



VIER JAHRESZEITEN

SPA & FITNESS

SPA MENU

INHALT

4	SPA JOURNEYS
6	BODY TREATMENTS
10	FACIALS
13	GENTLEMEN'S TREATMENTS
15	YOUNG STAR TREATMENTS
16	ILA SPA-THERAPIEN
21	MINIMALIST TREATMENTS
22	MANIKÜRE & PEDIKÜRE
24	HAARE & MAKE-UP
26	SPA BOUTIQUE MARKEN

HERZLICH WILLKOMMEN IM VIER JAHRESZEITEN SPA

Der Vier Jahreszeiten Spa spiegelt die Eleganz, die Ruhe und die nordische Atmosphäre Hamburgs wider – mit seiner unvergleichlichen Kombination aus bewährten deutschen Heilverfahren und zeitgemäßen Lifestyle-Therapien setzt er internationale Maßstäbe und verspricht eine neue Definition von Luxus.

Sie finden uns in der Bel Etage – sieben Behandlungsräume mit Tageslicht, zwei Maniküre- und Pediküre-Suiten, eine Lounge mit offenem Kamin zur Entspannung, erstklassige Thermalbadeinrichtungen, ein Fitnessbereich sowie ein direkter Zugang zur Dachterrasse.

Tauchen Sie ein in eines der drei einzigartigen Vier Jahreszeiten Spa-Elemente – Wasser, Wind und Erde. Mit einer perfekten Choreographie aus Musik, Düften und Behandlungsmethoden wurden die drei Spa-Elemente so konzipiert, dass all Ihre Sinne und persönlichen Bedürfnisse angesprochen und die von Ihnen gewünschten Ergebnisse erzielt werden.

SPA JOURNEYS

Zelebrieren Sie eine unvergessliche Spa-Reise zu zweit oder lassen Sie sich in unseren Spa-Suiten bei Ihrer ganz persönlichen Auszeit verwöhnen. Ihr Spa-Programm bietet Ihnen unbegrenzte Tagesnutzung aller Spa-Einrichtungen sowie individuell abgestimmte Behandlungsmöglichkeiten.

„WASSER“ – DETOX & REINIGUNG

Dieses entgiftende Spa-Programm wurde sorgfältig mit ausgewählten Thermalmineralien und geeigneten Spa-Therapien entwickelt, um die Entschlackung von außen nach innen zu aktivieren.

Stimulierendes Hydrotherapie-Bad •

Salz & Öl-Körperpeeling •

Lavastein-Massage • Körper-Detox-Packung

150 min. | 325

SPA JOURNEYS

„WIND“ – ENTSPANNUNG & BALANCE

Eine ausgleichende und regenerierende Spa-Reise mit unserer Aroma-Massage zur Unterstützung der Durchblutung des ganzen Körpers. Im Anschluss folgt eine entspannende Aroma-Gesichtsbehandlung.

Fuß-Ritual • Aroma-Massage •

Aroma-Gesichtsbehandlung

120 min. | 235

„ERDE“ – ANTI-AGING & NOURISHING

Lassen Sie sich mit einem nährenden und regenerierenden Schönheitsprogramm verwöhnen. Eine wohltuende Pediküre, eine klassische Maniküre sowie eine Gold-Gesichtsbehandlung für den perfekten Glow kreieren Ihre persönliche Spa-Reise.

150 min. | 265

BODY TREATMENTS

Genießen Sie unser Angebot an wohltuenden Spa-Körpertherapien, die die natürlichen Heilungsprozesse Ihres Körpers aktivieren und Ihnen helfen, die bestmögliche Erholung und Regeneration zu erreichen.

VIER JAHRESZEITEN MASSAGE

Die klassische Vier Jahreszeiten Massage ist auf Ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmt. Die perfekte Mischung aus festen und sanften Techniken macht die Anwendung unter Verwendung ausgezeichneter Öle zu einer wahren Entspannungsreise.

