



ELYSEUM  
wellness & spa



## WASSER – ELIXIER DES LEBENS WATER – THE ELIXIR OF LIFE

Tauchen Sie ein in unsere Welt der Entspannung und Regeneration. Unser großzügiger Poolbereich lockt mit einem beheizten 14x7m großen Pool, einem vitalisierenden Whirlpool und zahlreichen Sitz- und Liegemöglichkeiten für eine behagliche Auszeit.

Immerse yourself in our world of relaxation and regeneration. Our spacious pool area entices guests with a heated, 14x7m swimming pool, a vitalising whirlpool and countless seating and reclining options for a comfortable and cozy time off.





## ENTSPANNEN UND KRAFT TANKEN RELAX AND REJUVENATE

Entspannen Sie Geist und Körper in der Finnischen Sauna, Eukalyptus-Sauna, Infrarot-Kabine oder dem Römischen Dampfbad mit seinem kunstvoll gestalteten Sternenhimmel. Erlebnisduschen mit Kaltnebel und Regen sowie frisches Eis aus dem Eisbrunnen und Zugang zur Terrasse sorgen für kühle Kontraste.

Relax and loosen your body and mind in our Finnish sauna, eucalyptus sauna, infrared cabin or our Roman steam bath housed with an aesthetic and artful starry sky. Explore adventure showers with cold mist and rain as well as fresh ice from the ice fountain and access to the terrace to feel refreshing cool contrasts.





## GESUNDHEIT UND SCHÖNHEIT HEALTH AND BEAUTY

Gesundheit und Schönheit fördern unser positives Lebensgefühl, die körperliche Vitalität und das Wohlbefinden. Buchen Sie Wohlgefühl und belohnen Sie sich mit unserer Vielfalt an Massagen, Peelings und entspannenden Ganzkörper-Anwendungen auf höchstem Niveau.

Health and beauty promote and foster a positive attitude towards life, physical vitality and general well-being. Reward and treat yourself with our numerous massages, peelings and soothing body treatments at the highest level.



## FITNESS UND TRAINING FITNESS AND TRAINING

Für Ihr Work-out erwarten Sie in unserem exklusiven Fitnesspavillon vielfältige und moderne Trainingsgeräte – vom Stepper über das Laufband bis zur Hantelbank. Unsere direkt angrenzende, windgeschützte Sonnenterrasse lädt Sie insbesondere in der warmen Jahreszeit zur Entspannung ein.

Our exclusive fitness area offers a wide range of modern equipment – from steppers to treadmills and weight benches – to cater to all your needs. The adjacent, sheltered sun deck offers a great area to relax and unwind, especially during the warmer seasons.



## SNACKS UND GETRÄNKE AN DER POOLBAR SNACKS AND DRINKS AT OUR POOL BAR

Lassen Sie sich an der Poolbar kulinarisch verwöhnen. Zwischen dem Besuch der Sauna oder einer wohltuenden Massage laden wir Sie ein, gesunde Speisen und erfrischende Getränke in entspannter Atmosphäre zu genießen.

Get ready to be spoiled and pampered at the pool-bar. We invite you to enjoy a wide range of light and healthy meals as well as refreshing drinks in a calm environment, in-between your spa and wellness activities.



## KLASSISCHE MASSAGEN CLASSIC MASSAGES

DAUER  
DURATION

PREIS  
PRICE

### RÜCKEN-, SCHULTER- ODER NACKENMASSAGE BACK, SHOULDER OR NECK MASSAGE

25 Min. 55,00  
50 Min. 95,00

wohltuend, löst Verspannungen  
soothing, releases tension

### SCHWEDISCHE GANZKÖRPER-MASSAGE // SWEDISH BODY MASSAGE

50 Min. 95,00  
80 Min. 135,00

lockert und entspannt den gesamten Körper, auf Wunsch auch mit Aromaöl  
loosens and relaxes the whole body, with aromatic oil on request

HIGH  
LIGHT

### TIEFENGeweBSMASSAGE // DEEP TISSUE MASSAGE

50 Min. 100,00  
80 Min. 145,00

intensive und kräftige Massagegriffe, löst Verhärtungen der Tiefenmuskulatur und lindert Schmerzen  
intense and strong massage, relieves tension in deep muscles and reduces pain

