

SKÆRBÆK 3. JUNI 2007

KÆRE TOVE OG JOHS.

GENNEM 25 ÅR HAR DU VÆRET DRIVKRAFTEN BAG SKÆRBÆK
EGNSKOR.

MANGE ØVEAFTNER, KONCERTER OG TURE ER DET BLEVET
TIL GENNEM ÅRENE. MED OG UDEN TEMPEREMENT

NU SYNES VI, AT DET ER PÅ TIDE, AT DU SLAPPER LIDT AF —
SÅ TAG PÅ TUR OG LAD DIG FØKÆLE. DA JOHS. OFTE ER
BLEVET DEHJEMME, SYNES VI OGSÅ, AT DET ER EN GOD
IDE, HVIS I SLAPPER AF SAMMEN.

VENLIG HILSEN

KOR MEDLEMMERNE JUNIO 2007.

Skærbæk Egnskor

25 år

Elise G. S.

Tove

Lise T.

Lis J.

Thora H

Anne Margrethe L

Inger L.

Ingrid Q

Birthe G

Birthe S. R.

Kristian G. H.

Sonja L.J.

Jørn N.

Bothilde L

Eva N.

Karen M

Ejvind B

Poul S. M.

Kjeld J

Lis B

Dorthea F

Tove T

Else N.

Vagn A

Ellen B. J.

Aase J.

Inga A

Peter I.

Henrik J.

Esther A.J.

Hanne K.

Cecilie J.

Kirsten R

Anna Christel L.

Karin F.

Poul Martin K.

Kirsten S

Helle Q

Birthe H.

Esry K.

Ann

QUODTOVE

Sats ved
Meneke og Ejnar Kamp

tekst: Toften 15 A

S
Og Tove du er fuld af sjov og energi og altid kreativ i fem og tyve år og får vi

A
I dag vi fejrer koret og vores dirigent vi

T
Du er super di-ri-gent ja su-per di-ri-gent

B
To-ve To-ve vi har set på dig i fem og tyve år,

S
sved på panden kan vi regne med at til koncerten ja går det så nemt.

A
syngt vil på ordet der falder os så nemt.
gentag 2 linier med DU-DU derefter To-ve

T
når du smiler til os, så går det så nemt.

B
To-ve To-ve du er stadig sød og net.

Sopran : Melodi: la-la-la-

Tekst : Og Tove du er fuld af sjov og energi ,og altid kreativ i fem og tyve år og får vi sved på panden kan vi regne med at til koncerten ja, går det så nemt.

Alt : Melodi : Jeg gik mig ud i lunden , hvor skoven stod så smuk

Tekst : I dag vi fejrer koret og vores dirigent, vi syngt vil på ordet , der falder os så nemt (derefter synges de samme 2 linier på Du-DU)

Verset gentages 2 gange med tekst og du-du ,og derefter med Tove -Tove.

Tenor : Melodi : Ach du liber Augustin

Tekst : Du er superdirigent , ja super dirigent når du smiler til os , så går det så nemt.

Bas : Melodi : Lisbet - Lisbet åh hvor er du sød og net

Tekst : Tove , Tove vi har set på dig i fem og tyve år Tove , Tove du er stadig sød og net

SeaWest Wellness

SEAWEST WELLNESS



Velkommen til en verden af velvære



Velvære
Ansigtspleje
Kropspleje
Terapi
Manicure & Pedicure
Solbehandlinger



SEAWEST WELLNESS



Spisesteder m.m.



Spisesteder m.m.

Åbningstider

Grillbar	mandag-torsdag	11-19
	fredag-lørdag	11-21
	søndag	11-19
Pizzeria	alle dage	12-21
Reception	mandag-torsdag	8-19
	fredag-lørdag	8-21
	søndag	8-19
Restaurant*	mandag-onsdag	lukket
	torsdag-fredag	17-21
	lørdag-søndag	12-21
Spillehal	mandag-torsdag	10-23
	fredag-lørdag	10-01
	søndag	10-23
Sportsbar	fredag-lørdag	17-23**

Bordreservation: Kontakt de enkelte steder.