„WASSER“ – DETOX & REINIGUNG

„WIND“ – ENTSPANNUNG & REBALANCE

„ERDE“ – ANTI-AGING & NOURISHING

60 min. | 120

90 min. | 175

BODY TREATMENTS

PAAR-MASSAGE

Wählen Sie aus unserem Standard-Spa-Menü eine Massage-Therapie nach Ihren individuellen Bedürfnissen und genießen Sie das Erlebnis zu zweit in unserer luxuriösen Paar-Suite.

60 min. | 130 p.P.

90 min. | 185 p.P.

AROMA-THERAPIE

Eine sanfte Druck-Aromatherapie-Massage mit feinsten ätherischen Ölen zum Abbau von körperlicher Anspannung und Stress. Diese Behandlung lässt Sie wunderbar sanft entspannen und regt gleichzeitig Ihr Immunsystem an.

60 min. | 110

90 min. | 165

BODY TREATMENTS

„SLEEP WELL“-MASSAGE

Wenn es Ihnen schwerfällt, erholsamen Schlaf zu finden, ist diese Behandlung eine ideale Methode, das zu ändern. Diese „Sleep Well“-Behandlung kombiniert aromatherapeutische Balsame, die wissenschaftlich erwiesen zur Förderung einer besseren Schlafqualität beitragen, während unsere gezielten Massage-Techniken Sie sanft ins Land der Träume gleiten lassen.

45 min. | 105

„HOT-STONE“-MASSAGE

Bei dieser Behandlung wenden erfahrene Therapeuten eine Kombination aus heißen Fluss-Steinen und fließenden Massage-Sequenzen zur Förderung der Durchblutung und des Lymphflusses an. Diese unterstützt die Entgiftung des Körpers und hat eine äußerst belebende Wirkung.

60 min. | 140

90 min. | 195

BODY TREATMENTS

„DEEP TISSUE“-MASSAGE

Diese Anwendung konzentriert sich auf die tieferen Schichten bestimmter Muskelgruppen und Faszien. Durch die perfekte Kombination aus starkem Druck, Gelenkmobilisation und passiven Dehnungen entlastet diese Ganzkörpermassage angespannte Muskeln und löst schmerzhafte Blockaden und Verspannungen.

60 min. | 140

90 min. | 195

IHR UPGRADE

Ihre Massage kann um die folgenden Behandlungen ergänzt werden:

Zusätzliche 15-Minuten-Massage	35
Körperpeeling	65
Körperpackung	75
Mini-Gesichtsbehandlung	85

FACIALS

Aufgrund der Anwendung bester Produkte und modernster Therapien können Ihre individuellen Bedürfnisse durch unsere professionellen Kosmetikerinnen optimal berücksichtigt und die gewünschten Effekte erzielt werden.

„VIER JAHRESZEITEN FACIAL“

Die klassische Vier Jahreszeiten Gesichtsbehandlung verspricht die Anwendung exklusiver Pflegeprodukte, perfekt auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt. Sie erhalten eine detaillierte Hautanalyse durch unser kompetentes Expertenteam, welches sich auf Ihren ganz individuellen Hautzustand konzentriert, und genießen im Anschluss pure Entspannung.

60 min. | 125

90 min. | 165

FACIALS

„CONTOURING“

Diese modellierende Gesichts-, Hals- und Dekolletébehandlung verbessert auf magische Weise die Gesamtfestigkeit von Wangen und Dekolleté, während Falten geglättet und Auswirkungen des Alterungsprozesses auf die Haut bekämpft werden.

90 min. | 185

„MIDNIGHT RECOVERY“

Verwöhnen Sie Ihre Haut mit dieser effektiven, über Nacht verjüngenden Gesichtsbehandlung und schlafen Sie sich über Nacht schön. Die in dieser Gesichtsbehandlung verwendeten Wirkstoffe regen die natürlichen, nächtlichen Heilungsprozesse Ihrer Haut an.

