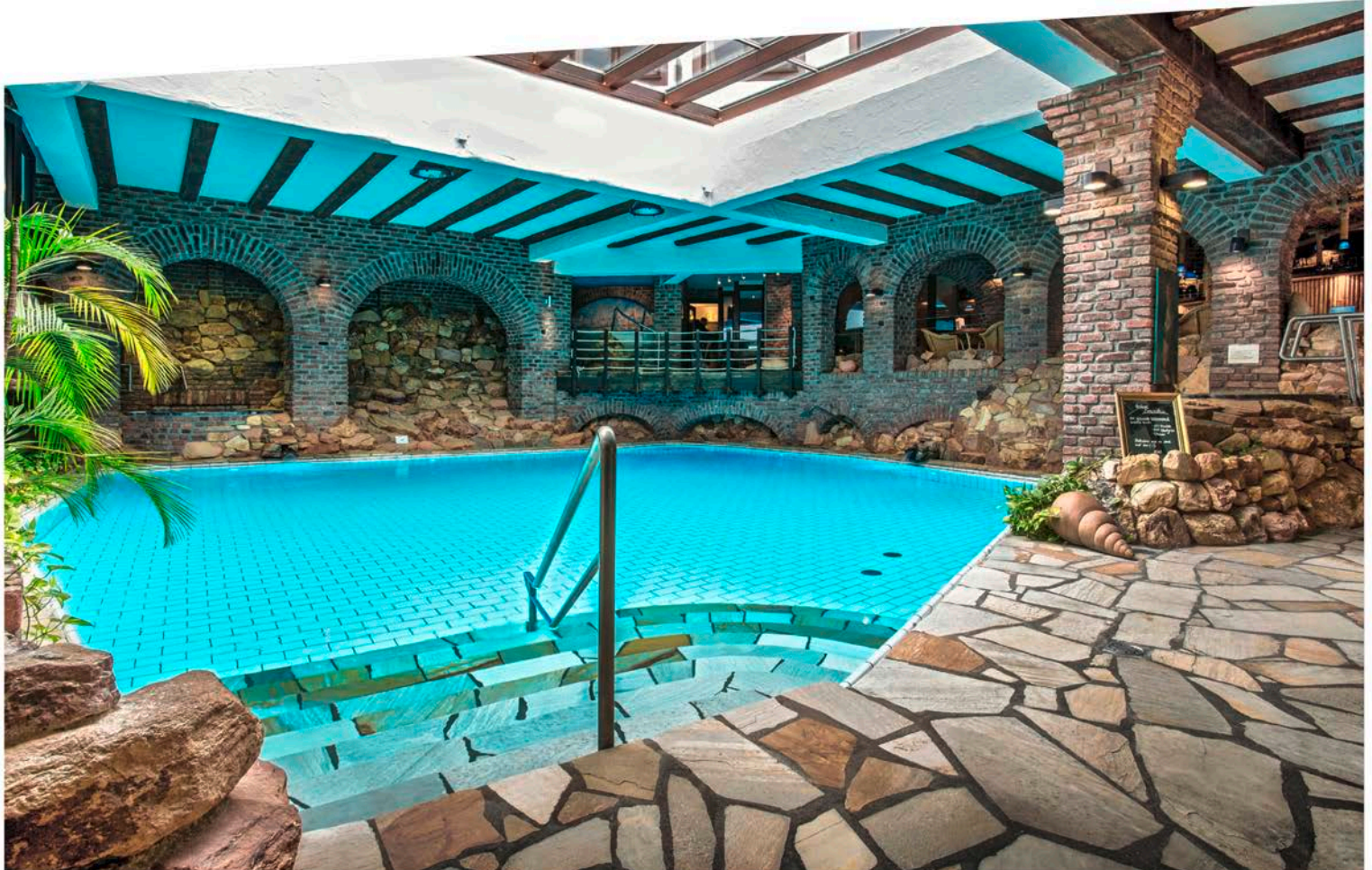




LAND  
**GUT HÖHNE**

**URSPRÜNGLICH ERHOLEN**  
SCHLAFEN – WELLNESS – SPORT





**LAND  
GUT HÖHNE**

**URSPRÜNGLICH**  
ERHOLEN  
GENIESSEN  
ENTWICKELN

## **Erholen wie im Schlaf – Die Land Gut Höhne Wohlfühl-Zimmer**

Natürliche Materialien, massive, von Hand gefertigte Holz-Möbel und die Gestaltung im Land Gut Höhne-Stil sorgen für eine einzigartige Wohlfühl-Atmosphäre. Die Vielfalt der 134 Zimmer lässt ausreichend Freiraum für Individualität.

