



Specials inSIDE

## **For her: Hands up!**

Verzaubern Sie sich und andere mit dem makellosen Anblick Ihrer Hände. Damit Ihre Hände die reichhaltige Pflege in Form einer Packung besser aufnehmen können, starten wir die Behandlung mit einem sanften Peeling. Es folgt die Pflege der Nagelhaut, sowie der Nägel. Als Finish haben Sie die Wahl zwischen einer Handmassage und Klarlack.

**50 Minuten 60 €**



## **For her: Look like a star**

Lassen Sie Ihre Augen erstrahlen und sehen Sie sich in neuem Glanz. Diese Behandlung umfasst neben dem Formen und Färben der Augenbrauen auch das Colorieren der Wimpern. Abgerundet wird das Ganze durch eine kühlende und belebende Augenmaske. „Sehen“ Sie den Unterschied!

**50 Minuten 60 €**



## **For her: Abhyanga**

Die Königin unter den Ayurveda-Massagen: Genießen Sie das Gefühl der absoluten Entspannung, wenn warmes Öl mit sanften Massagegriffen über Ihrem gesamten Körper verteilt wird. In ihrem Ursprungsland Indien, wird die Abhyanga nicht nur als reine Wellnessmassage, sondern vielmehr als Anwendung, die helfen soll, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen, angesehen. Gönnen Sie sich diese Auszeit.

90 Minuten 120 €



## **For him: Maskulin SIDE**

Bei dieser Rückenbehandlung wird mit einem speziellen Mineralsalz-Peeling die beanspruchte Haut tiefengereinigt. Mit einer feuchtigkeitsspendenden Körperlotion wird das Gleichgewicht der Haut wiederhergestellt.

**50 Minuten 70 €**

### **For him: Head unloaded**

Nach dieser Behandlung werden Sie das Gefühl haben, frei und schwerelos zu sein. Die Kombination einer verspannungslösenden Rücken- und Nackenmassage mit einer beruhigenden Kopfmassage nimmt Ihnen den alltäglichen Druck von den Schultern.

**50 Minuten 65 €**

### **For him: Maniküre**

Nehmen Sie sich 25 Minuten Zeit und genießen Sie anschließend das positive Feedback gepflegter Hände. Diese Behandlung ist speziell für Männerhände und umfasst neben dem Formen der Fingernägel auch das Pflegen der Nagelhaut. Auf Wunsch erhalten Ihre Hände gern eine kurze Verwöhnmassage.

**25 Minuten 30 €**



## **Power Plate inSIDE**

Der SIDE SPA bietet die einmalige Fitness-Innovation aus den USA: Power Plate! Die Power Plate ist ein Ganzkörpertrainingsgerät, bestehend aus einer multi-dimensional vibrierenden Platte, die in den Bereichen Fitness, Beauty, Wellness sowie Anti-Aging erfolgreich eingesetzt wird.

Erleben Sie, wie viel Spaß effizientes Fitness Training bringen kann: Gemeinsam mit einem Personal Trainer erkunden Sie die Power Plate und lassen sich im Anschluss mit speziell auf das Training abgestimmten Massagen verwöhnen.

## **In Heaven**

Unsere Trainer haben ein spezielles Programm zur Straffung der Arme, Beine und der Bauchregion entwickelt. Im Anschluss erwartet Sie ein SPA-Mitarbeiter für ein sanftes Körperpeeling und eine Verwöhnmassage.

**45 Minuten Personal Training  
inkl. CheckUp**

**75 Minuten Massage & Peeling  
115 €**

## **Men's Balance**

Geben Sie Ihrem Rücken mit diesem effizienten Training die Kraft, die er braucht um den Alltag zu stemmen. Im Anschluss genießen Sie eine kräftige Rückenmassage zur Lockerung und Entspannung der Muskulatur.

45 Minuten Personal Training  
inkl. CheckUp  
25 Minuten Massage  
72,50 €

## **Down to Earth**


Lassen Sie nach einem langen Tag den Alltag hinter sich. Mit speziellen Übungen lockert die Power Plate Ihre Muskulatur und regt die Durchblutung an. Im Anschluss sorgt eine 50-minütige Wohlfühlmassage für die absolute Entspannung.

**45 Minuten Personal Training  
inkl. CheckUp  
50 Minuten Massage  
100 €**

Follow us on

facebook



Öffnungszeiten täglich 6 – 23 Uhr.  
SIDE · Drehbahn 49, D-20354 Hamburg  
Fon +49 40 30 99 90 Fax +49 40 30 99 93 99 · info@side-hamburg.de  
www.side-hamburg.de · www.facebook.com/sidehotel  
A Hotel of the Seaside Group  A MEMBER OF DESIGN HOTELS