

Even helemaal tijd voor uzelf.



RUST. AANDACHT. EEN WARM WELKOM.

Ontdek de massages van Sai Thong. Van zachte ontspanning tot een stevige behandeling: kies het moment dat bij u past.

AMSTERDAM / HOOFDORP / BEVERWIJK

HAARLEM - VANAF 1 JANUARI 2027

Behandelingen, salons en cadeaumomenten

saithong.nl

Welkom bij Sai Thong

Rust, aandacht en traditioneel vakmanschap.



Een massage begint met aandacht.

Bij Sai Thong ontmoeten Thaise massagetechnieken en persoonlijke gastvrijheid elkaar. Onze masseuses luisteren naar uw wensen en stemmen de behandeling af op wat u prettig vindt. Een rustig moment, een warme ontvangst en tijd voor uzelf vormen de rode draad.

RUST

Even afstand nemen van de dagelijkse drukte.

AANDACHT

Uw voorkeuren en comfort staan centraal.

KEUZE

Zacht, stevig, met olie of juist zonder.

EEN WARM WELKOM, OOK BINNENKORT IN HAARLEM

U bent welkom in Amsterdam, Hoofddorp en Beverwijk. Vanaf 1 januari 2027 vindt u Sai Thong ook aan de Gedempte Oude Gracht 19 in Haarlem. Meer over deze nieuwe vestiging op pagina 28.



Kies uw moment

Blader rustig. Ontdek wat bij uw wensen past.



Kindermassage	07	Deep tissue massage	16
Voetreflexmassage	08	Zwangerschapsmassage	17
Ontspanningsmassage	09	Aroma met warme kokosolie	18
Rug, nek & schouders	10	Aroma met warme amandelolie	19
Traditionele Thaise massage	11	Postnatale massage	20
Combi massage	12	Hot stone massage	21
Sportmassage	13	Thaise kruidenstempel	22
Zweedse massage	14	Cupping	23
Shiatsu	15		

OOK IN DEZE BROCHURE

De kunst van Thaise massage	4
Welke massage past bij u?	5
Uw comfort staat voorop	6
Zwangerschap: ons salonbeleid	24
Onze salons - inclusief Haarlem vanaf 2027	25
Geef ontspanning cadeau	29
Google-reviews	30
Uw afspraak plannen	31

Zacht of stevig?

Kies niet alleen op de naam. Vraag de salon welke aanpak past bij uw voorkeuren. De QR-code opent het online behandelaanbod.



De kunst van Thaise massage

Een levende traditie, van generatie op generatie.



Nuad Thai maakt deel uit van de traditionele Thaise zorg en cultuur. Het verhaal van deze massagekunst loopt van dagelijkse zorg in dorpen naar het vastleggen van kennis, opleidingen en internationale erkenning.

DE WORTELS

Van dorp tot vakmanschap

In landelijke gemeenschappen gingen bewoners met spierpijn na het werk op het land naar plaatselijke massagebeoefenaars. Praktische ervaringen werden doorgegeven en groeiden geleidelijk uit tot een geordend geheel van kennis. Nuad Thai kent daardoor niet één eenvoudig beginpunt: de traditie kreeg vorm door generaties mensen die hun vaardigheden ontwikkelden en met anderen deelden.

1985

Een traditie in beweging

In 1985 begon in Thailand een project om Nuad Thai nieuw leven in te blazen en de beschikbare kennis te versterken. Beoefenaars gingen zich ook organiseren om ervaringen uit te wisselen. Het laat zien dat deze massagekunst blijft groeien: door kennis te bewaren, te delen en verder te ontwikkelen.

1831-1841

Een archief in steen

Onder koning Rama III werd bij Wat Pho in Bangkok kennis op steen vastgelegd. De verzameling telt 1.431 inscripties uit 1831-1841, over onder meer traditionele geneeskunde en massage. Zo werd kennis bewaard én toegankelijk voor een breed publiek. Wat Pho is nog altijd verbonden met massageonderwijs: een brug tussen overgeleverde kennis en nieuwe generaties.

2019

Erkend als levend erfgoed

UNESCO nam Nuad Thai in 2019 op in de Representatieve Lijst van het Immaterieel Cultureel Erfgoed van de Mensheid. Centraal staat het levend houden en doorgeven van kennis en vaardigheden. De erkenning geldt voor de traditie, niet als kwaliteitskeurmerk voor een individuele salon of behandeling.

