



ELBSCHLOSS RESIDENZ

BEWEGUNG
ENTSPANNUNG
SCHÖNHEIT



Wellness Spa

ENTSPANNUNG UND

Luxus

LUXUS PUR:

Das Wellness Spa bietet auf 660 qm Entspannung auf höchstem Niveau. Wir haben für Sie eine Welt der Sinne geschaffen, in der Sie genussvoll Energie tanken können, von Fitness über Wellness bis zur Kosmetik.

FÜR IHRE KRAFT UND BEWEGLICHKEIT:

Täglich bieten wir im Wechsel Wassergymnastik, Yoga, Tanzen im Sitzen und vieles mehr an. Im Krafraum mit speziell für Senioren entwickelten Fitnessgeräten können Sie gezielt trainieren, auf Wunsch auch unter Anleitung eines erfahrenen Physiotherapeuten. Er stellt Ihr individuelles Programm für die Kräftigung Ihrer Muskulatur zusammen. Wir rechnen, wie jede physiotherapeutische Praxis, Ihr Rezept mit der Krankenkasse ab.



FÜR DEN IDEALEN START IN DEN TAG:

Bahnen schwimmen im angenehm temperierten Pool. Wer seine Abwehrkräfte steigern möchte, schließt einen Gang in die Sauna oder ins Dampfbad an. Zur Entspannung und Aktivierung finden Sie bei uns zudem ein großes Angebot an einzigartigen Massagen.

FÜR IHRE SCHÖNHEIT UND GEPFLEGTES ÄUSSERES:

In unserem Beauty Salon bieten wir Basics wie Maniküre, Pediküre und Haarpflege, auf Wunsch auch Kosmetikbehandlungen mit hochwertigen Pflegeserien für Gesicht und Körper.

Das Wellness Spa ist exklusiv für die Bewohner der Elbschloss Residenz, ihre Gäste und Clubmitglieder reserviert.

Jacqueline Parthum
LEITUNG WELLNESS SPA
ELBSCHLOSS RESIDENZ

FIT WERDEN & FIT BLEIBEN



GERÄTETRAINING

—
Kräftigen Sie Ihre Muskulatur nach einem für Sie individuell erstellten Trainingsplan.



GYMNASTIK

—
Bewegung schafft Beweglichkeit.
Fördern Sie Ihre Kraft und Koordination beim Kurstraining in Gruppen.



PHYSIOTHERAPIE

—
Lassen Sie sich von unseren erfahrenen Physiotherapeuten unterstützen, Ihre Mobilität zu erhalten oder wieder zu erlangen, auch auf Rezept.

WOHLFÜHLEN & ENTSPANNEN



SAUNA

Wärme und Wohlgefühl finden Sie beim Sauern im Wellness Spa. Wählen Sie zwischen Finnischer Sauna, Sanarium und Dampfbad.



SCHWIMMBAD

Tauchen Sie ein in 30 Grad wohltemperiertes Wasser und genießen Sie die Schwerelosigkeit. Ziehen Sie täglich Ihre Bahnen im eigenen Tempo oder fordern Sie Ihren Körper beim Aquafit.



VERWÖHNMASSAGEN

Genießen Sie exklusive Massagen wie Lomi Lomi Nui und Hot Stone Therapie für ein gutes Körpergefühl und mehr Leichtigkeit im Alltag.

PFLEGE & SCHÖNHEIT

KOSMETIK

Genießen Sie die sorgsame Pflege mit kostbaren Kosmetikprodukten für Gesicht, Hals und Dekolleté, ganz nach Ihren Wünschen.



COIFFEUR

Ob Haarschnitt oder Haarwäsche, unsere Friseurinnen stehen Ihnen mehrmals in der Woche zur Verfügung.

MANIKÜRE UND PEDIKÜRE

Für perfekt gepflegte, gesunde Hände und Füße, auf Wunsch auch mit Lack, sorgen unsere Kosmetikerinnen.





ELBSCHLOSS RESIDENZ



Wellness Spa

Elbschloss Residenz GmbH | Elbchaussee 374 | 22609 Hamburg
Telefon 040 819 91 10 | info@elbschloss.org www.elbschloss-residenz.de