* I skoleferier o. lign.: Udvidede åbningstider - se opslag i receptionen.

** Eller efter aftale.

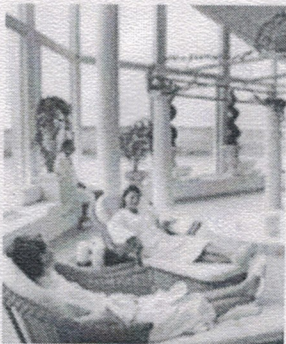
Forbehold for ændringer!

Hvad er wellness

Alle tænker noget forskelligt, når de hører ordet "wellness". Nogle tænker straks på skønhed, andre på fitness, mens andre igen for-binder ordet med rekreation og afslapning.

DEFINITION FACTS OM SPA

DEFINITION



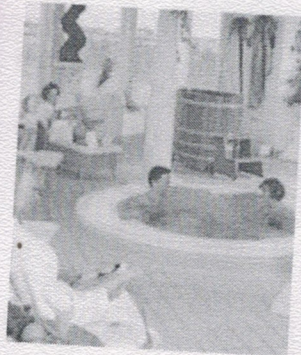
Da begrebet "wellness" ikke er beskyttet, findes der ikke en fast definition af ordet, og dermed heller ingen fastlagte kriterier for, hvad begrebet indeholder. Ekspertter på området er dog stort set enige om; For dem drejer det sig først og fremmest om afslapning, stressovervindelse og ernæring. Den europæiske Wellness-Union definerer det mere specifikt, når de peger på fysisk fitness, åndelig bevægelighed, sjælelig udholdenhed, positiv arbejdsindstilling, harmonisk privatliv og harmoni med naturen.

Spørgsmålet om; hvad der er wellness for den enkelte afhænger helt af den enkeltes individuelle krav og behov. Det er med andre ord til en selv at besvare spørgsmålet om, hvordan man bedst får fred i sjælen, hvilke teknikker og terapiformer, der er de rigtige, og hvad der fører til et alment forbedret velbefindende og en bedre fysisk tilstand. Kender vi vores krop og dens behov, er vejen åben for harmoni for krop og sjæl.

De fire grundsten

- Sund mad
- Fysisk træning
- Mental afslapning
- God ansigts- og kropspleje

FACTS OM SPA



Historik

Ordet SPA kommer fra latin (salus per aqua) og betyder helse gennem vand. Vandet er både indpakningen og indholdet i spa-oplevelsen, så ingen SPA uden vand.

I romernes tid blev der bygget kursteder med termalbade fra varme kilder. Disse romerske bade var pragtfulde, da kejserne gerne ville fremvise luksus og storhed. Romerne levede et liv i nydelse og overflod. Det formodes, at de romerske termalbade blev brugt som bopæl mellem krigstogterne. I 1326 blev der i Belgien bygget et kursted, som fik navnet SPA. I 1700-tallet var dette kursted et af de mest benyttede. Folk fra alle samfundslag strømmede til for at bade i de helsebringende bade for at blive helbredt for deres sygdomme.

I 1980'erne kom der en interesse for kroppen og dens balance i USA og senere spredte det sig til Europa. Med interessen i USA blev der udviklet et nyt koncept, der hed SPA. Målet med SPA-konceptet var og er stadig helse og et større velbefindende, et mere friskt liv, mindre stress, mere energi og en bedre balance.

Wellness i Danmark

Wellness-trenden er for alvor kommet til Danmark. Vi prioriterer tid til at pleje og forkæle os selv i en travl hverdag. Heldigvis er der mange forskellige måder at gøre det på, afhængig af temperament, tid og interesse. Og der er aldrig langt til et lille time-out fra hver-dagens forpligtelser – uanset om du har to timer eller to døgn til-overs til dig selv.

