

# Autorskie Rytuały NABE SPA

## DETOKS NABE

Peeling solny ciała o działaniu regenerującym i wygładzającym skórę.  
Czas: do 25 min | Cena: 250 zł (do wybranego masażu: 180 zł)

## ODDECH NABE

Odpężający masaż autorski głowy i karku.  
Czas: do 25 min | Cena: 250 zł

## TWARZ NABE

Liftingująco-drenujący masaż twarzy z wykorzystaniem kamieni Gua Sha.  
Czas: do 50 min | Cena: 350 zł

## LIFT NABE

Holistyczne modelowanie twarzy z użyciem technik masażu mięśniowo-powięziowego w połączeniu z pielęgnacją skóry.  
Czas: do 80 min | Cena: 480 zł

## TERAPIA NABE

Intensywny masaż pleców z wykorzystaniem gorących kamieni i bańki chińskiej.  
Czas: do 50 min | Cena: 390 zł

## INSPIRACJA NABE

Relaksujący masaż ciała góralskimi koralami.  
Czas: do 50 min | Cena: 380 zł

## CIAŁO NABE

Intensywny masaż ciała z wykorzystaniem kijów brzozowych.  
Czas: do 50 min | Cena: 390 zł

# Signature Rituals NABE SPA

## NABE DETOX

A salt body scrub with a regenerating and smoothing effect on the skin.  
Time: up to 25 min | Price: PLN 250 (as an add-on to a selected massage: PLN 180)

## NABE BREATH

A relaxing signature head and neck massage.  
Time: up to 25 min | Price: PLN 250

## NABE FACE

A lifting and draining facial massage using Gua Sha stones.  
Time: up to 50 min | Price: PLN 350

## LIFT NABE

Holistic facial modeling using myofascial massage techniques combined with skin care.  
Time: up to 80 min | Price: PLN 480

## NABE THERAPY

An intensive back massage using hot stones and Chinese cupping.  
Time: up to 50 min | Price: PLN 390

## NABE INSPIRATION

Relaxing body massage with traditional highlander coral beads.  
Time: up to 50 min | Price: PLN 380

## NABE BODY

An intensive body massage using birch sticks.  
Time: up to 50 min | Price: PLN 390

# Rytuały Wellbeing

## RYTUAŁ MŁODOŚCI I GŁĘBOKIEGO RELAKSU

Luksusowy rytuał odmładzający na twarz i ciało.  
Czas: do 140 min | Cena: 1500 zł

## HOLISTYCZNY RYTUAŁ NABE

Autorski rytuał NABE łączący peeling ciała, wybrany masaż ciała oraz masaż twarzy i głowy.  
Czas: do 140 min | Cena: 1200 zł / os.

## RYTUAŁ DLA DWOJGA

Rytuał masażu twarzy i ciała z kieliszkiem prosecco.  
Czas: do 80 min | Cena: 1200 zł / 2 os.

## RYTUAŁ DLA NIEJ LUB DLA NIEGO

Personalizowany rytuał obejmujący peeling, kąpiel, masaż relaksacyjny oraz pielęgnację twarzy dostosowaną do potrzeb kobiecej lub męskiej skóry.  
Czas: do 140 min | Cena: 1200 zł / os.

# Wellbeing Rituals

## YOUTH AND DEEP RELAXATION RITUAL

Luxury rejuvenating face and body ritual.  
Time: up to 140 min | Price: PLN 1500

## HOLISTIC NABE RITUAL

A signature NABE ritual combining a body scrub, selected body massage, face and head massage.  
Time: up to 140 min | Price: PLN 1200 / person

## THE WELLBEING RITUAL FOR TWO

Face and body massage ritual with a glass of prosecco.  
Time: up to 80 min | Price: PLN 1200 / 2 people

## RITUAL FOR HER OR HIM

A personalized ritual including a body scrub, bath, relaxing massage and facial treatment tailored to the needs of women's or men's skin.  
Time: up to 140 min | Price: PLN 1200 / person



## NABE Home Care

Zapytaj o autorską linię kosmetyków NABE SPA do pielęgnacji domowej. Ask about the original cosmetics NABE SPA line for home care.



