



RUGARD THERMAL STRANDHOTEL
PRIVATE PALACE HOTELS



Strandläufer
2024



Liebe Gäste,

willkommen in unserem liebevoll zusammengestellten Programmheft „Strandläufer“. Mit großer Freude präsentieren wir Ihnen hier eine Reihe von sorgfältig ausgewählten Veranstaltungen und Aktivitäten, die Ihren Aufenthalt in Binz noch unvergesslicher machen sollen.

Jeder Monat steht unter einem besonderen Motto. Von der Vitalität des Frühlings über den Sonnenschein des Sommers und die Gemütlichkeit des Herbstes bis hin zur stillen Schönheit des Winters - unser Ziel ist es, Ihnen ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm zu bieten, das die einzigartige Atmosphäre jeder Jahreszeit einfängt.

Aktuelle Informationen zu den einmal wöchentlich stattfindenden Inklusivleistungen wie Yoga oder geführten Wanderungen finden Sie stets im Hotel – wir sind sicher, dass auch für Sie etwas dabei ist. Neben unseren Inklusivprogrammen haben wir spezielle Empfehlungen* für Sie zusammengestellt unser Team gibt Ihnen gern Auskunft über die Verfügbarkeiten und Preise. Kontaktieren Sie dazu ganz einfach unsere Reservationsabteilung unter 038393 550 oder per E-Mail an reservierung@rugard-strandhotel.de

Für Spa-Behandlungen und den Erwerb von Wellnessprodukten im Rahmen der

monatlichen Mottos wenden Sie sich am besten direkt an unsere Beautyabteilung. Diese erreichen Sie entweder vor Ort oder unter 038393 56699 und wellness@rugard-strandhotel.de.

Binz selbst ist ein Ort von beeindruckender Schönheit und Charakter. Hier, wo die weiten Strände auf die sanften Wellen der Ostsee treffen und die prächtige Bäderarchitektur auf das sanfte Grün der umliegenden Natur trifft, gibt es viel zu entdecken und zu genießen. Wir laden Sie ein, die unverwechselbare Atmosphäre unseres Ostseebads zu erleben und ihre Vielfalt zu erkunden.

Ihre Zufriedenheit und Ihr Wohlbefinden sind uns sehr wichtig. Deshalb haben wir das „Strandläufer“-Programm mit großer Sorgfalt und Liebe zum Detail erstellt. Wir hoffen, dass es Ihnen gefällt und dazu beiträgt, Ihren Aufenthalt in Binz zu einer wahrhaft besonderen und erinnerungswürdigen Erfahrung zu machen.

Wir freuen uns darauf, Sie willkommen zu heißen und mit Ihnen gemeinsam die Wunder jeder Jahreszeit zu feiern.

Herzlichst,
Ihr Team des
Rugard Thermal Strandhotels



Frühlingsgefühle MÄRZ

Inklusivprogramm

Termine zu den wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte den Aushängen

- ✓ Wanderung in die erblühende Granitz
- ✓ Ortsführung durch Binz
- ✓ Workshop zum Thema Frühlingsgestecke
- ✓ Yoga zur Immunsystemstärkung
- ✓ Kneippen
- ✓ Wöchentliche Live Musik an unserer Bar
- ✓ tägl. Rügener Köstlichkeiten mit frischen Kräutern am Frühstücksbuffet

Unsere Empfehlungen*

- ✓ Booster Cocktail an der Bar
- ✓ Sanddornsaft am Frühstücksbuffet

* unser Team gibt Ihnen gern Auskunft über die Verfügbarkeiten und Preise



Die ersten warmen Sonnenstrahlen kitzeln unsere Nasenspitzen und locken uns ins Freie.

Der Frühling ist eine Zeit der Erneuerung und des Erwachens - in Binz möchten wir diesen Zauber mit Ihnen teilen. Im Monat der „Frühlingsgefühle“ laden wir Sie ein, die Schönheit der erblühenden Granitz und die Lebendigkeit unseres charmanten Ostseebads zu entdecken.

Die Granitz, das Waldgebiet in Binz, verwandelt sich in ein wahres Paradies aus Farben und Düften, wenn die Natur nach dem langen Winter wieder zum Leben erwacht. Ein Spaziergang durch die blühenden Landschaften wird Ihre Sinne beleben und Ihnen ein Gefühl von Erneuerung und Leichtigkeit vermitteln. Genießen Sie die wärmenden Sonnenstrahlen und das Vogelgezwitscher, während Sie die wunderschöne Natur der Granitz erkunden.

Nehmen Sie an einer Ortsführung durch Binz teil, bei der Sie die einzigartige Architektur und Geschichte unseres Ortes entdecken können. Erfahren Sie mehr über die Vergangenheit und die besonderen Schätze, die Binz zu bieten hat,

während Sie durch die malerischen Straßen und entlang der beeindruckenden Küste schlendern.