SAI THONG

Traditie met persoonlijke aandacht

Bij Sai Thong combineren we traditionele Thaise massagetechnieken met persoonlijke aandacht. In Amsterdam, Hoofddorp en Beverwijk verwelkomen we u voor een moment van rust. We luisteren naar uw wensen en stemmen de behandeling daarop af. Zo krijgt Thaise gastvrijheid een persoonlijke invulling, dicht bij huis.

Bronnen: UNESCO - Nuad Thai en Wat Pho-inscripties; Wat Pho; Sai Thong website.

Welke massage past bij u?

Begin bij uw wensen. Kies daarna uw behandeling.



Wilt u vooral ontspannen, een bepaald gebied aandacht geven of de Thaise massagetraditie ervaren? Deze keuzehulp geeft richting. De naam van een massage bepaalt niet hoeveel druk u moet verdragen.

01

RUST & ZACHTHEID

Even helemaal ontspannen

Kies een rustig tempo en vloeiende bewegingen. Vertel het gerust als u voor het eerst komt of een lichte druk prettig vindt.

Denk aan: ontspanningsmassage of een warme oliemassage.

02

GERICHTE AANDACHT

Een kleiner gebied centraal

Liever aandacht voor uw bovenlichaam of juist uw voeten? Bespreek welk gebied u wilt laten masseren en welke plekken u liever overslaat.

Denk aan: rug, nek & schouders of voetreflexmassage.

03

DRUK & BEWEGING

De Thaise massagetraditie

Traditionele Thaise massage combineert druk met rustige rek- en strekbewegingen, zonder olie. Bij een combi massage komt daar oliemassage bij.

Denk aan: traditionele Thaise massage of combi massage.

04

STEVIG & DOELGERICHT

Bewust kiezen voor meer druk

Sportmassage en deep tissue hebben een stevig karakter. Kies deze aanpak omdat hij bij uw voorkeur past, niet omdat pijn méér druk zou vereisen.

Denk aan: sportmassage of deep tissue massage.

DE DUUR KIEZEN

Meer tijd, niet méér druk

De duur bepaalt de beschikbare tijd, niet de intensiteit. Vraag welke duur past bij de gebieden die u wilt laten masseren.

TWIJFELT U NOG?

Vraag uw salon om uitleg

Bekijk per behandeling de duur, prijs en vestigingen. Meld klachten of bijzonderheden vooraf; de salon helpt u de opties te bespreken.

Uw comfort staat voorop

Een goede massage begint met goed afstemmen.



OVER STEVIGE THAISE MASSAGE

Stevig mag. Pijn verdragen hoeft niet.

Thaise massage kan stevig en gevoelig aanvoelen, maar meer pijn betekent niet beter. U mag altijd om minder druk, een andere beweging, een pauze of stoppen vragen.

VOOR UW MASSAGE

Vertel wat u nodig heeft

Laat weten of u voor het eerst komt, waar u aandacht wilt en welke druk u prettig vindt. Meld ook blessures, zwangerschap, gezondheidsklachten, medicatie en allergieën. Twijfelt u of massage geschikt is? Overleg dan vooraf met uw arts of behandelaar.

TIJDENS UW MASSAGE

Uw grens mag veranderen

Wat eerst prettig voelt, kan later te veel zijn. U mag uw voorkeur dus altijd aanpassen. Zeg direct dat u wilt stoppen bij scherpe pijn, tintelingen, een doof gevoel of ander onverwacht ongemak. Ook zonder uitleg mag u een techniek of behandeling weigeren.

NA UW BEZOEK

Neem even de tijd om na te voelen

U kunt zich ontspannen of wat vermoeid voelen. Tijdelijke spiergevoeligheid kan voorkomen, maar is geen doel van de behandeling. Heeft u veel pijn, nemen klachten toe of maakt u zich zorgen? Neem contact op met uw huisarts. Vertel de salon ook hoe u de massage heeft ervaren.

EEN VOLGEND RUSTMOMENT

Terugkomen? Op uw eigen ritme.

Vond u de massage prettig en wilt u vaker tijd maken voor ontspanning? Dan kunt u een volgend bezoek plannen en samen bespreken welke aanpak bij u past. Er is geen vast aantal sessies dat voor iedereen nodig is.

Laat aanhoudende of terugkerende klachten beoordelen. Massage vervangt geen medische zorg.

