialitäten, Tee, Säften, Mineralwasser und Obst. Alles steht schon bereit, denn Sie sollen erst einmal ankommen und „durchatmen".

Lassen Sie Ihren Blick in die Weite der Landschaft schweifen und genießen Sie die Abendsonne mit einem Cocktail auf der Terrasse oder vor dem Kaminfeuer:
Ab jetzt geht es nur noch um Ihre Entspannung und Erholung, Wohlfühlen und Genießen.

Wellness für Genießerinnen

Nach einem exquisiten Abendessen stellen wir Ihnen unser Haus bei einer kurzen Führung vor und unser Küchenchef erläutert sein spezielles Wohlfühl-Ernährungskonzept.
Gerne können Sie schon bei dieser Gelegenheit Ihre individuellen Wünsche mit uns besprechen.

Im anschließenden, persönlichen Einzelgespräch führen wir eine ausführliche Hautanalyse durch und stellen gemeinsam mit Ihnen Ihr individuelles „Wellness-Paket" zusammen, maßgeschneidert nach Ihren Pflege- und Entspannungsbedürfnissen.

Unsere Spa-Menues auf einem Blick:

- „1-Tag-Wellness oder Beauty"
- „3-Tage-Wellness"
  inkl. 3 Übernachtungen
- „Classic-Woche"
  inkl. 6 Übernachtungen
- „Classic-Kurzwoche"
  inkl. 5 Übernachtungen
  (Woche nach Ostern und Pfingsten)
- „2-Wochen-Classic"
  inkl. 13 Übernachtungen

„Classic-Woche" auf der Nordseefarm inkl. 6 Übernachtungen und Verwöhn-Vollpension

Anreise: Sonntag 15:00 bis 18:00 Uhr
Abreise: Samstag bis 11:00 Uhr

Diese perfekt abgestimmte Kombination aus klassischen Beauty-Behandlungen und Wellness-Treatments bietet Ihnen einen umfassenden Einblick in unser Spa-Angebot und schenkt Ihnen ein herrliches Pflegegefühl. Mit hochwertiger Luxuskosmetik von unseren Fachkosmetikerinnen gepflegt und entspannt von „Kopf bis Fuß", genießen Sie das vollkommene Wellness-Erlebnis.

Foto: PINO

Ihre Behandlungen in der „Classic-Woche":

- Ausführliche Hautanalyse (Gesicht und Körper) & Erstellen eines individuellen Pflegeprogramms
- 2 x „Classic" Gesichtsbehandlung (jeweils 90 Min.) inkl. Tiefenreinigung, biologischem Peeling, Gesichtsmassage, Relaxen (je nach Wunsch als Kopf- oder Hand-/Armmassage)
- Typgerechtes Augenbrauenformen
- Augenbrauen- und Wimpernfärben
- 1 regenerierende Hals- & Dekolletébehandlung
- 1 Augenspezialbehandlung inklusive Massage und Maske
- 1 entspannende Gesichtslymphdrainage
- 1 hauttypgerechte Gesichtsmaske
- 1 „Classic" Körperbehandlung
- 1 energiespendende Digitopressurmassage
- 1 sanftes Ganzkörpertrockenbürsten
- 1 verfeinerndes Ganzkörperpeeling
- 1 Wellness-Maniküre mit Peeling inkl. Lack oder Glanzpolish
- 1 Cocon-Handverwöhnbehandlung
- 1 Wellness-Pediküre in unserer Foot-Lounge inkl. Lack oder Glanzpolish
- 5 x Body-Fitness
- 1 Make-up Gruppen-Training

Zusätzliche Behandlungswünsche können wir gern in Ihren Pflegeplan integrieren bzw. austauschen.

Foto: Fotolia

Ausgesuchte Behandlungen

Nachfolgend möchten wir Ihnen die von uns verwendete Luxus-Kosmetik kurz vorstellen und einen kleinen Einblick in unsere Nordseefarm-Spezialbehandlungen geben.

Diese Beauty-Treatments können Sie ganz nach Wunsch in Ihren Nordseefarm-Aufenthalt integrieren und sie eignen sich auch perfekt als Geschenkidee.

