



Hotel Sonnenhof

LAM/BAYERISCHER WALD

★★★★★

Restaurant | Wellness & Spa | Golf

Herzlich Willkommen im Sonnenhof

In unserem 4-Sterne Superior-Hotel im Bayerischen Wald empfangen wir Sie mit einer einzigartigen Atmosphäre und unzähligen Möglichkeiten für einen gehobenen Urlaub. Wenn Sie bei einem Wander- oder Skiurlaub den Bayerischen Wald erleben oder bei ausgedehnter Wellness richtig entspannen möchten, finden Sie hierfür bei uns die besten Voraussetzungen vor. Das Hotel Sonnenhof in Lam erwartet Sie inmitten der faszinierenden Landschaft des Naturparks Bayerischer Wald mit allen Annehmlichkeiten eines 4-Sterne-Superior Hotels.

Zimmer in diversen Kategorien und Preisklassen sprechen sowohl Familien und Paare als auch Geschäftsreisende an. Entdecken Sie über unser Hotel den Bayerischen Wald und somit eine der schönsten Naturlandschaften Deutschlands.

Neben höchstem Komfort und der wunderbaren Umgebung erwartet Sie in unserem Hotel ein Angebot, das so in Deutschland noch immer recht selten ist: Wir praktizieren Traditionelle Chinesische Medizin (kurz: TCM), welche auf eine ganzheitliche Gesundheits-Behandlung abzielt. Auf unserer Webseite stellen wir Ihnen unser Hotel, die Region Bayerischer Wald und viele attraktive Urlaubsangebote vor!



Ihre Auszeit im Bayerischen Wald



Himmliche Hotel-Serviceleistungen

- » 149 Zimmer und 17 Suiten von 20 bis 45 m² erwarten Sie mit einer modernen und komfortablen Einrichtung im Landhausstil und 50" Flatscreen
- » Hotel bestehend aus drei direkt miteinander verbundenen Häusern (Haupthaus, Haus Hubertus und Haus Florian)
- » Sie schlafen auf 28 cm Schaumstoffmatratzen mit Wellnessstopper wie auf Wolke 7
- » Badetasche mit Badetuch und Kuschelbademantel, Frottee-Slipper
- » Kostenlose Parkmöglichkeit an der Himmelreichstraße und auf den ausgewiesenen Parkplätzen
- » 17 Premium-Parkplätze direkt am Hoteleingang (€ 12 pro Tag)
- » 16 Garagenstellplätze in der Tiefgarage (€ 14 pro Tag)
- » Check-in am Anreisetag ab 15.00 Uhr
- » Check-out am Abreisetag bis 11.00 Uhr
- » 24-Stunden-Hotelshop
- » Kostenfreies WLAN

Kulinarisch-himmliche Verwöhnepension

- » Frühstücks-Schlemmer-Büfett (7.00 bis 10.30 Uhr)
- » Kleines Bademantelfrühstück an der Poolbar (7.30 bis 10.30 Uhr)
- » Abwechslungsreiches Abendessen im Hotelrestaurant (18.00 bis 20.30 Uhr)
- » 4-Gänge-Wahlmenü, mittwochs und samstags Spezialitäten-Büfett
- » Die Abendgarderobe entspricht einer eleganten Freizeitkleidung für die Dame und für den Herrn eine lange Hose, mindestens Kurzarmhemd/-shirt und geschlossene Schuhe

Himmlische Aktivleistungen

Kostenloser Verleih von:

- » Nordic Walking-Stöcken
- » Rucksäcken
- » Gasser Rodel
- » Mountainbikes (Abstellmöglichkeiten für eigene Fahrräder vorhanden)

Im Rahmen des Ferienprogrammes:

- » Geführte Wanderungen
- » Wassergymnastik
- » Qi Gong
- » Vorträge

Verleih gegen Gebühr:

- » E-Bikes der Marke Haibike SDURO HardNine (in den Sommermonaten)

Freie Nutzung des Fitnessraums:

- » 2 Sitzfahrräder
- » 2 Laufbänder
- » 2 Bauch-Abroller
- » Verschiedene Kraftgeräte, Hantelbank
- » Milton® Kraft-Ausdauer-Zirkel (siehe auch Seite 8/9)

Freie Nutzung:

- » 2 Tennishallenplätze (Gummigranulat) Tennisunterricht auf Anfrage möglich
- » 2 Tennisaußenplätze (Kunstrasen/Sand)
- » 1 Squashcourt
- » Ballsporthalle mit Badminton, Tischtennis, Basketballkorb
- » Leihschläger für Tennis, Badminton und Squash sind gegen Gebühr erhältlich
- » Kicker, Poolbillard und Fun Hockey-Tisch
- » LÖWEN-Dart-Automat (mit Gebühr)
- » Fußbälle, Handbälle, Basketbälle, Volleybälle
- » Minigolf
- » Hüpfburg
- » 2 Handballtore
- » 2 Mini-Fußballtore
- » 3 Go Carts



Aktivität

Unendliche Möglichkeiten im Winter

- » Skigebiet am Großen Arber, ca. 18 km/25 Min. vom Hotel entfernt mit insgesamt 10 km präparierten Pisten von leicht bis schwer und 4 Liftanlagen (6er- Gondelbahn, 6er- Sessellift), Strecken für FIS-Weltcuprennen, Landesleistungszentrum Alpin, Snowboard Fun- und Railpark
- » Skigebiet am Eck, ca. 12 km/15 Min. vom Hotel entfernt, 2 Alpin-Pisten von leicht bis mittel, Flutlicht, Snowboard Funpark, Riedlstein-Loipe ca. 10 km und Auerhahn-Höhenloipe ca. 30 km
- » Skigebiet am Hohen Bogen, ca. 14 km/18 Min. vom Hotel entfernt mit 2 Pisten, längste Doppelsesselbahn des Bayerischen Waldes, Pisten von leicht bis mittel; Flutlicht, Winterrodelbahn
- » Langlaufloipen am Bretterschachten, ca. 20 km/25 Min. vom Hotel entfernt, eines der schneesichersten Skilanglaufgebiete in Mitteleuropa. 106 km Loipennetz, klassische Loipen und 102 km Skatingloipen – täglich präpariert, alle Schwierigkeitsgrade
- » Langlaufzentrum Scheiben, ca. 14 km/17 Min. vom Hotel entfernt mit ca. 40 km, Rundkurs, Skatingstrecke
- » Skiverleih gegen Gebühr im Ort möglich

GUTI-Gästekarte Mehr Vorteile!



Mit der Entrichtung der Kurtaxe: GUTI steht für Gästeservice-Umwelt-Ticket. Einfach die GUTI-Gästekarte an der Rezeption ausdrucken lassen, einstecken, einsteigen. z.B.: ermässigte Eintritte, kostenlose Nutzung des Wander- und Skibusses sowie des öffentlichen Nahverkehrs. Erleben und Sparen mit „GUTI“ – Infobroschüre an der Rezeption oder im Internet.

Milon

Eine runde Sache für Ihre Gesundheit

Drehen Sie sich manchmal gesundheitlich im Kreis? Trainieren Sie doch lieber darin! Unser Milon-Gesundheitszirkel kombiniert gekonnt Kraft- und Ausdauerübungen zu einem effektiven Ganzkörpertraining. Ganz egal, ob Sie Einsteiger sind und Ihrem Leben mehr Bewegung verleihen möchten oder bereits trainingserfahren sind und sich steigern möchten, das Gesundheitstraining ist für alle Leistungsniveaus optimal. Dabei spielt auch das Alter keine Rolle. Ein aktiveres Leben können Sie jederzeit beginnen. Entscheiden Sie sich jetzt für eine gesunde Zukunft!

Einfach

Ihr persönliches Trainings-Programm wird auf Ihre eigene Chipkarte programmiert. Beim Training stecken Sie Ihre Chipkarte einfach in die Milon Trainingsgeräte und innerhalb von Sekunden stellen sich die Geräte automatisch auf Ihre persönlichen Anforderungen ein.

Sicher

Ihr persönliches Trainings-Programm garantiert Ihnen: die richtige Wahl der Gewichte, optimale ergonomische Geräteeinstellungen, kontrollierte Bewegungen, eine gesunde Herzfrequenz während des Trainings, einen kontinuierlichen Muskel- und Konditionsaufbau.

Effektiv

In unserem Gesundheitszirkel wird automatisch beim Anheben und Herablassen von den Geräten ein zuvor bestimmter Widerstand erzeugt. Dies alles bedeutet für Sie ein persönliches, zeitsparendes und gesundheitlich unbedenkliches Training.

Bitte beachten Sie, dass die Chipkarte erst bei Einweisung durch einen Therapeuten programmiert und ausgehändigt wird.



Die Vorteile des milon Gesundheitszirkels:

- » Linderung von Schmerzen in Rücken und Gelenken
- » Stoffwechselerhöhung – die Fettverbrennung wird erhöht
- » Vorbeugung vor Osteoporose (starkes Skelett, Bindegewebe und Muskulatur)
- » Verringerung Ihrer Gelenkbelastung
- » Einfaches Training für Jung und Alt.
- » Verbesserung Ihrer Ausdauer und körperliche Alltags Herausforderungen fallen leichter
- » Verbesserung Ihrer Körperhaltung
- » Steigerung der allgemeinen Körperkraft



*Bei einer Vertragsdauer von 12 Monaten. Kündbar jeweils 7 Tage vor Vertragsende, ansonsten verlängert sich die Vertragsdauer automatisch um eine weitere Vertragsperiode. Monatlich kündbar bei € 45,00 im Monat. Für Hotelgäste kostenfrei!

Sonnenhof
Hotelgäste

Kostenlos
für die Dauer des Aufenthalts

Monatlich
kündbar

45,00
pro Monat*

12 Monate
Vertragsbindung

39,90
pro Monat*



Familie

Ferien-Zeit & Familien-Zeit

Genießen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern wertvolle Stunden

- » 7x Übernachtung im Zimmer Ihrer Wahl
- » Separates Zimmer für Ihre Kinder, nach Verfügbarkeit mit Verbindungstür oder nebenan gelegen
- » Schlemmerfrühstück vom Büfett
- » Abendessen im Rahmen der Verwöhn Pension
- » Eigenes Abend-Kindermenü im Hotelrestaurant (18.00 bis 19.00 Uhr)
- » 1 Flasche „gsunds“ Mineralwasser
- » Kostenloser Verleih von Baby-Artikeln wie Babypiepser, Wasserkocher u. a.
- » Liebevolle Betreuung für Kinder von 3 bis 12 Jahren (Mo. bis Fr. 09.30 bis 17.00 Uhr)
- » Freie Nutzung der Sonnenhof-AquaWelt mit 3 Pools und 6 Saunen
- » Freie Nutzung des Cardio-Fitnessraums, der Erlebnis-halle mit Badminton, Tischtennis und Basketballkorb, Hüpfburg, Tennisplätze und Squashcourt
- » 3 Go Carts
- » Kinderspielplatz mit Turnstange, Klettergerüst, Schaukel, Karussell und Rutsche
- » Bademantel und Bade-/Saunatuch-Service auch für unsere kleinen Gäste
- » Und vieles mehr ...