Yoga ist eine wunderbare Möglichkeit, die Frühlingsgefühle zu begrüßen und sowohl Körper als auch Geist in Einklang zu bringen. Unsere Yoga-Sessions sind für alle Niveaus geeignet und bieten Ihnen die Möglichkeit, Ihre innere Balance zu finden und Ihre Energie für die kommenden Monate aufzuladen.

Ein Workshop zum Thema Frühlingsgestecke wird Ihnen zeigen, wie Sie die Schönheit der Natur in Ihr Zuhause bringen können. Lernen Sie, wie Sie mit frischen Blumen und Pflanzen wundervolle Arrangements kreieren, die nicht nur Ihr Heim verschönern, sondern auch Ihre Stimmung heben.

Der Monat der „Frühlingsgefühle“ in Binz bietet Ihnen die perfekte Gelegenheit, den Winter hinter sich zu lassen und die Freuden des Frühlings in vollen Zügen zu genießen. Lassen Sie sich von der erwachenden Natur und den vielfältigen Aktivitäten inspirieren, die wir für Sie vorbereitet haben. Wir freuen uns darauf, diese besondere Zeit des Jahres gemeinsam mit Ihnen zu erleben.



SPA & BEAUTY HIGHLIGHTS

Special-Produkte:

Biodroga Winter Wellness
Body Lotion 19,90 €

Wellness Ampullen-Set 14,00 €

KULINARIK

Kaffee & Kuchen in der 5. Etage*

Sanddorn Schnitte

Abendbuffet

Sanddorn Quark Creme

ENTDECKEN SIE MIT UNS DIE VERBORGENEN SCHÄTZE DER INSEL RÜGEN UND TANKEN SIE NEUE KRAFT FÜR DEN ALLTAG.



„Kraftvoll im April“ – der Monat, in dem die Natur in voller Pracht erstrahlt und unsere Energiereserven wieder aufgefüllt werden. Lernen Sie die heilende Wirkung der heimischen Pflanzen und Kräuter kennen, die hier in der frischen Frühlingsluft gedeihen. Tauchen Sie ein in die magische Atmosphäre des Waldes, atmen Sie die reine, sauerstoffreiche Luft und lauschen Sie den sanften Klängen der Natur. Lassen Sie den Stress des Alltags hinter sich und schöpfen Sie neue Energie aus der Ruhe und Harmonie, die der Wald Ihnen bietet.

Die Feuersteinfelstour in Mukran ist eine einzigartige Gelegenheit, die faszinierende Geologie der Insel Rügen hautnah zu erleben. Bestaunen Sie die Feuersteinfelder und erfahren Sie mehr über die geheimnisvolle Entstehungsgeschichte dieser beeindruckenden Naturschönheiten. Ergänzend zu unseren kulinarischen Angeboten laden wir Sie zu einem belebenden Detoxing Sauna-Aufguss ein. Entdecken Sie, wie regelmäßige Saunagänge nicht nur entspannend wirken, sondern auch Ihr Immunsystem stärken können. Tauchen Sie ein in die Welt der Wärme und erfahren Sie mehr über die gesundheitsfördernden Effekte eines Saunabesuchs. Lassen Sie sich von der heilenden Kraft der Sauna inspirieren und sammeln Sie wertvolles Wissen für ein gesünderes und widerstandsfähigeres Leben.

Lassen Sie sich von uns auf eine Reise mitnehmen, die Ihr Leben bereichert und Ihnen neue Perspektiven und Energie für den Alltag schenkt.

SPA & BEAUTY HIGHLIGHTS

Anwendung:

Vital Rücken
Massage 39,00 €

Special-Produkte:

Vitamin C 3er Set
Ampullen 14,00 €

KULINARIK

Kaffee & Kuchen in der 5. Etage*

Mango
Crème fraîche Torte

Nur im April:

Hering & Hornfisch
frisch gegrillt für Sie
am Abendbuffet!

Kraftvoll APRIL

Inklusivprogramm

Termine zu den wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte den Aushängen

- ✓ Wanderung zum Schwarzen See
- ✓ Ausflug zu den Feuersteinfelder nach Mukran
- ✓ Yoga am Strand für Einsteiger & Fortgeschrittene
- ✓ Meditation
- ✓ Kneippen
- ✓ Wöchentliche Live Musik an unserer Bar
- ✓ Entschlackungsaufguss in der Sauna

Unsere Empfehlung*

- ✓ **Frühlingszeit im Restaurant Bernstein!**
Genießen Sie unsere frischen Obst
Schnitten mit einem leckeren
Spezialitäten Kaffee
- ✓ Power Müsli am Frühstücksbuffet
- ✓ Vital Cocktail täglich an der Bar
- ✓ Booster Ampullen von Biodroga



* unser Team gibt Ihnen gern Auskunft über die Verfügbarkeiten und Preise



„Heimat im Mai“ – eine Zeit, in der die Frühlingsblüte ihren Höhepunkt erreicht und die Insel Rügen in den schönsten Farben erstrahlt.