CARITA

Die französische Premiummarke und Liebling vieler Stars ist Experte auf dem Gebiet der Pre- und Anti-Aging Pflege. Exklusive Beauty-Treatments - perfekt abgestimmt auf die Bedürfnisse Ihrer Haut - zeigen sichtbare Resultate.

CARITA Progressif

Regenerierende Gesichtsbehandlung

Vertreibt alle Spuren von Müdigkeit und glättet sanft stressbedingte Fältchen. Der Phyto-Energie-Komplex aus grünem Tee und süßer Mandel bewahrt das hauteigene Gleichgewicht, spendet neue Energie und erhöht die Strahlkraft Ihres Teints.

Fotos: CARITA

MARIA GALLAND

Die traditionsreiche Luxus-Pflege verwöhnt Ihre Haut nach Maß und auf höchstem Niveau. Wie bei einem Mosaik, werden die einzelnen Bausteine der Behandlung individuell miteinander kombiniert und lassen Ihren Teint von innen heraus leuchten.

MARIA GALLAND
La Methode Mille

Die ausgesuchte Kombination zweier Masken, eines hochkonzentrierten Wirkstoffserums sowie einer exclusiven Massagetechnik schenken Ihrer Haut ein Optimum an Regeneration und Ausstrahlung.

THALGO

Die Urkraft der Meere für die Schönheit Ihrer Haut. Ausgesuchte Algensorten verwöhnen die Haut effizient mit maritimen Vitalstoffen, gleichzeitig wird der vorzeitigen Hautalterung perfekt vorgebeugt.
Das Ergebnis: Ein zarter Teint, frisch und voller natürlicher Ausstrahlung.

THALGO Silicium - Gesichtsbehandlung

Exquisite Behandlung gegen sichtbare Falten und müde Haut. Ihr Geheimnis gegen die Zeichen der Zeit. Aktive Wirkstoffe lassen Ihren Teint prall und Falten weniger ausgeprägt erscheinen. Erleben Sie, wie Ihre Haut erstrahlt und das Gesichtsoval wie neu definiert erscheint. Das Ergebnis: Ein geschmeidiges Hautbild, voller jugendlicher Frische.

Foto: THALGO

DECLÉOR

Der Experte auf dem Gebiet der natürlichen Aromakosmetik schenkt Ihnen mit 100% naturreinen, Ätherischen Ölen ein ganzheitliches Wohlfühlerlebnis für alle Sinne und arbeitet im Einklang mit der natürlichen Schönheit Ihrer Haut.

Foto: DECLÉOR

DECLÉOR Excellence de l´Âge

Anti-Aging-Pflege gegen alle Zeichen der Zeit

Mehr als 30 Jahre fundierter Anti-Aging Forschung kombiniert mit dem jahrhundertealten Wissen über die ganzheitliche Wirkung der Ätherischen Öle bilden das Herzstück dieser Behandlung. Der Phyto-Age Komplex erhöht die Hautdichte, regt die Kollagenproduktion an, versorgt die Haut mit Feuchtigkeit und reguliert Pigmentverschiebungen. Gleichzeitig wirken die Ätherischen Öle der Iris, Magnolie und der Immortelle mit ihrem herrlichen Duft wunderbar entspannend und als ein natürlicher „Booster" für die Mikrozirkulation. Die hauteigenen Abwehrkräfte werden gestärkt, der Teint ist samtig-zart und perfekt regeneriert.

DECLÉOR
DECLÉOR

Tauchen Sie ab in eine Wohlfühlwelt, in der Sie mit unseren ausgesuchten **Entspannungstechniken** und **Wohlfühlmassagen** aus Orient und Okzident (Reiki, Hot Stone, Fußreflexzonen- oder Shiatsu-Massagen u.v.m.) den Alltagsstress einmal ganz weit hinter sich lassen können.

Die Kombination dieser sehr vielfältigen Wellnessanwendungen lässt Sie wieder ins innere und äußere Gleichgewicht kommen, Blockaden und Spannungen lösen sich und Sie schöpfen neue Kraft und Energie.

Foto: CARITA

Auch bei Verspannungen durch Bildschirmarbeit, volle Einkaufstüten, langes Sitzen oder Stehen, eben zuviel einseitige Belastung, ganz gleich ob in „High Heels" oder „Siebenmeilen-stiefeln", können wir für Entlastung sorgen.