### FUSSREFLEXZONENMASSAGE // FOOT REFLEXOLOGY MASSAGE

25 Min. 55,00  
50 Min. 95,00

wirkt anregend, regenerierend und entspannend zugleich  
stimulates, regenerates and relaxes the foot

## SPEZIAL MASSAGEN SPECIAL MASSAGES

DAUER  
DURATION

PREIS  
PRICE

### HOT STONE MASSAGE // HOT STONE MASSAGE

80 Min. 140,00

tiefenwirksam, mit warmen Steinen  
a deep massage with heated stones

### LOMI LOMI NUI MASSAGE // LOMI LOMI NUI MASSAGE

80 Min. 140,00

harmonisierende hawaiianische Massage mit fließenden Bewegungen von Kopf bis Fuß  
a Hawaiiin massage that restores harmony with flowing movements from head to toe

### AYURVEDA MASSAGEN // AYURVEDA MASSAGES

HIGH  
LIGHT

energetische Ganzkörpermassage aus der traditionell indischen Medizin mit warmen Sesamöl  
energising full body massage based on traditional Indian medicine with heated sesame oil

80 Min. 140,00

tiefenentspannende Kopf- und Gesichtsmassage  
deeply relaxing head and face massage

50 Min. 100,00

belebende und vitalisierende Fußmassage  
stimulating foot massage

50 Min. 100,00

### HONIGMASSAGE // HONEY MASSAGE

80 Min. 140,00

wohltuend und entgiftend mit Honig und warmen Massagewachs  
soothing and detoxifying with honey and warm massage wax



#### DIE PHILOSOPHIE VON VITALIS DR. JOSEPH

Für VITALIS Dr. Joseph steht die Natur seit jeher an erster Stelle. Mikrotechnologisch verfeinerte Wirkstoffe der Natur werden in Harmonie mit traditionellem Wissen zu ganzheitlichen Produkten und Behandlungen vereint. Das Beste aus Hightech und Natur für Ihr Wohlbefinden!

#### SIGNATURE MASSAGEN MIT VITALIS DR. JOSEPH SIGNATURE MASSAGES WITH VITALIS DR. JOSEPH

| DAUER<br>DURATION | PREIS<br>PRICE |
|-------------------|----------------|
|-------------------|----------------|

##### GESICHTSMASSAGE // FACE MASSAGE

|         |       |
|---------|-------|
| 25 Min. | 60,00 |
|---------|-------|

inklusive Peeling mit bioaktiver Fruchtsäure und reichhaltigem Pflegeöl  
including peeling with bioactive fruit acid and rich nurturing oil

##### HAND- UND FUSSMASSAGE // HAND AND FOOT MASSAGE

|         |        |
|---------|--------|
| 50 Min. | 100,00 |
|---------|--------|

inklusive wirkstoffreichem Peeling und Nachpflege // including nourishing peeling and aftercare

##### GANZKÖRPERPEELING INKLUSIVE NACHPFLEGE WHOLE BODY PEELING INCLUDING AFTERCARE

|         |       |
|---------|-------|
| 25 Min. | 55,00 |
|---------|-------|

Intensiv pflegendes Peeling auf Basis von Heublume und Aprikosenextrakt  
intensive care peeling based on hay flower and apricot extract

**HIGH  
LIGHT**

##### DELUXE ANWENDUNG MIT VITALIS DR. JOSEPH DELUXE TREATMENT WITH VITALIS DR. JOSEPH

|          |        |
|----------|--------|
| 110 Min. | 220,00 |
|----------|--------|

beinhaltet // contains

- reinigendes und wirkstoffreiches Ganzkörperpeeling // cleansing full body peeling, rich in active ingredients
- entspannende Gesichtsmassage // relaxing face massage
- regenerierende Hand- und Fußmassage // regenerating hand and foot massage
- intensive und tiefenentspannende Ganzkörpermassage mit einem hochwertigen Öl aus duftenden Nadelhölzern und Zitrusfrüchten  
intensive and deeply relaxing full body massage with a high quality oil from aromatic pinewood and citrus fruits

## GOOD TO KNOW

für Anwendungen // for treatments

**RESERVIERUNG** | Bitte reservieren Sie frühzeitig Ihren Wunschtermin und geben Sie uns bekannt, ob es gesundheitliche Besonderheiten (Schwangerschaft, Allergie) zu beachten gibt.  
**RESERVATION** | Please reserve your preferred date and let us know if there are any health issues (pregnancy, allergy) we should be aware of.