En ekstra dimension



Tid til bare at være. Tid til at nyde livet. For mange mennesker er tid en luksus, der sjældent er for meget af til daglig. En af grundene til, at wellness er blevet så populært er, at det er en lille luksus med stor effekt. En måde at gøre noget godt for sig selv alene eller i selskab med sin partner eller sine veninder.

Vi lever i en tid, hvor der stilles krav til os fra mange sider. Og vi stiller mange krav til os selv. Job, familie og fritid skal gå op i en højere enhed hver dag. En gang imellem har vi brug for en pause til at fordøje hverdagen og det liv, vi lever til daglig. Brug for at nå helt ned i gear og lade andre tage hånd om vores velvære.

Og i dag er det helt naturligt at tage sig tid til at være god ved sig selv. At bruge tid og ressourcer på at pleje sig selv fysisk og psykisk er accepteret. Vi ved jo godt, at et langt og aktivt liv kræver at vi passer på os selv undervejs. Hvorfor ikke lade dygtige, professionelle behandlere hjælpe med at løse den opgave? Med sin unikke kombination af ældgamle terapiformer og teknikker og de mest moderne faciliteter og teknologi er spa- og wellness-bølgen over os.

Wellness på dansk



Wellness, med afsæt i dansk mentalitet og tradition, er:

- sundhed på en fornøjelig og afslappet måde
- mere forebyggelse end helbredelse
- en livgivende helhedsoplevelse, der er blevet til i en uformel dialog med personalet
- professionelt uddannede personale/behandlere, der samtidig er serviceminded og uhøjtidelige
- mulighed for at opbygge en god samvittighed uden at blive "hellig"
- mulighed for at gøre en regnvejrsdag til en god dag, hvor man kan koncentrere sig om sit personlige velvære
- fleksibilitet
- mulighed for at få en helhedsoplevelse
- smagfulde omgivelserne
- moderne og indbydende faciliteter
- mulighed for afslappende eller motionskrævende aktiviteter i det fri

Wellnessbehandlinger

Der er noget for enhver smag og pengepung blandt de mange spa- og wellnessstilbud, der kombinerer ældgamle terapiformer og teknikker med ultramoderne faciliteter.

Vælg selv om du vil bruge et par timer, en dag, en weekend eller måske en hel ferie på et af de mange hoteller, ferie- og conferencecentre, spa, kurbade og klinikker. Her kan du gear ned i en afslappende atmosfære og hente fornyet energi med alverdens himmelske behandlinger, der får dig til at svæve på en sky af velvære.

På denne her side kan du læse om nogle af de mange behandlingstyper inden for wellness, som du kan finde rundt om i landet på de mange kursteder.

KROPSBEHANDLINGER
ANSIGTSBEHANDLINGER
ØVRIGE BEHANDLINGER

Lerindpakning
En lerindpakning har en peelende og fugtgivende effekt. Ler er højt på mineraler, og er godt for tør hud, ømme muskler, stive led og dårlig blodcirkulation.

KROPSBEHANDLINGER

Alle former for massage giver afslapning, lindring og velvære. Massage er en helbredende behandling af muskler og kroppens bløde væv. Den hjælper med til at fjerne spændinger i ømme og hårde muskler og forbedrer blodcirkulationen.

Aromamassage

Kroppen masseres med æsteriske olier, som kommes i massageolien. De æsteriske olier kan du vælge efter duft, og hvilke forskellige egenskaber de har. Eksempelvis har lavendel en beroligende og stimulerende effekt.

Bodyscrub

En bodyscrub fjerner døde hudceller og giver dig en blød og smidig hud. Desuden forger en bodyscrub også blodcirkulationen. På nogle af wellness-stederne er det muligt at vælge forskellige niveauer inden for bodyscrubs.

Velværemassage

Denne massage form har samme virkning som den klassiske massage, men udføres med æsteriske olier, som masseres ind i kroppen.

Klassisk massage

Den klassiske massage er den mest kendte i Vesten. Det er en dybdegående massage, som behandler ømme led og muskler. Den klassiske massage menes at være opfundet af svenskeren Per Henrik Ling (1776-1839).