Kindermassage

Een klein moment van rust, met alle aandacht.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Een zachte kennismaking met massage, speciaal voor kinderen van 2 tot 10 jaar. Milde technieken en een rustig tempo vormen de basis. De behandeling wordt afgestemd op de leeftijd en op wat het kind prettig vindt.

Het gaat niet om een stevige massage, maar om een ontspannen ervaring. Bespreek vooraf de wensen en geef aan wanneer iets niet comfortabel voelt.

VOOR WIE?

Voor kinderen die samen met hun ouder of verzorger bewust een rustig moment willen kiezen. Comfort en persoonlijke aandacht staan voorop.

Neem vóór het boeken contact op met de salon om de behandeling en eventuele bijzonderheden te bespreken. Meld blessures of gezondheidsklachten altijd vooraf.

DUUR & PRIJS

30 min

€ 40

60 min

€ 65

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Voetreflexmassage

Even stilstaan. Alle aandacht voor uw voeten.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Tijdens deze behandeling staan de voeten centraal. De masseuse combineert massagebewegingen met gerichte druk op verschillende punten. Een andere manier om even helemaal tot rust te komen.

U kunt vooraf aangeven welke delen gevoelig zijn en hoeveel druk u prettig vindt. Zo wordt de behandeling afgestemd op uw comfort, zonder dat een stevige intensiteit het uitgangspunt hoeft te zijn.

VOOR WIE?

Voor wie graag een gerichte voetmassage ervaart, bijvoorbeeld na een dag waarop veel is gestaan of gelopen. Ook als u liever niet voor een volledige lichaamsmassage kiest.

Twijfelt u welke massage bij uw wensen past? Vraag de salon om uitleg. Meld pijn, blessures of gezondheidsklachten vóór het boeken.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 45
60 min
€ 75
90 min
€ 110
120 min
€ 140

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Ontspanningsmassage

Zachte aandacht. Een rustig ritme.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Zachte, vloeiende bewegingen en een kalm tempo staan centraal. Een behandeling om de dagelijkse drukte even los te laten en aandacht te geven aan hoe u zich voelt.

Vertel vooraf wat u prettig vindt en welke gebieden extra aandacht mogen krijgen. Ook tijdens de massage kunt u uw wensen aangeven.

VOOR WIE?

Voor wie bewust een rustmoment zoekt en liever een zachte massage kiest dan een intensieve behandeling. Ook een fijne kennismaking met massage.

Heeft u gezondheidsklachten, een blessure of bent u zwanger? Bespreek dit vóór het boeken met de salon.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 45
60 min
€ 75
90 min
€ 110
120 min
€ 145

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Rug, nek & schouders

Gerichte aandacht voor uw bovenlichaam.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Bij deze massage draait het om de rug, nek en schouders. In plaats van het hele lichaam te behandelen, gaat de aandacht naar een kleiner gebied. De masseuse gebruikt gerichte massagetechnieken en stemt de druk af op uw wensen.

Vertel waar u extra aandacht wilt en wat u juist liever vermijdt. Een rustige afstemming maakt de behandeling persoonlijk.

VOOR WIE?

Voor wie graag een massage van het bovenlichaam kiest, bijvoorbeeld na een drukke werkweek of veel beeldschermwerk. U hoeft daarvoor geen intensieve massage te willen.

Een massage is geen onderzoek naar de oorzaak van klachten. Bespreek pijn, een blessure of andere gezondheidsklachten vooraf met de salon.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 45
60 min
€ 75
90 min
€ 110
120 min
€ 145

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Traditionele Thaise massage

Druk en rustige beweging, zonder olie.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Traditionele Thaise massage combineert druktechnieken met rustige rek- en strekbewegingen. Er wordt zonder olie gewerkt. De afwisseling geeft deze behandeling een ander karakter dan een vloeiende oliemassage.

De intensiteit wordt afgestemd op uw comfort. Geef ook tijdens de behandeling aan wanneer u minder druk of een andere beweging wilt.

VOOR WIE?

Voor wie de Thaise massagetraditie wil ervaren en graag een actievere massage zonder olie kiest. Bespreek uw ervaring en voorkeuren vooraf met de masseuse.

Zijn bepaalde bewegingen niet prettig of heeft u een blessure? Meld dit vóór het boeken, zodat de salon kan meedenken over een passende keuze.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 45
60 min
€ 75
90 min
€ 110
120 min
€ 145

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Combi massage

Thaise technieken en de zachtheid van olie.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Deze behandeling brengt twee massagevormen samen. Traditionele Thaise technieken worden afgewisseld met bewegingen uit de oliemassage. Daardoor ontstaat een afwisselende ervaring, met ruimte voor zowel gerichte aandacht als een rustig ritme.

