

MENU SPA





NASZA FILOZOFIA

M-SPA to kraina piękna, stworzona z myślą o wszystkich, którzy poszukują miejsca na odnowę ciała, zregenerowanie sił i ukojenie zmysłów w zgodzie z naturą. Tutaj przeżyjesz prawdziwe chwile uniesień, ukoisz zmysły i zapomnisz o codzienności.

Do dyspozycji naszych Gości przygotowaliśmy osiem gabinetów zabiegowych, w tym gabinet dla dwojga. Dzięki manualnej pracy naszych terapeutów każdy z zabiegów wykonywany jest w harmonii z ciałem i umysłem. Profesjonalna i wyszkolona kadra dobierze odpowiedni dla Ciebie program pielęgnacyjny tak, by zapewnić Ci najwyższy komfort wypoczynku w M-SPA.

WITAMY W M-SPA



PIĘKNO PEŁNĄCE Z NATURY

Kluczowe znaczenie dla marki Aromatherapy Associates ma idea The Art of Living Well, czyli sztuka dobrego życia, która ma za zadanie poprawić jego jakość życiowej harmonii. Fascynacja olejkami esencjonalnymi oraz ich terapeutyczne właściwości, oddziałujące korzystnie na skórę, ciało i umysł, leżą u podstaw filozofii marki. Wiedza ta wykorzystywana jest od ponad 30 lat, a produkty są nagradzane i doceniane przez ekspertów na całym świecie. Kosmetyki do kąpieli oraz pielęgnacji ciała i skóry, wydobywają naturalny blask i piękno.







GŁĘBOKI SEN

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY MAJĄ TRUDNOŚCI Z ZASYPIANIEM.

Idealny rytuał na dobry sen. Wetiweria, drzewo sandałowe i rumianek pozwalają na głęboki relaks, ukojenie i poprawę snu. Wypoczynek i dobry sen są bardzo ważne, ponieważ pozwalają na regenerację całego organizmu. Rozpieszczający masaż całego ciała wykorzystujący starannie dobrane ruchy wprowadza w stan głębokiego relaksu. Esencjonalne serum aplikowane na ciało pozwala wprowadzić nasze ciało i umysł w równowagę, natomiast ciepła maska rozluźnia i ułatwia zasypianie. Olejowanie włosów połączone z ajurwedyjskim masażem głowy wprawia w pozytywne wibracje, a intensywnie odmładzający zabieg na twarz rozświetli i ujędrni skórę.

90 MIN. _____ 400 zł

LEŚNA TERAPIA

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY CHCĄ POPRAWIĆ KONCENTRACJĘ, ZREDUKOWAĆ STRES.

Niezwykłe odprężający i uwalniający od napięcia masaż całego ciała z elementami inhalacji, refleksologii stóp oraz masażu głowy. Wzbogacony o ciepłą maskę błotną na dłonie i stopy oraz zabieg na twarz (peeling, maska, masaż, pielęgnacja końcowa) kompleksowo zadba o całe ciało, a umysł uwolni od stresu współczesnego życia. Ten niezwykły rytuał sprawi, że wrócisz do codzienności z nową energią i świeżym umysłem.

90 MIN. _____ 400 zł



RÓŻANA ROZKOSZ

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY POTRZEBUJĄ RELAKSU I OTULENIA.

Kobięcy rytuał z peelingiem i maską, który rozpieszcza całe ciało – od włosów aż po stopy. Starannie dobrane olejki esencjonalne działają relaksacyjnie i otulająco. Przywitanie rozpoczynamy od sztuki oddychania, aby oczyścić umysł, po którym następuje peeling całego ciała, a następnie nakładana jest unikalna maska z linii różanej. Dodatkowo zabieg wzbogacony został o ciepłą maskę z różowej glinki na dłonie i stopy oraz zabieg na twarz (peeling, masaż, maska, pielęgnacja końcowa) z ajurwedyjskim masażem głowy. Rytuał sprawi Cię w pozytywne vibracje oraz cudownie nawilży i wygładzi ciało.

90 MIN.

400 ZŁ

DETOX I WYGŁADZENIE

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY POTRZEBUJĄ WYGŁADZENIA I UJĘDRNIENIA CIAŁA.

