

Ein einziger Tag wie ein ganzer Urlaub



[www.aspria-hamburg.de](http://www.aspria-hamburg.de)



# Entdecken Sie das Spa-Erlebnis in Hamburg:

Wärme, Wasser, Entspannung und belebende Behandlungen wecken Ihre Lebensgeister auf einzigartige Weise. Unser Spa ist ein Ort der Ruhe und der positiven Energie.

Der Spa-Bereich bei Aspria kann auch von Tagesgästen genutzt werden. Für Tagesgäste gelten die hier an 2. Stelle genannten Preise. Ab einem Behandlungswert von € 59 und bei Buchung eines Packages stehen Pools und Saunen Tagesgästen kostenfrei zur Verfügung.

Jeder Moment bei uns soll ein besonders wertvolles Erlebnis für Sie werden. Freuen Sie sich auf besinnliche und vitalisierende Stunden im Spa bei Aspria.

# Produkte



## Decléor

100 % rein, 100 % natürlich, 100 % frei von Zusätzen: Entdecken Sie die Welt von Decléor, dem Spezialisten für Aroma-Kosmetik und tauchen Sie ein in eine faszinierende Welt der ätherischen Öle, Pflanzen und Pflegebehandlungen.

## Dermalogica

Dermalogica setzt neue Maßstäbe in der Produkt-Entwicklung: Die unterschiedlichen Pflegeserien erfüllen die verschiedensten Vorlieben Ihrer Haut und bekämpfen Hautunreinheiten wirksam mit allerbesten Bestandteilen. Alle Produkte sind frei von okklusiven Mineralölen und Lanolin, enthalten keine künstlichen Farb- und Duftstoffe und keinen Alkohol.

## Linden Leaves

Zusätzlich zu den oben genannten Produktlinien haben wir die neuseeländischen Naturprodukte von Linden Leaves in unserem Programm. Verwöhnen Sie sich selbst oder verschenken Sie pflegende Badeöle, duftende Körperpflege und tolle Produkte für beanspruchte Hände und Füße.

## O·P·I

Für unsere Mani- und Pediküren verwenden wir die exklusiven Lacke von O·P·I.

# Kosmetik- Behandlungen

## Gesichtsbehandlungen mit Produkten von Decléor

### Aroma Klassisch

Genießen Sie die Kombination aus  
Reinigung, Creme-Maske und  
Massage

60 Min. € 49 / € 52

### Aroma Intensiv

Die Haut wird ausgereinigt und Ihr  
Hautbild durch Intensiv-Peeling und  
Aromaplastie-Maske rundum erneuert

90 Min. € 69 / € 72

### Aroma Expert

Die klassische Behandlung wird durch  
eine frisch angerührte Spezial-Maske  
ergänzt

90 Min. € 79 / € 82



## Gesichtsbehandlungen mit Produkten von Dermalogica

### No. 1 Klassisch

Die Basis-Behandlung für Gesicht,  
Hals und Dekolleté

60 Min. € 49 / € 52

### No. 2 Intensiv

Durch Tiefenreinigung und Spezial-  
Peeling erstrahlt Ihre Haut in neuer Frische

90 Min. € 69 / € 72

### No. 3 Expert

Das ultimative Verwöhn-Programm für  
Ihre Haut mit Fruchtsäure-Peeling und  
Intensiv-Maske

90 Min. € 79 / € 82

### Hyper-Sensibel

Eine individuell auf die Bedürfnisse  
Ihrer Haut abgestimmte Kombination  
aus Reinigung und Pflege

90 Min. € 69 / € 72

### Akne-Behandlung

Die tiefenreinigende Spezial-Behandlung  
mit Algenmodellage und 2-Phasen-  
Peeling gegen Unreinheiten

90 Min. € 79 / € 82

### Age Smart

Eine intensive Anti Aging-Behandlung  
mit den innovativen Age Smart-  
Produkten und Algen-Modellage

90 Min. € 79 / € 82

# Für den Mann

## Klassisch

Die kompakte Kombination aus Reinigung, Pflege und Gesichtsmassage  
60 Min. € 49 / € 52

## Intensiv

Das intensive Reinigungsprogramm mit einer nährenden Multi-Vitamin-Maske und Schulter-Nacken-Massage  
90 Min. € 69 / € 72



# Anti Aging

Erleben Sie innovative Anti Aging-Technologie bei Aspria: Die Behandlung mit Ultraschall ist sehr effektiv, völlig ungefährlich und absolut schmerzfrei. Während einer entspannenden Behandlung transportiert sanfter Ultraschall die Wirkstoffe verschiedener Gele tief in die Haut.

Microdermabrasion ist ein professionelles, mechanisches Peeling. Abgestorbene Hautzellen werden gezielt entfernt, eine verfeinerte, neue Hautschicht kommt zum Vorschein. Das Ergebnis ist eine sichtbar verjüngte, straffe Haut und ein frischer, strahlender Teint.