Houdt u van een wat stevigere aanpak of juist van zacht en vloeiend? Bespreek uw voorkeur vooraf en geef tijdens de massage aan wat goed voelt.

VOOR WIE?

Voor wie niet wil kiezen tussen een Thaise massage en een oliemassage. Een combinatie voor gasten die graag verschillende technieken in één behandeling ervaren.

Meld allergieën, huidgevoeligheid, blessures of gezondheidsklachten vóór het boeken. De salon kan uitleggen welke olie en werkwijze worden gebruikt.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 45
60 min
€ 75
90 min
€ 110
120 min
€ 140

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Sportmassage

Een stevige keuze voor wie graag actief is.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Sportmassage heeft een gerichte, stevige aanpak. De aandacht gaat naar spiergebieden die u graag wilt laten behandelen. Samen met de masseuse bespreekt u waar de focus ligt en hoeveel druk prettig is.

U hoeft geen fanatieke sporter te zijn om deze massage te kiezen. Wel is het belangrijk dat u uw grenzen aangeeft: meer druk is niet automatisch een betere massage.

VOOR WIE?

Voor actieve mensen en voor wie een doelgerichte massage prettiger vindt dan een heel zachte behandeling. Vertel vooraf over uw activiteiten en wensen.

Bij een sportblessure of pijnklachten is eerst passende beoordeling nodig. Laat de salon vóór het boeken weten wat er speelt; massage vervangt geen medische behandeling.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 45
60 min
€ 75
90 min
€ 110
120 min
€ 140

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Zweedse massage

Klassieke technieken, vloeiende bewegingen.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Lange strijkingen en knedingen geven de Zweedse massage haar klassieke karakter. De bewegingen volgen elkaar vloeiend op, met aandacht voor een prettig tempo en uw persoonlijke voorkeuren.

Het is een behandeling waarin rustige momenten en gerichte massage elkaar afwisselen. Bespreek vooraf of u een zachte of wat stevigere aanpak wilt en welke gebieden extra aandacht mogen krijgen.

VOOR WIE?

Voor wie een herkenbare, klassieke lichaamsmassage zoekt. Een mooie keuze als u van vloeiende bewegingen houdt, maar ook graag gerichte aandacht voor de spieren krijgt.

Geen ervaring met massage? Vertel het gerust. Meld eventuele blessures, zwangerschap of gezondheidsklachten altijd vóór het boeken.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 45
60 min
€ 75
90 min
€ 110
120 min
€ 140

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Shiatsu

Gerichte druk, in een aandachtig ritme.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Shiatsu is een Japanse massagetechniek waarbij vingers, duimen en handpalmen worden gebruikt om gerichte druk te geven. De nadruk ligt minder op lange strijkingen en meer op aandacht voor afzonderlijke punten en gebieden.

De behandeling biedt een andere ervaring dan een klassieke oliemassage. Laat weten hoeveel druk u prettig vindt en bespreek vooraf wat u kunt verwachten.

VOOR WIE?

Voor wie nieuwsgierig is naar een massage met druktechnieken en liever niet veel olie gebruikt. U kunt deze behandeling kiezen vanwege de werkwijze, zonder een specifieke klacht te hebben.

Shiatsu is niet in iedere vestiging beschikbaar. Kies Amsterdam of Beverwijk en controleer de beschikbare tijden bij het boeken.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 45
60 min
€ 75
90 min
€ 110
120 min
€ 140

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Deep tissue massage

Langzaam en stevig, met gerichte aandacht.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Bij deep tissue wordt met langzame, stevige technieken gewerkt. De masseuse richt de aandacht op spiergebieden waar u een intensievere massage wilt ervaren. Het tempo is bewust rustig, zodat er tijd is om uw reactie op de druk af te stemmen.

Geef duidelijk aan wat prettig is. Een behandeling hoeft niet pijnlijk te zijn om aandachtig en doelgericht te worden uitgevoerd.

VOOR WIE?

Voor gasten die bewust een krachtige massage kiezen en die graag vooraf bespreken waar de focus moet liggen. Niet de eerste keuze wanneer u uitsluitend zachte ontspanning zoekt.