Hot stone massage

Hot Stone massage er en massage med opvarmede lavasten, som giver en intens og behagelig dybdegående varme og har en utrolig afspændende effekt på kroppen.

Algeindpakning

Med en algeindpakning for du både styrket og udrenset din hud. Desuden modvirker algerne cellulitter. Dette skyldes, at algerne haret stort indhold af proteiner, vitaminer og mineraler, som opfrisker og giver fugt og næring til huden. Din krop bliver først tørbørstet, derefter bliver den smurt ind i en algemasse og bliver pakket ind i et varmetæppe. Til sidst skyldes algemassen af, og kroppen indsmøres i en fugtgivende creme.

ANSIGTSBEHANDLINGER

Ansigts- og hovedbundsmassage

Massagen virker afstressende, meditativ og beroligende for sindets travle tanker og en stresset hverdag. En ansigts- og hovedbundsmassage tager fat i de ofte anspændte områder omkring nakke, kæbeparti, kindben, øjne og hovedbund og lindrer spændinger i musklerne, fjerner træthed og giver glans og ny vitalitet.

Fodmassage

Fodmassage kan enten være en del af den almindelige kropsmassage eller som en form for zoneterapi. Fodmassage virker afslappende og giver energi og velvære og hjælper med at give balance både psykisk og fysisk. Fodmassage giver en dejlig fornemmelse, ikke kun i fødderne men i hele kroppen.

Algemaske

Med en algemaske får du styrket udrenset og styrket din hud, da algerne både indeholder proteiner, vitaminer og mineraler, som sammen er med til at opfriske og give næring og fugt til huden. Generelt er ansigtsmasker ren forkælelse til din hud, da de fjerner døde hudceller og gøre huden mindre modtagelig for ældning og uren hud og gøre den mere frisk.

ØVRIGE BEHANDLINGER

Dampbad

Med et dampbad bliver alle muskler opvarmet, og du bliver afslappet. Et dampbad kan på mange wellness-steder også fåes med forskellige aromaer.

Manicure

Manicure er skønhedspleje af hænder og negle. I manicure-behandling får du filet neglene, fjernet hård hud og lakeret neglene.

Pedicure

Med en pedicure får du fjernet hård hud, filet tå-neglene og lakeret dem. Med en pedicure i ny og næ kan infektioner i neglene forhindres.



Kommandørgården - Rømø
Wellness & Beautycenter



Forkælelse...



erden



...prisstigninger og ændringer
...uns das Recht auf Veränderungen, wie z.B. die Preise



Silkeborg, Fanø og Skodsborg var Danmarks førende kurbyer i 1800-tallet.

Silkeborg

Silkeborg har en 100 år lang historie som kurby - fra 1883 til 1983. I 1883 blev Silkeborg Vandkuranstalt ved Ørnsø indviet og udbygget i de følgende årtier. Silkeborg Vandkuranstalt, som senere fik navnet Silkeborg Bad var områdets største og længstlevende kurinstitution. Kurbyen Silkeborg inbefattede også andre institutioner; Kneippkuranstalten på

Sejsvej (1897), Sanatoriet (1903), Gl. Skovridergård (1915) og Silkeborg Kurbad (1947). Alle disse kurbad henvendte sig bredt til danskerne.

Fanø Bad/Kurhotellet Hotel Kongen - eksklusivt kursted

Fanø er rig på traditioner og sanselige oplevelse, og Vesterhavet og den fine strand har siden slutningen af 1800-tallet lokket badegæster til Fanø. Danmarks første kurhotel åbnede i Fanø Bad i 1891. Udover Kurhotellet var også Hotel Kongen af Danmark samlingspunktet omkring århundredeskiftet, hvor det var eksklusivt at holde ferie på Fanø.