45 min. | 115

FACIALS

„PURIFYING“

Unsere reinigende Gesichtsbehandlung beginnt mit einem sanften Reinigungsritual einschließlich eines wohltuenden Peelings und eines Gesichtsdampfbads, das Ihre Haut optimal für eine porentiefe Reinigung und die abschließende Gesichtsmaske vorbereitet.

45 min. | 105

IHR UPGRADE

Ihre Gesichtspflege kann um die folgenden Behandlungen ergänzt werden:

Wimpernfärben	25
Augenbrauenfärben	25
Augenbrauendesign	25
Tages-Make-up	65

GENTLEMEN'S TREATMENTS

Unser Angebot an Herren-Behandlungen und -Therapien wurde für die besonderen Ansprüche der Männerhaut und des männlichen Körpers entwickelt.

GESICHTSBEHANDLUNG FÜR DEN HERREN

Diese vitale Gesichtsbehandlung kümmert sich um die besonderen Pflegebedürfnisse des Mannes, aktiviert die Barrierefunktion der Haut und verleiht ihr ein energetisiertes und gesünderes Gesamtbild.

60 min. | 125

75 min. | 155

SPORT-MASSAGE

Diese Massagebehandlung konzentriert sich ganz auf Erholung und kombiniert therapeutische Dehnung mit einer Tiefengewebsbehandlung der gesamten Muskulatur. Eine ideale Behandlung vor und nach starker körperlicher Belastung oder Workouts.

60 min. | 140

90 min. | 195

GENTLEMEN'S TREATMENTS

MENTORING SPA-PROGRAMM

Eine 45-minütige Rücken-, Nacken- und Schultermassage sowie eine 45-minütige Gesichtsbehandlung mit persönlicher Hautanalyse, zugeschnittener Beratung und individuellen Vorschlägen zur Hautpflege.

90 min. | 215

IHR UPGRADE

Ihre Gentlemen-Behandlung kann um die folgenden Behandlungen ergänzt werden:

Behandlung für strahlende Augen	45
Express-Maniküre	55
Express-Pediküre	65
Brust-Waxing	60
Rücken-Waxing	60

YOUNG STAR TREATMENTS

Teenager haben besondere Bedürfnisse bei der Haut- und Körperpflege. Genau hierfür wurde unsere Young Star-Behandlungskollektion entwickelt. Altersbeschränkung: bis 14 Jahre.

GESICHTSBEHANDLUNG FÜR JUNIOREN

Diese ultimative Reinigungs-Gesichtsbehandlung wurde für die sensible Haut von Teenagern entwickelt.

30 min. | 65

JUNIOR-MASSAGE

Die sanfte Druckmassage mit einem natürlichen Mandelöl ist eine ideale Entspannungsbildung für junge Spa-Fans.

20 min. | 45

JUNIOR-MANIKÜRE

Diese Maniküre beinhaltet ein Handpeeling und -bad, Nagelmodellierung, Polier- und Glanz-Behandlung sowie eine Handmassage. Nagellack ist optional.

20 min. | 35

ILA SPA-THERAPIEN

Der Vier Jahreszeiten Spa und die Luxus-Pflegemarke ila sind stolz darauf, Ihnen eine Kollektion ganzheitlicher ila Spa-Behandlungen und -Therapien vorstellen zu dürfen. Unter Verwendung reiner Zutaten beginnt jede Behandlung mit einem beruhigenden Fußritual und einer umfassenden Beratung durch unsere speziell geschulten Spa-Therapeuten.

„MARINE FLORA“-GESICHTSPFLEGE

Diese einzigartige Gesichtsbehandlung nutzt eine effektive Technik namens „Nervenzentrum-Therapie“, die – unter Verwendung einer speziellen Mischung von Wirkstoffen aus dem Meer – das Nervensystem durch Glättung der Nerven beruhigt und Spannungen und Stress im Gesicht löst.