Meld blessures, pijn of gezondheidsklachten vóór het boeken. Vraag bij twijfel of een minder intensieve massage beter bij uw situatie past.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 45
60 min
€ 75
90 min
€ 110
120 min
€ 140

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Zwangerschapsmassage

Een rustig moment, afgestemd op uw zwangerschap.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Een zachte massage met extra aandacht voor comfort tijdens de zwangerschap. De werkwijze wordt afgestemd op uw wensen en op wat op dat moment prettig aanvoelt. U kunt vooraf bespreken welke gebieden aandacht mogen krijgen.

Bij Sai Thong is zwangerschapsmassage volgens ons salonbeleid mogelijk vanaf 16 weken. Meld uw zwangerschap al bij het maken van de afspraak.

VOOR WIE?

Voor zwangere gasten vanaf 16 weken die bewust tijd voor rust willen maken. Lees ook onze aparte pagina over zwangerschapsbeleid verderop in deze brochure.

Meld gezondheidsklachten of bijzonderheden vooraf. Twijfelt u of massage passend is, bespreek dit dan met uw verloskundige of behandelaar.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 45
60 min
€ 75
90 min
€ 110
120 min
€ 140

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

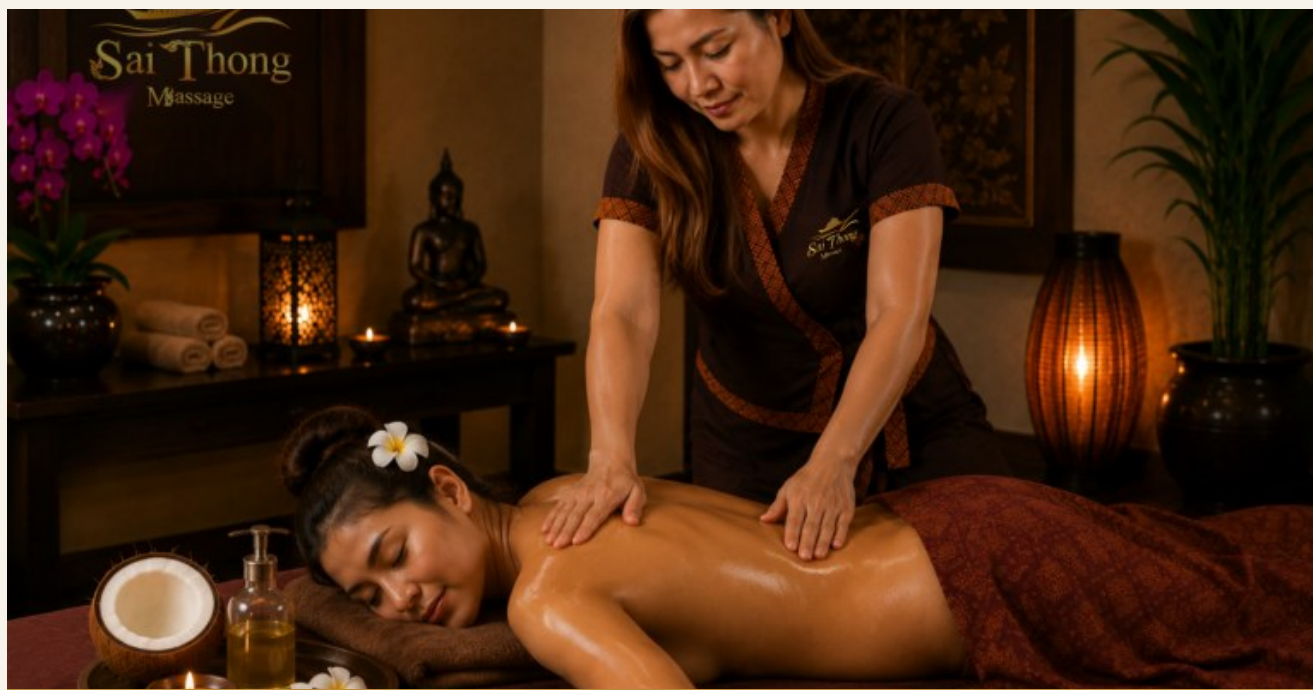
PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Aroma met warme kokosolie

Warmte, vloeiende bewegingen en tijd voor uzelf.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Bij deze oliemassage wordt warme kokosolie gebruikt. Het warme gevoel en de vloeiende bewegingen geven de behandeling een zacht en rustig karakter. Een keuze voor wie juist de beleving van een oliemassage prettig vindt.

Bespreek de temperatuur en de gewenste druk met de masseuse. U mag tijdens de behandeling altijd aangeven wanneer u iets liever anders wilt.