**ZEITEN** | Erscheinen Sie bitte ca. 10 Min. vor Behandlungsbeginn in bequemer Kleidung. Nutzen Sie dazu gern Bademantel und Hotel slipper, die frisch auf Ihren Zimmer für Sie bereit liegen.  
**TIMES** | Please arrive in comfortable clothes and make sure you arrive 10 minutes before your appointment. You are welcome to use the bathrobe and slippers freshly provided for you in your room.

**STORNO** | Stornierung nur bis 24 Stunden vor Behandlungsbeginn kostenfrei. Danach werden 50% in Rechnung gestellt.  
**CANCELLATION** | 24 hours' notice is required for all cancellations or we will have to charge 50% of the fee.



## SPA ETIKETTE

für Sauna, Schwimmen und Fitness // for sauna, swimming and fitness

**RUHEZONE** | Unser Elyseum wellness & spa ist ein Ort der Ruhe und Entspannung. Zudem ist das Fotografieren und Telefonieren nicht erlaubt.  
**RELAXING ZONE** | Our Elyseum wellness & spa is a place for relaxation. We would therefore kindly request you to refrain from using your camera or mobile phone.

**SAUNA** | Der gesamte Sauna-Bereich ist textilfrei. Bitte legen Sie ein Handtuch auf die Sitz- oder Liegefläche.  
**SAUNA** | The entire sauna area is a "no clothing" zone. Please place a towel on the seat or bench on which you are sitting or lying.

**POOL** | Das Springen vom Beckenrand und mitbringen von Spielutensilien ist nicht gestattet.  
**POOL** | Guests are prohibited from jumping from the edge of the pool and bringing toys into the area.

**FITNESS** | Unser Fitnessbereich begrüßt alle Gäste in entsprechender Sportkleidung. Bitte desinfizieren Sie Ihre Geräte nach Gebrauch.  
**FITNESS** | Our fitness area welcomes all guests in appropriate sportswear. Please disinfect your equipment after use.

**FAMILIENZEITEN** | Wir bieten 2x täglich die Familienzeiten für Kinder unter 16 Jahren in Begleitung der Eltern an. Siehe Rückseite.  
**FAMILY TIME** | We offer family time sessions two times a day for children under 16 years accompanied by their parents.

**SPEISEN UND GETRÄNKE** | Nutzen Sie gern unser vielfältiges Angebot an der Pool-Bar. Mitgebrachte Speisen und Getränke sind untersagt.  
**FOOD AND BEVERAGES** | Feel free to enjoy a wide range of refreshments at our pool bar. It is prohibited to bring your own food and drinks.

**RUHEMÖGLICHKEITEN** | Bitte keine Sitz- und Liegemöglichkeiten mit Handtüchern und anderen Gegenständen reservieren.  
**RESTING FACILITIES** | Please do not reserve seating and lounging areas with towels and other items.

# WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH! WE ARE LOOKING FORWARD TO YOUR VISIT!

## Öffnungszeiten:

Unser Schwimmbad und unsere Saunalandschaft sind für Sie täglich von 07:00 bis 22:00 Uhr geöffnet. Kinder unter 16 Jahren begrüßen wir in Begleitung der Eltern zu den Familienzeiten 09:00 bis 12:00 Uhr sowie 15:00 bis 18:00 Uhr. Über unsere Spa Rezeption buchen Sie unser vielfältiges Massageangebot. Der Fitnessbereich steht Ihnen an allen Tagen rund um die Uhr zur Verfügung.

## Opening hours:

Our pool and sauna area is open from 07:00 a.m. to 10:00 p.m. Children under the age of 16 are welcome during the family times from 09:00 a.m. to 12:00 p.m. and from 03:00 p.m. to 06:00 p.m., accompanied by their parents. If you would like to book a treatment or a massage with us, our spa reception will help you at any time. Our fitness area is open 24 hours every day.

**ELYSEUM wellness & spa**

Rothenbaumchaussee 10 | 20148 Hamburg

040 41 41 2-735 | [elyseum@grand-elysee.com](mailto:elyseum@grand-elysee.com) | [www.grand-elysee.com](http://www.grand-elysee.com)