20231025

BUCHUNG

Termine können jederzeit über unseren Empfang (Tel. 040 401281) oder bei den jeweiligen Therapeut*innen vereinbart werden.

Die Abrechnung erfolgt nach jeder Anwendung bei den Therapeut*innen.

Bitte beachten: Bereits gebuchte Behandlungen können bis 12 Stunden vorher unter 040 401281 kostenfrei storniert werden.
Bitte sende Deine Absage nicht per E-Mail. Für kurzfristige, bzw. nicht abgesagte Termine behalten sich die Therapeut*innen vor, 50 Prozent der vereinbarten Behandlung zu berechnen.

BEHANDLUNGSZEITEN

Montag - Freitag: 8 – 20 Uhr
Samstag: 10 – 18 Uhr
Sonntag: 12 – 18 Uhr

PRÄVENTION
THERAPIE &
MASSAGE

KAIFU LODGE

Bundesstraße 107
20144 Hamburg

Telefon 040 401281

www.kaifu-lodge.de
/kaifulodge · /kaifulodge

THERAPEUT*INNEN

ANKE BÜHLING
0172 4207894
Massage
Naturheilkunde

CELIA STRUCK
0174 7689061
Massage
Wellnessanwendungen

COSIMA LÜTGE
0176 62344328
HP für Physiotherapie
Massage
Gesundheitsberatung

MARIANO TABOADA
0160 94811027
Massage

SARY GOCKS
0176 23379914
Massage
Wellnessanwendungen

SVEN HÄRTEL
0163 2524506
Massage
Physiotherapie

SO FINDEST DU UNS

*Den Eingang zu unserem Präventions-, Therapie & Massagebereich findest Du in der KAIFU-LODGE links hinter dem Restaurant. Sportler*innen, die nach dem Duschen eine therapeutische Anwendung gebucht haben, können auch die Zuwegung über den Ruhebereich auf der Saunaempore nutzen.*

*Im Bereich haben wir eine gemütliche Wartezone eingerichtet – dort wird Dich Dein/e Therapeut*in gern in Empfang nehmen.*

GUTSCHEINE – 5ER/ 10ER KARTEN

*Gutscheine bzw. 5er- und 10er Karten für viele Behandlungen sind direkt bei den Therapeut*innen und am Empfang erhältlich.*

BEHANDLUNG AUF REZEPT

*Privatversicherte können bei folgenden Therapeut*innen auch eine Behandlung auf Rezept in Anspruch nehmen: Cosima, Sven*

MASSAGEN

KAIFU LODGE

KLASSISCHE ANWENDUNGEN

*Bei uns haben schmerzhafte Verspannungen und körperliches Unbehagen keine Chance. Unsere erfahrenen Therapeut*innen sehen und spüren, wo der „Schuh drückt". Mit gezielten Griffen lockern sie Deine strapazierten Muskeln und helfen Dir so, schnell zu allgemeinem Wohlbefinden zurück zu finden.*

KLASSISCHE MASSAGE

Wohltuend, entspannende Ganzkörpermassage. Fördert die Durchblutung, löst Muskelverspannungen, aktiviert den Stoffwechsel und beruhigt spürbar das Nervensystem.

ca. 30 Minuten	€ 42,00
ca. 40 Minuten	€ 51,00
ca. 60 Minuten	€ 72,00
ca. 90 Minuten	€ 102,00

SPORTMASSAGE

Vitalisierende Massage mit angenehm kräftigem und tiefenwirkendem Druck. Besonders geeignet zur schnelleren Regeneration nach dem Sport.

ca. 30 Minuten	€ 42,00
ca. 40 Minuten	€ 51,00
ca. 60 Minuten	€ 72,00

MASSAGE FÜR SCHWANGERE

Sanfte und entspannende Auszeit für werdende Mütter. Entlastet den Rücken, wirkt schweren Beinen entgegen und löst Stress und Verspannungen im Körper. Ideal für Schwangere nach der 12. SSW bis kurz vor Entbindungstermin.

ca. 30 Minuten	€ 48,00
ca. 60 Minuten	€ 84,00

THERAPEUTISCHE ANWENDUNGEN

*Bei ausgeprägten oder langanhaltenden Symptomen bedarf es - neben den positiven Effekten einer Massage - oft auch eines ganzheitlichen und ursächlichen Ansatzes durch unsere erfahrenen Physiotherapeut*innen und Heilpraktiker*innen.*