Pro Person in EURO

7 Tage

DZ Standard Waldseite ohne Balkon	€ 560,-
DZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 595,-
DZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 665,-
DZ Komfort Waldseite Balkon/Terrasse	€ 735,-
DZ Komfort Südseite Balkon/Terrasse	€ 805,-
EZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 770,-
EZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 840,-
SU Florian Südseite Balkon/Terrasse	€ 945,-
SU Sonnenhof Südseite Balkon	€ 1050,-

Kinderpreise

Sonnenhof-Kinderpreise inklusive Halbpension (max. 1 Kind pro Elternzimmer im Zustellbett) pro Kind in € / 7 Tage

Kinder von 0 bis 2,9 Jahre	€ 0,-
Kinder von 3 bis 11,9 Jahre	€ 210,-
Kinder von 12 bis 15,9 Jahre	€ 350,-

Eigenes Kinderzimmer für Kinder bis 15,9 Jahre plus Kinderpreise € 315,-

Individuell Zubuchbar

Zeit für Durstlöscher

Da gibt es für jeden Geschmack passende Getränke. Sie können auswählen:

- » **Wasser-Pack || € 9,90**
(6x Mineralwasser à 0,5 l PET-Flaschen)
- » **Soft-Pack || € 10,50**
à 0,5 l PET-Flaschen (2x Apfelschorle, 2x ACE-Vitamin, 2x Lemon Sport)
- » **Bier-Pack || € 10,90**
à 0,5 l PET-Flaschen (2x Münchner Hell, 2x Münchner Radler, 2x Hefeweizen)

Zeit zur Erfrischung

Gönnen Sie sich 12 alkoholfreie Getränke und tun Sie damit Ihrem Körper etwas Gutes.

- » 12 Jetons um sich alkoholfreie Getränke bis 0,4 l an der Hotelbar, Poolbar oder im Restaurant zu holen.
- » **Pro Packet || € 39,-**

Golf

Schnuppergolf

Für alle die schon immer mit dem Gedanken gespielt haben, den kleinen weißen Ball in den Himmel zu schlagen oder einfach wissen möchten, was man unter der Faszination Golf versteht.

- » Jeden Montag um 14.30 Uhr auf der Driving-Range (Anmeldung erforderlich!)

Schnuppergolf

Pro Person € 7,-

Spielen bis der Schläger glüht – Golf unlimited

Golf unlimited

2 Tage	€ 59,-
3 Tage	€ 79,-
5 Tage	€ 119,-
7 Tage	€ 159,-
Einzelpreis Greenfee 9-Loch	€ 25,-
Einzelpreis Greenfee 18-Loch	€ 50,-

Mitgliedschaft für alle Kursteilnehmer

Saisonpreise

24.03. – 31.07.2020 Clubmitgliedschaft für 2020	€ 199,-*
01.08. – 21.09.2020 Clubmitgliedschaft für 2020/21	€ 229,-**
ab 22.09.2020 Clubmitgliedschaft für 2020/21	€ 199,-**

* zzgl. € 39,- einfache DGV & Kartengebühr

** zzgl. € 78,- doppelte DGV & Kartengebühr



Faszination Golf

Golfwoche inkl. Golfkurs und Golfclubmitgliedschaft – Gönnen Sie sich erholsame Tage im Naturpark Bayerischer Wald, lernen Sie das Golfspiel oder verbessern Sie Ihr Handicap auf einer der schönsten Golfanlagen im Bayerischen Wald.

- » 7 x Übernachtung im Zimmer Ihrer Wahl
- » 7 x Schlemmerfrühstück vom Büfett
- » 7 x Abendessen im Rahmen der Verwöhn Pension

- » 1 Flasche „gsunds“ Mineralwasser
- » Freie Nutzung der Sonnenhof-AquaWelt mit 3 Pools und 6 Saunen
- » Bademantel und Bade-/Saunatuch-Service
- » Inkl. DGV-Platzreifekurs (PRK) oder Handicap-Verbesserungskurs (HVK) – bitte nennen Sie uns Ihren Wunschkurs bei Buchung!
- » Inkl. Jahresmitgliedschaft im Golfclub Sonnenhof Lam
- » Kursbeginn Montag 09.00 Uhr

Faszination Golf

Preis mit Mitgliedschaft pro Person ab

€ 948,-

Preis ohne Mitgliedschaft pro Person ab

€ 809,-

Einsteigerkurs

Machen Sie die ersten Versuche mit dem Schläger unter Anleitung unseres Golfpros.

- » Kurze Demo
- » Einführung in Sportmaterial und Spielgelände
- » Erlernen der Grundtechniken: Griff, Stand, Ausrichtung (Set up)
- » Üben von kurzen Schlägen (Putten, Chippen) und langen Schlägen (Abschläge)
- » Zum Abschluss begleitet Sie der Golfpro auf den Golfplatz, wo Sie Ihre ersten zwei Löcher spielen
- » Leihschläger, Rangebälle, Rangefee
- » Dauer: 90 Minuten | max. 4 Personen pro Kurs

Einsteigerkurs

Für 1 Person € 126,-

Jede weitere Person € 26,-

DGV-Platzreifekurs

- » 12 Einheiten (à 50 Min.) Praxisunterricht und Theorie (Regeln und Etikette), max. 8 Personen pro Kurs
- » Leihschläger und Bälle während des praktischen Unterrichts
- » Prüfung nach DGV-Kriterien
- » Nach erfolgreicher Platzreife erhalten Sie eine DGV-Urkunde
- » Birdiebuch
- » Kurse von Montag bis Freitag
- » Kursbeginn Montag 09.00 Uhr

DGV-Platzreifekurs

29.03.–17.05.20 & 06.09.–08.11.20 € 249,-

18.05.–06.09.20 € 289,-

Himmlisches Golfvergnügen

- » Golfstube
- » Proshop
- » 9-Loch-Golfplatz vor dem Hotel mit eigener Golfschule
- » Driving-Range und Putting-Green
- » 18-Loch-Golfplatz in Furth im Wald 20% Greenfee-Ermäßigung Mo., Di. und Do. (www.gc-furth.de) ca. 25 Minuten vom Hotel entfernt
- » 18-Loch-Golfpark Oberzwieselau (www.golfpark-oberzwieselau.de) ca. 45 Minuten vom Hotel entfernt
- » Kurse von Montag bis Freitag von April bis November 2020

Tipp:
Bei Buchung eines Golfkurses kostet die Golfclubmitgliedschaft nur € 199,-*

Handicap-Verbesserungskurs

Der Golfpro hat ein sicheres System entwickelt, um Ihr Handicap zu verbessern. Er empfiehlt diesen Kurs ab Platzreife HCP-54.

- » 6 Einheiten (à 50 Min. Praxisunterricht inklusive Bälle während des praktischen Unterrichts
- » Chip, Pitch und Putt (kurzes Spiel, langes Spiel, voller Schwung)
- » 3 x 9-Loch-Stablefordturnier
- » Birdiebuch | max. 8 Personen pro Kurs
- » Kurse von Montag bis Freitag
- » Kursbeginn Montag 09.00 Uhr

Handicap-Verbesserungskurs

29.03.–17.05.20 & 06.09.–08.11.20 € 249,-

18.05.–06.09.20 € 289,-



Info:
Bitte beachten
Sie dazu unsere
Preise auf Seite
52/53.

Tennis

Tennis im Sonnenhof

Wenn Sie bei einem Aufenthalt im Bayerischen Wald sportlich aktiv werden möchten, müssen Sie keine weiten Wege zurücklegen. Unser Hotel Sonnenhof bietet Ihnen eine große Auswahl an sportlichen Freizeitaktivitäten, die Sie direkt im oder an unserem Hotel ausüben können und so zur spontanen und einfachen Tagesplanung gelangen. Mit zwei Tennisplätzen im Außenbereich, einem Badminton-Feld und zwei Tennis-Hallenplätzen können Sie jenseits von Ski und Golf aktiv werden und sich mit Freunden oder Kollegen messen. Tennisstunden buchbar.

Tenniscamp im Sonnenhof mit der Tennisschule Willi

16. – 23.02.20 | 01. – 08.11.20 | 15. – 19.02.21

Montag

10.00 – 11.00 Uhr
11.00 – 12.00 Uhr

Willi's Tennis Camp Training für Kinder, Talentino
Erwachsenen-Training, Technik und Taktik

Dienstag

10.00 – 11.00 Uhr
11.00 – 12.00 Uhr

Willi's Tennis Camp Training für Kinder, Talentino
Erwachsenen-Training, Technik und Taktik

Mittwoch

10.00 – 11.00 Uhr
11.00 – 12.00 Uhr
17.00 – 18.00 Uhr

Willi's Tennis Camp, Training für Kinder, Talentino
Erwachsenen-Training, Cardio-Tennis
Testen der neuesten Wilson- und Dunlop-
Schläger mit Aufschlag-Geschwindigkeits-Test

Donnerstag

10.00 – 11.00 Uhr
11.00 – 12.00 Uhr
17.00 – 18.00 Uhr

Willi's Tennis Camp Training für Kinder, Talentino
Erwachsenen-Training, Technik und Taktik
(Groß-)Eltern-Kind-Turnier, hier ist was los!

Freitag

10.00 – 11.00 Uhr
11.00 – 12.00 Uhr

Kinder-Olympiade
Erwachsenen-Training, Technik und Taktik

Fußball



Info:
Bitte beachten
Sie dazu unsere
Preise auf Seite
52/53.

Fußballcamp mit Uwe Bein

Obwohl er wegen seiner eher zurückhaltenden Natur nie zu ganz großem öffentlichen Ruhm gelangte, gilt er sowohl unter Fans als auch unter Experten als einer der technisch besten Mittelfeldspieler der deutschen Fußballgeschichte. Bei den Gegnern war vor allem sein sogenannter tödlicher Pass gefürchtet. Noch heute hört man manche Eintracht-Frankfurt-Fans sagen „Der Pass war Bein“, wenn ein Spieler in ähnlicher Manier die gegnerische Abwehr mit nur einem Pass aushebelt.

Beins erste Vereine waren der TSV Lengers und der VfB Heringen, seine Profikarriere begann 1978 bei Kickers Offenbach. Von 1984 bis 1987 spielte er für den 1. FC Köln, von 1987 bis 1989 für den Hamburger SV und von 1989 bis 1994 für Eintracht Frankfurt. Er bestritt insgesamt 300 Bundesligaspiele und erzielte dabei 91 Tore.

1994 wechselte Bein in die japanische Profiligena, wo er bis 1996 für die Urawa Red Diamonds aktiv war. In der Uwe-Bein-Fußballschule kümmerte er sich unter anderem auch um den Nachwuchs. »



Fußballcamp:

04. – 19.04.20

Montag bis Freitag von 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr

Für alle die schon etwas Erfahrung mit dem Fußball haben. Trainingseinheiten mit dem runden Leder sowie Tipps und Trick zu Fußballtechniken. Für Frage & Antwort rund um die Theorie bleibt ebenfalls noch Zeit. Bitte das Ferienprogramm vor Ort beachten.

Einteilung der Gruppen:

(abhängig von der Teilnehmerzahl)

Gruppe 1: 8 bis 11 Jahre

Gruppe 2: 12 bis 14 Jahre

Gruppe 3: 15 bis 99 Jahre

max. 12 Personen pro Gruppe

Angebote

TCM-
Gesundheits-
leistungen
Finden Sie auf
Seite 43!