In diesem Monat laden wir Sie herzlich ein, die historische und kulturelle Vielfalt des charmanten Seebads Binz zu entdecken. Tauchen Sie ein in die faszinierende Geschichte und die beeindruckende Bäderarchitektur und lassen Sie sich verzaubern von der Einzigartigkeit dieses malerischen Ortes.

Binz, ein Ort, der seit jeher als Inbegriff der Bäderkultur an der Ostsee gilt, ist besonders für seine prachtvolle Bäderarchitektur bekannt. Spazieren Sie entlang der Strandpromenade und bestaunen Sie die zauberhaften weißen Villen, die sich wie Perlen aneinanderreihen. Die liebevoll restaurierten Gebäude aus dem 19. und 20. Jahrhundert zeugen von einer vergangenen Epoche, in der sich die feine Gesellschaft zur Sommerfrische an der Ostsee einfand. Die filigranen Holzverzierungen, die großzügigen Balkone und die verspielten Türmchen sind charakteristisch für diesen Baustil und verleihen Binz seinen unverwechselbaren Charme.



Lassen Sie sich von der Schönheit und der Geschichte Binz' verzaubern.

„Heimat im Mai“ bietet Ihnen die Möglichkeit, tief in das kulturelle Erbe von Binz einzutauchen und den Geist der Bäderkultur hautnah zu erleben. Entdecken Sie die versteckten Schätze des Ortes, die sich hinter den prachtvollen Fassaden der Bäderarchitektur verbergen, und lernen Sie die Menschen kennen, die mit Stolz und Leidenschaft die Traditionen und Werte dieses einzigartigen Ortes pflegen.

SPA & BEAUTY HIGHLIGHTS

Special-Kreideprodukte:

Dusche 2in1 Kreide 10,95 € / 200 ml
Kreidebalsam 11,95 € / 80 ml
Handlotion 6,50 / 30 ml

Anwendung:

Stutenmilchbad 33,00 €

KULINARIK

Kaffee & Kuchen in der 5. Etage*

Zitronen Tarte

Abendbuffet

Mai-Scholle



Heimat MAI

Inklusivprogramm

Termine zu den wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte den Aushängen

- ✓ Geführte Tour zur Bäderarchitektur in Binz
- ✓ traditionelles Anbaden in Binz mit Urkunde
- ✓ Spaziergang durch die Granitz
- ✓ Märchen für Erwachsene
- ✓ Wöchentlicher musikalischer Abend mit dem Shantychor aus Sassnitz
- ✓ Spaziergang durch die Teufelsschlucht/Granitz oder zum schwarzen See
- ✓ Spaziergang am Strand mit Reinigungsaktion in Verbindung von „Ohne Meer wird schwer“
- ✓ Sanddornaufguss in der Sauna

Unsere Empfehlung*

- ✓ Ausfahrt nach Poseritz
- ✓ Rügen Cockatil Möwenscheit an der Bar
- ✓ Vitaminbombe am Frühstücksbuffet



* unser Team gibt Ihnen gern Auskunft über die Verfügbarkeiten und Preise

Meer & Kulinarik

JUNI

Eine Zeit, in der die warmen Sonnenstrahlen den Strand von Binz zum Leben erwecken und die sanften Wellen der Ostsee zum Baden einladen. In diesem Monat möchten wir Ihnen die wunderbare Verbindung von Meeresgenuss und kulinarischer Vielfalt präsentieren, die das charmante Seebad Binz zu bieten hat.

Einer der kulinarischen Höhepunkte, die die Ostsee im Juni zu bieten hat, ist der schmackhafte Hornfisch. Dieser saisonale Fisch ist nicht nur eine Delikatesse, sondern auch reich an gesunden Omega-3-Fettsäuren und Eiweiß. Sein zartes, grünlich schimmerndes Fleisch und der feine, leicht salzige Geschmack machen den Hornfisch zu einer wahren Gaumenfreude. Genießen Sie diesen besonderen Leckerbissen frisch aus der Ostsee zubereitet von unseren erfahrenen Köchen, die Ihnen die vielfältigen Aromen und Texturen dieses einzigartigen Fisches näherbringen.