Das Massageangebot sowie die energetische Schmerztherapie durch einen **medizinischen Masseur** und staatl. geprüften Bademeister bieten Ihnen **maßgeschneiderte Behandlungen** zur muskulären Tiefenentspannung.

Foto: Fotolia

Foto: THALGO

Hier finden Sie eine kleine Auswahl unseres umfassenden Angebotes:

THALGO - Polynesia (80 Min.)

Lassen Sie sich mit allen Sinnen in die exotischen Beauty-Rituale der geheimnisvollen Inselwelt Polynesiens entführen.

Das Ziel Ihrer Reise:
Vollkommene **Entspannung**,
Wohlbefinden und Harmonie.

DECLÉOR - Digitopressur-Massage
(60 Min.)

Unterstützt durch die intensive Wirkung einer besonderen Kombination von Ätherischen Ölen und einer speziellen Massagetechnik werden mit sanftem Druck die Energiepunkte Ihres Körpers stimuliert.

Ihre Haut wird streichelzart, während sich Verspannungen lösen und Sie wieder in Ihr körpereigenes Gleichgewicht kommen.

Lebensenergie beginnt wieder zu fließen, die **Selbstheilungskräfte** des Körpers werden unterstützt.

Foto: DECLÉOR

Foto: Fotolia

CARITA Hot-Stone de Luxe
(120 Min.)

Die Stone Energy Körperbehandlung mit warmen und kalten Vulkansteinen schenkt Ihnen die vollkommene Tiefenentspannung.

Stress und Verspannungen werden gelöst, der Energiefluss harmonisiert, körpereigene Ressourcen werden wieder aufgefüllt. Ihre Haut ist streichelzart, Sie spüren unvergleichliches **Wohlbefinden** und neue Energie.

Foto: CARITA

PINO - Honig-Ingwer-Massage
(90 Min.)

Die stimulierenden, sanften Griffe bei der einzigartigen PINO-Honig-Massage beleben und schenken neue Energie.

Der Körper wird komplett durchwärmt und eine **Tiefenentspannung** mit großflächigen, rhythmischen Massagegriffen erreicht.

Fotos: PINO

Oder ist Ihnen mehr nach „Hollywood-Feeling" für Ihre Füße?

In unserer Foot-Lounge ist der sprichwörtliche rote Teppich schon für Sie ausgerollt…

Spa-Pediküre (90 Min.)

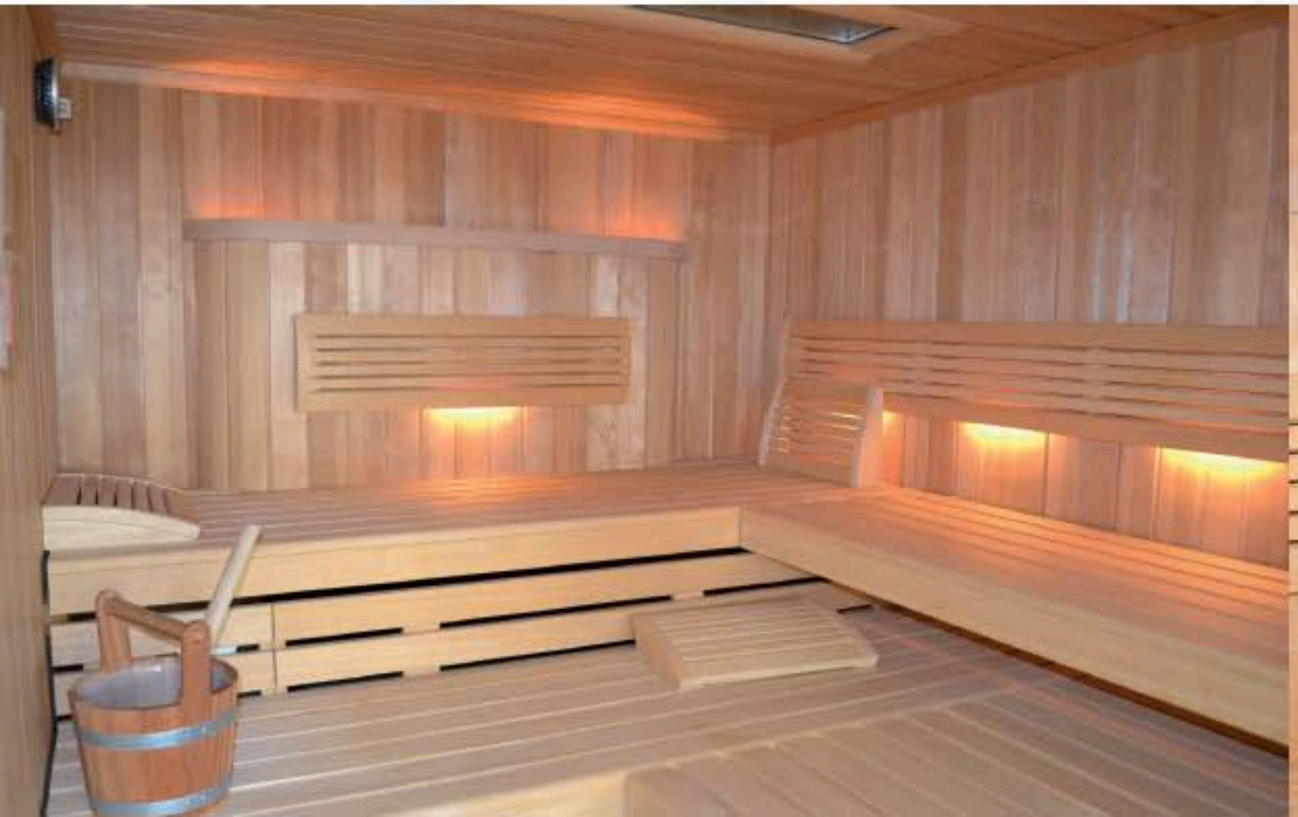
Das „Hollywood-Feeling" für Ihre Füße: In unserer Foot-Lounge sind Sie der Star. Lassen Sie Ihre Füße einmal ausgiebig verwöhnen und „schweben" Sie wie auf Wolken davon, Ihre Nägel perfekt in Ihrer Lieblings-Trendfarbe lackiert oder mit Glanzpolish ganz natürlich im Nude-Look gepflegt.