Entspannende Wohlfühl-Zeit

Zwei Relaxtage für sie und ihn. Wann haben Sie das letzte Mal eine Auszeit vom Alltag genommen? Gönnen Sie sich Ruhe und Erholung in frischer Luft und mit vielfältigen Wohlfühlmöglichkeiten.

- » 2x Übernachtung im Zimmer Ihrer Wahl
- » 2x Schlemmerfrühstück vom Büfett
- » 2x Abendessen im Rahmen der Verwöhn Pension
- » 1 Flasche Wasser bei Anreise auf dem Zimmer
- » Freie Nutzung der Sonnenhof-AquaWelt mit 3 Pools und 6 Saunen
- » Jeden Freitag von 20.00 bis 22.00 Uhr Schwimmen bei Kerzenschein
- » Bademantel, Bade-/Saunatservice
- » Freie Nutzung des Cardio-Fitnessraums, der Tennisplätze und Squashcourt
- » Wellnessabteilung täglich ab 9.00 Uhr geöffnet. Bitte reservieren Sie rechtzeitig Ihren Wunschtermin.
- » Anreise- sowie Abreisezuckerl (siehe Seite 55)



Pro Person in EURO	2 Tage
DZ Standard Waldseite ohne Balkon	€ 220,-
DZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 230,-
DZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 250,-
DZ Komfort Waldseite Balkon/Terrasse	€ 270,-
DZ Komfort Südseite Balkon/Terrasse	€ 290,-
EZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 300,-
EZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 320,-
SU Florian Südseite Balkon/Terrasse	€ 330,-
SU Sonnenhof Südseite Balkon	€ 360,-

Verliebte Traum-Zeit

Träumen Sie zu zweit im „Himmelreich“ – verliebt, verlobt, verheiratet – ein Energieschub für die Zweisamkeit, eine Hommage an die Liebe!

- » 2x Übernachtung im Zimmer Ihrer Wahl
- » 2x Schlemmerfrühstück vom Büfett
- » 2x Abendessen im Rahmen der Verwöhn Pension am romantisch dekorierten Tisch
- » 1 Flasche Sekt
- » 8 Schoko-Erdbeeren
- » 1 romantisch dekoriertes Zimmer mit Herzen, Teelichtern und Rosen
- » Kostenfreies WLAN
- » Freie Nutzung der Sonnenhof-AquaWelt mit 3 Pools und 6 Saunen
- » Bademantel, Bade-/Saunatservice



Jetzt
Sonnenhof-
Vorteilstage
genießen!
(Seite 56)

Pro Person in EURO	2 Tage
DZ Standard Waldseite ohne Balkon	€ 226,-
DZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 236,-
DZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 256,-
DZ Komfort Waldseite Balkon/Terrasse	€ 276,-
DZ Komfort Südseite Balkon/Terrasse	€ 296,-
EZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 342,-
EZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 362,-
SU Florian Südseite Balkon/Terrasse	€ 336,-
SU Sonnenhof Südseite Balkon	€ 366,-



Persönliche Aus-Zeit

Zum Glück gibt es reichlich Feiertage und auch persönliche Tage zum Feiern. Nutzen Sie das verlängerte Wochenende für den kleinen Urlaub zwischendurch, z. B. Geburtstag, Jahrestag usw.

- » 3x Übernachtung im Zimmer Ihrer Wahl
- » 3x Schlemmerfrühstück vom Büfett
- » 3x Abendessen im Rahmen der Verwöhn Pension
- » 1 Flasche Wasser bei Anreise auf dem Zimmer
- » Freie Nutzung der Sonnenhof-AquaWelt mit 3 Pools und 6 Saunen
- » Bademantel, Bade-/Saunatservice
- » Kostenfreies WLAN
- » Sonnenhof-Vorteilstage (siehe Seite 56)



Pro Person in EURO	3 Tage
DZ Standard Waldseite ohne Balkon	€ 270,-
DZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 285,-
DZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 315,-
DZ Komfort Waldseite Balkon/Terrasse	€ 345,-
DZ Komfort Südseite Balkon/Terrasse	€ 375,-
EZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 360,-
EZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 390,-
SU Florian Südseite Balkon/Terrasse	€ 435,-
SU Sonnenhof Südseite Balkon	€ 480,-

Traumhafte Urlaubs-Zeit

Immer wieder sonntags entdecken Sie die Schönheit des Lamer Winkels – ganz gleich, ob Sie auf einstigen Schmugglerpfaden wandern, eine Tour auf den Gipfel des Grenzberges Osser machen oder eine Radltour zum „Bayerwaldkönig“ Großer Arber unternehmen.

- » 5x Übernachtung im Zimmer Ihrer Wahl
- » 5x Schlemmerfrühstück vom Büfett
- » 5x Abendessen im Rahmen der Verwöhn Pension
- » 1 Flasche „gsunds“ Mineralwasser
- » Kostenloser Verleih von Rucksäcken, Nordic Walking-Stöcken und Mountainbikes
- » Teilnahme am abwechslungsreichen Ferienprogramm Mo. bis Fr.
- » Freie Nutzung der Sonnenhof-AquaWelt mit 3 Pools und 6 Saunen
- » Bademantel und Bade-/Saunatservice
- » Sonnenhof-Vorteilstage (siehe Seite 56)



Pro Person in EURO	5 Tage
DZ Standard Waldseite ohne Balkon	€ 425,-
DZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 450,-
DZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 500,-
DZ Komfort Waldseite Balkon/Terrasse	€ 550,-
DZ Komfort Südseite Balkon/Terrasse	€ 600,-
EZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 575,-
EZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 625,-
SU Florian Südseite Balkon/Terrasse	€ 700,-
SU Sonnenhof Südseite Balkon	€ 775,-

Weihnachten

Stille, heilige Weihnachts-Zeit

23. – 26.12.20

- » 3x Übernachtung im Zimmer Ihrer Wahl
- » 3x reichhaltiges Schlemmerfrühstücksbüfett
- » 3x Abendessen im Rahmen der Verwöhpension
- » 1x Flasche Wasser bei Anreise auf dem Zimmer
- » Kostenfreies WLAN
- » Freie Nutzung der Sonnenhof-AquaWelt mit 3 Pools und 6 Saunen
- » Freie Nutzung des Cardio-Fitnessraums, der Erlebnishalle mit Badminton, Tischtennis und Basketballkorb, Tennisplätze und Squashcourt
- » Bademantel, Bade-/Saunatuchservice

Pro Person in EURO	3 Tage
DZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 420,-
DZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 450,-
DZ Komfort Waldseite Balkon/Terrasse	€ 480,-
DZ Komfort Südseite Balkon/Terrasse	€ 510,-
SU Florian Südseite Balkon/Terrasse	€ 630,-
SU Sonnenhof Südseite Balkon	€ 660,-
EZ Zuschlag Standard	€ 75,-
EZ Zuschlag Komfort	€ 105,-

Feiern Sie mit uns das Fest der Liebe

- » Liebevoll dekoriertes Haus
- » Weihnachtsempfang
- » Festliches Weihnachts-Gala-Dinner
- » Romantische Pferdeschlittenfahrten
- » Wanderungen durch den Winterwald
- » Einkehr in gemütliche Stuben
- » Altbayerische Weihnacht
- » Christmette
- » Weihnachtsgans
- » Bingo-Abend
- » Tanzabende
- » Und vieles mehr ...

Das erwartet Sie zur Festzeit bei uns

- » Schmuckausstellung
- » Spirituosen-Verkostung
- » Tanzabend mit Live-Musik
- » Spieletag mit 1000 Brettspielen
- » Tombola
- » 2 Dance-Floors
- » Feuerwerk
- » 7-Gang-Gala-Dinner
- » Casino
- » Mitternachts-Buffer
- » Neujahrs-Spaziergang
- » Kater-Frühstück am 01.01.2021 bis 12:00 Uhr

Silvester

Erlebnisreiche Silvester-Zeit

26.12.20 – 02.01.21

- » 7x Übernachtung im Zimmer Ihrer Wahl
- » 7x reichhaltiges Schlemmerfrühstücksbüfett
- » 7x Abendessen im Rahmen der Verwöhpension
- » 1 Flasche Wasser bei Anreise auf dem Zimmer
- » Kostenfreies WLAN
- » Freie Nutzung der Sonnenhof-AquaWelt mit 3 Pools und 6 Saunen
- » Freie Nutzung des Cardio-Fitnessraums, der Erlebnishalle mit Badminton, Tischtennis und Basketballkorb, Tennisplätze und Squashcourt
- » Bademantel, Bade-/Saunatuchservice

Pro Person in EURO	7 Tage
DZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 980,-
DZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 1.050,-
DZ Komfort Waldseite Balkon/Terrasse	€ 1.120,-
DZ Komfort Südseite Balkon/Terrasse	€ 1.190,-
SU Florian Südseite Balkon/Terrasse	€ 1.470,-
SU Sonnenhof Südseite Balkon	€ 1.540,-
EZ Zuschlag Standard	€ 175,-
EZ Zuschlag Komfort	€ 245,-

Genießer-Zeit

10. Genießer-Zeit Eine Dekade voller Geschmack.

15. – 22.11.2020

Das Gebot der Stunde: Zehnfacher Genuss!

Die Zehn hat eine ganz besondere Bedeutung. Zehn Finger haben wir und auch zehn Zehen! Sicherlich kennen Sie alle auch den Zen-Buddhismus. Und in Ihrem Lieblingshotel? Dort wird seit genau zehn Jahren besonders zünftig zugelangt, wenn wir mehrere herausragende Gaststarköche an den Sonnenhof holen. Das bieten wir: Zehn Gebote gab uns der liebe Gott – wir geben Ihnen die Zehnte Genießerzeit im Himmelreich! Die Genießer-Zeit möchte Sie erfüllen mit Gutem, von allen zehn Fingerspitzen bis zu den zehn Zehen. Dabei das oberste Gebot? „Du sollst genießen!“ Kochtopfzauberer zelebrieren für Sie ihr Können, denn Gutes tut gut. Zeit zum Zugreifen, mit allen zehn Fingern: Reservieren Sie jetzt!

Attraktives Wein-Paket

Stimmige Weine führen uns durch diese kulinarische Woche. Jeden Abend gibt es jeweils einen offenen Weiß- und Rotwein sowie eine Flasche Adelholzener Mineralwasser (0,75 l).

Buchen Sie das Weinpaket zum Preis von € 79,- pro Person bei 7 Übernachtungen!