Doch in Binz dreht sich nicht alles nur um die Kulinarik. Um Ihr Wohlbefinden auf die nächste Stufe zu heben, bieten wir Ihnen eine Reihe von wohltuenden Spa Specials an, die auf den Schätzen des Meeres basieren. Gönnen Sie sich eine entspannende Kreidepackung, die Ihre Haut pflegt und revitalisiert.

Die heilende Wirkung der Rügener Heilkreide ist seit Jahrhunderten bekannt und wird Ihnen ein Gefühl von Tiefenentspannung und Regeneration schenken. Ergänzend dazu empfehlen wir ein belebendes Algenbad. Die wertvollen Inhaltsstoffe der Meeresalgen wirken entgiftend und entzündungshemmend und können dazu beitragen, das Hautbild zu verbessern und die Haut zu straffen. Tauchen Sie ein in die Welt der Meereskosmetik und lassen Sie sich von der Kraft der Natur verwöhnen.



*Entdecken Sie
die schmackhaftesten
Geheimnisse
der Ostsee*



Inklusivprogramm

Termine zu den wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte den Aushängen

- ✓ Spaziergang nach Prora am Strand entlang
- ✓ großer Lachs im Rahmen des Halbpensionsbuffets immer Mittwochabend
- ✓ Wöchentlicher Vortrag vom ehemaligen Kapitän aus Sassnitz
- ✓ Wöchentlicher musikalischer Abend mit dem Shantychor
- ✓ Smoothies am Frühstücksbuffet

Unsere Empfehlung*

- ✓ Fahrt zum Sassnitzer Hafen
- ✓ Spargel Satt immer Samstag 13-15 Uhr
- ✓ Erdbeer Daiquiri an der Bar

SPA & BEAUTY HIGHLIGHTS

Anwendungen:

Kreidepackung 40,00 €

Algenbad 33,00 €

KULINARIK

Ab nachmittags Fischbrötchen auf unserer Terrasse!*

Abendbuffet

Lachs im Ganzen geräuchert

Spargel Cremesuppe

Spargelgemüse

* unser Team gibt Ihnen gern Auskunft über die Verfügbarkeiten und Preise

Düne. Sonne. Strand. JULI

In diesem wundervollen Sommermonat möchten wir Familien herzlich einladen, gemeinsam unvergessliche Momente am malerischen Ostseestrand zu erleben. Mit einem vielfältigen Programm, das sowohl Spaß als auch Entspannung verspricht, bieten wir Ihnen und Ihren Liebsten die perfekte Kulisse für einen traumhaften Familienurlaub.

In Zusammenarbeit mit der DLRG stellen wir sicher, dass Sie und Ihre Familie in einer sicheren und entspannten Atmosphäre den Strand genießen können. Unsere erfahrenen Rettungsschwimmer stehen Ihnen zur Seite, um Ihnen und Ihren Kindern das richtige Verhalten im Wasser beizubringen und die Freude am Strandleben unbeschwert auszukosten.

Starten Sie Ihren Tag voller Energie mit einem erfrischenden Familiensport am Strand. Unsere Animatoure bieten abwechslungsreiche Übungen und Spiele, die Groß und Klein begeistern werden. Ein besonderes Erlebnis für die ganze Familie ist der Sonnengruß am Strand. Lassen Sie sich von unseren Yoga-Experten in die Kunst des achtsamen Atmens und der sanften Bewegungen einführen und starten Sie entspannt in den Tag.

Die malerische Kulisse des Strandes und der aufgehenden Sonne bildet dabei die perfekte Umgebung für ein harmonisches Zusammensein. Für diejenigen, die ihren Morgen in stiller Besinnung beginnen möchten, bieten wir eine Meditation auf unserer Sky Bar an. Genießen

Sie den atemberaubenden Blick auf das Meer, während Sie in sich gehen und den Frieden der morgendlichen Stille erleben. Unsere qualifizierten Meditationslehrer begleiten Sie auf Ihrer Reise in die innere Ruhe und Harmonie.

Lassen Sie sich von unserem vielseitigen Angebot begeistern und erleben Sie einen unvergesslichen Urlaub voller Spaß, Entspannung und gemeinsamen Erinnerungen.

Wir freuen uns darauf, Sie und Ihre Familie in dieser zauberhaften Zeit am Meer willkommen zu heißen.