MEDIZINISCHE MASSAGE

Spezifische Behandlung bei Schmerzen und anderen vorliegenden Beschwerden.

ca. 30 Minuten	€ 54,00
ca. 45 Minuten	€ 72,00
ca. 60 Minuten	€ 96,00

FASZIENMASSAGE

Verklebte, bindegewebige Strukturen werden in der Behandlung aufgespürt und gelöst.

ca. 30 Minuten	€ 54,00
ca. 45 Minuten	€ 72,00
ca. 60 Minuten	€ 96,00

TRIGGERPUNKTBEHANDLUNG

Schmerzhaft verhärtete Muskelzonen werden gezielt behandelt, die Durchblutung und Sauerstoffversorgung des Gewebes wird angeregt.

ca. 30 Minuten	€ 54,00

HORMON BALANCE MASSAGE

Individuell ausgleichende Behandlung je nach hormonellen Symptomen: von anhaltenden Stresszuständen bis hin zur Unterstützung der weiblichen Fruchtbarkeit.

ca. 60 Minuten	€ 96,00
ca. 90 Minuten	€ 132,00

Wir helfen Dir, dem Stress des Alltags zu entkommen und durch unsere ruhige, wertschätzende Behandlung verlorene Energie und Gelassenheit zurückzugewinnen.

TRADITIONELLE ANWENDUNGEN

*Unsere Therapeut*innen haben aus ihrer Heimat hochwirksame Anwendungen mitgebracht. Tauche ein in eine Welt voller inspirierender Sinneserlebnisse und genieße die Massagetraditionen anderer Kulturen.*

HAWAIIANISCHE MASSAGE / LOMI-LOMI

Intensiv verwöhnende Auszeit nach hawaiianischer Tradition. Beruhigt den Geist und öffnet Dein Herz.

ca. 60 Minuten	€ 84,00
ca. 80 Minuten	€ 114,00

BALINESISCHE MASSAGE

Original indonesische Behandlungsform, in der Dehnung, Akupressur & Massage wirkungsvoll miteinander kombiniert werden. Durch die Verknüpfung von sanftem und intensivem Druck werden Verspannungen gelöst.

ca. 70 Minuten	€ 90,00

THAI MASSAGE

Traditionelle Massagetechnik mit fernöstlichem Ursprung. Baut muskuläre Verspannungen ab und fördert in hohem Maße die Beweglichkeit des Bewegungsapparates. Wahlweise kann die Behandlung mit Öl, bzw. ohne Öl und dann bekleidet durchgeführt werden.

ca. 30 Minuten	€ 42,00
ca. 40 Minuten	€ 51,00
ca. 60 Minuten	€ 72,00

AYURVEDA ANWENDUNGEN

Als ein zentrales Element der indischen Gesundheitsphilosophie, unterstützen Dich unsere ayurvedischen Massagen in Deinem Bemühen, körperlichen und seelischen Ballast abzugeben und verlorene Energie zurückzugewinnen.

ABHYANGA

Sanfte Ganzkörper-Ölmassage nach ayurvedischer Lehre. Hochwertige Öle und spezielle Massagetechniken öffnen die Entgiftungskanäle, regenerieren und vitalisieren. Nach traditioneller Erkenntnis besonders geeignet als Begleitung bei Entgiftungsprozessen oder Stresszuständen.

ca. 60 Minuten	€ 85,00

MUKABHYANGA

Entspannende ayurvedische Öl-Behandlung für Gesicht, Kopf & Nacken. Harmonisierend auf der Gefühlsebene. Traditionell angewendet bei Stress, Kopfschmerzen & zur Schlafverbesserung.

ca. 50 Minuten	€ 72,00

PEELING

Entspannendes Reinigungsritual in der Kombination von sanftem Ganzkörperpeeling und Massage. Reinigt, entgiftet und versorgt die Haut mit nährenden Wirkstoffen. Unsere Peelings werden extra für Dich zubereitet. Daher bitten wir um eine Buchung mindestens 24h im Voraus.

ca. 60 Minuten	€ 85,00

Stand: 01.11.2023: Abweichungen & Änderungen vorbehalten.

WERTVOLLER HINWEIS

Bei vielen unserer traditionellen & ayurvedischen Anwendungen wird sehr viel Öl benutzt – mit vielen positiven Effekten für Dein Wohlbefinden. Gern kannst Du nach der Behandlung unsere Duschmöglichkeiten nutzen – bitte denke an Dein Handtuch.