Skodsborg

Skodsborg Badesanatorium blev grundlagt af Adventistsamfundet af læge Carl Ottosen (1864-1943), som havde studeret helse hos den amerikanske læge og ekspert i fysioterapi John H. Kellogg. I 1897 købte Carl Ottosen et par gamle staldbygninger på strandsiden, og i 1898 åbnede han et af Danmarks første og meget avancerede kursteder. Skodsborg Badesanatorium fik hurtig mange besøgende og blev anerkendt for sin ekspertise på det fysioterapeutiske område og for sin forebyggende indsats med kurophold og sund levevis. I 1992 skiftede Skodsborg Badesanatorium navn til Skodsborg Sundhedscenter.

Et kurophold er for dig der trænger til at "komme oven på igen"

Wellness drejer sig om forkælelse, mange har en travl hverdag og kan her komme væk fra stress og jag

Wellness rejser med Spa Tours er ren forkælelse.

Wellness og spa med Spa Tours giver dig rig mulighed for et rigtigt forkælelses-ophold som du sent vil glemme. Personalet på vores wellness-centre er venlige og eksperter i at give netop dig den rigtige massage eller behandling på dit wellnessophold.

Spa Tours er et lækkert tilbud for dig, der vil forkæle din krop med wellness og skønhedsbehandlinger. Personalet på de respektive wellness og kursteder har lange og stolte traditioner i diverse massager og skønhedsbehandlinger.

Spa og wellnessrejser til mange destinationer. Spa Tours kender de bedste wellness steder i Europa. Derfor kan vi skræddersy et spaophold lige efter dine behov for wellness og pleje.

Yderligere er Spa Tours også et seriøst bud på en aktiv ferie med kultur, natur, sport og herlige udflugtsmål. Sagt med få ord: Spa Tours vil være i stand til at give næsten alle aldersgrupper en uforglemmelig oplevelse.

Tænk på dig selv og din krop ta' på wellneesophold med Spa Tours.

Ønsker du at se hvad et kurophold går ud på, kan du rekvirere vores dvd for blot 100 kr. med danske kurgæster på ophold i Budapest. Ring til os på 87 38 11 00 og hør nærmere. Bestilles der efterfølgende en rejse hos Spa Tours, fratrækker vi 100 kr. i rejsepris.

Wellness Center

VELKOMMEN:

Club La Santa er stolte over at kunne byde dig velkommen i vores Wellness Center. Her kan du genopbygge krop og sjæl i en smuk og rolig atmosfære. Det kan være den perfekte måde at forberede dig på dagen foran dig, eller en måde at slappe af og komme til kræfter på, efter en lang aktiv dag på Club La Santa.



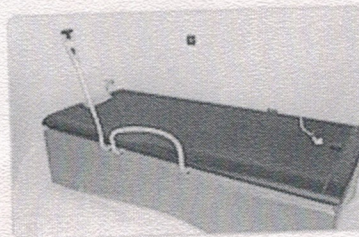
ÅBNINGSTIDER:

Alle dage: 09.00-13.00 & 14.00-21.00.

HVAD TILBYDER VI:

I vores spa:

Hydroterapi pool / Jacuzzi / Kolde bade / Damp bad / Sauna / Hydro-massage bade med essentielle olier, i privat rum (ekstra betaling opkræves) / Hydro-jet massage, i privat rum (ekstra betaling opkræves).



Manuelle behandlinger: (ekstra betaling opkræves)

Fysioterapi

Massage (sports-, afslapnings-, lymfe drænage-, Shiatsu massage og fod refleksologi).

Wellness

I himmerland tilbydes vore gæster den helt store forkælelse for krop og sjæl - skønhedspleje, massage, afstressende bade, idrætsmassage og meget mere til både mænd og kvinder.


I eksklusive og rolige omgivelser med udsøgte professionelle behandlinger giver wellness-centeret ny indgangsvinkel til personlige forkælelse.

Med DARPHINS udsøgte produkter og æsteriske olier sikrer vi en unik hudpleje, der giver resultater og oplevelse ud over det sædvanlige. Vi tilbyder hel kropsmassage, rygmassage, benmassage eller front- og armmassage.