### **Unsere verschiedenen Zimmertypen:**

- Einzelzimmer ab 89 Euro
- Doppelzimmer Comfort ab 165 Euro, ab 135 Euro als Einzelzimmer
- Doppelzimmer Superior ab 180 Euro, ab 150 Euro als Einzelzimmer
- Wellness-Appartements ab 230 Euro
- Wellness-Suiten ab 400 Euro
- Pool-Fühl-Einzelzimmer ab 100 Euro
- Pool-Fühl-Doppelzimmer ab 175 Euro, ab 145 Euro als Einzelzimmer

### **Die Übernachtung beinhaltet jeweils folgende Inklusiv-Leistungen:**

- Frühstücksbuffet mit vielfältigen Bio-Lebensmitteln und -Getränken
- Nutzung des Wellness-Bereichs Neandertal Therme innerhalb der Check-in-Zeiten
- Parken
- W-LAN
- Sky-TV Sportkanäle

### **ANSCHRIFT**

Düsseldorfer Straße 253  
D-40822 Mettmann

FON: +49 (0)2104 778-0  
FAX: +49 (0)2104 778-778  
E-MAIL: [info@guthoehne.de](mailto:info@guthoehne.de)  
WEB: [www.guthoehne.de](http://www.guthoehne.de)

## **Wellness Pur in der Neandertal Therme**

Die Nutzung des Wellness-Bereiches ist im Übernachtungspreis enthalten. Das Fitness-Studio, der Pool, die Ruhe- und Duschbereiche sowie die Saunen sind von 6:30 bis 23:30 Uhr für Hotelgäste zugänglich. Die finnische Sauna, die Dampf-Sauna und die Biosaunen halten bei Nichtbenutzung eine Grundtemperatur, die durch Knopfdruck auf die gewünschte Temperatur erwärmt wird. Bitte rechnen Sie gegebenenfalls mit dieser Aufwärmzeit.

### **Sportliche Inklusiv-Angebote in der Neandertal Therme:**

- 32 Kraft- und Ausdauergeräte im klimatisierten Fitness-Studio
- schwerelos im Spacecurl (auch exklusiv als WellnessZeit mit Trainer buchbar)
- Einführung Fitness-Geräte mit Wellness-Trainern
- Täglich ein wechselndes Kursangebot, wie Aqua-Fitness, Achtsames Yoga, Pilates, Faszientraining (Uhrzeit bitte erfragen)
- Gymnastik auf Matten im Fitness-Studio
- Schwimmen im Pool unter Glasdach
- Physiotherapeutische Begleitung ist nur exklusiv buchbar



**LAND  
GUT HÖHNE**

**URSPRÜNGLICH  
ERHOLEN  
GENIESSEN  
ENTWICKELN**

### **Outdoor-Sportmöglichkeiten in der warmen Jahreszeit:**

Schwimmen im Außen-Pool, Tennis auf den drei Sandplätzen, Beach-Volleyball, Kursangebote wie Pilates oder Achtsamkeits-Yoga, Tischtennis, Ballspiele, Wandern, Joggen, Walken auf dem Neanderlandsteig bis ins Neanderthal, Radfahren und Golfen in den Golfclubs in naher Umgebung (exklusiv, Greenfee bitte erfragen)

## **Die Natur als Vorbild: Unsere Wellness-Anwendungen**

Die Inhalte der Wellness-Anwendungen in der Neandertal Therme orientieren sich an der Ursprünglichkeit der Natur. Wir verwenden ausschließlich natürliche Zutaten und reine **Naturkosmetik von Martina Gebhardt**.

Wir rechnen in Wellnesszeiten von 25 und 55 Minuten, die einheitlich mit jeweils 35,00 bzw. 70,00 Euro berechnet werden. Mit welchem unserer Angebote Sie Ihre persönliche Wellnesszeit ausfüllen, können Sie sich im Vorhinein nach Lust und Laune aussuchen.

**25 Minuten WellnessZeit** ..... 35 Euro  
**55 Minuten WellnessZeit** ..... 70 Euro

### **Für Hand und Fuß**

- **Schwerelos** (25 Minuten)  
Fuß-Massage mit warmem Natur-Öl für High-Heel-Ladies oder Turnschuh-Freaks
- **Vitale Füße** (25 Minuten)  
Fuß-Peeling, reinigend und pflegend wirkt diese Baobab-Packung
- **Zarte Hände** (25 Minuten)  
Hand-Peeling durch die Wirkkraft einer Weizenkeimpackung

### **Für Körper und Geist**

- **Stein-Zeit-Massage** (55 Minuten)  
Die beruhigende Kraft von heißen Steinen bewirkt ungeahnte Entspannung, kombiniert mit einer mineralhaltigen Tiefenpflege. Anschließender Tee Genuss.
- **Traum-Kraft** (55 Minuten)  
Erwärmte Natur-Öle und fließende Streichgriffe sorgen für ein Gefühl der Tiefenentspannung, gekrönt durch anschließenden Tee Genuss.
- **Wolken-Hände** (55 Minuten)  
Sanfte Entspannungsmassage für den ganzen Körper mit Natur-Öl oder Lotion und anschließendem Tee Genuss.