Idealna pielęgnacja orzeźwiająca dla osób potrzebujących zastrzyku energii lub podczas diety oczyszczającej. W czasie zabiegu wykonywany jest masaż ujędrniający na pobudzającym oleju, będącym mieszanką olejków esencjonalnych z grejpfruta, rozmarynu i jałowca, który odżywia ciało, pozostawiając skórę gładką i jedwabistą. W połączeniu ze szczotkowaniem ciała, peelingiem solnym z zieloną kawą i działaniem rozgrzewającej maski błotnej, zabieg poprawia krążenie i przepływ limfy oraz redukuje efekt tzw. skórki pomarańczowej. Ciało po zabiegu jest odnowione i rozbudzone do życia.

90 MIN.

450 ZŁ



SZTUKA RELAKSU DLA DWOJGA BY AROMATHERAPY ASSOCIATES

Wyjątkowa wyprawa do świata niezwykłych zapachów oraz relaksującej i wyciszającej atmosfery przy blasku świec. Ceremonia rozpoczyna się energetycznym i pobudzającym peelingiem całego ciała. Kolejny etap to seans w saunie parowej tylko dla dwojga. Dopelnieniem całości jest masaż pleców i nóg wykonany przy pomocy niezwykle aromatycznego oleju, starannie dopasowanego do Waszego aktualnego samopoczucia. Zabieg oczyści Wasze myśli i wprowadzi w stan relaksu.

80 MIN.

440 ZŁ / PARA





MASAŻE AROMATERAPEUTYCZNE

NIEZWYKŁE DOŚWIADCZENIE AROMATERAPII

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY PRAGNĄ SIĘ ODSZTRESOWAĆ.

Aromatyczny masaż całego ciała oraz głowy wykonany przy użyciu jednego z trzynastu olejków indywidualnie dobranych do aktualnego samopoczucia naszych Gości. To niezwykle kompleksowy, rytualny zabieg zawierający elementy inhalacji, olejowania włosów, ajurwedyjskiego masażu głowy oraz refleksoterapii stóp. Kojące aromaty i perfekcyjny dotyk zapewnią Ci prawdziwą odnowę dla ducha i ciała.

60 MIN.	_____	250 zł
90 MIN.	_____	320 zł

MASAŻ UWALNIAJĄCY NAPIĘCIA

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY MAJĄ NAPIĘTE, SZTYWNE I OBOLAŁE MIĘŚNIE.

Unikalny masaż, działający w głęboko spiętych i obolałych mięśniach. Zastosowany w zabiegu odśrodkujący żel na zmęczone mięśnie oraz odprężający olejek do masażu błyskawicznie rozluźnią napięcia mięśniowe oraz przyjemnie rozgrzeją ciało. Masaż natychmiast przyniesie ulgę, złagodzi ból, a także zregeneruje zarówno ciało, jak i umysł.

60 MIN.	_____	250 zł
---------	-------	--------





AROMATERAPEUTYCZNY MASAŻ KOBIDO

Głęboki masaż twarzy, szyi i dekoltu na specjalnie dobranym olejku. Wywodzi się on z tradycyjnych chińskich założeń medycznych. Wykonywane powolne ruchy mają za zadanie zrelaksować i odprężyć, natomiast szybkie, zdecydowane i głębokie mają pobudzić skórę oraz produkcję składników niezbędnych do uzyskania efektu liftingu. Po masażu poczujesz odprężenie i ulgę.

60 MIN.

200 zł







RÓŻANE NAWILŻENIE

DLA KOGO? DLA TYCH, KTÓRZY POSZUKUJĄ ROZPIESZCZENIA CIAŁA I POPRAWY SAMOPOCZUCIA.

Intensywnie nawilżająca pielęgnacja, składająca się z naturalnego peelingu ciała, serum oraz maski bogatej w wyciągi z róży damasceńskiej, która pozostawi Twoją skórę promienną i miękką. Podczas działania maski wykonywany jest ajurwedyjski masaż głowy, który rozjaśni i ukoi Twój umysł, a skóra zostanie otulona poprawiającym nastrój zapachem. To prawdziwa rozkosz dla Ciebie i Twojego ciała.

60 MIN.

270 zł

CYTRUSOWE ORZEŻWIENIE

DLA KOGO? DLA TYCH, KTÓRZY PRAGNĄ ZASTRZYKU ENERGII I ODŻYWIENIA.

Idealny zabieg, kiedy czujesz spadek formy. Orzeźwiająca pielęgnacja ciała z peelingiem solnym z zieloną kawą oraz trzyskładnikową maską sprawi, że Twoja skóra zyska jedwabistą gładkość i odżywienie. Wykonany podczas zabiegu masaż głowy pozwoli na błogi relaks i ukojenie zmysłów.