Inklusivprogramm

Termine zu den wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte den Aushängen

- ✓ Kneipen im Schwimmbad
- ✓ Spaziergang durch die Granitz Teufelsschlucht
- ✓ Yoga Sonnengruß am Strand
- ✓ Meditation auf der Sky Bar früh morgens
- ✓ Familiensport am Strand
- ✓ Kinder Disco freitags ab 17 Uhr
- ✓ Kinder- & Jugendclub - freut euch auf ein buntes Programm
- ✓ Bubble Gum Aufguss in der Sauna
- ✓ Mirabellen Konfitüre zum Frühstück

Unsere Empfehlung*

- ✓ Ausflug nach Sellin
- ✓ Wassermelonen-Margarita



SPA & BEAUTY HIGHLIGHTS

Special-Produkte:

SUN High UV Protection 42,00 €

SUN Protection Drops 24,50 €

Anwendung:

„Cool“ Beine-Packung 49,00 €

KULINARIK

Kaffee & Kuchen in der 5. Etage*

Erbeerschnitte

Abendbuffet

Erdbeer Minzsalat

auf dem Dessertbuffet



* unser Team gibt Ihnen gern Auskunft über die Verfügbarkeiten und Preise



Wunderbare Harmonie

AUGUST

Inklusivprogramm

Termine zu den wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte den Aushängen

- ✓ Gesichtsyoga
- ✓ Kinder Disco freitags ab 17 Uhr
- ✓ Yoga & Meditation auf der Sky Bar oder Strand
- ✓ Frisurenberatung
- ✓ Sauerstoff Spaziergang, tiefe Atmung und Rückwärtsgehen
- ✓ Quinoa & Avocado Montags am Frühstücksbuffet
- ✓ Wöchentliche musikalischer Abend mit unserem Shantychor von der Insel
- ✓ Sanddorn Marmelade m Frühstücksbuffet

Unsere Empfehlung*

- ✓ Collagen Cocktail an der Bar

* unser Team gibt Ihnen gern Auskunft über die Verfügbarkeiten und Preise



Im Monat August erwartet Sie in Binz das Motto „Wunderbare Harmonie“ – eine Zeit, in der wir uns auf bewusstes Leben, Gesundheit und Wohlbefinden konzentrieren.

In diesem Monat möchten wir Ihnen helfen, sich wieder mit Ihrem Körper zu verbinden und in Ihrer eigenen Haut wohlzufühlen.

Erleben Sie inspirierende Vorträge zum Thema Darmgesundheit, bei denen Sie wertvolle Informationen über die Bedeutung einer gesunden Verdauung für Ihr allgemeines Wohlbefinden erhalten. Unsere Experten teilen ihr Wissen über gesunde Ernährung, Verdauungsförderung und die Rolle des Darms für Ihr Immunsystem und Ihre Energie.

Entdecken Sie die Welt der Schönheit und Pflege mit unserem Partner Biodroga. In einem exklusiven Vortrag lernen Sie die Philosophie und die hochwertigen Produkte von Biodroga kennen. Erfahren Sie, wie Sie Ihre Haut nachhaltig pflegen und verwöhnen können, um ihre natürliche Schönheit zu unterstützen und zu erhalten. Neben innerer Schönheit und Gesundheit darf auch das äußere Erscheinungsbild nicht zu kurz kommen. Bei unserer Demonstration zum Thema

Haare erfahren Sie, welcher Schnitt am besten zu Ihrem Gesicht passt. Unsere erfahrenen Stylistin zeigt Ihnen, wie Sie Ihren individuellen Typ unterstreichen und Ihren Look harmonisch abrunden können.

Wir freuen uns darauf, Sie in dieser Zeit der Selbstfürsorge und Achtsamkeit willkommen zu heißen.



SPA & BEAUTY HIGHLIGHTS

Anwendung:

Algen-Sahne Peeling 30,00 €

Special-Produkte:

Vitamin Detox 14,00 €

kühlende Gesichtsmasken 12,00 €

KULINARIK

Kaffee & Kuchen in der 5. Etage*

Beerenschnitte

Abendbuffet

Mittwoch: Ostsee-Dorsch und Pfifferling Rahmsuppe

September in Binz, im Zeichen der „Weinlaune“, bietet Ihnen die Möglichkeit, in die Welt des Weines einzutauchen und die Schönheit des Spätsommers zu genießen.

Während der goldenen Spätsommertage dreht sich alles um das edle Getränk, das seit Jahrtausenden Kenner und Genießer gleichermaßen begeistert.

Unser hauseigener Wein und Secco, meisterhaft hergestellt von dem renommierten Winzer Matthias Gaul aus der Pfalz, steht im Zentrum des Geschehens. Bei einem exklusiven Vortrag von Matthias Gaul nehmen wir Sie mit auf eine Reise durch die Welt des Weins und lassen Sie in die Geheimnisse der Weinherstellung eintauchen.

Verschiedene Weinpräsentationen werden Ihr Wissen und Ihre Wertschätzung für das edle Getränk vertiefen. Lernen Sie die Unterschiede und Vorzüge von Glaskaraffen, Guéridon und Weinflaschenhaltern kennen und erleben Sie, wie die richtige Präsentation den Weingenuss noch intensiver macht.