### **ANSCHRIFT**

Düsseldorfer Straße 253  
D-40822 Mettmann

FON: +49 (0)2104 778-0  
FAX: +49 (0)2104 778-778  
E-MAIL: [info@guthoehne.de](mailto:info@guthoehne.de)  
WEB: [www.guthoehne.de](http://www.guthoehne.de)



**LAND  
GUT HÖHNE**

**URSPRÜNGLICH  
ERHOLEN  
GENIESSEN  
ENTWICKELN**

- **Stempel-Massage** (25 Minuten)  
Warme, weiche, ruhige Wohltat durch erwärmte Baumwollstempel, gefüllt mit duftendem Zirbenholz, Kräutern und Natur-Aromaöl.
- **Rubbel die Katz** (25 Minuten)  
Das natürliche Peeling inklusive Abschlusspflege ist eine weiche Wohltat für den ganzen Körper. Als Salz-Kräuter-Peeling oder bio fair trade Kaffee-Peeling.
- **Eingepackt** (55 Minuten)  
Ganz-Körperpackung aus Mineralerde oder Ziegenbuttercreme in einer Schafswolldecke inklusive Salz-Kräuter-Peeling oder bio fair trade Kaffee-Peeling.
- **Wasser-Spiel** (25 Minuten)  
Wohlfühlbäder in unserer Licht-Wanne: Wärme, Duft, Kerzen, Lichter, Entspannungs-Musik, Naturöl mit Zirbenholzparfums, verschiedene rein natürliche Aromen und Zusätze wie Milch und Honig, Kräuter oder Salze wirken wohltuend auf den Körper und alle Sinne.  
Zu zweit (25 Minuten) ..... 40 Euro

**ANSCHRIFT**

Düsseldorfer Straße 253  
D-40822 Mettmann

FON: +49 (0)2104 778-0  
FAX: +49 (0)2104 778-778  
E-MAIL: [info@guthoehne.de](mailto:info@guthoehne.de)  
WEB: [www.guthoehne.de](http://www.guthoehne.de)

**Für Körperbereiche**

- **Frei-Zeit** (25 Minuten)  
Die Fitness-Teilkörper-Massage zur aktiven Entspannung.
- **Golfer-Massage** (25 Minuten)  
Nach 18 Loch eine Wohltat für Beine, Nacken und Rücken.
- **Gut-Zeit** (25 Minuten)  
Eine Nacken- und Gesichtsmassage für ein entspanntes Lächeln.

**Für Gesicht und Dekolleté**

- **Geschmeide** (55 Minuten)  
Natürlicher Luxus für Gesicht, Hals und Dekolleté mit der Naturkosmetik von Martina Gebhardt: Reinigung, Peeling, Ampulle, Massage, Lippen- und Augenpflege sowie eine individuelle Wirkstoffpackung.
- **Gefühl-Voll** (55 Minuten)  
Wohlfühl-Anwendung für Gesicht und Dekolleté mit Naturkosmetik von Martina Gebhardt: Mineralerde-Peeling, Massage und Packung.
- **Natur-Schön** (55 Minuten)  
Pure, natürliche Basis-Pflege fürs Gesicht mit Naturkosmetik: Peeling, Reinigung, Massage, Packung und Abschlusspflege.
- **Sensisana - Zeit für mich** (90 Minuten) ..... 120 Euro  
natürlicher Luxus mit harmonischer Wohlfühlpflege durch die vegane Naturkosmetik Sensisana: Begrüßung mit Edelstein-Energie-Wasser Vitajuwel, Fußbad, Pflege für Gesicht und Dekolleté (Reinigung, Peeling, Massage, Ampulle, Packung, Augenbrauen-Korrektur, Lippenpflege, Augenpflege), gekrönt von einer Fußmassage inklusive Fußpeeling.