60 MIN.

270 zł

WYGŁADZENIE NA ZAMÓWIENIE

DLA KOGO? DLA TYCH, KTÓRZY CHCĄ WYGŁADZIĆ I UJĘDRNIĆ SKÓRĘ.

Naturalny peeling całego ciała na bazie odżywczych produktów pozostawi Twoją skórę promienną i cudownie gładką w dotyku. To niezwykle głęboka odnowa i regeneracja Twojego ciała, która poprawi nie tylko Twój wygląd, ale także samopoczucie.

30 MIN _____ 130 zł

KĄPIEL AROMATERAPEUTYCZNA

DLA KOGO? DLA TYCH, KTÓRZY POTRZEBUJĄ CIEPŁA I SPOKOJU.

Przyjemna, odprężająca kąpiel aromaterapeutyczna indywidualnie dobrana do Twojego aktualnego samopoczucia. To idealne połączenie korzyści dla zdrowia, a także dogłębnej pielęgnacji. Wspomoże Twój układ krążenia, zrelaksuje napięte mięśnie i odżywi skórę. Pozwoli Ci zanurzyć się w przyjemności relaksacyjnych doznań.

20 MIN _____ 90 zł





PIĘKNO NA MIARĘ

Spersonalizowane rytuały, według których każda skóra jest unikalna. BABOR dba, abyś w kwestii pielęgnacji otrzymała wszystko, czego potrzebujesz. Dzięki temu uzyskasz efekt idealnie zadbanej skóry. Ciesz się urodą, pewnością siebie i radością życia. Pozwól o siebie zadbać.

LUKSUSOWA PIELĘGNACJA TWARZY

Odkryj nowy wymiar pielęgnacji Twojej cery! Komponując nasze zabiegi, mamy na uwadze wiele czynników, które sprawiają, że w pełni zaspokoimy Twoje potrzeby. Ważna jest dla nas indywidualność, dbałość o szczegóły oraz cenne składniki aktywne zawarte w kosmetykach, które czynią z pielęgnacji odpężający rytuał. Nasze zabiegi na twarz zostały stworzone z myślą o konkretnych potrzebach Twojej skóry. Podczas wszystkich zabiegów wykonywany jest: demakijaż, peeling, maska pielęgnacyjna, ampulka/serum dopasowane do potrzeb skóry, masaż twarzy, szyi i dekoltu oraz odpowiednio dobrane kremy na zakończenie pielęgnacji.



LIFTINGUJĄCY ŻŁOTY RYTUAŁ

Żłoty standard pielęgnacji przeciwzmarszczkowej, połączenie luksusu i skuteczności. Kompleksowy efekt liftingu przywraca młodość nawet najbardziej wymagającej skórze. Precyzyjnie dobrane wysokiej jakości składniki wyraźnie redukują zmarszczki. Ten zabieg sprawi, że cofniesz się w czasie o kilka lat.

75 MIN. _____ 600 zł

KOLAGEN I WYGŁADZENIE

Intensywna, nieinwazyjna pielęgnacja, likwidująca oznaki starzenia się i przywracająca skórze jędrność. Odbudowuje i wzmacnia jej strukturę, dzięki wypełniającemu kompleksowi lipopeptydów.

75 MIN. _____ 350 zł

UKOJENIE I OCHRONA

Opatrunek dla skóry nadwrażliwej, silnie podrażnionej i suchej. Przywraca równowagę, wzmacnia barierę ochronną i wycisza skórę. Zadbaj o zdrowie swojej cery – podaruj jej ukojenie.

75 MIN. _____ 340 zł

ODNOWA I ODBUDOWA

Dawka intensywnej regeneracji i pobudzenia skóry do odnowy. Specjalne połączenie wyciągów roślinnych BIOGEN ® PLANT extract skutecznie intensyfikuje odnowę komórek. Zabieg przyspiesza gojenie i regenerację skóry, zapobiegając powstawaniu blizn.

75 MIN. _____ 310 zł



ARGAN I MULTIWITAMINA

Odżywczy koktajl dla Twojej skóry, bogaty w olej arganowy oraz witaminy A i E, prowitaminy B5 oraz biotyny. Przywraca skórze jednolity koloryt i blask. Dzięki temu Twoja cera zyska zdrowy i młody wygląd.