In der Genießer-Zeit enthalten:

- » 7x Übernachtung im Zimmer Ihrer Wahl
- » 7x reichhaltiges Schlemmerfrühstücksbüfett
- » 7x Abendessen im Rahmen der Verwöhnpen-sion; Sonntag bis Freitag mit den Menüs der Gastköche inkl. einem Aperitif
- » 5x Kochschule mit den Küchenmeistern: Infos rund ums Kochen und die Warenkunde
- » 1x Flasche Wasser auf dem Zimmer
- » 5x Themenwanderungen (Kultur-, Touren- und Erlebniswanderung)
- » 5x Wassergymnastik
- » Freie Nutzung der Sonnenhof-AquaWelt mit 3 Pools und 6 Saunen
- » Bademantel und Bade-/Saunatuch-Service
- » Kostenfreies WLAN

Pro Person in EURO

7 Tage

DZ Standard Waldseite ohne Balkon	€ 560,-
DZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 595,-
DZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 665,-
DZ Komfort Waldseite Balkon/Terrasse	€ 735,-
DZ Komfort Südseite Balkon/Terrasse	€ 805,-
EZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 770,-
EZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 840,-
SU Florian Südseite Balkon/Terrasse	€ 945,-
SU Sonnenhof Südseite Balkon	€ 1050,-



1 
Jahre
GENIESSERZEIT

Wellness Schwimmbad Sauna

Öffnungszeiten

AquaWelt	täglich	07.00 – 22.00 Uhr
Saunabereich	täglich	11.00 – 22.00 Uhr
Wellnessabteilung	Mo. – So.	09.00 – 19.00 Uhr

Ihre Terminwünsche teilen Sie uns am besten bereits bei Zimmerbuchung mit.

Wellness- Inklusivleistungen

Badelandschaft auf 1.600 m² mit 3 Pools und 6 Saunen

- » Innen-Schwimmbecken (110 m²) 29 °C
- » Massage-Luftsprudelbecken (30 m²) 33 °C
- » Panorama-Außenbecken (120 m²), ganzjährig beheizt bis 31 °C
- » Mit dem Kuschelbademantel von Ihrem Zimmer aus erreichbar

ASIA SPA-Bereich (ab 14 Jahre)

- » Finnische Blockhaussauna im Außenbereich 90 °C
- » Softsauna 62 °C
- » Sole-Dampfbad 45 °C
- » Kräutersauna 55 °C
- » Himalaya-Salzsteinsauna 65 – 70 °C

Familien-Dampfsauna im Schwimmbad – Liegewiese mit 1.000 m²

Friseur-Salon „Himmelreich“

Dienstag:	08.30 – 12.00 Uhr
Mittwoch:	08.30 – 12.00 Uhr
Freitag:	08.30 – 12.00 Uhr
Donnerstag:	15.00 – 18.00 Uhr
Samstag:	08.30 – 12.00 Uhr

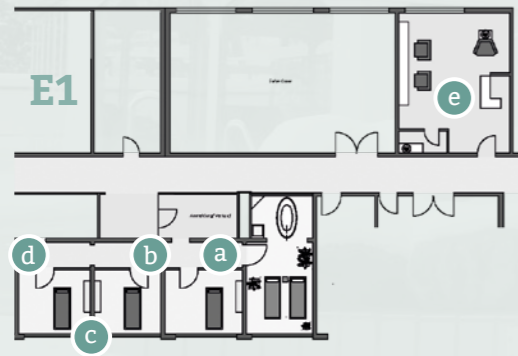
Terminvereinbarung erforderlich.

Übersicht

Ebene 1 Kosmetik-Abteilung

im Erdgeschoss auf Höhe der Rezeption

- a Behandlung 1
- b Behandlung 2
- c Behandlung 3
- d Behandlung 4
- e Friseur



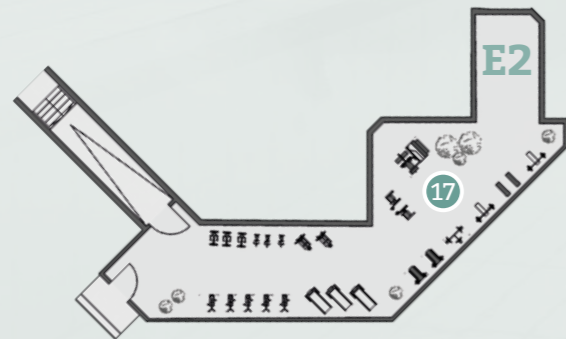
Ebene 2 Massage-Abteilung

im Untergeschoss auf Höhe der AquaWelt

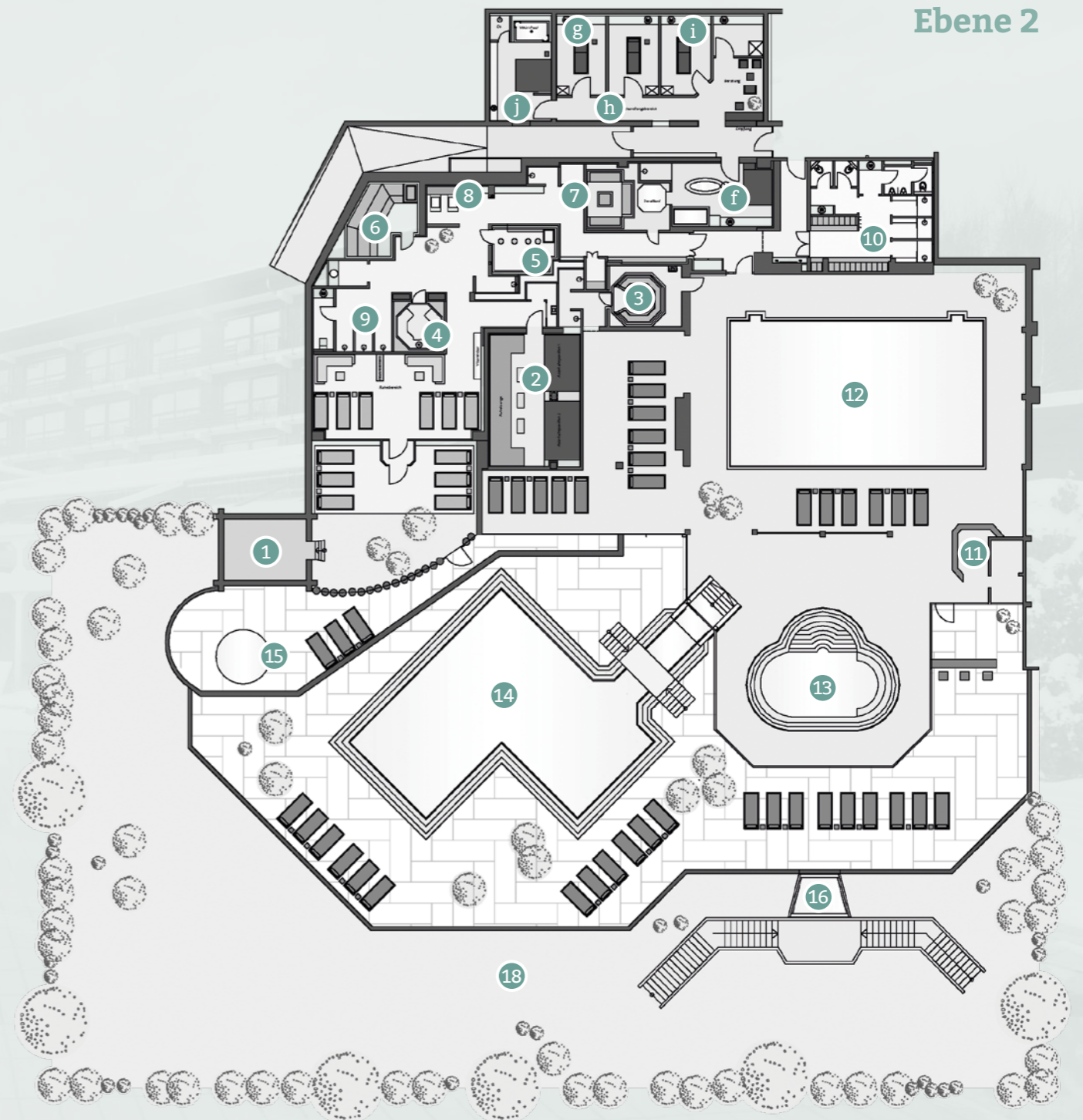
- f Trilogie Suite - Private Spa
- g Lotus
- h Jasmin
- i Ginko
- j Orchidee - Private Spa

Ebene 2 Sauna-Aqua-Landschaft

- 1 Finnische Blockhaussauna im Außenbereich
- 2 ASIA Ruhebereich
- 3 Familien-Dampfbad im Schwimmbad
- 4 Sole-Dampfbad
- 5 Himalaya-Salzsteinsauna
- 6 Soft-Sauna
- 7 Kräutersauna
- 8 Fußsprudelbecken
- 9 Eisbrunnen
- 10 Umkleiden und WC
- 11 Poolbar
- 12 Innen-Schwimmbad
- 13 Massage-Luftsprudelbecken
- 14 Beheiztes Panorama-Außenbecken
- 15 Babybecken im Außenbereich
- 16 Duschen im Außenbereich
- 17 Fitnessraum + Milon Zirkel
- 18 Liegewiese mit 1.000 m²



Ebene 2







Beauty- Anwendungen

Welche Geschichte erzählt Ihre Haut?

Diese Frage stellen wir uns täglich. Wir würden uns wünschen, dass es Geschichten von purer Lebensfreude und Glück sind. Ein Zustand, den wir skin happiness nennen.

Glückliche Haut erkennt man schon von Weitem. Sie ist gesund, fühlt sich gut an und sieht frisch aus. Sie ist schön, egal in welchem Alter und kennt keine Geschlechtergrenzen. Sie ist das Ergebnis aus natürlicher Hautpflege und einem gesunden Lifestyle. Das Geheimnis für glückliche Haut findet sich in keinem Labor. Es liegt in der Natur. Deshalb setzen wir auf rein vegane Inhaltsstoffe. Ohne bedenkliche Zusätze. Diese verarbeiten wir in unserer Manufaktur zu Produkten, die durch ihre feinen Texturen und zarten Düfte auf ganzer Linie überzeugen. Vinoble Produkte sind ein kleines Stück Luxus für jeden Tag. Und daran erfreut sich nicht nur Ihre Haut, sondern auch die Umwelt. Denn unsere Produkte sind nachhaltig in Glas, Holz und Textil verpackt und kommen komplett ohne Überkarton aus.

Teile, was dich glücklich macht! Davon sind wir überzeugt. Deshalb wollen wir das Gefühl von glücklicher Haut auch mit Ihnen teilen.



VINOBLE COSMETICS

Unser Versprechen

Unsere Produkte verbinden natürliche Inhaltsstoffe, Minimalismus, Nachhaltigkeit und Wirksamkeit. Das ist unser Versprechen – an Ihre Haut und die Umwelt.



CLEAN

[Natürliche Inhaltsstoffe]

Unsere Produkte basieren auf rein veganen Inhaltsstoffen und werden tierversuchsfrei hergestellt. Das garantiert das vegane Siegel der Vegan Society. Wir verzichten außerdem auf Parabene, Paraffine, PEG-Stoffe, synthetische Farbstoffe und hormonaktivierende Substanzen.



SUSTAINABLE

[Nachhaltig auf ganzer Linie]

Wir produzieren in unserer eigenen Manufaktur. Die Herstellung erfolgt nach ökologischen Aspekten und strengen Qualitätsrichtlinien. Das Produkt-Packaging aus Holz, Glas und Textil kommt komplett ohne Plastiktuben und Umverpackungen aus und setzt damit neue Maßstäbe in Punkto Nachhaltigkeit.



LEAN LUXURY

[Schlanker Luxus]

Unser Hautpflege-Sortiment besticht durch seine Einfachheit. Es besteht aus einer einzigen Produktlinie und ist unisex. Die feinen Texturen, zarten Düfte und das minimalistische Design machen unsere Produkte zu einem kleinen Stück Luxus für jeden Tag.