**LAND  
GUT HÖHNE**

**URSPRÜNGLICH**  
ERHOLEN  
GENIEßEN  
ENTWICKELN

**Für Kleine und Mittelgroße (8 - 18 Jahre)**

- Chillen bei einer Rückenmassage (25 Minuten)
- Cool-face – reinigende Gesichtspflege (25 oder 55 Minuten)

### **Mögliche kosmetische Zusatzangebote**

(nur innerhalb einer Gesichtsanwendung buchbar)

- Augenbrauen-Korrektur ..... 7 Euro
- Augenbrauen färben ..... 10 Euro
- Wimpern färben ..... 10 Euro

### **Eine runde Sache:**

Spacecurl-Training mit Wellness-Trainer (25 Minuten)

### **Inklusive Kurs-Angebote:**

Achtsames Yoga, Pilates, Entspannungsübungen, Aqua-Fit oder Faszientraining

### **Exklusives Gruppenangebot in der warmen Jahreszeit:**

Fußspüren (ca. 90 Minuten, 7 bis 15 Personen) ..... pro Teilnehmer 7 Euro  
Achtsam erden und die Natur fühlen, barfuß im naturbelassenen Park.

### **ANSCHRIFT**

Düsseldorfer Straße 253  
D-40822 Mettmann

FON: +49 (0)2104 778-0  
FAX: +49 (0)2104 778-778  
E-MAIL: [info@guthoehne.de](mailto:info@guthoehne.de)  
WEB: [www.guthoehne.de](http://www.guthoehne.de)

## **Über-Wasser-Massage**

**Gezielte WasserKraft wandelt Anspannung in Wohlgefühl**

Genießen Sie eine Entspannungs-Reise auf unserer Medi-Stream Massageliege bei Zirbenholzduft, einem Blick in den Baumkronen-Himmel - und bei guten Gedanken.

Bitte nur bekleidet und auf einer Stoffunterlage benutzen. Die Benutzerkarte ist bei den Wellness-Mitarbeitern oder an der Rezeption erhältlich ..... 15 Minuten WellnessZeit 10 Euro

## **Bitte beachten Sie:**

**Inklusiv ist die Nutzung der Neandertal Therme unter folgenden Voraussetzungen:**

- innerhalb der Check-In-Zeiten einer Übernachtungsbuchung
- bei Tagesgästen innerhalb einer Halbtages- oder Ganztages-Karte
- bei Tagesgästen innerhalb eines gebuchten Wellness-Tag-Paketes

**NICHT** inklusive ist die Nutzung der Neandertal Therme bei Buchung lediglich einzelner Anwendungen. Da wegen der räumlichen Gegebenheiten eine Trennung nicht möglich ist, ist somit eine Halbtages- oder eine Ganztageskarte hinzuzukaufen, die natürlich zur Nutzung aller Einrichtungen der Neandertal Therme berechtigt.



**LAND  
GUT HÖHNE**

**URSPRÜNGLICH  
ERHOLEN  
GENIESSEN  
ENTWICKELN**

## Herzlich willkommen, liebe Tagesgäste

Natürlich und herzlich willkommen in der Neandertal Therme sind auch Gäste, die nicht auf Land Gut Höhne übernachten. Wir bitten allerdings um Verständnis, dass sich die Aufnahmekapazität von Tagesgästen an der Buchungslage des Hotels ausrichtet. Besonders an Wochenenden und Feiertagen halten wir uns Begrenzungen vor. Es ist deshalb unbedingt angeraten, im Vorhinein telefonisch anzufragen unter **02104 778-105**. Vielen Dank.

### Angebote für Tagesgäste:

- Kurs-Angebote, alternativ z.B.: Entspannungs-Yoga, Pilates, Aqua-Fit ..... inklusive
- 4-Stunden-Tarif (nur Montag bis Donnerstag, nicht an Feiertagen) ..... 20 Euro
- Tageskarte (von montags bis freitags) ..... 35 Euro
- Tageskarte (sonntags und feiertags nur bei Verfügbarkeit) ..... 45 Euro
- Monatskarte ..... 150 Euro
- 11er-Karte ..... 300 Euro
- Halbjahreskarte ..... 600 Euro
- Jahreskarte ..... 1200 Euro
- Bademantel und Handtücher als Leihgabe, Reinigungsgebühr ..... 5 Euro  
plus Pfand ..... 45 Euro

### ANSCHRIFT

Düsseldorfer Straße 253  
D-40822 Mettmann

FON: +49 (0)2104 778-0  
FAX: +49 (0)2104 778-778  
E-MAIL: [info@guthoehne.de](mailto:info@guthoehne.de)  
WEB: [www.guthoehne.de](http://www.guthoehne.de)

## Erholen und Genießen als Paket

Die Land Gut Höhne-Wellness-Angebote gibt es auch als Paket geschnürt. Der Inhalt der jeweils enthaltenen WellnessZeit sowie die Zimmer-Variante sind für Sie frei nach Ihren individuellen Vorlieben und Bedürfnissen wählbar. Bei Buchungsanfragen vereinbaren Sie bitte gern mit der Wellness-Reservierung einen telefonischen oder persönlichen Beratungstermin unter **02104 778-0**.