75 MIN. _____ 290 zł

SZAMPAN I KWAS HIALURONOWY

Rozpieszczająca kąpiel skóry pozbawionej nawilżenia. Błyskawicznie i długotrwale uzupełnia niedobory wilgoci. Rewitalizuje i regeneruje skórę, odbudowuje i wzmacnia jej strukturę, poprawia gęstość, a także opóźnia proces starzenia. Pamiętaj, że odpowiednie nawilżenie to podstawa pięknej cery. Pozwól nam spełnić oczekiwania Twoje i Twojej skóry.

75 MIN. _____ 300 zł

NATURA I RÓWNOWAGA

Linia wegańska oparta na działaniu pre i probiotyków. Idealna dla skóry, która narażona jest na działanie stresu i szkodliwego wpływu środowiska. Odzyskaj naturalną równowagę bariery ochronnej Twojej skóry.

60 MIN. _____ 270 zł

75 MIN. _____ 310 zł

MĘSKA RZECZ

Ekskluzywna pielęgnacja twarzy w pełni dostosowana do skóry mężczyzn. Składniki takie jak tauryna, chmiel zwyczajny i żeń-szeń syberyjski, tworzą harmonijną kompozycję. Zabieg łagodzi podrażnienia, nawilża oraz wspiera proces regeneracji skóry. To zastrzyk energii i witalności dla Twojej skóry.

60 MIN. _____ 230 zł







RELAKSACYJNY Z PEELINGIEM

Połączenie aromatycznego peelingu z relaksacyjnym masażem ciała, doskonale pobudzi mikrokążenie, co poprawi wygląd Twojej skóry i wspomóże regenerację. Masaż na ciepłym oleju dodatkowo przyniesie ulgę zmęczonym mięśniom, a Ciebie wprowadzi w stan głębokiego relaksu.

85 MIN. _____ 310 zł

AROMATYCZNĄ ŚWIECĄ

Niezwykle przyjemny i odprężający masaż ciepłym, aromatycznym woskiem świecy. Dzięki olejkom esencjonalnym i naturalnym składnikom, takim jak wosk pszczeli czy olej kokosowy, poczujesz jak Twoja skóra staje się delikatna w dotyku i otulona przyjemnym zapachem. Doświadczysz prawdziwej rozkoszy dla zmysłów i ciała.

60 MIN. _____ 260 zł

ABHYANGA

Masaż „od stóp do głów” ciepłym olejem sezamowym da Ci niesamowity efekt odprężenia. Idealnie zsynchronizowane pod względem tempa i siły nacisku ruchy sprawią, że poczujesz pełnię relaksu. Rytuał łączy w sobie techniki masażu wywodzącego się z Indii. Mają one za zadanie usunięcie toksyn oraz wprowadzenie nowej, zdrowej energii w cały organizm. Pozwól sobie na oczyszczenie, odnowę i regenerację.

90 MIN. _____ 285 zł

KLASYCZNY

50 MIN. _____ 195 zł

RELAKSACYJNY

60 MIN. _____ 215 zł

TWARZY, SZYI I DEKOLTU Z AMPUŁKĄ

25 MIN. _____ 130 zł

PLECÓW

30 MIN. _____ 120 zł

STÓP

25 MIN. _____ 110 zł

GŁOWY

20 MIN. _____ 85 zł





ZABIEGI DLA DZIECI

** Oferta skierowana jest dla dzieci od 3 roku życia. W przypadku dzieci do 16 roku życia, rodzic lub opiekun prawny powinien osobiście przyprowadzić dziecko do M-SPA i podpisać zgodę na przeprowadzenie zabiegu, a po skończonym zabiegu odebrać dziecko. Rodzic może być obecny podczas trwania zabiegu w gabinecie.*

RYTUAŁ CZEKOLADOWA FANTAZJA

Dzieci i czekolada to niepowtarzalne połączenie, kojarzące się z dobrą zabawą. Apetyczny i aromatyczny rytuał to podróż do dziecięcych marzeń o świecie z czekolady. Pozwól swojemu dziecku na odrobinę przyjemnego szaleństwa! Zabieg składa się z kąpieli i masażu pleców.

35 MIN. _____ 100 zł

OWOCOWE PLECKI

Masaż w subtelny sposób zrelaksuje mięśnie malucha, nawilży skórę, a niepowtarzalny zapach owoców przyniesie dodatkową przyjemność.