Der malerische Ort Binz bietet den perfekten Rahmen für einen spätsommerlichen Spaziergang. Genießen Sie die natürliche Schönheit der Umgebung und entdecken Sie an unseren Weinstationen in ausgewählten Hotels den ein oder anderen edlen Tropfen.

Ein Highlight dieses Monats ist unser Wein & Food Matching Kurs. Hier lernen Sie, welche Weine am besten zu verschiedenen Gerichten passen und wie Sie durch die richtige Kombination von Speisen und Getränken ein harmonisches Geschmackserlebnis schaffen können.

Und weil Genuss und Gesundheit Hand in Hand gehen, bieten wir Ihnen auch einen Vortrag zum Thema Gesundheit und Rotwein. Entdecken Sie, wie Rotwein in Maßen genossen, zu Ihrem Wohlbefinden beitragen kann. Wir freuen uns darauf, Sie in dieser besonderen Zeit willkommen zu heißen.

Weinlaune SEPTEMBER

Inklusivprogramm

Termine zu den wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte den Aushängen

- ✓ Vortrag zum Thema Wein mit anschließendem Weintasting
- ✓ Spaziergang durch Binz mit einer Weinstation in einem unserer Hotels
- ✓ Schunkel Abend an der Bar
- ✓ Wein & Food Matching Kurs
- ✓ Pflaumenmuß zum Frühstücksbuffet
- ✓ Wöchentliche Ortsführung rund um Binz
- ✓ Wöchentlicher Schunkelabend an unserer Bar

Unsere Empfehlung

- ✓ Bourbon-Spiked Red Wine Sangria an der Bar

* unser Team gibt Ihnen gern Auskunft über die Verfügbarkeiten und Preise

SPA & BEAUTY HIGHLIGHTS

Anwendung:

Rückenmassage mit Traubenkernöl 39,00 €
Bad mit Traubenkernöl 30,00 €

Special-Produkte:

pflanzl. Stammzellen Creme 86,00 €

KULINARIK

Kaffee & Kuchen in der 5. Etage*

Pflaumenkuchen

Abendbuffet

Kohlgericht aus dem Wok



Vitalität OKTOBER



Im Oktober heißen wir Sie in Binz unter dem vitalisierenden Motto „Vitalität“ willkommen. Dieser Monat ist ganz der Gesundheit und dem Wohlbefinden gewidmet, mit einer Vielzahl an Aktivitäten und Angeboten, die darauf abzielen, Ihr Immunsystem zu stärken und Ihre Vitalität zu fördern.

Entdecken Sie das Kneippen, eine traditionelle Methode zur Stärkung der Abwehrkräfte und Förderung der Durchblutung, oder nehmen Sie an einem erfrischenden Sauerstoffspaziergang teil, der Ihre Sinne belebt und Ihre Lungen mit reiner, sauberer Luft füllt.

In informativen Vorträgen zum Thema „Aufbau des Immunsystems“ erhalten Sie wertvolle Tipps und Ratschläge, wie Sie Ihre körpereigenen Abwehrkräfte

Inklusivprogramm

Termine zu den wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte den Aushängen

- ✓ Sauerstoff Spaziergang
- ✓ Kneippen
- ✓ Rezeptideen rund um „Ingwer“
- ✓ Waldbaden
- ✓ Teestunde mit Frau Jupé
- ✓ Kräuterkunde für Klein & Groß
- ✓ Schnupperkurs Lichttherapie auf unserer „Sonnenwiese“
- ✓ Rückenschule
- ✓ Ingwer Aufguss in der Sauna
- ✓ Zum Frühstück Wurst vom Wild

Unsere Empfehlung

- ✓ Ingwer Cocktail an der Bar

* unser Team gibt Ihnen gern Auskunft über die Verfügbarkeiten und Preise

stärken und Ihre Gesundheit ganzheitlich unterstützen können. Unsere Experten teilen ihr Wissen und ihre Erfahrung, um Ihnen die besten Strategien für ein gesundes und vitales Leben zu vermitteln.



Ein besonderer Fokus liegt in diesem Monat auf der Kraft der Ingwerwurzel. Wussten Sie, dass Ingwer eine starke antioxidative Wirkung hat und das Immunsystem unterstützt? Zudem fördert er die Durchblutung und wirkt entzündungshemmend. Verschiedene Rezepte mit Ingwer werden präsentiert und Sie können sich auf einen köstlichen Ingwer-Cocktail freuen, der nicht nur gut schmeckt, sondern auch Ihrer Gesundheit zugute kommt.

Im Rahmen unserer Kräuterkunde lernen Sie mehr über die heilenden Kräfte der Natur und wie Sie diese zur Stärkung Ihrer Gesundheit nutzen können.

Entspannen Sie auf unserer Sonnenwiese und genießen Sie die friedliche Atmosphäre.