VOOR WIE?

Voor wie houdt van warme olie en een rustige massage-ervaring. Het verschil met de amandeloliemassage zit vooral in de gebruikte olie en uw persoonlijke voorkeur.

Heeft u een allergie of een gevoelige huid? Meld dit vooraf en vraag welke producten worden gebruikt. Kies niet alleen op basis van de geur of naam.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 50
60 min
€ 80
90 min
€ 120
120 min
€ 150

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Aroma met warme amandelolie

Een zachte oliebeleving, met persoonlijke aandacht.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Warme amandelolie vormt de basis van deze rustige massage. De masseuse werkt met vloeiende bewegingen en stemt het tempo en de druk af op uw wensen. De aandacht ligt op een verzorgde, comfortabele ervaring.

Neem even de tijd om aan te geven wat u prettig vindt. Of u nu zacht wilt ontspannen of een gebied extra aandacht wilt geven: bespreek het vooraf.

VOOR WIE?

Voor wie graag een warme oliemassage kiest. Een persoonlijke voorkeur voor de olie kan meespelen bij de keuze tussen deze behandeling en de kokosoliemassage.

Meld een notenallergie, andere allergieën of huidgevoeligheid altijd vóór het boeken. Overleg met de salon over de gebruikte producten en een eventuele andere keuze.

DUUR & PRIJS

30 min
€ 50
60 min
€ 80
90 min
€ 120
120 min
€ 150

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Postnatale massage

Na de bevalling: ook ruimte voor uzelf.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

In de periode na een bevalling kan een bewust gekozen rustmoment waardevol zijn. Deze behandeling wordt rustig uitgevoerd en afgestemd op uw comfort. U bespreekt vooraf hoe u zich voelt en welke gebieden u wel of niet wilt laten masseren.

De massage biedt tijd en aandacht voor uzelf. Er is geen vaste aanpak die voor iedereen op hetzelfde moment passend is.

VOOR WIE?

Voor vrouwen die na de bevalling een rustige massage willen bespreken. De behandeling is beschikbaar in Amsterdam en Hoofddorp.

Meld vóór het boeken hoe lang geleden u bent bevallen en of er complicaties, wondherstel of klachten spelen. Overleg bij twijfel eerst met uw verloskundige of behandelaar.

DUUR & PRIJS

60 min

€ 90

90 min

€ 125

120 min

€ 165

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Hot stone massage

Een warme, rustige massagebeleving.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Verwarmde stenen worden gecombineerd met massagebewegingen. De warmte geeft deze behandeling haar eigen karakter en vormt een afwisseling met de handen van de masseuse.

Het is een massage voor wie de sensatie van warmte prettig vindt. Laat altijd weten hoe de temperatuur aanvoelt. Warmte en druk worden niet als vanzelfsprekend comfortabel beschouwd, maar met u afgestemd.

VOOR WIE?

Voor gasten die graag een warmtebehandeling ervaren en bewust kiezen voor een rustig moment. Deze massage is momenteel beschikbaar in Amsterdam.

Heeft u een gevoelige huid, een verminderde gevoeligheid voor warmte of gezondheidsklachten? Bespreek dit vóór het boeken met de salon en bij twijfel met uw behandelaar.

DUUR & PRIJS

60 min

€ 90

90 min

€ 125

120 min

€ 165

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Thaise kruidenstempel

Warme kruidenbundels en Thaise massagetechnieken.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Tijdens deze behandeling worden warme kruidenstempels afgewisseld met massagetechnieken. De bundels geven een eigen gevoel op de huid. Samen met de warmte en het rustige ritme ontstaat een bijzondere massagebeleving.

Besprek vooraf of u deze techniek al kent en wat u prettig vindt. Ook bij een kruidenstempelmassage kunt u aangeven dat u minder warmte of druk wilt.

VOOR WIE?

Voor wie nieuwsgierig is naar een Thaise behandeling waarin warmte en kruiden een rol spelen. Een andere ervaring dan een gewone oliemassage.

Meld allergieën en huidgevoeligheid vóór het boeken. Vraag zo nodig naar de inhoud van de kruidenbundels. Bij gezondheidsklachten is vooraf overleg belangrijk.

DUUR & PRIJS

60 min

€ 90

90 min

€ 125

120 min

€ 165

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam · Hoofddorp · Beverwijk

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Cupping

Een gerichte behandeling met vacuümcups.



