



A passion for *beauty*

Susanne Wess

Day spas offer havens of relaxation to counter the autumn blues

As the days get shorter and chilly rains become more frequent, it's the right time to pamper your body and provide some balsam for the soul. Whether alone, with your best friend or sweetheart, day spas are the ideal place for a break, with benefits that easily match those offered by a short vacation. Here, we share with you some of Germany's most exclusive oases of relaxation. Places that help bring back that feeling of summer wellness and banish the autumn blues.

Wenn die Tage kürzer werden und regnerische Kühle Einzug hält, dann ist es an der Zeit, der Seele und dem Körper ein paar zusätzliche Verwöhneinheiten zu schenken. Ob allein, mit der besten Freundin oder mit dem Liebsten – Day Spas sind der ideale Ort für eine Auszeit, die so entspannend sein kann wie ein kleiner Urlaub. Wir präsentieren Ihnen einige von Deutschlands exklusivsten Relax-Oasen – damit der Sommer in der Seele wieder Einzug hält.

Photo courtesy of iStock

Blue Spa - Munich

Have you ever wondered what it would be like to enjoy a panoramic aerial view of Munich, with the quiet streets stretching out before you, as you glide through the still waters of a rooftop swimming pool? At the Bayerischer Hof's Blue Spa, this is possible, and the experience confirms the truth in the old Roman adage 'Sanus Per Aquam' (health through water, and – as claimed by some – a possible origin of the word 'spa'). Designed by architect Andrée Putman, the 1,200 square metre Day Spa offers relaxation at the highest level. And not just in the pool, where in good weather a glass roof can be opened, but also by means of the wide range of massages available, performed by specially-trained therapists. Shiatsu, Ayurveda or hot stone massages loosen the muscles and clear the mind. Sauna visits can be enhanced by a variety of infusions or Biosauna, treatments developed exclusively for women, whilst a collagen procedure can bring a fresh glow to tired skin. For those seeking something sportier, professionally-led Yoga and Pilates classes are two additional options. A relaxing hour in the conservatory, in front of an open fire, provides a blissful conclusion to your getaway.

Wollten Sie auch schon einmal hoch über den Dächern Münchens in einen Pool gleiten und mit herrlichem Blick über die Stadt ruhige Bahnen ziehen? Im Blue Spa des Hotels Bayerischer Hof ist das möglich – ganz nach dem von den Römern geprägten Begriff „sanus per aquam“ Von Stararchitektin Andrée Putman konzipiert bietet das Day Spa auf 1200 qm im wahrsten Sinne des Wortes Erholung auf höchstem Niveau. Und das nicht nur im Pool, dessen Glasdach bei schönem Wetter geöffnet wird, sondern auch dank des vielfältigen Angebots an Massagen, die von speziell ausgebildeten Therapeuten durchgeführt werden. Shiatsu, Ayurveda oder Hot-Stone-Massage lockern die Muskulatur und befreien den Geist. Kombiniert mit dem Besuch der Sauna mit diversen Aufgüssen oder Biosauna exklusiv für Damen entfalten sie ihre ideale Wirkung, während etwa ein Kollagen-Treatment die müde Haut wieder zum Strahlen bringt. Wer es hingegen etwas sportlicher angehen möchte, dem seien die Yoga- oder Pilatesstunden unter professioneller Anweisung empfohlen. Eine Ruhestunde im Wintergarten mit offenem Kamin rundet den Kurzurlaub ab.



Above, two views of Blue Spa in Munich, second photo courtesy of Benjamin Monn; opposite page, Yi-Spa, Berlin



Yi-Spa - Berlin

Near the elegant Hackescher Höfe, one of the most exclusive pieces of real estate in Berlin, there is a unique Day Spa. On entering Yi-Spa, you find yourself immersed in a pink world of relaxation, and all thoughts of the cold season and its grey tones outside are banished. The spa's exotic name is a reference to its formula, based on a combination of traditional remedies with natural ingredients. Cosmetic treatments, such as exfoliants and face masks, can include ingredients such as coconut, quark, rice, sesame, tamarind, honey, yogurt, milk and gold, together with exotic fruits. Traditional massage techniques, such as a gently-delivered Royal Thai massage or a Hawaiian Lomi-lomi treatment, promote mental and physical relaxation. For a few hours, Yi-Spa transports visitors into a pleasurable world of warmth and tranquillity, dispelling the stresses and strains of everyday life.