20 MIN. _____ 60 zł

MASAŻ DŁONI LUB STÓPEK MASEŁKIEM OWOCOWYM

Aksamitne, zadbane dłonie i wypiełgnowane stópki dzięki smakowicie pachnącemu owocami maselku. Ten zabieg da Ci pewność, że dłonie i stopy Twojego dziecka staną się odpowiednio zregenerowane.

10 MIN. _____ 20 zł



OGÓLNE ZASADY KORZYSTANIA ZE SPA

WARUNKI REZERWACJI

Aby zarezerwować swoje chwile pełne relaksu należy skontaktować się z Recepcją M-SPA codziennie w godzinach od 08.00 do 21.00

Telefon: +48 (33) 873 40 82 lub wybierając numer wewnętrzny z pokoju hotelowego: 444

E-mail: spa@hotelmj.pl

PRZYBYCIE DO SPA

Prosimy o przybycie na zabiegi z 10-minutowym wyprzedzeniem.

SPÓŹNIENIE

Rezerwacja usługi w M-SPA jest ważna maksymalnie do 10 minut po umówionym terminie. W przypadku spóźnienia się Gościa powyżej 10 minut od umówionego terminu rezerwacji, M-SPA zastrzega sobie prawo anulowania rezerwacji lub skrócenia czasu zabiegu bez możliwości obniżenia jego ceny.

REZYGNACJA

Rozumiemy, że Państwa plany mogą ulec zmianie, dlatego istnieje możliwość anulacji terminu na 12 godzin przed planowaną godziną zabiegu bez ponoszenia kosztów. W przypadku anulowania zabiegu na 6 godzin przed planowaną wizytą, M-SPA zastrzega sobie prawo do pobrania 50% kosztów wartości zabiegu. Jeżeli anulacja nastąpi w czasie krótszym niż 6 godzin do momentu planowanego zabiegu, M-SPA zastrzega sobie prawo do obciążenia 100% wartości zabiegu.

W przypadku anulacji rezerwacji grupowej (5 i więcej osób), bezpłatna anulacja jest możliwa na 24 godziny przed planowanym zabiegiem. Po tym czasie konieczne jest uregulowanie 100% wartości zarezerwowanych zabiegów.

STREFA CISZY

M-SPA jest miejscem relaksu i wyciszenia. Prosimy o zachowanie ciszy i o nieużywanie telefonów.

W strefie SPA obejmuje całkowity zakaz palenia papierosów oraz spożywania napojów alkoholowych.

ZDROWIE

Prosimy o poinformowanie nas o wszelakich przeciwwskazaniach lub urazach, które mogą mieć wpływ na wykonywany zabieg lub korzystanie ze Strefy SPA.

ZALECENIA

Bezpośrednio przed zabiegami zalecamy: unikanie kąpieli słonecznych, unikanie obfitych posiłków i spożywania alkoholu.

Po zabiegach zalecamy wypoczynek.

** M-SPA zastrzega sobie prawo do zmiany godzin otwarcia, grafiku zajęć odbywających się w M-SPA z przyczyn niezależnych.*

GODZINY OTWARCIA STREFY SPA & WELLNESS

STREFA WELLNESS, SAUNY

Niedziela – czwartek

08:00 – 21:00

(strefa saun 16:30 – 20:30)

Piątek – sobota

08:00 – 22:00

(strefa saun 16:30 – 21:30)

M-SPA (ZABIEGI)

Niedziela – czwartek

10:00 – 20:00

Piątek – sobota

10:00 – 21:00

RUSKA BALIA

Piątek – sobota

17:00 – 21:00

* *Saunarium jest strefą nietekstylną, obowiązuje poprawne saunowanie*

* *Na życzenie Gości hotelowych sauny mogą zostać uruchomione wcześniej*

ZAPRASZAMY DO KONTAKTU Z RECEPCJĄ SPA

STREFA WELLNESS OBEJMUJE

Basen z przeciwpływem, kaskadami, hydromasażem

Gejzer powietrzny

Brodzik ze zjeżdżalnią dla dzieci

Jacuzzi dla 16 osób

Saunę fińską, biosaunę oraz rzymską łaźnię parową

Ruską balie

Prysznic wrażeń

Strefę schładzania









MLYN
JACKA
★★★★
HOTEL
& SPA

JAROSZOWICE 234
34-100 WADOWICE

TEL. +48 33 873 40 82
E-MAIL: SPA@HOTELMJ.PL
WWW.M-SPA.PL