Der Oktober in Binz steht ganz im Zeichen der „Vitalität“. Nutzen Sie diese Zeit, um sich auf Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu konzentrieren und Ihre Vitalität zu stärken.

Wir freuen uns darauf, Sie in diesem gesunden und belebenden Monat zu begleiten.



SPA & BEAUTY HIGHLIGHTS

Anwendung:

Sanddorn Körperpackung 40,00 € (zzgl. Behandlung)

Säure Peeling 10,00 € (zzgl. Behandlung)

(nur in Kombination mit einer kosmetischen Behandlung)

Special-Produkte:

Vitamin C - Ampulle 14,00 €

KULINARIK

Kaffee & Kuchen in der 5. Etage*

Birne Helene Torte

Abendbuffet

Wildragout und Kürbis Cremesuppe

NOVEMBER IN BINZ - DIE „KUSCHELZEIT“ IST EINE EINZIGARTIGE GELEGENHEIT, DIE LIEBE UND ZWEISAMKEIT ZU FEIERN.

Kuschelzeit **NOVEMBER**

Inklusivprogramm

Termine zu den wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte den Aushängen

- ✓ Romantischer Spaziergang am Schmachter See mit verbundenen Händen
- ✓ Kuschelecken im Hotel
- ✓ Romantische Musik an der Bar
- ✓ Paar Yoga: gemeinsame Übungen
- ✓ Geocaching
- ✓ Quinoasalat am Frühstücksbuffet

Unsere Empfehlung

- ✓ Fondue für Zwei: Käse oder Fisch Brühe
Preis: 28,00 € p. P.
Aufpreis zur Halbpension: 15,00 € p. P.
Tischreservierung 1 Tag vorher
- ✓ 3-Gang Candle Light Dinner:
Preis: 32,00 € p. P.
Aufpreis zur Halbpension: 18,00 € p. P.
Reservierung 1 Tag vorher
- ✓ Liebes-Cocktail an der Bar

* unser Team gibt Ihnen gern Auskunft über die Verfügbarkeiten und Preise

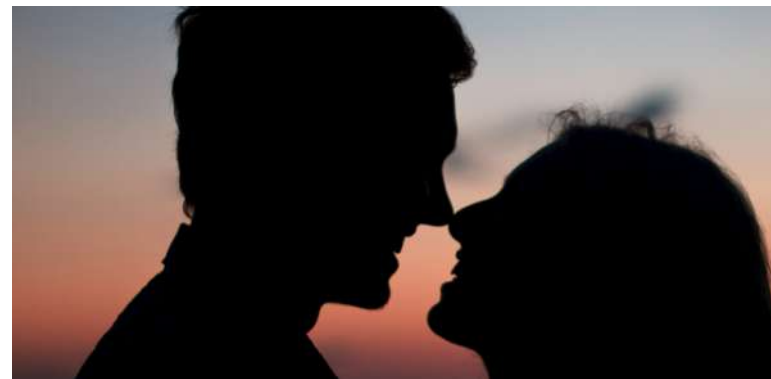


Dieser Monat ist voll und ganz der Liebe gewidmet und bietet Paaren die Möglichkeit, sich gemeinsam zu entspannen und ihre Zweisamkeit in einer gemütlichen und liebevollen Atmosphäre zu genießen. Lassen Sie sich mit einem süßen Schokofondue für Zwei verwöhnen oder genießen Sie ein romantisches Candlelight Dinner, bei dem Sie mit liebevollen Überraschungen verwöhnt werden. Die exquisite Küche und das intime Ambiente sorgen für unvergessliche Momente voller Romantik und Genuss.

Unternehmen Sie einen stimmungsvollen Spaziergang am malerischen Schmachter See. Hier können Sie Hand in Hand, mit zusammengebundenen Händen, die wundervolle Natur genießen und die Verbundenheit zu Ihrem Partner auf besondere Weise spüren. In einem inspirierenden Vortrag erhalten Sie wertvolle Tipps und Ratschläge, wie Sie Ihre Liebesbeziehung frisch und lebendig halten können. Unsere Experten teilen ihr Wissen und ihre Erfahrungen, um Ihnen dabei zu helfen, die Freude und das Glück in Ihrer Partnerschaft zu bewahren.

Lassen Sie sich von der romantischen Musik an der Bar verzaubern und erleben Sie beim Paar-Yoga, wie wohltuend es sein kann, gemeinsame körperliche Übungen zu absolvieren. Dies stärkt nicht nur die Verbindung zwischen Ihnen, sondern fördert auch die Harmonie und das Wohlbefinden.