# NABE SPA Nosalowy Park Hotel & Spa



Regulamin i kontakt | Regulations and contact:

Recepcja | Reception desk:  
tel.: +48 18 20 00 690

Wew. | Internal: 690  
nosalowypark@nabespa.pl



Care Inspired by the Elements of Nature

# Masaże

## MASAŻ PERSONALIZOWANY WELLNESS

Czas: do 80 min | Cena: 490 zł

## MASAŻ RELAKSACYJNY LUB KLASYCZNY OLEJAMI

Czas: do 25 min | Cena: 240 zł lub Czas: do 50 min | Cena: 340 zł

## MASAŻ RELAKSACYJNY LUB KLASYCZNY MASŁEM SHEA

Czas: do 25 min | Cena: 250 zł lub Czas: do 50 min | Cena: 350 zł

## MASAŻ AROMATERAPEUTYCZNY ŚWIECĄ

Czas: do 25 min | Cena: 270 zł lub Czas: do 50 min | Cena: 370 zł

## MASAŻ TWARZY KOBIDO

Czas: do 50 min | Cena: 350 zł

## ODŻYWczy MASAŻ TWARZY

Czas: do 25 min | Cena: 250 zł

## MASAŻ STÓP

Czas: do 25 min | Cena: 250 zł

## MASAŻ GORĄCYMI KAMIENIAMI

Czas: do 50 min | Cena: 390 zł

**Spersonalizuj swój masaż** - wydłuż masaż o dowolnie wybraną partię ciała.  
Czas: do 20 min | Cena: 120 zł  
**Suche szczotkowanie lub peeling ciała do masażu** | Cena: 180 zł

# Massages

## PERSONALIZED WELLNESS MESSAGE

Time: up to 80 min | Price: PLN 490

## RELAXING OR CLASSIC OIL MESSAGE

Time: up to 25 min | Price: PLN 240 or Time: up to 50 min | Price: PLN 340

## RELAXING OR CLASSIC SHEA BUTTER MESSAGE

Time: up to 25 min | Price: PLN 250 or Time: up to 50 min | Price: PLN 350

## AROMATHERAPY CANDLE MESSAGE

Time: up to 25 min | Price: PLN 270 or Time: up to 50 min | Price: PLN 370

## KOBIDO FACIAL MESSAGE

Time: up to 50 min | Price: PLN 350

## NOURISHING FACIAL MESSAGE

Time: up to 25 min | Price: PLN 250

## FOOT MESSAGE

Time: up to 25 min | Price: PLN 250

## HOT STONE MESSAGE

Time: up to 50 min | Price: PLN 390

**Personalize your massage** - extend your massage with an additional body area of your choice. Time: up to 20 min | Price: PLN 120  
**Salt body scrub or dry brushing** | Price: PLN 180





# WODA

Nawilżenie | Ukojenie | Regeneracja

## NAWILŻENIE I BLASK TWARZY

Kuracja nawilżająca na bazie kwasu hialuronowego.

Czas: do 50 min | Cena: 510 zł

## NAWILŻENIE I MIĘKKOŚĆ CIAŁA

Suche szczotkowanie z okładem na łóżku wodnym Soft Pack.

Czas: do 50 min | Cena: 410 zł

## UJĘDRNIENIE I DRENAŻ CIAŁA

Bandażowanie modelująco-ujędrniające z presoterapią.

Czas: do 50 min | Cena: 400 zł

# WATER

Hydration | Soothing | Regeneration

## HYDRATION AND GLOW FACIAL CARE

Hydrating treatment based on hyaluronic acid.

Time: up to 50 min | Price: PLN 510

## HYDRATING AND SOFTENING BODY CARE

Dry brushing with Soft Pack body wrap treatment.

Time: up to 50 min | Price: PLN 410

## FIRMING AND DRAINAGE BODY CARE

Modeling and firming treatment with bandages and pressotherapy.

Time: up to 50 min | Price: PLN 400



# ZIEMIA

Odżywienie | Detoks | Komfort

## ROZŚWIETLENIE I ENERGIA TWARZY

Kuracja na bazie witaminy C, która rozświetla i odmładza skórę.

Czas: do 50 min | Cena: 550 zł

## ODŻYWIENIE I KOMFORT CIAŁA

Ceremonia odżywcza dla skóry wymagającej regeneracji.