RESULTS-DRIVEN

[Hautpflege mit Wirkung]

Wir setzen auf ergebnisorientierte Hautpflege mit schnell sichtbaren Resultaten. Dennoch ist uns ein ganzheitlicher Zugang zum Thema Hautpflege wichtig. Um langfristige Hautgesundheit zu fördern, braucht es mehr als nur gute Pflege. Glückliche Haut entsteht dann, wenn gute Pflege und ein gesunder Lebensstil aufeinandertreffen.



Wirkstoffe

Kaum eine andere Frucht besitzt so viele, für die Haut wertvolle Inhaltsstoffe, wie die Traube. Wir verarbeiten jeden einzelnen davon.

Stammzellen

UV-Strahlung ist für 80% der Hautalterung verantwortlich. Traubenstammzellen schützen die epidermale Hautzelle gegen UV-Stress und erhöhen die UV-Toleranz der Haut. Auf diese Weise beugen Traubenstammzellen der frühzeitigen Hautalterung vor und sorgen für ein ebenmäßiges und vitales Hautbild.

OPC [Oligomere Proanthocyanidine]

Kleiner Kern – große Wirkung. Der Hauptwirkstoff der Vinoble Produkte, das OPC, stammt aus dem Traubenkern. OPC besitzt eine ca. 20-mal stärkere antioxidative Wirkkraft als Vitamin C. Es schützt die Haut vor frühzeitiger, umweltbedingter Hautalterung, indem es die Bildung von freien Radikalen hemmt.

Resveratrol

Der Weinrebenextrakt Resveratrol zählt zu den Polyphenolen. Dies sind die natürlichen Abwehrkräfte von Pflanzen, mit denen sie sich gegen Umwelteinflüsse schützen. Auf der Haut wirkt Resveratrol ähnlich. Es besitzt eine stark antioxidative Wirkung und schützt somit die Haut vor Schäden. Zusätzlich regt Resveratrol die Kollagen-Synthese der Haut an und unterstützt ein gesundes, ebenmäßiges Hautbild.

Traubenkernöl

Das hellgrüne Öl ist eines der wertvollsten, heimischen Öle. Es zieht gut ein und wirkt Dank seinem hohen Anteil an Linolsäure stark regenerierend. Aufgrund der enthaltenen Polyphenole und Tocopherole besitzt es darüber hinaus eine starke antioxidative und schützende Wirkkraft.

Face

Wer wenig Zeit hat, weiß die kleinen Momente der Ruhe besonders zu schätzen. Sie wählen, wie viel Zeit Sie sich schenken möchten. Im Rahmen unserer Behandlungen und durch die fürsorglichen Hände unserer engagierten Kosmetikerinnen widmen wir uns ganz den Bedürfnissen Ihrer Haut.

Face 30

Erfrischungs-Ritual

- » Reinigung
- » Peeling
- » Gesichtsmassage mit regenerierender Maske
- » Abschlusspflege
- » **30 Minuten || € 54,-**

Face 60

Regenerations-Ritual

- » Reinigung
- » Peeling
- » Gesichtsmassage mit Serum
- » Gesichtsmaske nach Wahl: anti oxidativ oder regenerierend
- » Abschlusspflege
- » **60 Minuten || € 90,-**

Face 90

Lifting-Ritual

- » Reinigung
- » Peeling
- » Konzentrat- Cocktail
- » Gesichtsmassage
- » Augenpflege
- » Augenbrauenkorrektur
- » Spezialmaske nach Wahl: Lifting oder Peel-off
- » Abschlusspflege
- » **90 Minuten || € 126,-**

Individuell zubuchbar

Behandlung

- » Wimpern färben
- » Augenbrauen färben
- » Augenbrauenkorrektur
- » Intensive Augenbehandlung
- » Gesichtsmassage
- » Kopfmassage
- » Gesichts- & Kopfmassage
- » Entspannende Fußmassage
- » Entspannende Handmassage
- » Fußritual in der Klangschale

Dauer	Face 30	Face 60	Face 90
20 Min.	€ 24,-	€ 24,-	€ 18,-
10 Min.	€ 12,-	€ 12,-	€ 9,-
10 Min.	€ 12,-	€ 12,-	inkl.
20 Min.	€ 24,-	€ 24,-	€ 18,-
20 Min.	€ 24,-	inkl.	inkl.
20 Min.	€ 24,-	€ 24,-	€ 18,-
20 Min.	€ 24,-	inkl.	inkl.
20 Min.	€ 24,-	€ 24,-	€ 18,-
20 Min.	€ 24,-	€ 24,-	€ 18,-
15 Min.	€ 18,-	€ 18,-	€ 13,50



Vegane Sonnenpflege mit hohem Schutz



Die Vinoble Sonnenprodukte mit LSF 30 UVA+UVB für Gesicht und Körper schützen Ihre Haut zuverlässig vor UVA- und UVB-Strahlen sowie vor frühzeitiger, sonnenbedingter Hautalterung. Diese 2-fach Schutzwirkung erhalten die Sonnenprodukte durch ihren einzigartigen Wirkstoffkomplex mit veganen Traubenstammzellen. Sie erhöhen die UV-Resistenz der hauteigenen Zelle sorgen für einen ebenmäßigen Teint. Wertvolles Traubenkernöl pflegt die Haut und verleiht den Vinoble Sonnencremen ihre einzigartige Konsistenz. Zieht schnell ein ohne weiße Rückstände zu hinterlassen.

*Hoher Schutz – speziell für helle Hauttypen, empfindliche Haut und Kinder
100 % vegan – ohne tierische Inhaltsstoffe
Ohne Duftstoffe – ideal bei Sonnenallergie*



Body

Unsere Öle von Vinoble:

Activating:

- » Aktivierende Kräuterzusammenstellung
- » Anregend

Calming:


- » Beruhigend
- » Entspannend

Detoxifying

- » Unterstützt die Entgiftung der Haut
- » Bringt den Hautstoffwechsel ins Gleichgewicht

Pure grape seed Oil

- » Besonders reich an Linolsäure
- » Spendet Feuchtigkeit
- » Regenerierend
- » Antioxidant



Tief in uns steckt das Bedürfnis der Natur wieder ein Stück näher zu kommen. Mit der Natur verbunden zu sein, heißt, in Balance zu sein. Sie lässt uns verloren geglaubte Kraft und Energie wiederfinden. Wirkstoffreiche Öle und die Hände unserer geschulten Mitarbeiter machen Ihren Moment perfekt.

Body 30

Anti-Stress-Ritual

- » Wohltuende Rücken-, Kopf- und Nackenmassage mit warmen Öl
- » **30 Minuten || € 54,-**

Detox-Ritual

- » Reinigende Körperpackung
- » Entspannende Kopf-, Gesichts- und Decolletemassage mit reichhaltiger Gesichtsmaske
- » **30 Minuten || € 54,-**

Balance-Ritual

- » Entspannende Rückenmassage mit warmen Öl und Traubenkernsäckchen
- » **30 Minuten || € 54,-**

Synchron-Ritual

- » Abtauchen in tiefe Entspannung durch diese vierhändige Öl - Ganzkörpermassage
- » **30 Minuten || € 108,-**

Wärme-Ritual

- » Entspannende Rückenmassage mit warmen Öl und Basalt-Steinen
- » **30 Minuten || € 54,-**

Body 60

Pflegendes-Ritual

- » Sanftes Handschuhpeeling
- » Nährende Öl- Ganzkörpermassage
- » **60 Minuten || € 90,-**

Balance-Ritual

- » Reichhaltige Öl-Ganzkörpermassage mit warmen Traubenkernsäckchen
- » **60 Minuten || € 90,-**

Wärme-Ritual

- » Reichhaltige Öl-Ganzkörpermassage mit warmen Basalt-Steinen
- » **60 Minuten || € 90,-**

Das Romantikbad für 2

- » Sinnliches Duftölbad bei romantischem Kerzenschein
- » Dazu servieren wir Trauben, Sekt und Pralinen
- » Inklusive einer Partnermassage
- » **2 Personen || 60 Minuten || € 126,-**

Individuell zubuchbar

- » Gesichtsmassage 20 Min. € 24,-
- » Entspannende Fußmassage 20 Min. € 24,-
- » Entspannende Handmassage 20 Min. € 24,-
- » Fußritual in der Klangschale 15 Min. € 18,-

Body 75

Lomi Lomi-Ritual

- » Aktivierende Ganzkörpermassage mit warmen und anregendem Öl
- » **75 Minuten || € 108,-**

Abhyanga-Ritual

- » Tiefenentspannende, reinigende Ganzkörpermassage mit warmen, duftenden Öl
- » **75 Minuten || € 108,-**

Hands & Feet

Dass bei Vinoble Natur im Tiegel steckt, erkennt man nicht nur auf den ersten Blick an der außergewöhnlichen Farbe der Produkte, man spürt es auch bei jeder Anwendung auf der Haut. Bei Vinoble treffen zarte Düfte auf feine Texturen. Und das alles ganz ohne bedenkliche Zusätze – einfach clean.

Maniküre 45

Bezaubernd schöne Hände

- » Handbad
- » Handpeeling
- » Nagelkorrektur
- » Nagelhautbehandlung
- » Politur
- » Nagelöl
- » Abschlusspflege
- » **45 Minuten || € 72,-**

Pediküre 45

Wohlig weiche Füße

- » Fußbad
- » Fußpeeling
- » Nagelkorrektur
- » Nagelhautbehandlung
- » Hornhautentfernung
- » Abschlusspflege
- » **45 Minuten || € 72,-**

Individuell Zubuchbar

- » Lackierung inkl. Lack zum Mitnehmen 15 Min. €18,-
- » Wimpern färben 20 Min. €24,-
- » Augenbrauen färben 10 Min. €12,-
- » Augenbrauenkorrektur 10 Min. €12,-
- » Intensive Augenbehandlung 20 Min. €24,-
- » Gesichtsmassage 20 Min. €24,-
- » Gesichts- & Kopfmassage 20 Min. €24,-
- » Entspannende Fußmassage 20 Min. €24,-
- » Entspannende Handmassage 20 Min. €24,-
- » Fußritual in der Klangschale 15 Min. €18,-
- » Paraffinpackung 20 Min. €24,-

Was ist unser Vinoble-Fußritual?

Ein wohltuendes Fußbad erwartet Sie, die Füße werden mit einem aktivierendem Peeling aus Taubenkernen und Salz gepeelt, der kühle Weinguss ist das Highlight und mit einer entspannenden Fußmassage runden wir dieses spezielle Ritual ab, dazu servieren wir Ihnen unsere Weinenpfehlung des Tages.

Kids & Teenies

Das Geheimnis für gesunde Haut findet sich in keinem Labor. Es liegt in der Natur und der Kraft der natürlichen Wirkstoffe aus der Traube. Zuhause und im Spa. Für Haut, die gesund ist, die frisch aussieht und sich einfach gut anfühlt – in jedem Alter. Das ist skin happiness. Ein Gefühl, das man gerne teilt.