In der Nähe der eleganten Hackeschen Höfe, einem der exklusivsten Gebäudekomplexe Berlins, befindet sich ein Day SPA der ganz besonderen Art. Wer das Yi-Spa betritt, taucht in eine rosafarbene Welt der Entspannung ein, die das Grau der kühlen Jahreszeit in den Hintergrund bannt. Authentische Behandlungen gepaart mit naturreinen Ingredienzien sind das Geheimnis, das sich hinter diesem exotischen Namen verbirgt. So werden für die kosmetischen Treatments etwa Kokos, Quark, Reis, Sesam, Tamarinde, Honig, Joghurt, Milch und Gold sowie exotische, frische Früchte bei Peelings und Masken eingesetzt. Traditionelle Massagetechniken wie eine sanft ausgeführte Royal Thai Massage oder eine hawaiianische Lomilomi-Behandlung fördern die geistige und körperliche Entspannung. Das Yi-Spa entführt seine Besucher für ein paar Stunden in eine exotische Welt der Wärme und Ruhe und vertreibt die Hektik des Alltags.



Sassa B. Day Spa – Hamburg

Since May 2015, Hamburg harbour has been home to the luxurious Sassa B-SPA. Alexandra Burger, impassioned beautician, pampers her clients from head to toe in light-filled, spacious rooms with a variety of revitalising treatments and massages. For tired skin, she recommends a Drip-Spa Beauty infusion in which high quality vitamins, minerals and nutrients combine to relax and rejuvenate from the inside out. Working with naturopath Patricia Burger, she compiles a treatment plan specific to each customer, which includes detoxification, nutrition and prevention. Treatments can be combined into a package, to meet the needs of even the most demanding clients. Alexandra Burger also has an exclusive range of treatments designed for stressed or careworn businessmen. ■

Seit Mai 2015 gibt es das luxuriöse Sassa B-SPA im Hamburger Hafen. Die Herzblut-Kosmetikerin Alexandra Burger verwöhnt ihre Kunden in ihren lichten Räumlichkeiten mit revitalisierenden Anwendungen und Massagen von Kopf bis Fuß. So empfiehlt sie etwa bei müder Haut in ihrem Drip-Spa Beauty Infusionen, deren hochwertige Vitamine, Mineralien und Vitalstoffe von innen entspannen und regenerieren. Zusammen mit Heilpraktikerin Patricia Burger kann auf Kundenwunsch ein individuelles Behandlungskonzept erarbeitet werden, das auch die Bereiche Ernährung, Entgiftung und Prävention umfasst. All dies wird gerne in einem Spa-Paket gebündelt, um so auch die anspruchsvollsten Klienten zufrieden zu stellen. Übrigens: Für gestresste (Business-) Männer hält Alexandra Burger ganz besondere Men's Pflege-Specials bereit. ■



ADDRESSES:

BLUE SPA IM HOTEL
BAYERISCHER HOF
Promenadeplatz 2-6
80333 Munich
Tel. +49 (0)89 212 00
bayerischerhof.de

YI-SPA
Monbijouplatz 3a
10178 Berlin
Tel.+49 (0)30 28 87 96 65
yi-spa.com

SASSA B. DAY SPA – HAMBURG
Singapurstraße 1
20457 Hamburg
Tel. +49 (0)40 76 50 03 13
sassa-b-dayspa.de

On the opposite page, interiors and exterior of Sassa B. Day Spa, Hamburg; above, the terrace of Blue Spa, Munich, photo courtesy of Benjamin Monn; below, photo courtesy of Zenspa1/flickr.com