



- DAS RESÜMEE** Wer in der Metropole Hamburg nach einer gemütlichen, familiären Sauna sucht, der wird im Elbvorort Flottbek fündig. Die inhabergeführte Anlage am Stadtrand bietet ihren Gästen keinen großen Schnickschnack, sondern pure Erholung und Gesundheit.
- DIE GRÖSSE** Auf den rund 300 m<sup>2</sup> Fläche, davon etwa 100 m<sup>2</sup> Garten, können Sie sich für ein paar Stunden wie im Urlaub fühlen. Durch die ebenerdige Anlage ist das Haus auch für Gehbehinderte geeignet.
- DER EMPFANG** Bei den Mitarbeitern im Foyer können Sie auch gleich Massagetermine vereinbaren.
- DIE ÖFFNUNGSZEITEN** Geöffnet ist wochentags von 9:00–23:00 Uhr | Samstags von 10:00–23:00 Uhr | Sonn- und feiertags von 15:00–23:00 Uhr. Es ist auch möglich, die Sauna sonntags von 10:00–15:00 für private Veranstaltungen oder Gruppen preisgünstig zu mieten.
- DIE PREISE** Die Tageskarte kostet 13,50 € | Es gibt Ermäßigungen für Mehrfachnutzer und Jahreskarten.
- UMKLEIDEN | DUSCHEN** Es stehen 2 getrennte Umkleieräume für Damen und Herren mit Vollschränken zur Verfügung, die Duschen werden von Frauen und Männern gemeinsam genutzt.
- DIE SAUNEN** Die Sauna-Landschaft bietet zwei Finnische Saunen sowie ein Dampfbad. Die Aufgüsse werden nach Absprache von den Gästen selbst durchgeführt.
- DIE INNEN-SAUNA** Etwa zehn Gäste können es sich in der Trocken-Sauna im Innenbereich bei 85 °C gemütlich machen.
- DIE AUSSEN-SAUNA** Die von außen zugängliche, zweite Finnische Sauna bietet rund 15 Personen auf drei Bankstufen Platz, wobei 90 °C anliegen.

Neben der Außen-Sauna befindet sich das milde Dampfbad, das für etwa zehn Schwitzfreunde ausgelegt ist.

DAS DAMPFBAD

Sehr erfrischend ist das große Tauchbecken im Garten. Abkühlen können Sie sich aber auch unter den insgesamt drei Kaltduchen drinnen und draußen. Zwei Wechselbecken für Fußbäder sind vorhanden.

DAS ABKÜHLEN

DAS KNEIPPEN

Eine Liegewiese zum textilfreien Bräunen, eine Terrasse sowie zwei Becken, die von einer steinernen, griechischen Nymphe bewacht werden, bilden den Aussenbereich. Wenn im Frühjahr und Sommer die Rhododendren und Azaleen blühen, fühlt man sich wie im Garten Eden. Ebenfalls im Garten ist das 15 m<sup>2</sup> große Entspannungsbecken, das von blühenden Büschen umstanden ist.

DIE AUSSENANLAGE

DAS WARMBECKEN

Im gemütlich eingerichteten Ruheraum können Sie auf acht gepolsterten Liegen das prasselnde Feuer im Kaminofen genießen.

RUHEMÖGLICHKEITEN

Einen Schwerpunkt in der »Sauna Flottbek« bilden die vielfältigen Massagen. Vier ausgebildete Fachkräfte bieten Klassische und Rücken-Massagen, Lymphdrainage, Fuß-reflexbehandlung, Migräne- und Farbtherapie sowie Akupunkt-Massagen nach Penzel, Ayurveda- und Hot-Stone-Massagen. Empfehlenswert sind auch die Akupunkt-Massagen bei Schwangeren und unerfülltem Kinderwunsch. Massiert wird bis in die Abendstunden, eine Voranmeldung ist sinnvoll.

MASSAGEN

Regelmäßig finden Grillabende im Sommergarten statt, wo zum Beispiel gegrillte Scampis, selbstgemachter Zwiebelkuchen und Bier vom Faß angeboten werden. Private Feiern oder Frauentreffs können am Sonntag Morgen organisiert werden.

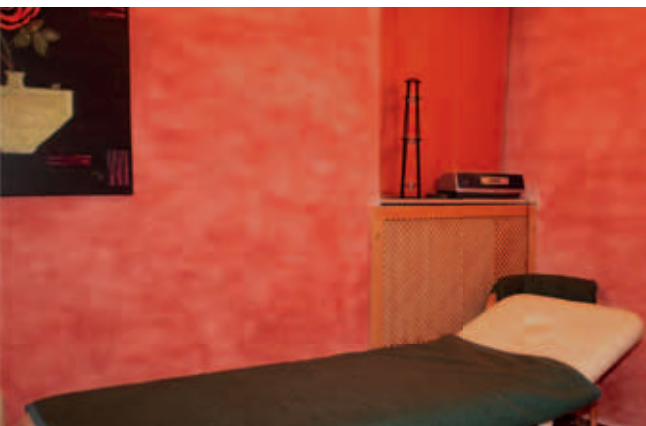
EVENTS

An der gemütlichen Sauna-Bar erhalten Sie kühle Getränke, knackige Salate und kleine Snacks. Es gibt auch leckeren Sekt oder Eiskaffee.

GASTRONOMIE

Sie können in Bar oder mit EC Karte bezahlen.

ZAHLUNGSVERKEHR



Neben dem Haus gibt es einen kostenlosen Gäste-Parkplatz.

PARKMÖGLICHKEITEN