Kids 15

Massage

- » Bein- und Rückenmassage mit warmen Öl
- » Geschenk
- » **15 Minuten || € 36,-**

Teenies 30

Reinigungs-Ritual

- » Reinigung
- » Peeling
- » Ausreinigen
- » regenerierende Maske
- » Abschlusspflege
- » Geschenk
- » **30 Minuten || € 54,-**

Hot Stone

- » Rückenmassage mit warmen Öl und heißen Steinen
- » Geschenk
- » **15 Minuten || € 36,-**

Maniküre für Kids

- » Nagelkorrektur
- » Nagelhautbehandlung
- » Politur
- » Abschlusspflege
- » Lackierung mit Lack deiner Wahl und zum Mitnehmen
- » Geschenk
- » **20 Minuten || € 42,-**



Style

Kleine Ergänzungen ganz nebenbei

Lackierung inkl. Lack zum Mitnehmen
15 Minuten || € 24,-

Wimpern färben
20 Minuten || € 42,-

Augenbrauen färben
10 Minuten || € 18,-

Augenbrauenkorrektur
10 Minuten || € 18,-

Intensive Augenbehandlung
20 Minuten || € 42,-

Gesichtsmassage
20 Minuten || € 42,-

Gesichts- & Kopfmassage
20 Minuten || € 42,-

Entspannende Fußmassage
20 Minuten || € 42,-

Entspannende Handmassage
20 Minuten || € 42,-

Fußritual in der Klangschale
15 Minuten || € 36,-

Paraffinpackung
20 Minuten || € 42,-

TCM

Im Hotel Sonnenhof Lam haben Sie die Möglichkeit einer TCM-Behandlung auf höchstem Niveau. Die TCM-Klinik Bad Kötzing hat eine Außenstelle der Ambulanz im Hotel errichtet. Vielleicht denken Sie darüber nach, ob Sie Ihren Urlaub im Bayerischen Wald mit ambulanten Behandlungen nach traditionell chinesischer Medizin im Hotel verbinden möchten!

Anamnese-Gespräch

Ausführliche Diagnostik nach der Chinesischen Medizin. Befragung, Zungen- und Puls-Diagnostik. Abrechnung erfolgt über die TCM-Klinik Bad Kötzing.

Schmerzpunktbehandlung

Kurzes diagnostisches Gespräch. Abklärung von Kontraindikationen. Individuelle Schmerzpunktbehandlung. Abgestimmt auf Sie persönlich und Ihre Probleme.

30 Minuten || € 105,-

Schröpfmassage

Fördert den Lymphfluss und somit auch die Durchblutung in verspannten Muskelbereichen. Faszien und Bindegewebe werden besser durchblutet. Entspannend und vitalisierend zugleich.

20 Minuten || € 50,-

Aku-Taping

Wirksam bei akuten wie auch chronischen Schmerzen z.B. Zerrungen, Knie- und Rückenschmerzen. Ein kurzes diagnostisches Gespräch um die richtige Klebung durchführen zu können ist notwendig

pro Klebung || € 20,-

Meridianmassage

Meridiane sind in der chinesischen Medizin Energieleitbahnen die unseren Körper mit Qi (Lebensenergie) versorgen. Blockaden machen sich in Schmerzen, Müdigkeit, Empfindungsstörungen usw. bemerkbar. Durch gezielte Massage der Meridiane kann das Qi wieder seinen freien Fluss finden und Sie fühlen sich entspannter und wieder fitter.

30 Minuten || € 75,-

Akupressur

Ausgewählte Akupunkturpunkte werden mit Fingerdruck stimuliert. Ein kurzes Gespräch am Anfang ist entscheidend für die Punktauswahl. Es kommt zu einer wohligen Entspannung und somit zu einer spürbaren Stressreduktion.

30 Minuten || € 75,-



Gesundheitswoche mit chinesischer Medizin

16. – 23.02.20 | 19. – 26.04.20
23. – 30.08.20 | 13. – 20.12.20

Entfliehen Sie für eine Woche dem Alltag. Mit Qi Gong, 5 Elemente Ernährung und den Lebensstilempfehlungen der chinesischen Medizin lernen Sie Stress besser zu begegnen. Unsere Heilpraktikerin und TCM Therapeutin wird Sie dabei begleiten.

- » 7x Übernachtung inkl. Frühstück vom Buffet
- » 7x Abendessen im Rahmen der Verwöhhnpension
- » 1 Flasche „gsunds“ Mineralwasser
- » Alle Inhalte aus dem Wochenprogramm
- » Kostenfreies WLAN
- » Freie Nutzung der Sonnenhof-AquaWelt mit Saunalandschaft
- » Bademantel und Bade-/Saunatuch-Service
- » Alle Sonnenhof-Serviceleistungen
- » Milon-Zirkel, Betreute Einweisung

Das Programm:

- » Einführung in die traditionelle chinesische Medizin
- » Die 4 Jahreszeiten, das Prinzip von Yin und Yang
- » Qi Gong
- » Die Wirkung der Emotionen auf die Gesundheit
- » 5 Elemente Ernährung
- » Kochen nach den 5 Elementen
- » Praktische Alltagstipps

Pro Person in EURO	7 Tage
DZ Standard Waldseite ohne Balkon	€ 910,-
DZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 945,-
DZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 1.015,-
DZ Komfort Waldseite Balkon/Terrasse	€ 1.085,-
DZ Komfort Südseite Balkon/Terrasse	€ 1.155,-
EZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 1.120,-
EZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 1.190,-
SU Florian Südseite Balkon/Terrasse	€ 1.295,-
SU Sonnenhof Südseite Balkon	€ 1.400,-

Qi Gong Wochenende – finden Sie Ihre Mitte

06. – 09.02.20 | 04. – 07.06.20
03. – 06.09.20 | 29.10. – 01.11.20

Eine alte fernöstliche Heilgymnastik, basierend auf dem Wissen der chinesischen Medizin. Die beste Möglichkeit sich von Stress zu lösen. Die langsamen Übungsformen eignen sich bestens zum „Entschleunigen“ damit Körper und Geist wieder in Einklang kommen.

- » 3x Übernachtung inkl. Frühstück vom Buffet
- » 3x Abendessen im Rahmen der Verwöhhnpension
- » 1 Flasche „gsunds“ Mineralwasser
- » Alle Inhalte aus dem Wochenprogramm
- » Kostenfreies WLAN
- » Freie Nutzung der Sonnenhof-AquaWelt mit Saunalandschaft
- » Bademantel und Bade-/Saunatuch-Service
- » Alle Sonnenhof-Serviceleistungen

Das Programm:

- » Am Anreisetag Donnerstag um 16:00 Theoriestunde
- » Freitag und Samstag je zwei Einheiten Qi Gong
- » Sonntags nach dem Frühstück eine Abschlusseinheit

Pro Person in EURO	3 Tage
DZ Standard Waldseite ohne Balkon	€ 369,-
DZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 384,-
DZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 414,-
DZ Komfort Waldseite Balkon/Terrasse	€ 444,-
DZ Komfort Südseite Balkon/Terrasse	€ 474,-
EZ Standard Waldseite Balkon/Terrasse	€ 459,-
EZ Standard Südseite Balkon/Terrasse	€ 489,-
SU Florian Südseite Balkon/Terrasse	€ 534,-
SU Sonnenhof Südseite Balkon	€ 579,-

Ihre Pflege-Produkte

FACE					
Reinigung	Peelings	Masken	Augen	Seren & Konzentrate	Pflegecremen
cleansing milk 2 in 1 100 ml ●●●●	enzyme scrub 50 ml ●●●●●	calming antioxidant mask 50 ml ●●●●●	cooling eye gel 15 ml ●●●●●	lifting serum 15 ml ●●●●●	refreshing fluid 15 ml ●●●●●
cleansing gel 100 ml ●●●●	fruit acid peel 50 ml ●●●●●	nourishing eye mask 15 ml ●●●●●	regenerating eye cream 15 ml ●●●●●	cregenerating oil serum 15 ml ●●●●	hydro-regenerating cream 15 ml 50 ml ●●●●
cleansing tonic 100 ml ●●●●●		lifting & regenerating mask 50 ml ●●●●		lifting concentrate 15 ml ●●●●●	hydrating cream 15 ml 50 ml ●●●●
		pro youth lifting mask Sachet ●●●●●		hyaluronic concentrate 15 ml ●●●●●	purifying cream 15 ml 50 ml ●●●●
				regenerating concentrate 15 ml ●●●●●	lifting cream 15 ml 50 ml ●●●●

BODY			
Körperpflege	Hand- & Fußpflege	Peelings & Bäder	Pflege- & Massage-Öle
hydrating body cream 100 ml	protecting hand cream 100 ml	salt & grape seed scrub 100 ml	pure grape seed oil 15 ml 100 ml
after sun body cream 100 ml	hydrating foot cream 100 ml	red grape bath 100 ml	calming body oil 15 ml 100 ml
sun protection cream SPF 30 UVA+UVB 100 ml	regenerating foot cream 100 ml		activating body oil 15 ml 100 ml
			detoxifying body oil 15 ml

Glückliche Haut ist Typsache

Pflegeprodukte sollten immer auf den Hauttyp und den aktuellen Hautzustand abgestimmt werden. Glückliche Haut ist gesunde Haut. Und die besitzt ausreichend Feuchtigkeit und Elastizität. Im Gegensatz zum Hauttyp kann sich der Hautzustand im Laufe des Lebens stark verändern. Innere und äußere Einflüsse wie Klima, Luftverschmutzung, Medikamente, Stress, erbliche Faktoren und Schweiß können die hauteigenen, natürlichen Feuchthaltefaktoren beeinflussen. Gute Pflege hilft der Haut dabei, sich vor Irritationen und äußeren Einflüssen zu schützen.

In 3 Schritten zur individuellen Pflege

- 01 Hauttyp bestimmen
- 02 Farbpunkte suchen
- 03 Pflegeprodukte auswählen

Bestimmen Sie Ihren Hauttyp

● Normale Haut

Normale Haut ist samtig beschaffen, hat feine Poren, eine gute Durchblutung und zeichnet sich durch eine frische Farbe aus.

● Reife Haut

Reife Haut weist bereits Fältchen auf und fühlt sich eher trocken an. Es fehlt ihr an Spannkraft und Elastizität.

● Trockene Haut

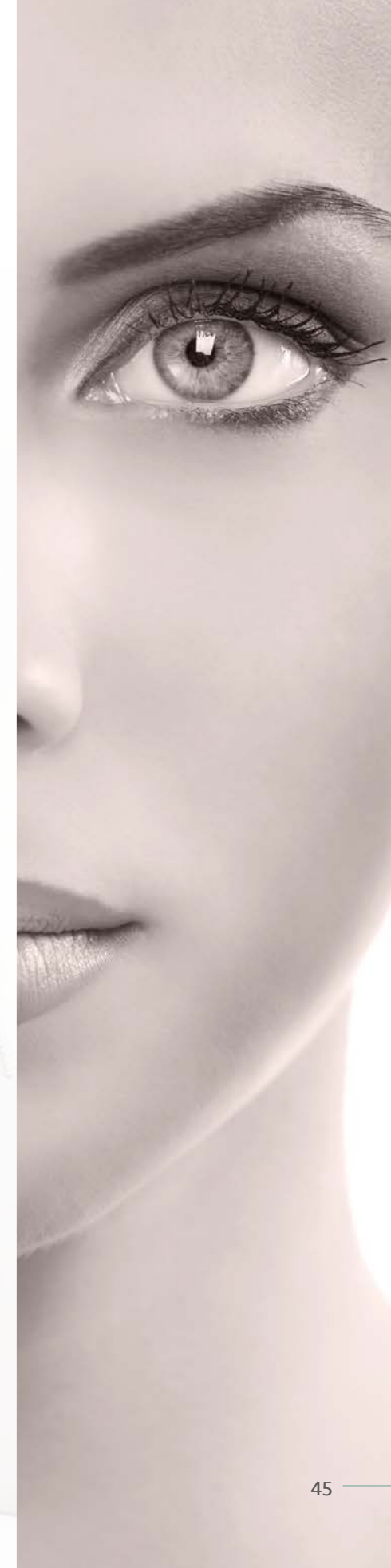
Trockene Haut ist sichtbar rau, leicht schuppig und wird manchmal von Juckreiz geplagt.