## Ultraschall

### Für das Gesicht

30 Min. € 49 / € 52

45 Min. € 69 / € 72

Als Ergänzung zur Kosmetik-Behandlung

30 Min. € 35 / € 38

### Für den Körper

Po und Oberschenkel 45 Min. € 69 / € 72

Bauch 30 Min. € 59 / € 62

Arme 30 Min. € 49 / € 52

## Microdermabrasion

30 Min. € 59 / € 62

Inklusive Ultraschall 60 Min. € 89 / € 92

Als Ergänzung zur Kosmetik-Behandlung

20 Min. € 39 / € 42

# Maniküre und Pediküre

## Maniküre

### Express-Maniküre

Kurz und gut: Das Standard-Programm  
für Ihre Fingernägel  
30 Min. € 22 / € 25

### Klassische Maniküre

Schön und sauber: Die Pflege-  
Behandlung für Hände und Nägel  
45 Min. € 32 / € 35

### Spa Maniküre

Elegant und entspannt: Klassische Maniküre  
sowie Verwöhn-Programm mit Aroma-  
Peeling und Massage  
60 Min. € 42 / € 45

## Pediküre

### Express-Pediküre

Die entspannende Pause für Ihre Füße  
30 Min. € 25 / € 28

### Klassische Pediküre

Eine kosmetische Fußpflege für wohl-  
gepflegte Füße  
45 Min. € 35 / € 38

### Spa-Pediküre

Das Luxus-Programm inklusive Aroma-  
Salz-Peeling und entspannender Fußmassage  
60 Min. € 45 / € 48

## Lack

Lack 3 Schichten – in Verbindung mit  
einer Mani- oder Pediküre  
15 Min. € 7 / € 9

French Lack – in Verbindung mit  
einer Mani- oder Pediküre  
15 min. € 10 / € 12

French Lack – ohne Mani- oder Pediküre  
15 Min. € 12 / € 14





# Basics

## Make up

Tages-Make up  
30 Min. € 25 / € 28

Abend-Make up  
45 Min. € 35 / € 38

## Wimpern und Augenbrauen

Wimpernfarbe – nur in Verbindung mit  
einer kosmetischen Behandlung  
15 Min. € 7 / € 9

Augenbrauenfarbe – nur in Verbindung  
mit einer kosmetischen Behandlung  
15 Min. € 7 / € 9

Wimpern- und Augenbrauenfarbe in Ver-  
bindung mit einer kosmetischen Behandlung  
20 Min. € 12 / € 14

Wimpern- und Augenbrauenfarbe  
ohne kosmetische Behandlung  
20 Min. € 20 / € 22

## Depilation

Gesicht: 15 Min. € 9 / € 11

Achseln: 15 Min. € 15 / € 18

Bikini: 30 Min. € 19 / € 22

Oberschenkel: 30 Min. € 26 / € 29

Unterschenkel: 30 Min. € 24 / € 27

Ganzes Bein: 45 Min. € 36 / € 39

Brust: 30 Min. € 26 / € 29

Rücken: 30 Min. € 29 / € 32

## Permanente Haarentfernung

Preise und Termine auf Anfrage



# Massagen

## Wohlfühl-Massagen

### Wellness-Massage

Entspannung für Kopf, Rücken, Schultern und den ganzen Körper

### In Touch®

Eine Berührung für Körper und Seele, die nachhaltig Ihre Lebensfreude fördert, Ihr kreatives Potenzial aktiviert und Ihre Leistungsfähigkeit erhöht

### Klangschalen-Massage

Tiefen-Entspannung durch angenehme Schwingungen

### Aroma-Massage

Die Wohlfühl-Massage mit einer individuell angefertigten Mischung ätherischer Öle

30 Min. € 33 / € 36

45 Min. € 46 / € 49

60 Min. € 59 / € 62

## Weltreise

### Hot Stone/La Stone

Die Massage mit erhitzten Basalsteinen und teilweise gekühlten Marmorsteinen sorgt für eine ganzheitliche Entspannung

30 Min. € 33 / € 36

70 Min. € 69 / € 72

### Reiki

Nach dem japanischen „rei“ (Kosmos) und „ki“ (Lebensenergie) wirkt die Reiki-Massage auf körperlicher, geistiger, emotionaler und spiritueller Ebene und aktiviert Ihre Selbstheilungskräfte

60 Min. € 60 / € 63

### Thai Massage /Thai Öl-Massage

Bei dieser Behandlung werden Ihre Energiekanäle systematisch mit Daumen, Handflächen, Ellenbogen, Knien und Füßen in gleichmäßigen Rhythmus gebracht

60 Min. € 60 / € 63

90 Min. € 90 / € 93

### Thai Fuß-Massage

60 Min. € 60 / € 63

### Lomi Lomi-Massage

Die traditionelle Tempel-Massage aus Hawaii entspannt und vitalisiert Sie auf allen Ebenen durch angenehme Berührungen fließender Massagestriche in Verbindung mit warmen Körperölen und hawaiianischen Klängen