### Wellness-Tag und -Nacht

Ein ganzer Tag Wellness mit Vital-Frühstücksbuffet, Sauna, Schwimmen im Pool, Fitness oder Entspannung, einem Kurs-Angebot, einer Wellness-Anwendung nach eigener Wahl, einem Smoothie-Energie-Drink, Bademantel und Handtüchern (gegen 45 Euro Pfand plus 5 Euro Reinigungsgebühr)

- **Wellnesstag mit persönlicher WellnessZeit** (25 Minuten) ..... pro Person 100 Euro  
mit Übernachtung vorher oder nachher ..... für 2 Personen ab 320 Euro
- **Wellnesstag mit persönlicher WellnessZeit** (55 Minuten) ..... pro Person 130 Euro  
mit Übernachtung vorher oder nachher ..... für 2 Personen ab 390 Euro



**LAND  
GUT HÖHNE**

**URSPRÜNGLICH**  
ERHOLEN  
GENIESSEN  
ENTWICKELN

### **Wellnesstage Natur Pur**

Natürlich Wohnen, Wandern und die Gaben der Natur genießen:

Zwei Übernachtungen mit Bio-Frühstücksbuffet, zweimal Teilnahme am abendlichen Live-Cooking-Buffet, Nutzung der Neandertal Therme von früh bis spät (innerhalb der Check-In-Zeiten), Teilnahme am täglichen Kursangebot plus eine persönliche WellnessZeit von 55 Minuten:

**Natur Pur-Paket** ..... je nach Zimmerkategorie pro Person ab 320 Euro

### **Weitere Themen-Pakete, für Sie persönlich geschnürt:**

- Für Zeitlose.
- Für Freundinnen.
- Für Golfer.
- Zu zweit.
- Für sonntags.

... finden Sie mit detaillierten Beschreibungen auf unserer Internet-Seite **[www.guthoehne.de](http://www.guthoehne.de)**

Dort können Sie sämtliche Leistungen auch als Gutschein erwerben und diesen gleich selbst erstellen. Wenn Sie individuell beraten werden möchten, rufen Sie uns gerne an unter Telefon **02104 778-0** und vereinbaren einen Rückruftermin.

#### **ANSCHRIFT**

Düsseldorfer Straße 253  
D-40822 Mettmann

FON: +49 (0)2104 778-0  
FAX: +49 (0)2104 778-778  
E-MAIL: [info@guthoehne.de](mailto:info@guthoehne.de)  
WEB: [www.guthoehne.de](http://www.guthoehne.de)

**HABEN SIE FRAGEN ODER WÜNSCHE?**

**BITTE KONTAKTIEREN SIE UNS. WIR SIND GERN FÜR SIE DA.**

**WIR FREUEN UNS AUF SIE – IMMER WIEDER.**



**LAND  
GUT HÖHNE**

**URSPRÜNGLICH**  
ERHOLEN  
GENIESSEN  
ENTWICKELN

## UNSER JAHRESZEIT-ANGEBOT

### Massage im Pavillon

abgeschirmt im Pavillon unter freiem Himmel sind alle Massagen aus unserem Programm naturpur zu genießen.



**Angegebene WellnessZeit  
plus 15 Euro NaturPark-Gefühl.**

#### ANSCHRIFT

Düsseldorfer Straße 253  
D-40822 Mettmann

FON: +49 (0)2104 778-0  
FAX: +49 (0)2104 778-778  
E-MAIL: [info@guthoehne.de](mailto:info@guthoehne.de)  
WEB: [www.guthoehne.de](http://www.guthoehne.de)

### Frische fürs Gesicht

Die reine Pflanzenkraft von Aloe Vera mit Stempeln aufgetragen, spendet Feuchtigkeit und bewahrt die Frische auf der Haut, von Martina Gebhardt-Naturkosmetik.

**25 Minuten 35 Euro.**

### Fußspüren im NaturPark

Barfuß gehen - fühlen - pflegen, 90 Minuten,



**7 Euro pro Teilnehmer,  
Mindestanzahl teilnehmender  
Füße: 10, Termine bitte erfragen.**

**WIR FREUEN UNS AUF IHRE TERMINANFRAGE ODER BUCHUNG  
PER TELEFON UNTER 02104-7780.**