

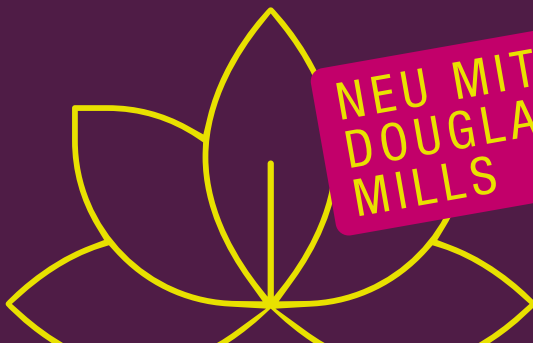


GRAFENWALD

NATUR. AKTIV. ERLEBEN.

BEAUTY ANGEBOTE

Therapeutische Massagen
und Wohlfühlbehandlungen



NEU MIT
DOUGLAS
MILLS





**JETZT TERMIN
BUCHEN!**

HIER SIND SIE IN BESTEN HÄNDEN: DOUGLAS MILLS NEUES ANGEBOT



Ich bin Douglas Mills – Masseur, medizinischer Bademeister und leidenschaftlicher Begleiter auf dem Weg zu mehr Wohlbefinden. Seit vielen Jahren unterstütze ich Menschen dabei, neue Energie zu tanken, Verspannungen zu lösen und Körper sowie Geist in Einklang zu bringen.

Durch meine fundierte Ausbildung und langjährige Erfahrung in Therapie, Wellness und Leistungssport weiß ich genau, worauf es bei einer wirklich guten Behandlung ankommt. Meine Schwerpunkte liegen in der klassischen Massage, der Sportmassage, der medizinischen Betreuung sowie in der Sportphysiotherapie. Dabei steht immer der Mensch im Mittelpunkt – mit seinen individuellen Bedürfnissen, Zielen und persönlichen Möglichkeiten.

Besonders geprägt hat mich die Arbeit mit verschiedenen Profi Sportlern und Nationalmannschaften, bei der ich meine physiotherapeutische Expertise im Hochleistungsbereich vertiefen durfte. Ein ganz besonderes Erlebnis war der Weltmeistertitel 2024 mit der Damen Hockey Masters Nationalmannschaft.

Neben meiner therapeutischen Tätigkeit bin ich auch als Ernährungsberater, Personal Trainer und Mentalcoach aktiv. In der Hotellerie habe ich zudem gelernt, Gäste nicht nur fachlich, sondern auch menschlich zu begleiten – mit Herzlichkeit, Achtsamkeit und einem feinen Gespür für erholsame Wohlfühlmomente.

Ich freue mich darauf, Ihnen eine entspannte Auszeit zu schenken und Sie mit professionellen, wohltuenden Behandlungen zu unterstützen.


Douglas Mills

WIR FREUEN UNS AUF SIE!

BEAUTY ÖFFNUNGSZEITEN
Montag bis Samstag
von 10:00 – 18:00 Uhr

TERMINE BEI DOUGLAS MILLS
Donnerstag, Freitag & Samstag
von 10:00 – 18:00 Uhr

RESERVIERUNG
+49 (0)6592 713-257
beauty@sporthotel-grafenwald.de

EFFEKTIV.
FACHGERECHT.
INDIVIDUELL.

Gezielt auf Verspannungen, Sportbelastungen und Regeneration ausgerichtete Massagen. Fachlich fundiert und individuell angepasst.

THERAPEUTISCHE MASSAGEN

GEZIELTE REGENERATION

KLASSISCHE MASSAGE

Lockerung verspannter Muskulatur, Förderung der Durchblutung und Entlastung des gesamten Bewegungsapparates.

40 Min. | 89,00 €

Kompakte Variante, gezielt auf Rücken, Nacken und Schultern fokussiert.

25 Min. | 59,00 €

FUßREFLEXZONENMASSAGE

Stimulation reflektorischer Punkte am Fuß zur Unterstützung verschiedener Körperfunktionen und Förderung der Entspannung.

40 Min. | 95,00 €

Fokus auf die zentralen Reflexzonen für schnelle Entspannung und Aktivierung.

25 Min. | 65,00 €

SPORTMASSAGE & REGENERATION

Unterstützt die Muskulatur nach Training und hilft bei Überlastung. Besonders intensiv und effektiv bei Tennis, Radfahren, Fitness sowie nach Wanderungen.

40 Min. | 89,00 €

Kürzere Behandlung von Problemzonen

25 Min. | 59,00 €

Premium-Upgrade:
Triggerpunkt / Deep Tissue + 10,00 € optional

MANUELLE LYMPHDRAINAGE

Sanfte und rhythmische Technik zur Unterstützung des Lymphsystems und zur Förderung des Abtransports von Gewebeflüssigkeit. Besonders zu empfehlen bei Wasseransammlungen.

40 Min. | 89,00 €

Kompakte Lymphdrainage, gezielt auf Arme oder Beine, schnell spürbare Wirkung.

25 Min. | 59,00 €

WOHLFÜHLBEHANDLUNGEN

LÖSEN VON BLOCKADEN UND VERSPANNUNGEN

OHR-AKUPUNKTUR MIT 24 KT GOLDKÜGELCHEN

Sanfte, nadellose Stimulation ausgewählter Ohrpunkte mit kleinen Goldkügelchen zur Beruhigung des Nervensystems, Lösung von Verspannungen und Unterstützung der Regeneration. Hilfreich bei Stress, Nackenverspannungen, Schlafproblemen und nach sportlicher Belastung. Die Goldkügelchen bleiben am Ohr und wirken kontinuierlich auf die Reflexpunkte.

25 Min. | 45,00 €

KÖRPERANALYSE (BIA-MESSUNG)

Analyse von Muskelmasse, Körperfett und Wasserhaushalt als Grundlage für Training, Gesundheit und Prävention. Besonders empfehlenswert für Sportler.

25 Min. | 42,00 €

ZUSATZOPTIONEN FÜR MAXIMALE WIRKUNG

Ultra-Premium Massageöl & Lotion – 10,00 €
Neueste Generation (4th Era): hochwirksam.

Manuelle Muskeltherapie – 10,00 €
Gezieltes Lösen verspannter Muskelgruppen.

Faszien Mobility – 10,00 €
Beweglichkeit und Lockerung der Faszien.

Triggerpunkt intensiv – 10,00 €
Behandlung punktueller Muskelverspannungen.

Hüftmobilisation – 10,00 €
Speziell für Piriformis, Hüftbeuger und Rotatoren.

Manuelle Wirbelsäulen-Therapie – 12,00 €
Sanfte Mobilisation der Wirbelsäule.

Kältetherapie (Kryotherapie) – 10,00 €
Entzündungshemmend und regenerationsfördernd.

Magnetfeldtherapie – 10,00 €
Fördert Durchblutung und Regeneration.

MIT DOUGLAS
MILLS

MEHR INFORMATIONEN

Weitere Angebote aus Spa und Beauty finden Sie auf unserer Website:
www.beauty-grafenwald.de



Sporthotel Grafenwald
Im Grafenwald 1
54550 Daun/Vulkaneifel
Tel.: +49 (0)6592 713-0
Fax: +49 (0)6592 713-444



info@sporthotel-grafenwald.de
www.sporthotel-grafenwald.de

Eigentümer: Ferienpark Daun GmbH & Co. KG Vulkaneifel

BABOR

Alle Preise verstehen sich inklusive der gesetzlichen Umsatzsteuer und sind gültig bis 15.12.2026. Mit Erscheinen dieser Preisliste verlieren alle früheren Preise ihre Gültigkeit. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.