Derudover er der et væld af andre behandlinger - både hænder og fødder, bryn og vipper, rådgivning og make-up.

Husk af afsætte tid til at forkæle dig selv - og at nyde de smukke værelser. Det er virkelig velvære

Forhør nærmere om velvære tilbudene i receptionen.

Eller se wellness brochuren her! 

Super Tilbud

Halv pris på alt vores Noubou make-up og Dr. Baumann produkter

Sommer Fødder

Spa-pedicure og voks af underben kun 300 kr.

Spa-pedicure for mænd kun 200 kr.

En Effektiv Opfrisker

Afrens, peeling og mask 30 minutter kun 200 kr.

Åbningstider

Ring til receptionen og bestil en tid.

Tirsdag - lørdag 9.30 - 19.00

Søndag 9.30 - 14.00



Oplev Wellness og Beauty i Brande

Slad dig rigtig forkæle på Hoteller med Wellness centre, du



På vore " Wellness ophold i Brandenburg " kan du sammen med mir turene. Man kan vælge at rejse med bus eller fly til Berlin, hvor vi her busterterminalen.

Grupper på mindst 4 og højst 6 deltagere kan blive hentet på en na Holstein eller Hamburg og kørt direkte til Wellness centret. For grupp gælder det, at vi kan hente jer ved Buserterminalen i Berlin.



Brandenburg er et af de nye forbundsle mellem floderne Elben i vest og Oder i slaraffenland, man kan vandre i de frec cykle i det flade Prignitz, eller man kan dette område syd - øst for Berlin finder båd, som i Venedig. Selv det tyske pos cykler med både.

Landet Brandenburg er af danskere be Preußen. Det er et af de lande, hvor de tilbud fra overnatning i værelser hvor sj internationale 5 stjernede hoteller, men hoteller Wellness og Beautyfarme - hv verden harmoni und skønhed.

Til Tysklands hovedstad Berlin er høje: altid mulighed for at besøge byens indl

Et nyt og bedre liv

Et yngre og sundt udseende hjælper til at opnå bedre stillinger i erhvervslivet, Stil at få mere selvtillid, og til at opnå større opmærksomhed i privatlivet...

Vort motto er:
Høj kvalitet, et smukt resultat og absolut diskretion



Når dit ønske er fred og ro, men samtig er valget enkelt. Vi tilbyder en lang ræk speciale, vi kan derfor sammensætte o gæst, nogen ønsker sig mest Wellness også nogle som hellere vil bruge mere slappe af og nyde livet.

Opholdene er oplevelser som man vil t stolte over, at vi for en del gæster arrar på forskellige hoteller.

Vi glæder os over at Wellness opholde mange danske brugere, fra dem hører over, hvor meget man får for sine peng dig.

Vi har sammensat nogle få behandling men disse skal kun ses som eksemple standard behandlinger, men også sine Tal med dine venner om hvad hver is sammen med dig finde frem til det sted gruppen.

Selvfølgelig er man også velkommen ti man vil være, og hvordan opholdet ska omstændigheder glæder vi os til at give skønne Brandenburg.



Wellness

Nyd livet med afslapning, forkælelse og få ny energi i Fredericia Kurbad



Kurbadet er en oplevelse, der giver dybe suk og ro langt ind i sjælen. Du bliver behandlet i smukke omgivelser veluddannet personale, der vil give dig en uforglemmelig behandling.

Efterbehandlingen kan bestå af dampbad, biosauna eller liggende i vores hvilerum, hvor der er tæpper og tid nok sig langt væk.

Ønsker du at starte eller slutte med en tur i svømmehallen eller badelandet, er dette inkl. i kurbadsprisen (Gældende i offentlig åbningstid).

Fredericia Kurbad er en del af Fredericia Idrætscenter og kurbadet er ét af de i Wellness Danmark kvalitetsgodkendte kurbade og wellnesscentre, se www.visitdenmark.com/wellness.