In unserem Hotel finden Sie gemütliche Kuschelecken, die zum Entspannen und Kuscheln einladen. Und wenn Sie Ihre Liebe durch den Magen gehen lassen möchten, können Sie an einem Kochkurs teilnehmen und gemeinsam mit Ihrem Partner neue Gerichte und Rezepte entdecken.



SPA & BEAUTY HIGHLIGHTS

Anwendung:

1001 Nacht 189,00 €
Wellness-Love-Feeling ist Ihnen bei dieser Anwendung garantiert.

Specials:

Room Service mit Secco & Überraschungen*

KULINARIK

Kaffee & Kuchen

Nuss-Sahne Torte

Abendbuffet

Donnerstag:
Geschmorte Entenkeule

Wir bieten Ihnen
unvergessliche
Momente voller
Liebe & Harmonie!

Lichtermeer(r) & Winterzauber

DEZEMBER

Dezember in Binz begrüßen wir mit dem verzaubernden Motto „Lichtermeer & Winterzauber“. In dieser besinnlichen Zeit des Jahres laden wir Sie ein, in die gemütliche und vorweihnachtliche Stimmung einzutauchen und mit uns die Freuden des Winters zu zelebrieren.

Die funkelnden Lichter unserer Laternenwanderung für Erwachsene führen Sie durch die stille Schönheit der winterlichen Landschaft und bringen ein warmes Leuchten in die kalte Jahreszeit. Und was wäre ein Winter ohne den süßen Duft von Glühwein? Bei unserer Glühweinwanderung zwischen unseren Outlets haben Sie die Möglichkeit, diesen traditionellen Wintergenuss in geselliger Atmosphäre zu erleben.

Lassen Sie sich von der vorweihnachtlichen Stimmung inspirieren und backen Sie unter fachkundiger Anleitung köstliche Plätzchen. Die süßen Leckereien verbreiten nicht nur einen unwiderstehlichen Duft, sondern sind auch ein wunderbares Geschenk für Ihre Liebsten.

Unsere Wintermusikabende sorgen für die perfekte musikalische Untermalung und bringen Wärme und Harmonie in die dunklen Abendstunden.

Möchten Sie Ihre Lieben an Weihnachten mit einer selbstgemachten Weihnachtsgans oder einem köstlichen Rotkraut überraschen? In unserem Kurs zur Zubereitung dieser festlichen Gerichte erhalten Sie wertvolle Tipps und Tricks.

Für kreative Gäste bieten wir einen Workshop an, in dem Sie lernen, wie Sie Ihre eigene Weihnachtsdeko gestalten können. Das ist nicht nur eine schöne Beschäftigung in harmonischer Gesellschaft, sondern macht Ihr Zuhause noch gemütlicher.

Auch in der kalten Jahreszeit haben wir Aktivitäten im Angebot, die Ihrem Wohlbefinden dienen. Von Kneippen über Yoga bis hin zur Sitzgymnastik - wählen Sie, was Ihnen am besten gefällt.

Dezember in Binz - das ist „Lichtermeer & Winterzauber“. Lassen Sie sich von der Magie der Vorweihnachtszeit verzaubern. Wir freuen uns darauf, diese besondere Zeit mit Ihnen zu teilen.



SPA & BEAUTY HIGHLIGHTS

Anwendung:

Zimtpeeling 30,00 €

Specials:

Biodroga Bodybutter 39,00 €

KULINARIK

Kaffee & Kuchen in der 5. Etage*

Festlicher Stollen

Abendbuffet

Winterliches Eisbuffet

Inklusivprogramm

Termine zu den wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte den Aushängen

- ✓ Laternenwanderung für Erwachsene
- ✓ Glühweinwanderung
- ✓ Plätzchen backen, Kinderhaus
- ✓ Wintermusik Abende
- ✓ Advents Kaffee mit Live Musik Sonntagnachmittags
- ✓ Kurs zum Thema: Zubereitung Weihnachtsgans oder Rotkraut jeden Freitag 11 Uhr
- ✓ Weihnachtsdeko selbst gemacht
- ✓ Kneippen
- ✓ Yoga
- ✓ Wassergymnastik
- ✓ Spaziergang durch die Granitz
- ✓ Latschenkiefer Aufguss in der Sauna
- ✓ Belebende Ingwer Shots zum Frühstück

Unsere Empfehlung

- ✓ Apfel-Zimt-Weihnachtscocktail an der Bar

* unser Team gibt Ihnen gern Auskunft über die Verfügbarkeiten und Preise



Genießen Sie mit uns die wunderbare Gemütlichkeit des Winters.



Klimaneutraler Druck
Recyclingpapier FSC®



RUGARD THERMAL STRANDHOTEL
PRIVATE PALACE HOTELS

Rugard Thermal Strandhotel
Strandpromenade 62
18609 Ostseebad Binz

www.rugard-strandhotel.de