● Mischhaut

Mischhaut hat normale bis trockene Wangen, jedoch ölige Haut im Bereich von Stirn, Nase und Kinn. Teilweise sind die Poren vergrößert. Mischhaut wird hin und wieder von Unreinheiten geplagt.

● Ölige Haut

Ölige Haut ist eher blass, hat sichtbare Poren und glänzt an manchen Stellen.



Entdecken Sie unsere Bestseller

Unabhängig vom jeweiligen Hauttyp verliert die Haut im Laufe des Lebens an Volumen und Dichte. Umwelteinflüsse und unser Lebensstil können die Hautalterung beschleunigen. Neben Fältchen macht sich Hautalterung häufig auch in Form von Pigmentstörungen bemerkbar. Unsere Pflegeprodukte geben der Haut ihre Elastizität und Feuchtigkeit zurück. Dank moderner und hochkonzentrierter Wirkstoffe helfen sie außerdem Pigmentflecke zu mindern.



cleansing tonic

Hilft der Haut nachfolgende Pflegeprodukte besser aufnehmen zu können.

cooling eye gel

Kühlendes Augengel für schnelle Hilfe bei Augenschatten und geschwollener Augenpartie.

hydrating body cream

Feuchtigkeitspflege mit frisch-fruchtigem Duft und zarter Textur.

hydro-regenerating cream

Intensiv feuchtigkeitsspendende 24-Stunden Crème mit leichter Textur.



Unsere Tipps für REIFE Haut:



VINOBLE COSMETICS



fruit acid peel

Intensives Peeling für das Gesicht mit 9-prozentiger Fruchtsäure, das abgestorbene Hautschüppchen entfernt und für ein frisches Erscheinungsbild sorgt.

lifting cream

Reichhaltige, straffende 24-Stunden Gesichtscrème mit hochkonzentrierten Wirkstoffen für ein sichtbar geglättetes Hautbild.

lifting & regenerating mask

Straffende und regenerierende Gesichtsmaske mit hochdosierten Wirkstoffen. Nährt die Haut intensiv und besitzt hautberuhigende Eigenschaften. Eignet sich dünn aufgetragen ideal als Overnight-Maske.

salt & grape seed scrub

Mischung aus Salz und Traubenkernen. Zum Mischen mit einem Vinoble Körperöl.

refreshing fluid

Feuchtigkeitsspendendes und mattierendes Fluid für ein erfrishtes Hautbild.

protecting day cream SPF 30 UVA+UVB

Tagespflege mit Lichtschutz ohne Duft- und hormonaktive Inhaltsstoffe.



Wichtige Informationen für Ihren Entspannungs-Moment

Anwendungen buchen

Wir empfehlen Ihnen, Ihre Behandlungstermine schon bei der Buchung Ihres Aufenthalts zu reservieren, damit wir Ihre Wünsche nach Möglichkeit berücksichtigen können. Termine können sie ganz bequem bei unseren Empfangsmitarbeitern buchen. Ihre Terminbestätigung erhalten Sie bei Anreise an der Rezeption.

Gesundheitsfragen

Bitte informieren Sie uns vorab über etwaige Erkrankungen (Diabetiker, Allergiker, blutverdünnende Medikamente, Bandscheibenvorfall, usw.). Im Falle einer Schwangerschaft, freuen wir uns mit Ihnen und bitten Sie uns darüber auch zu informieren.

Was ist noch zu beachten?

Wir empfehlen bereits einige Minuten vor Beginn der Behandlung einzutreffen, damit Sie Ihre Wohlfühlzeit optimal genießen können.

Was ist wenn ich mich verspäte?

Wir sind bemüht, Ihnen eine optimale Behandlung zu bieten, und falls möglich, Ihnen Ihre volle Behandlungszeit zu gewähren. Aus Rücksicht auf andere Gäste ist dies leider nicht immer möglich und wir bitten um Ihr Verständnis, dass der Behandlungspreis in diesen Fällen nicht reduziert werden kann.

Was sollte ich anziehen?

Idealerweise kommen Sie im Bademantel oder bequemer Kleidung. Um Sie in Ihrer Privatsphäre zu schützen, werden nur die zu behandelnden Stellen aufgedeckt, auch Einmalslips liegen für Sie bereit, falls nötig.

Beauty Artikel

Viele unserer Produkte, die wir bei den Anwendungen verwenden, können auch käuflich erworben werden. Unsere Spa Mitarbeiter beraten Sie gerne.

Termin-Stornierung

Bis **24 Stunden** vor der Behandlung ist eine Stornierung möglich. Danach berechnen wir 100 %.

Zum Nachhause nehmen



Code	Artikel	Größe	€
Reinigung			
47553	cleansing milk 2 in 1	100 ml	22,00
47554	cleansing gel	100 ml	22,00
47555	cleansing tonic	100 ml	28,00
Peelings			
47565	enzyme scrub	50 ml	54,00
47566	fruit acid peel	50 ml	54,00
Masken			
47577	calming antioxidant mask	50 ml	72,00
47647	nourishing eye mask	15 ml	34,00
47578	lifting & regenerating mask	50 ml	72,00
47394	pro youth lifting mask	3 x 1 pc	54,00
47415	pro youth lifting mask	1 pc	18,00
Augen			
47645	cooling eye gel	15 ml	49,00
47646	regenerating eye cream	15 ml	79,00
Seren & Konzentrate			
47673	lifting serum	15 ml	43,00
47674	regenerating oil serum	15 ml	43,50
47658	hyaluronic concentrate	15 ml	79,00
47659	regenerating concentrate	15 ml	79,00
Pflegecremen			
47614	refreshing fluid	15 ml	43,00
47600	hydro-regenerating cream	50 ml	88,00
47601	hydro-regenerating cream	15 ml	38,50
47602	hydrating cream	50 ml	79,00
47603	hydrating cream	15 ml	35,00
47611	purifying cream	50 ml	59,00
47612	purifying cream	15 ml	28,00

Code	Artikel	Größe	€
Pflegecremen			
47606	lifting cream	50 ml	158,00
47607	lifting cream	15 ml	69,50
47604	regenerating cream	50 ml	79,00
47605	regenerating cream	15 ml	35,00
47609	protecting day cream SPF 30	50 ml	59,00
47610	protecting day cream SPF 30	15 ml	28,00
47608	tinted day cream SPF 30	15 ml	36,00
47613	firming décolleté cream	50 ml	49,00
Körperpflege			
47687	hydrating body cream	100 ml	49,50
47692	after sun body cream	100 ml	52,00
47691	sun protection cream SPF 30	100 ml	52,00
Hand- & Fußpflege			
47688	protecting hand cream	100 ml	49,50
47689	hydrating foot cream	100 ml	39,00
47690	regenerating foot cream	100 ml	39,00
Peelings & Bäder			
47725	salt & grape seed scrub	100 ml	20,00
47726	red grape bath	100 ml	39,00
Pflege- & Massage-Öle			
47707	pure grape seed oil	100 ml	29,90
47708	pure grape seed oil	15 ml	14,00
47709	calming body oil	100 ml	36,00
47710	calming body oil	15 ml	18,00
47711	activating body oil	100 ml	36,00
47712	activating body oil	15 ml	18,00
47713	detoxifying body oil	15 ml	18,00

Preise inkl. MwSt. Druck- und Satzfehler vorbehalten.



VINOBLE COSMETICS



Preise

bis 31.03.2021



Unsere Anreisemöglichkeiten:

- ab 3 Übernachtungen: Aus-Zeit (tägliche Anreise)
- ab 5 Übernachtungen: Urlaubs-Zeit (Anreise So.)
- ab 7 Übernachtungen: Ferien-Zeit (Anreise Fr., Sa. oder So.)



Standard-Doppelzimmer

Standard-Doppelzimmer 20 m²
mit Doppelbett (160 x 200 cm)



Bad/Dusche und WC, Kosmetikspiegel und Föhn, Radio und Flachbild-Fernseher, Telefon und Minibar, Safe, mit Schreibtisch und Sitzgelegenheit. Kostenloses WLAN, Nichtraucherzimmer, Badetasche mit Badetuch, Frottee-Slipper und Kuschelbademantel.

	ohne Balkon zur Waldseite	Balkon/Terrasse zur Waldseite	Balkon/Terrasse zur Südseite
Tagespreis	€ 95,-	€ 100,-	€ 110,-
ab 3 Nächte	€ 270,-	€ 285,-	€ 315,-
ab 5 Nächte	€ 425,-	€ 450,-	€ 500,-
ab 7 Nächte	€ 560,-	€ 595,-	€ 665,-

Bitte beachten Sie:

Alle Preise in EURO pro Person und Aufenthalt bei Doppelbelegung inkl. Sonnenhof-ServicLeistungen, zzgl. örtlicher Kurtaxe, derzeit pro Nacht € 1,50 je Erwachsener (ab 16 J.), € 0,50 pro Kind (6-15 J.) inkl. Schlemmerfrühstück vom Büffet und Abendessen im Rahmen der Verwöhnpension. Ausgenommen Reisezeitraum 23.12.20 bis 02.01.21 (Weihnachts- und Silvester-Zeit auf S.22/23)

Bei den Parkmöglichkeiten:

Premium-/ Garagenparkplatz: € 12,-/€ 14,- pro Tag

Hunde sind herzlich Willkommen!

Hundewaschplatz (mit warmen Wasser), Hundedecke am Zimmer, Hundnapf am Zimmer. Restaurant: separater Tisch mit Hund möglich. € 45,-/Aufenthalt (ohne Futter) Tierisch gut haben es bei uns auch die Vierbeiner: Gerne stellen wir extra Zimmer für Sie und Ihren Vierbeiner zur Verfügung. Bitte teilen Sie uns bereits bei der Buchung mit, wenn Sie Ihren Hund mitbringen möchten.



Komfort-Doppelzimmer

Komfort-Doppelzimmer 25 m²
mit Doppelbett (200 x 200 cm)



Balkon oder Terrasse, Bad/Dusche und WC, Kosmetikspiegel und Föhn, Radio und Flachbild-Fernseher, Telefon und Minibar, Safe, mit Schreibtisch und Sitzgelegenheit. Kostenloses WLAN, Nichtraucherzimmer, Badetasche mit Badetuch, Frottee-Slipper und Kuschelbademantel.