90 min. | 155

ILA SPA-THERAPIEN

„ANANDA“-GESICHTSPFLEGE

Die göttliche Therapie beginnt mit einer Aloe Vera- und Granatapfelreinigung sowie einem sanften Gesichtspeeling mit schwarzen Johannisbeeren und Honig, gefolgt von kraftvollen Damaszener Rosen- und Sandelholzölen, welche die Energie der Hautzellen stimulieren. Die Haut leuchtet strahlend und ein Gefühl der Ruhe durchdringt den Körper.

60 min. | 115

„GOLD CELLULAR“

GESICHTSVERJÜNGUNGS-THERAPIE

Bei dieser wirklich kraftvollen Behandlung werden drei verschiedene Arten von natürlich vorkommendem Gold in Ihr Gesicht einmassiert. Diese Gold-Mischung unterstützt die Haut nachweislich bei der Heilung und schützt vor unterschiedlichen Zeichen der Hautalterung.

60 min. | 145

90 min. | 175

ILA SPA-THERAPIEN

„ATALA“-THERAPIE ZUR KÖRPERSTRAFFUNG

Eine straffende, entgiftende und entschlackende Behandlung zur Glättung der Konturen. Dadurch wird eine schlankere Silhouette sowie eine glattere, straffere und weiche Haut erzielt und gleichzeitig Flüssigkeitsansammlungen und Cellulite reduziert.

90 min. | 195

„KU NYE 5-ELEMENT“-THERAPIE FÜR KÖRPER & GESICHT

Diese Behandlung beginnt mit der Ku-Nye-Massage, einer Lymphdrainage sowie einer Akupressur mit ätherischen Ölen und heißen Himalaya-Salzpackungen und -kristallen. Sie schließt mit einer wohltuenden Ku-Nye-Gesichtsbehandlung ab.

120 min. | 255

ILA SPA-THERAPIEN

„INNER PEACE IMMERSION“-THERAPIE FÜR KÖRPER & GESICHT

Eine wohltuende, ausgleichende Erfahrung, die positive Energie wiederherstellt: Entspannung und Belebung von Körper und Geist für ein tiefes Gefühl der Ruhe. Ganz auf Haut und Sinne ausgerichtet, bereitet ein erneuerndes Allover-Peeling den Körper auf eine tief nährenden Massage vor, der sich eine Behandlung für ein strahlendes Gesicht anschließt.

120 min. | 215

„COUPLES CONNECT“-THERAPIE

Dieses sinnliche Ritual, das eigens für Paare entwickelt wurde, beruhigt das Nervensystem und fördert die Wiederverbindung auf körperlicher, emotionaler und spiritueller Ebene. Es konzentriert sich dabei auf das Herz-, Sakral- und Kronen-Chakra und nutzt die Kraft drei exquisiter Öle.

120 min. | 215 p.p.

ILA SPA-THERAPIEN

„DREAMTIME“-THERAPIE FÜR KÖRPER & SEELE

ila „Dreamtime“-Behandlungen helfen Ihnen, Ihre innere Ruhe wiederzufinden, loszulassen und Spannungen zu lösen und vollkommen erholt die Wohltat guten Schlafs und schöner Träume genießen zu können. Musik, Einsicht-Mantras für fokussierte Gedanken, Marma-Therapie, Chakren-Heilung und synergistische Anwendung von ätherischen Ölen sind die einzigartigen Techniken, die in Dreamtime verwendet werden.

120 min. | 215

MINIMALIST TREATMENTS

Genießen Sie unsere 25-minütigen Express-Behandlungen, die speziell auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten sind. Diese Behandlungen können Sie als Zusatzleistungen zu Ihrem regulären Spa-Programm buchen.

RÜCKEN, NACKEN UND SCHULTER	25 min. 65
FUSS-MASSAGE	25 min. 65
KÖRPERPEELING	25 min. 65
KÖRPERPACKUNG	25 min. 75
MINI-GESICHTSBEHANDLUNG	25 min. 65
„STRAHLENDE AUGEN“	25 min. 45

MANIKÜRE & PEDIKÜRE

Lassen Sie sich von „Hand bis Fuß“ in der ruhigen Umgebung unserer luxuriösen Spa-Suiten verwöhnen.