WAT KUNT U VERWACHTEN?

Bij cupping worden cups op de huid geplaatst waarmee een vacuüm wordt gemaakt. Dit geeft een andere sensatie dan een massage met de handen. De behandeling heeft een gericht en intensiever karakter.

Vraag vooraf naar de werkwijze als u nog niet eerder cupping heeft gehad. U kunt tijdens de behandeling aangeven hoe het voelt en wanneer u wilt dat de intensiteit wordt aangepast.

VOOR WIE?

Voor wie bewust met deze techniek wil kennismaken. Cupping is momenteel beschikbaar in Amsterdam.

De cups kunnen tijdelijk ronde verkleuringen op de huid achterlaten. Meld medicijngebruik, huidproblemen en gezondheidsklachten vooraf. Cupping in de salon is geen vervanging voor medische zorg.

DUUR & PRIJS

60 min

€ 90

90 min

€ 125

120 min

€ 165

BESCHIKBAAR IN

Amsterdam

PLAN UW RUSTMOMENT

Scan of klik op de QR-code. Kies online uw vestiging en boekingsmogelijkheid.



Zwanger? Laat het ons weten.

Duidelijke afspraken, met aandacht voor uw comfort.



01 Vertel het bij uw afspraak

Laat ons bij het boeken weten dat u zwanger bent. Meld het ook vóór uw sessie aan de masseuse, zodat uw wensen en de behandeling vooraf besproken kunnen worden.

02 Vanaf 16 weken

Volgens het beleid van Sai Thong bieden wij zwangerschapsmassage uitsluitend aan vanaf 16 weken zwangerschap. Deze termijn is ons salonbeleid en geen medische veiligheidsgarantie.

03 Meld bijzonderheden vooraf

Laat ons weten of u een verwonding, blessure of gezondheidsklacht heeft. Twijfelt u of massage passend is tijdens uw zwangerschap? Overleg dan eerst met uw verloskundige of behandelaar.

Dank u voor uw medewerking.

VRAGEN? BEL UW SALON

Amsterdam	020 215 7106
Hoofddorp	023 562 4173
Beverwijk	0251 215 245



De beschrijving van zwangerschapsmassage en de prijzen vindt u op pagina 17.

Sai Thong Amsterdam

Een warm welkom in onze salon.



Een moment van rust in Amsterdam. Kies uw behandeling, bekijk de beschikbare tijden en maak tijd voor uzelf aan de Albert Cuypstraat.

ADRES

Albert Cuypstraat 16
Amsterdam

BEL DE SALON

020 215 7106
Ma - Zo 11:00 - 22:00

Hier vindt u ook hot stone en cupping. Bekijk per behandeling de duur en prijs in deze brochure.



ROUTE & LOCATIE

Open deze salon
in Google Maps.



AFSPRAAK

Kies online
uw vestiging.

Sai Thong Hoofddorp

Een warm welkom in onze salon.



Een warm welkom in Hoofddorp. Van een rustige oliemassage tot een gerichte behandeling: kies de ervaring die bij uw wensen past.

ADRES

Beijerinckstraat 7
Hoofddorp

BEL DE SALON

023 562 4173
Ma - Zo 10:00 - 22:00

Postnatale massage is hier beschikbaar. Shiatsu, hot stone en cupping staan niet in het huidige aanbod van deze vestiging.



ROUTE & LOCATIE

Open deze salon
in Google Maps.



AFSPRAAK

Kies online
uw vestiging.

Sai Thong Beverwijk

Een warm welkom in onze salon.



Neem in Beverwijk even afstand van de dagelijkse drukte. Bespreek uw voorkeuren en kies een massage met de aandacht die u zoekt.

ADRES

Hendrik Mandeweg 49 B
Beverwijk

BEL DE SALON

0251 215 245
Ma - Zo 10:00 - 22:00

Ook shiatsu is hier beschikbaar. Postnatale massage, hot stone en cupping staan niet in het huidige aanbod van deze vestiging.



ROUTE & LOCATIE

Open deze salon
in Google Maps.



AFSPRAAK

Kies online
uw vestiging.

Sai Thong Haarlem

Vanaf 1 januari 2027



EEN NIEUW MOMENT VAN RUST

Gedempte Oude Gracht 19

Thaise gastvrijheid, binnenkort in Haarlem.

Vanaf 1 januari 2027 verwelkomen wij u op onze nieuwe locatie aan de Gedempte Oude Gracht 19 in Haarlem. Een nieuwe plek voor rust en persoonlijke aandacht, in de vertrouwde stijl van Sai Thong.