	Balkon/Terrasse zur Waldseite	Balkon/Terrasse zur Südseite
Tagespreis	€ 120,-	€ 130,-
ab 3 Nächte	€ 345,-	€ 375,-
ab 5 Nächte	€ 550,-	€ 600,-
ab 7 Nächte	€ 735,-	€ 805,-

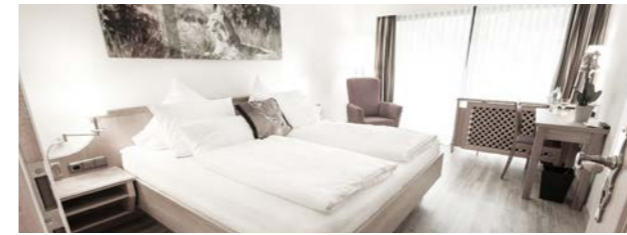
Einzelzimmer

Standard-Doppelzimmer 20 m²
mit Doppelbett (160 x 200 cm)

	Balkon/Terrasse zur Waldseite	Balkon/Terrasse zur Südseite
Tagespreis	€ 135,-	€ 145,-
ab 3 Nächte	€ 360,-	€ 390,-
ab 5 Nächte	€ 575,-	€ 625,-
ab 7 Nächte	€ 770,-	€ 840,-

Komfort-Doppelzimmer 25 m²
mit Doppelbett (200 x 200 cm)

	Balkon/Terrasse zur Waldseite	Balkon/Terrasse zur Südseite
Tagespreis	€ 155,-	€ 165,-
ab 3 Nächte	€ 450,-	€ 480,-
ab 5 Nächte	€ 725,-	€ 775,-
ab 7 Nächte	€ 980,-	€ 1.050,-



Suite - Florian

1 Wohn- & 1 Schlafzimmer 45 m²
mit Doppelbett (200 x 200 cm)



Mit getrenntem Wohn- und Schlafräum, Balkon oder Terrasse, Bad mit WC, Kosmetikspiegel, Föhn, Radio, 2 x Flachbild-Fernseher, Telefon, Minibar, Safe, Schreibtisch und kostenloses WLAN. Nichtraucherzimmer, Badetasche mit Badetuch, Frottee-Slipper und Kuschelbademantel. Nespresso-Maschine inkl. Kapseln und Champagner-Vip-Treatment.

	ohne Balkon zur Waldseite	Balkon/Terrasse zur Südseite
Tagespreis	€ 140,-	€ 150,-
ab 3 Nächte	€ 405,-	€ 435,-
ab 5 Nächte	€ 650,-	€ 700,-
ab 7 Nächte	€ 875,-	€ 945,-

Kinderpreise inkl. Halbpension

Maximal 1 Kind pro Elternzimmer
mit Zustellbett

	Kinder von 0 bis 2,9 Jahren	Kinder von 3 bis 11,9 Jahren
Tagespreis	€ 0,-	€ 30,-
ab 3 Nächte	€ 0,-	€ 90,-
ab 5 Nächte	€ 0,-	€ 150,-
ab 7 Nächte	€ 0,-	€ 210,-

Maximal 1 Kind pro Elternzimmer
mit Zustellbett

	Kinder von 12 bis 15,9 Jahren	Eigenes Kinderzimmer*
Tagespreis	€ 50,-	€ 45,-
ab 3 Nächte	€ 150,-	€ 135,-
ab 5 Nächte	€ 250,-	€ 225,-
ab 7 Nächte	€ 350,-	€ 315,-



Suite - Sonnenhof

1 Wohn- & 1 Schlafzimmer 45 m²
mit Doppelbett (200 x 200 cm)



Mit getrenntem Wohn- und Schlafräum, Balkon oder Terrasse, 2 Bäder mit WC, Kosmetikspiegel und Föhn, Radio und 2 x Flachbild-Fernseher, Telefon und Minibar, Safe, Schreibtisch und kostenloses WLAN. Nichtraucherzimmer, Badetasche mit Badetuch, Frottee-Slipper, Kuschelbademantel, Nespresso-Maschine inkl. Kapseln und Champagner-Vip-Treatment.

	ohne Balkon zur Waldseite	Balkon/Terrasse zur Südseite
Tagespreis	€ 140,-	€ 165,-
ab 3 Nächte	€ 405,-	€ 480,-
ab 5 Nächte	€ 650,-	€ 775,-
ab 7 Nächte	€ 875,-	€ 1.050,-

* Für Kinder bis 15,9 Jahre plus Kinderpreise

**Darf es
ein wenig
mehr sein?**



Zeit für ein Anreisezuckerl

Vor dem CheckIn (15.00 Uhr) schon entspannen? Mit dem Anreisezuckerl steht Ihnen unsere wunderbare Wellnesslandschaft am Anreisetag bereits ab 09.00 Uhr zur Verfügung. Gönnen Sie sich eine Auszeit in der Sauna oder im Pool.

- » Eine Badetasche (leihweise) gefüllt mit: 1 Bademantel, 2 Badetücher, 1 Tageszeitung oder Zeitschrift nach Wunsch, 1 Gutschein für Kaffee und Kuchen
- » **Pro Person || € 18,-**

Zeit für ein Abreisezuckerl

Einfach länger genießen. Auch am Abreisetag (bis 22:00 Uhr) können Sie weiter bei uns im Wellnessbereich entspannen

- » Eine Badetasche (leihweise) gefüllt mit: 1 Bademantel, 2 Badetücher, 1 Tageszeitung oder Zeitschrift nach Wunsch, 1 Gutschein für Kaffee und Kuchen
- » **Pro Person || € 18,-**

Zeit für Herzklopfen

Sie möchten einen ganz besonderen Tag feiern – Heiratsantrag, Geburtstag oder einfach die Zeit zu zweit genießen? Dafür haben wir ein ganz spezielles Arrangement für Sie.

- » 1 Flasche Sekt
- » 8 Schoko-Erdbeeren
- » 1 dekoriertes Zimmer mit Herzen, Teelichtern und 2 Rosen
- » **Pro Person || € 72,-**

Gerne wird auch dazu gebucht:

- » Sinnliches Duftölbad bei romantischem Kerzenschein
- » Dazu servieren wir Trauben, Sekt und Pralinen
- » Inklusiv einer Partnermassage
- » **2 Personen || 60 Minuten || € 126,-**

Zeit für eine liebe Überraschung

Unsere Sonnenhof-Haustorte – kleine Geburtstagstorte mit hellem oder dunklem Schokoladenüberzug.

- » **Ø 12 cm || € 9,50**



Zeit für französisch- bayerischen Genuss

Ein Champagner wie der Bayerische Wald: außergewöhnlich und belebend. Dazu reichen wir Schokoladen-Früchte.

- » 1 Flasche Maily Brut Réserve Champagner 0,75 l
- » 8 Schoko-Erdbeeren
- » **Pro Paket || € 59,-**

Zeit für einen Blumenstrauß

Hochzeitstag, Kennenlerntag, Geburtstag oder ein anderes Jubiläum, das keine Frau vergisst? Wir organisieren für Sie einen repräsentativen Blumenstrauß samt süßer Beigabe.

- » Sonnenhof-Haustorte Ø 12 cm
- » 1 bunter Blumenstrauß
- » 1 personalisierte Grußkarte
- » **Pro Paket || € 39,-**

Zeit für das prickelnd süße Sonnenhof- Arrangement

Sie wissen, was Ihrem Schatz Freude bereitet: zart schmelzende Schoko-Erdbeeren und ein feines Fläscherl Sekt.

- » 8 Schoko-Erdbeeren
- » 1 bunter Blumenstrauß
- » 1 Flasche Sekt
- » **Pro Paket || € 49,-**

Sonnenhof Vorteilstage 2020

Zeit, Ihre Flexibilität zu honorieren.
An folgenden Terminen erhalten Sie ab
der 3. Nacht einen Wellnessgutschein
dazu. Da bleibt man gerne länger ...

- » Für unsere „Aus-Zeit“, ab 3 Nächten,
erhalten Sie einen Wellnessgutschein
im Wert von € 30,- pro Person
- » Für unsere „Urlaubs-Zeit“, ab 5 Nächten,
erhalten Sie einen Wellnessgutschein
im Wert von € 40,- pro Person
- » Für unsere „Ferien-Zeit“, ab 7 Nächten,
erhalten Sie einen Wellnessgutschein
im Wert von € 50,- pro Person

Gültig bei allen direkt im Hotel gebuchten
Aufenthalten, in folgenden Zeiträumen:

- » 05.01. bis Abreise 26.01.20
- » 08.03. bis Abreise 29.03.20
- » 03.05. bis Abreise 17.05.20
- » 13.09. bis Abreise 27.09.20
- » 22.11. bis Abreise 13.12.20

Vorteilstage 2021

- 10.01. bis 24.01.21
- 28.02. bis 14.03.21

7 Vorteile für Direktbücher:

- » Individuelle Beratung
- » 0 Euro Anzahlung
- » 0 Euro Stornogebühr
- » Geburtstags-Gutschein einlösen
- » Freunde werben Freunde®-
Gutschein einlösen
- » 5% Frühbucherrabatt 60 Tage
vor Anreise pro Vollzahler
- » Sonnenhof-Vorteilstage



Fragen? Sehr gerne!



Anja Noffke
Empfangsleitung
Tel.: +49 9943 37-151
Fax: +49 9943 8191
E-Mail: ano@sonnenhof-lam.de



Elena Schnös
Hausdame
Tel.: +49 9943 37-170
Fax: +49 9943 8191
E-Mail: hsk@sonnenhof-lam.de



Georg Knopik
Restaurantleiter
Tel.: +49 9943 37-160
Fax: +49 9943 8191
E-Mail: gkn@sonnenhof-lam.de



Manuela Mühlbauer
Reservierung/IT
Tel.: +49 9943 37-157
Fax: +49 9943 8191
E-Mail: mmu@sonnenhof-lam.de



Silvia Raab
Ferienconcierge
Tel.: +49 9943 37-0
Fax: +49 9943 8191
E-Mail: sra@sonnenhof-lam.de



Stefan Schreindorfer
Küchenchef
Tel.: +49 9943 37-180
E-Mail: kueche@sonnenhof-lam.de



Martina Reuel
Buchhaltung
Tel.: +49 9943 37-145
Fax: +49 9943 37-146
E-Mail: mre@sonnenhof-lam.de



Miriam Koller
Reservierung
Tel.: +49 9943 37-144
Fax: +49 9943 8191
E-Mail: info@sonnenhof-lam.de



Monika Späth
Stellv. Direktorin,
Personalabteilung
Tel.: +49 9943 37-142
Fax: +49 9943 37-146
E-Mail: msp@sonnenhof-lam.de



Nancy Buchmann
SPA Leitung
Tel.: +49 9943 37-195
E-Mail: spa@sonnenhof-lam.de



Norbert Oblak
Direktor
Tel.: +49 9943 37-140
Fax: +49 9943 8191
E-Mail: nob@sonnenhof-lam.de



Robert Karl
Technischer Leiter
Tel.: +49 9943 37-190
E-Mail: tec@sonnenhof-lam.de



Rosmarie Maier
Direktionssekretärin,
Bankett-Abteilung
Tel.: +49 9943 37-141
Fax: +49 9943 8191
E-Mail: rma@sonnenhof-lam.de



**Wir freuen
uns auf Sie!**

Himmelreich 13 · 93462 Lam · Telefon: +49 (0) 9943 37-0
Fax: +49 (0) 9943 8191 · E-Mail: info@sonnenhof-lam.de
www.sonnenhof-lam.de