SPA-MANIKÜRE

Genießen Sie ein Rundum-sorglos-Paket mit Nagellackentfernung, einem Handpeeling und -bad, Nagelmodellierung, Nagelhautentfernung, Polier- und Glanzbehandlung, einer Handmassage sowie dem Auftragen einer neuen Schicht Nagellack.

60 min. | 75

SPA-PEDIKÜRE

Entspannen Sie bei einer verwöhnenden Pediküre mit Nagellackentfernung, einem Fußpeeling und -bad, Nagelneumodellierung, Nagelhautentfernung, einer Polier- und Glanzbehandlung sowie einer behutsamen Fußmassage und dem Auftragen einer neuen Schicht Nagellack.

60 min. | 85

MANIKÜRE & PEDIKÜRE

CND SHELLAC-MANIKÜRE

Die CND Schellack-Maniküre umfasst eine klassische Maniküre sowie eine CND Schellackapplikation in einer Farbe Ihrer Wahl.

75 min. | 105

CND SHELLAC-PEDIKÜRE

Die CND Schellack-Pediküre umfasst eine klassische Pediküre sowie eine CND-Schellackapplikation in einer Farbe Ihrer Wahl.

75 min. | 125

HAARE & MAKE-UP

Krönen Sie Ihr Spa-Programm mit einem Haar- und Make-up-Styling, das Ihren Wünschen und Ihrer Persönlichkeit gerecht wird. Unser professionelles Visagisten-Team steht Ihnen gern zur Verfügung. Für Ihre Wünsche „rund um's Haar“ wenden Sie sich bitte an unseren hauseigenen Friseursalon Köster unter der Telefonnummer +49 (0) 40 340 962.

NATÜRLICHES MAKE-UP

Lassen Sie sich mit einem natürlichen Tages-Make-up verwöhnen und legen Sie den Fokus auf einen gleichmäßigen Hautton sowie wunderschöne Augen und Lippen.

30 min. | 65

HAARE & MAKE-UP

GLAMOUR MAKE-UP

Ihr individuelles Glamour-Make-up zaubert den perfekten Look für einen fantastischen Abend oder Ihr nächstes Event – lassen Sie sich von unseren Experten beraten und erzielen Sie den gewünschten WOW-Effekt.

60 min. | 115

MAKE-UP FÜR DIE BRAUT

Lassen Sie sich bei einem ersten Termin zu der Gestaltung Ihres Hochzeits-Make-ups beraten und besprechen Sie Ihre individuellen Wünsche mit unseren geschulten Kosmetikerinnen.

90 min. | 165

SPA BOUTIQUE MARKEN

BYNACHT

Die erste Luxus-Hautpflegemarke, die in einer revolutionären Serie mit aromatherapeutisch wirksamen Ölen und Balms zusammenbringt, was zusammengehört: Schlaf & Schönheit.

LA BIOSTHETIQUE

Leben und Schönheit, Bios und Ästhetik – die Verbindung von natürlichen Inhaltsstoffen, modernster Forschung und Leidenschaft für die Schönheit, bestimmen seit dem ersten Tag die Philosophie der Marke.

ILA

ila verspricht die reine Kraft der Natur als Quelle wahrer Entspannung – emotionales, spirituelles und körperliches Wohlbefinden werden durch eine Anwendung der luxuriösen Beauty-Produkte vereint.

FRANK KÖSTER

Seit 1932 führt die Familie Köster ihren exklusiven Friseursalon in hanseatischer Tradition im Hotel Vier Jahreszeiten.

byn
acht

LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

ilā

FRANK KÖSTER
FRISEUR · KOSMETIK · LA BIOSTHETIQUE



VIER JAHRESZEITEN

SPA & FITNESS

Fairmont Hotel Vier Jahreszeiten • Tel: +49 (0)40 34 94 0 • spa.hamburg@fairmont.com