75 Min. € 79 / € 82

### Shiatsu

Bei der japanischen Druckpunkt-Technik „atmet der Körper auf“ und die Energieleitbahnen des Körpers werden aktiviert und in Einklang gebracht

60 Min. € 59 / € 62

90 Min. € 85 / € 88

## Wahre Wunder

### Sport-Massage

Ein Genuss nach dem Sport und anstrengenden Tagen, Ihre Muskulatur wird gelockert und vitalisiert

30 Min. € 33 / € 36

45 Min. € 46 / € 49

60 Min. € 59 / € 62

### Breuss & Dorn

Gutes für Ihren Rücken. Die spezielle Massage löst seelische und körperliche Verspannungen und wirkt regenerierend auf die Bandscheiben

30 Min. € 33 / € 36

45 Min. € 46 / € 49

60 Min. € 59 / € 62

### Manuelle Lymphdrainage

Die sanfte, rhythmische Massage regt den Lymphfluss an und schwemmt Gifte, Eiweiße und Fette aus dem Gewebe

30 Min. € 33 / € 36

60 Min. € 59 / € 62

### Fuß-Massage/Fußreflexzonen-Therapie

Pure Entspannung für Körper und Geist/  
Traditionelle chinesische Fußreflexzonen-Massage

30 Min. € 33 / € 36

45 Min. € 46 / € 49

Bitte bringen Sie zur Thai Massage und zum Shiatsu bequeme Kleidung mit. Nach den Öl-Massagen sollten Sie Zeit für eine Dusche einplanen.



# Ayurveda

Ayurveda ist die Kunst, das tägliche Leben in Harmonie mit den Gesetzen der Natur zu gestalten. So sind ayurvedische Massage-Therapien sehr viel mehr als nur ein Mittel angespannte Muskeln zu lockern und den Verstand zu beruhigen.

Die genussvollen Massagen werden mit ayurvedisch gereiften, warmen Ölen ausgeführt. Sie reinigen den Körper auf einer tiefen Zellebene, nähren und kräftigen und gehören zu den wirksamsten Hilfsmitteln, Ungleichgewichte auszugleichen. Die Haut wird glatt und geschmeidig, der Alterungsprozess nachhaltig verlangsamt.

## Mukabhyanga

Kopf-, Gesichts- und Nackenmassage  
60 Min. € 59 / € 62

## Abhyanga

Massage des ganzen Körpers inklusive Kopf und Gesicht  
60 Min. € 69 / € 72  
90 Min. € 85 / € 88

## Pristabhyanga

Wohltuende Rücken-Massage  
45 Min. € 46 / € 49

## Padabhyanga

Fuß- und Unterschenkel-Massage  
30 Min. € 33 / € 36

# Alternative Therapien

## Cranio-Sacrale Körperarbeit

Durch präzise Berührungen werden Einschränkungen und Blockaden im Körper gezielt aufgehoben  
60 Min. € 59 / € 62  
90 Min. € 85 / € 88  
Im Wasser setzt der Entspannungsprozess noch schneller ein  
45 Min. € 49 / € 52

## Physiotherapie

30 Min. € 38 / € 41  
45 Min. € 55 / € 58  
60 Min. € 72 / € 75

## Osteopathie

Preise und Termine auf Anfrage



# Spa Packages

## Energiequelle

Frische und Vitalität erleben Sie mit der Kombination aus einer Gesichtsbehandlung mit Aromatherapie und einer wohltuenden Rücken-Massage

90 Min. € 76 / € 85

## Kraftpaket

Schöpfen Sie neue Energie mit einer intensiven Gesichtsbehandlung und einer entspannenden Ganzkörpermassage

150 Min. € 116 / € 125

Gern stellen wir Ihnen auf Wunsch individuelle Packages zusammen, bitte sprechen Sie uns an.



# Wellness zum Verschenken

All unsere Behandlungen können Sie auch als Gutscheine erwerben. Das Spa Team freut sich über Ihren Besuch und berät Sie ebenfalls sehr gerne beim Kauf von Produkt-Präsenten.

# Ihr Besuch im Spa

Wir empfehlen, dass Sie Ihre Behandlungen im Voraus reservieren. Termine können Sie entweder direkt im Spa oder telefonisch unter (040) 52 01 90 60 vereinbaren.

Zur optimalen Entspannung bitten wir Sie, rechtzeitig zu Ihrem Termin bei uns einzutreffen. Sollten Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, bitten wir Sie, uns mindestens 24 Stunden vorher zu benachrichtigen. Bei einer späteren Absage werden wir die Kosten der gebuchten Behandlung berechnen müssen.



Aspria · Rehagen 20 (Ring 3) · 22339 Hamburg · Tel. (040) 52 01 90 60  
Ihr Klick zum Spa: [www.aspria-hamburg.de](http://www.aspria-hamburg.de)