



Mitten in Deutschland, im Waldecker Land, nahe dem Edersee und dem Nationalpark Kellerwald ist das »Sport- & Wellnesshotel Freund«. Freuen Sie sich auf ein außergewöhnlich vielseitiges Wellnessangebot und verbringen Sie hier einige unbeschwerte Tage umgeben von »natur pur«. Erleben Sie wertvolle Augenblicke in frischem, stilvollem Ambiente und genießen Sie die familiäre Note und den Komfort eines Vier-Sterne-Superior-Hauses.

DAS RESÜMEE

Der Wellnessbereich des »Orkeland SPA« ist 2.700 m<sup>2</sup> groß und erstreckt sich auf zwei Etagen. Im Obergeschoss befinden sich die Wellness-Rezeption, sowie 15 Kosmetik- und Behandlungsräume. Im Erdgeschoss gibt es das Schwimmbad mit Ruheinseln, Partner-Ruheräume, die Sauna-Landschaft und den großzügigen Außenbereich.

DIE GRÖSSE

An der Rezeption melden Sie sich an, bekommen eine Gästekarte und zahlen den Eintrittspreis. Wenn Sie zum ersten Mal das »Orkeland SPA« betreten, werden Sie von den sympathischen Gästebetreuerinnen gerne durch die Anlage geführt. Gegen eine Leihgebühr erhalten Sie auch Bademantel und Handtücher.

DER EMPFANG

Sonntag bis Freitag von 12:00–21:00 Uhr | Samstag von 17:00–21:30 Uhr.  
Die Öffnungszeiten variieren je nach Saison, bitte schauen Sie ins Internet.

DIE ÖFFNUNGSZEITEN

Die Tageskarte kostet 22,00 €. Die 10er-Karte 120,00 €

DIE PREISE

Es gibt gemischte Umkleidräume, für Damen aber auch separate. Sie sind jeweils mit Reinigungsduschen versehen.

UMKLEIDEN | DUSCHEN

**DIE SAUNEN****DAS SANARIUM®**

Bei milden 55 °C und etwa 50 % Luftfeuchtigkeit schwitzen bis zu 10 Personen. Über dem mit weißen Steinen ummantelten Ofen hängt ein Kessel mit Kräutern, der dem Raum auch den Namen »Kesselstube« gibt. Durch ein Fenster blickt der Gast in den Innenraum. Diese Sauna wird täglich ab 12:00 Uhr in Betrieb genommen.

**DIE FINNISCHE SAUNA**

Die Temperatur in dem aus Holz gestalteten Raum beträgt zwischen 75 und 85 °C, weshalb sie auch »Schwitzstall« genannt wird. 20 Personen können sich hier bei indirekter Beleuchtung gleichzeitig aufhalten und auf die bäuerlichen Geräte als Dekoration an der Wand blicken. Die Betriebszeit beginnt hier täglich um 12:00 Uhr. Aufgüsse finden täglich statt.

**DAS DAMPFBAD**

In dem aus italienischem Glasmosaik in hübschen Rottönen gestalteten Bad herrschen etwa 46 °C und eine Luftfeuchtigkeit von bis zu 98 %. Die »Dampfhütte«, in der sechs Gäste Platz finden, öffnet täglich ab 12:00 Uhr.

**DAS »LACONIUM«**

Strahlungswärme aus den Wänden und den Sitzbänken, auf denen zehn Personen sitzen können, erwärmt das in Brauntönen geflieste Schwitzbad auf etwa 60 °C bei 30 % Luftfeuchtigkeit. Leise Entspannungsmusik, Lämpchen an der Decke mit farbreichem Licht, Amphoren und eine Buddha-Figur laden zum längeren Verweilen ein. Der Raum, in dem übrigens Textilkleidung vorgesehen ist, öffnet für Hotelgäste bereits täglich ab 7:00 Uhr.