LIVING

Wellness-Pavillon

Durch unseren neu errichteten Wellness-Pavillon mit zusätzlichen Behandlungsräumen sowie einer Infrarotsauna, einer Finnischen Sauna und einem Dampfbad haben wir eine **„Oase in der Oase"** geschaffen, die Ihren Aufenthalt auf der Nordseefarm noch angenehmer gestalten soll.

Unterstützt durch die individuell zuschaltbare Farblichttherapie wird Saunieren zur echten Wellness-Anwendung, die Sie in unserem separaten Ruhebereich mit direktem Zugang zum Garten bei einer gemütlichen Tasse Tee und einem Obstsnack von unserem Relaxbuffet ausklingen lassen können.



Unser Fitnesskonzept ist die optimale Ergänzung für Ihren Wellnessurlaub.

Ein täglich wechselndes **Sportprogramm**, das ganz unterschiedlichen Konditionsansprüchen gerecht wird, mit z.B. Aquafitness, Nordic-Walking, Problemzonen-Shaping und weiteren Trendsportarten, schenkt Ihnen aktive Entspannungsmomente.

In der Galerie der Nordseefarm mit Blick auf das Schwimmbad befindet sich unser Fitnessbereich (mit Fahrradtrainer und Stepper) – luftig, lichtdurchflutet und großzügig offen bis zum First, selbstverständlich auch ganztägig zu Ihrer Verfügung.

Oder Sie nehmen eines unserer modernen Fahrräder und lassen sich einmal mehr oder weniger schnell den Nordseewind um die Nase wehen. Auch zum Joggen, Walking oder Inlinern bietet sich die erholsame Weite der Landschaft an, genauso wie für ausgedehnte Spaziergänge am Deich oder Golfen und Reiten in schönster Umgebung.

Sie möchten sich gerne einmal so richtig „auspowern"?

Wir bieten Ihnen mit unserem „Aqua-Step"- und „Aqua-Boxing"-Angebot auch ein anspruchsvolles Zusatz-Training zur Fettverbrennung an.

Unterschiedliche Aqua-Fitness Accessoires wie Comfy-Floats, Aqua-Hanteln, Power-Handschuhe und eine Gegenstromanlage unterstützen dabei **Ihr persönliches Workout.**

Unser Poolbereich sowie der Wellness-Pavillon können zu jeder Tages- und Abendzeit genutzt werden, immer dann und einfach so intensiv, wie Sie mögen.

