



Der Winter 2010/2011 begann früh und heftig – was für ein **Jammer** - !

Für Conny und mich der richtige Zeitpunkt für ein Wellness-Wochenende.  
Unsere Wahl fiel dank Connys Recherche auf das Jammertal Golf & Spa Ressort  
in Datteln.



Der Name Jammertal hat keine negative Bedeutung. Er ist entstanden aus dem im Norden fließenden Gernebach, der früher die Teiche des Freiherrn von Twickel speiste. Für diesen Bach hatten die Kelten den Ausdruck Gammer. Als das keltische ins französische überging änderte sich auch das „G“ in „J“.

Am 7. Januar starteten wir morgens und waren gegen 11.00 Uhr am Ziel. Unsere Zimmer waren noch nicht fertig, aber wir konnten den Wellness Bereich bereits benutzen.



Mit vom Hause gestellten Bademänteln und Handtüchern ging es zuerst in das Schwimmbad. Danach orientierten wir uns an den verschiedenen Saunabereichen.

Während einer kleinen Ruhepause stärkten wir uns an der Sonnenbar am Salatbuffet und gönnten uns ein Gläschen Sekt auf unser langes Wochenende.

Am Nachmittag bekamen wir beide eine ausgedehnte Gesichtsmassage, die wir wie andere noch folgende Anwendungen von zu Hause vorgebucht hatten.

Am Abend stärkten wir uns gutgelaunt am reichhaltigen Abendbuffet.

Nicht allzu spät verabschiedeten wir uns in unsere gemütlichen Zimmer, da wir am Samstag nicht allzu spät aufstehen wollten.

Am folgenden Morgen starteten wir nach dem Frühstück den ersten Saunagang in der Lavendelsauna – welch ein herrlicher Duft ! Es war noch früh, wir hatten die ganze Sauna für uns.

Unsere für Samstag gebuchten Anwendungen begannen um 11.00 Uhr mit der Farblicht-Sitzung. Es folgte eine über eine Stunde dauernde „Silence-Aromamassage“.



Es handelt sich dabei um eine traditionelle Massage. Danach hatten wir Zeit für ein Gläschen Sekt und einen kleinen Imbiss am Mittagsbuffet.

Am Nachmittag folgten noch zwei weitere Saunagänge in der Rosen- und der Salzsaua. Den Höhepunkt bildete das Kleopatra-Bad natürlich gab es auch jetzt wieder ein Glas Sekt.



Mit samtener Haut und völlig relaxt gingen wir zum Abendessen. Danach hielten wir uns noch ein bisschen an der Sonnenbar auf, wo ab 21.00 Uhr Disco war.



Den Sonntag begannen wir um 10.00 Uhr mit einem Salz-Ölbad. Danach folgte ein Ganzkörperpeeling auf einer Schwebeliege (fantastisch) und die Bio-Sonne wieder mit einem Glaschen Sekt. Danach fühlten wir uns beide wie neu geboren. Nach ein paar weiteren Saunagängen beendeten wir den Abend vergnügt mit gutem Essen.

Am Montag endete unser schönes Wochenende. Nach einem guten Frühstück fuhren wir wieder zu unseren zu hause gebliebenen Männern.

**Unser Fazit:** ein gelungenes Wochenende- gut für Körper und Seele. Wir waren nicht zum letzten Mal im Jammertal.

Vielleicht haben ja auch die anderen LOH's mal Lust auf Entspannung ohne Harley. Ich habe Unterlagen mit nach Hause genommen.

In diesem Sinne liebe Grüße

Margot und Conny