Feriehotelet Nordsøen - Wellness

Wellness

Wellness-centeret er en nydelse i afslappende og rolige omgivelser. Relaxområde med spabad, tyrkisk bad, fællessauna og flere bassiner med forskellige former for vandmassage.

Nyd frisk frugt og kaffe/te, samtidig med at du læser et tidsskrift.

Ønsker du at forkæle dig selv lidt ekstra, så bestil tid hos vores massør, som kan tilbyde massage, også med Hot Stone, samt forskellige former for kropsindpakninger.

Velkommen til en afslappende oplevelse.

Åbent

Mandag - Fredag:
08.00 - 11.00 og 15.00-21.00.

Lørdag - Søndag
09.00 - 17.00

Kun adgang for personer over 16 år.

Aftal gerne tid for specielle arrangementer på tlf. 96 73 07 29

Body Wellness

Forkæl dig selv!
-få en professionel massage eller kropsbehandling i eksklusive omgivelser.

Kongelig wellness

På Prins Henriks yndlingshotel i Thailand får man wellness for alle pengene

CARSTEN A. ANDERSEN, 21.04.2007 |



Det er ikke uden grund, at Villa Royale ved Kata Beach i Phuket i Thailand er et af prins Henriks yndlingshoteller, når han sejler eller holder ferie i Thailand.

Det er her, han bor som gæst hos ejeren, Mom Tri, der betyder, at man er slægtning til det thailandske kongehus.

Villa Royale ligger perfekt lidt oppe på en bakke omgivet af et stort hegnet, så hotellet ligger fredeligt for gæster.

Udsigten er imponerende. Restauranten i topklasse. Vinkælderen fyldig. Og til morgenmaden kan man få varmet af

sit brød og selv vælge den juice lavet af de eksotiske frugter, man har lyst til.

Men et af de Villa Royales største aktiver er spa-programmet med et stor varieret tilbud lige fra en let gang massage og et bad for at få den værste jetlag væk til en mere dybgående behandling, som kan vare op til to timer.

En 'Apple Polisher' (Æblepolering) så mest tillokkende ud. Efter at være anbragt på en massagebriks kom en af massagedamerne med en blendet blanding af grønne æbler, honning og havregryn.

De grønne æblers naturlige enzymer stimulerer huden. Havregrynene fjerner de døde celler, og honningen giver fugt til huden.

Pakkes ind i klæbrig masse

Efter et brusebad ligger man stort set nøgen på briksen og bliver smurt ind over hele kroppen med massen. Bagefter ligger man med massen under en 'plastikoverfrakke' i en halv times tid.

Det er ærlig talt en noget klæbrig oplevelse. Men man kan næsten mærke hvor aktivt, de forskellige dele virker på huden.

Efter plastikken er taget væk og et forfriskende brusebad, venter endnu et bad. Denne gang i et badekar, hvor vandet er blandet op med hvidt mælk og tilsat farvestrålende blomsterblade.



Karret står stort set i fri natur, og det er næsten som en grøn »regnskov« kun med et halvtag over.

Det er rigtig flot at ligge her og flyde udendørs i omkring 30 grader og høre alle de mange lyde fra skoven, fuglene - lidt fra den nærliggende vej og badegæsterne på Kata-stranden.



Øm krop

Efter badet følger en oliemassage, som er ren afslapning. Det er en veluddannet massør, så det er en nydelse at mærke, hvordan han bearbejder de ømme steder på kroppen.

Afslutningen på det hele bliver et nyt brusebad, og rosenvand sprayet over hele kroppen - faktisk tager det adskillige timer, før duften af rose er væk. En noget underlig fornemmelse, men på ingen måde en negativ oplevelse.

Har man lyst, kan man evt. tage en tur i den lille swimmingpool eller sidde og slappe af med et glas varm the, vand eller frugtjuice

Efter sådan en tur breder følelsen af ny energi sig i hele kroppen, og man føler sig næsten som en prins eller prinsesse.