BIL BEAUTY IS LIFE

Auf der Grundlage der 9-er Typologie von Beatrix Isabel Lied, eine **der** Imageberaterinnen Deutschlands, bieten wir eine sehr differenzierte Farb- und Stilberatung an. Dabei steht Ihre persönliche Ausstrahlung im Zentrum der Beratung, die Ihren Typ noch vorteilhafter zur Geltung bringt und individuell betont. Auch die dazugehörige Make-Up Linie zeigt die Kompetenz der langjährigen Spezialistin an der Dermatologischen Hautklinik Hamburg und Top-Visagistin: Eine unglaubliche Vielfalt von Farbnuancen in Profi-Qualität und von höchster Hautverträglichkeit unterstreichen Ihre natürliche Schönheit und ergänzen jedes Styling perfekt.

BEAUTY IS LIFE

Die Haut ist nicht nur der sprichwörtliche Spiegel unserer Seele, sondern auch in großem Maße durch unsere Ernährungsgewohnheiten beeinflusst. Wie alle unsere Körperfunktionen hängt auch der Hautstoffwechsel von dem ausgewogenen Verhältnis der Nähr- und Ballaststoffe, Vitamine, Fette sowie Spurenelemente ab und der bewusste Genuss frischer, weitgehend naturbelassener Lebensmittel stärkt ein positives Körpergefühl. Deshalb möchten wir Sie mit unserem **Ernährungskonzept** ganzheitlich verwöhnen und dazu beitragen, dass Sie sich wohlfühlen, eben besonders auch in Ihrer Haut!

Auf Basis gesicherter ernährungsphysiologischer Erkenntnisse und ergänzt durch aktuelle Food-Trends, bietet Ihnen unser Küchenchef eine **saisonale Frische-Küche** auf höchstem Niveau.

Gleichzeitig können Sie dabei noch etwas zur **Gewichtsreduktion und Entschlackung** tun, auch ein Fastenprogramm stellen wir Ihnen auf Wunsch zusammen und berücksichtigen mögliche Unverträglichkeiten bzw. Ihre persönlichen Vorlieben, die Sie auch jederzeit mit unserem Küchenchef besprechen können.

Unser **abwechslungsreiches Obstbüffet** steht Ihnen ganztägig zur Verfügung. Säfte und Wasser sowie Wellness-Tees und verschiedene Kaffeespezialitäten sorgen für die kleinen Entspannungsmomente zwischendurch.

Während Ihres Aufenthaltes sollen Sie es sich gut gehen lassen und oft sind es auch die scheinbar kleinen Details und Extras, die wesentlich zu echter Entspannung und Erholung beitragen.

Deshalb haben wir eine Auswahl unserer kostenlosen Serviceangebote zusammengestellt, von denen wir glauben, dass sie Ihren persönlichen Wellnessurlaub auf der Nordseefarm perfekt ergänzen.

Unser kostenloser Service für Ihr „Rundum-Verwöhnpaket":

- Nutzung von Schwimmbad mit Gartenblick & Fitnessbereich
- Wellness-Pavillon mit Infrarot-, Trocken- und Dampfsauna & Panorama-Ruheraum
- Sonnen- und Strandkorbplätze zum Relaxen im Garten und auf der Liegewiese
- Täglicher Zimmerservice
- Gäste-Laptop im Aufenthaltsbereich
- Gästekarte
- Bring- und Abholservice vom Bahnhof Büsum
- Parkplatz auf dem Gelände
- Hochwertige, moderne Fahrräder
- Rauchfreie Zone im gesamten Hause und separater Raucherpavillon
- Gutschein- und Geschenkservice

Auf allen Zimmern:

- kuscheliger Bademantel in verschiedenen Größen
- Frotteeslipper & Haartrockner
- Safe, Wireless-LAN & Flachbildschirm-TV

Wellness für Genießerinnen

Für Rückfragen und weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:

Ihre Familie Thiessen und Team

ur Zeit für mich...

Nordseefarm GmbH
Ohl-Lühr 5
25761 Büsumer Deichhausen
Telefon: 04834 - 996 0
Telefax: 04834 - 996 30

www.nordseefarm.de
info@nordseefarm.de