ADRES

Gedempte Oude Gracht 19
Haarlem

CONTACT & OPENINGSTIJDEN

023 574 7605

Ma - Zo 10:00 - 22:00

De openingstijden gelden vanaf de opening. Het behandelaanbod en de boekingsmogelijkheden voor Haarlem worden later bekendgemaakt. Heeft u een vraag? Neem gerust contact met ons op.



BEKIJK DE LOCATIE

Gedempte Oude Gracht 19
in Google Maps.

MEER INFORMATIE

Bekijk onze
contactpagina.



Geef ontspanning cadeau

Een klein gebaar. Een bijzonder moment.



Een moment om naar uit te kijken.

Een verjaardag, een bedankje of zomaar: met een Sai Thong-cadeaubon geeft u tijd en aandacht cadeau. Kies online een bedrag en rond de aankoop af via het bestelformulier op onze eigen website. Na betaling wordt de digitale cadeaubon per e-mail verzonden.

GEEN E-MAIL ONTVANGEN?

Controleer ook uw spammap of ongewenste e-mail. De cadeaubon kan daarin terecht komen.

KOOP ONLINE EEN CADEAUBON

Scan of klik en kies uw bedrag.
Bekijk bij de aankoop de actuele voorwaarden
en vraag de salon naar het inwisselen.



Ervaringen van onze gasten

Lees de reviews. Deel ook uw eigen ervaring.



“Allebei zijn echt zeer vakkundig en vriendelijk.”

Raka Mulya · Amsterdam · Google-review (fragment)

“De massage was heerlijk en precies wat ik nodig had.”

Brenda · Beverwijk · Google-review (fragment)

BEKIJK OF SCHRIJF EEN REVIEW

Scan de code van de salon die u heeft bezocht. Open in Google Maps het onderdeel Reviews om ervaringen te lezen of uw eigen beoordeling te schrijven. Voor het plaatsen kan Google om inloggen vragen.

Amsterdam

4,9 / 5

789 Google-reviews



Hoofddorp

4,6 / 5

243 Google-reviews



Beverwijk

4,3 / 5

82 Google-reviews



Haarlem

5,0 / 5

2 Google-reviews



Haarlem: nieuwe vestiging vanaf 1 januari 2027.

Bron: openbare Google Maps-profielen, geraadpleegd op 12 september 2026. Scores en aantallen veranderen. De citaten zijn korte fragmenten uit geselecteerde reviews, geen weergave van alle ervaringen.

Uw afspraak plannen

Van een goed idee naar een moment voor uzelf.



01 Kies uw massage

Blader door de behandelingen. Bekijk de duur, prijs en de vestigingen waar uw keuze beschikbaar is.

02 Kies uw vestiging en tijd

Open de afspraakpagina, kies uw salon en volg de beschikbare boekingsmogelijkheid. Het aanbod kan per platform verschillen.

03 Controleer uw bevestiging

Controleer de locatie, datum, tijd en behandeling. Bekijk ook de wijzigings- en annuleringsvoorwaarden van uw boeking.

VOOR UW BEHANDELING

Vertel uw masseuse wat u prettig vindt en welke druk bij u past. Meld zwangerschap, blessures, allergieën en gezondheidsklachten vooraf. Bij twijfel over uw gezondheid overlegt u eerst met uw behandelaar.

Massage in de salon is gericht op welzijn en vervangt geen medische zorg.

AFSPRAAK MAKEN

Scan of klik op de QR-code.

Liever persoonlijk overleggen? Bel de salon via de vaste nummers op pagina 25-28.



Prijzen en locaties in deze brochure zijn gecontroleerd op 12 september 2026. Het aanbod kan wijzigen; controleer de actuele gegevens en het tarief bij het boeken.

Tot snel bij Sai Thong

We maken graag tijd voor u.



AFSPRAAK MAKEN



ONZE LOCATIES



CADEAUBON KOPEN

info@saithong.nl

[saithong.nl](https://www.saithong.nl)

BRONNEN & EDITIE

Aanbod, prijzen, beelden en contactgegevens: Sai Thong website, 12 september 2026. Haarlem: opening en adres bevestigd door Sai Thong. Zwangerschapsbeleid: Sai Thong-flyer en website. Google-scores en reviewfragmenten: de gekoppelde Maps-profielen op pagina 30.

Uitgave september 2026.