**DIE LETTISCHE SAUNA**

Die Lettische Liegebalken-Außensauna »Staburis« ist die erste nur von Hand gefertigte Sauna dieser Bauweise in Deutschland. Das Holz stammt von 80 bis 100 Jahre alten

nordischen Kiefern aus Lettland. Die Bänke sowie die Decke sind aus der lettischen Schwarzerle gefertigt. Der Sauna-Ofen ist umgeben von heimischem Säulenbasalt, der in der Lage ist, die Wärme gut zu speichern. Die Raumtemperatur beträgt zwischen 80 und 100 °C und die Luftfeuchtigkeit 20 %. Für 25 Personen werden regelmäßige Aufgüsse angeboten. Ab 15:00 Uhr ist die Sauna täglich geöffnet.

Innen erwarten Sie eine Kalt-Warm-Dusche, eine Regenbrause und eine Schwalldusche mit Kneippschlauch. In der Lettischen Liegebalken-Sauna befindet sich eine weitere Regenbrause mit Kneippschlauch und daneben im Außenbereich ein Tauchbecken aus Natursteinen.

**DAS ABKÜHLEN**

Die Rasenfläche des 1.500m<sup>2</sup> großen Außenbereiches lädt mit ihren Liegen zum Sonnenbaden ein. Es gibt auch eine überdachte Liegefläche. Die Bonsais rundum schaffen eine gemütliche Atmosphäre. Neu ist eine mediterrane Außenlandschaft mit einem 24 °C warmen Schwimmbecken, das ganzjährig geöffnet ist.

**DIE AUSSENANLAGE**

Machen Sie in paar Schwimmzüge in dem 15×5 m großen und 30 °C warmen Schwimmbecken, das ebenfalls mit Badehose bzw. Bikini genutzt wird.

**DAS SCHWIMMBAD**

Neben den Ruheliegen im Außengarten gibt es noch wunderschön gestaltete Räume zum Träumen und Entspannen. Im Ruheraum »Marrakesch« erklingt leise Entspannungsmusik. Der Gast blickt auf edel bemalte Stühle und modern anmutende Bilder und Ornamente. Viele Dunkelbraun-Töne und weiße Rundbögen schaffen ein stim-

**RUHEMÖGLICHKEITEN**



mungsvolles Ambiente. Im Zentrum der Anlage, Panoramascheiben ermöglichen den Blick in den Garten und in die Innenanlage, fühlen Sie sich wie in einem »Saray«. Goldene Vorhänge, anthrazit-grünlich-changierende Fliesen und ein riesiger goldener Stern symbolisieren luxuriöse Geborgenheit.

Ein afrikanischer Ruheraum mit Giraffen und der danebenliegende Partner-Ruheraum mit weiteren Ruhegelegenheiten werden ebenfalls von den Gästen gerne aufgesucht.

## WELLNESS | MASSAGEN

Lassen Sie sich fallen. Atmen Sie Lichter, Farben und Aromen tief ein. Entrücken Sie der Welt, während erfahrene Hände Sie kunstvoll massieren und von Kopf bis Fuß verwöhnen. Im »Orkeland SPA Orient« tauchen Sie ein in die naturverbundene Welt fernöstlicher Lehren und Heilmethoden. Über das vielfältige Angebot informieren Sie sich bitte durch die ausliegende Brieffreundschaft oder unter [www.hotelfreund.de](http://www.hotelfreund.de)



## EVENTS

Das ganze Jahr über finden verschiedene Events statt. Das vielseitige Programm wird durch spezielle Angebote abgerundet. Die genaueren Informationen entnehmen Sie bitte den ausliegenden Flyern und dem Internet.

## GASTRONOMIE

Genießen Sie kalte oder warme Getränke in unserem täglich geöffneten »SPA-Kaffee«. Die vielseitige Restaurant-Küche verwöhnt Sie mit saisonalen, internationalen und regionalen Spezialitäten.

## ZAHLUNGSVERKEHR

Die von Ihnen in Anspruch genommenen Leistungen werden auf Ihrer Gästekarte notiert und beim Verlassen der Anlage von Ihnen bezahlt.

## PARKMÖGLICHKEITEN

Die Parkplätze stehen Hotel-, Restaurant- und Wellness-Gästen kostenlos zur Verfügung.