Czas: do 50 min | Cena: 390 zł

Czas: do 80 min | Cena: 510 zł

## DETOKS I ORZEŻWIENIE CIAŁA

Intensywna pielęgnacja detoksykująca na bazie soli morskiej i ekstraktów z mięty.

Czas: do 80 min | Cena: 490 zł

# EARTH

Nourishment | Detox | Comfort

## BRIGHTENING AND ENERGIZING FACIAL CARE

Vitamin C treatment that brightens and rejuvenates the skin.

Time: up to 50 min | Price: PLN 550

## NOURISHING AND COMFORTING BODY CARE

A nourishing ceremony for skin in need of regeneration.

Time: up to 50 min | Price: PLN 390

Time: up to 80 min | Price: PLN 510

## DETOXIFYING AND REFRESHING BODY CARE

Intensive detoxifying care based on sea salt and mint extracts.

Time: up to 80 min | Price: PLN 490



# POWIETRZE

Lekkość | Oddech | Otulenie

## DOTLENIE NIE I BLASK TWARZY

Personalizowana infuzja tlenowa twarzy.

Czas: do 50 min | Cena: 650 zł

Czas: do 80 min | Cena: 790 zł

## ŚWIEŻOŚĆ I RÓWNOWAGA CIAŁA

Pielęgnacja ciała personalizowana sensorycznie.

Czas: do 50 min | Cena: 370 zł

Czas: do 80 min | Cena: 470 zł

## OTULENIE CIAŁA

Odżywczy rytuał o orientalnym charakterze.

Czas: do 80 min | Cena: 540 zł

# AIR

Lightness | Breath | Comfort

## OXYGEN INFUSION AND GLOW FACIAL THERAPY

A personalized oxygen infusion facial.

Time: up to 50 min | Price: PLN 650

Time: up to 80 min | Price: PLN 790

## FRESHNESS AND BALANCE BODY CARE

A personalized sensory body treatment.

Time: up to 50 min | Price: PLN 370

Time: up to 80 min | Price: PLN 470

## ORIENTAL COMFORT BODY RITUAL

A nourishing ritual with an oriental character.

Time: up to 80 min | Price: PLN 540



# OGIEŃ

Energia | Pobudzenie | Modelowanie

## ODŻYWIENIE I ODNOWA TWARZY

Peptydy i żeń-szeń odżywiają i odmładzają skórę.

Czas: do 80 min | Cena: 590 zł

## ODNOWA I GĘSTOŚĆ TWARZY

Terapia odmładzająca z wykorzystaniem radiofrekwencji, prądów niskiej częstotliwości oraz światła LED.

Twarz:

Czas: do 50 min | Cena: 750 zł

Twarz, szyja, dekolt:

Czas: do 80 min | Cena: 840 zł

## WYSZCZUPLENIE I LEKKOŚĆ CIAŁA

Modelująca pielęgnacja zapewniająca uczucie lekkości.

Czas: do 80 min | Cena: 480 zł

# FIRE

Energy | Stimulation | Sculpting

## NOURISHING AND REVITALIZING FACIAL CARE

Peptides and ginseng nourish and rejuvenate the skin.

Time: up to 80 min | Price: PLN 590

## REVITALIZING AND DENSIFYING FACIAL CARE

An anti-aging treatment using radiofrequency, low-frequency currents, and LED light therapy.

Face:

Time: up to 50 min | Price: PLN 750

Face, neck and décolleté:

Time: up to 80 min | Price: PLN 840

## SLIMMING AND LIGHTNESS BODY CARE

Sculpting care that provides a feeling of lightness.

Time: up to 80 min | Price: PLN 480

### UZUPEŁNIENIE RYTUAŁÓW:

- Infuzja tlenowa do zabiegu na twarz

Cena: 200 zł

- Kawitacja do zabiegu na twarz

Cena: 100 zł

- Złuszczenie kwasami do zabiegu na twarz

Cena: 100 zł

- Maska pielęgnacyjna na twarz

Cena: 80 zł

- Pielęgnacja dłoni

Cena: 100 zł

- Presoterapia

Cena: 200 zł

- Peeling solny ciała

Czas: do 25 min | Cena: 200 zł

- Suche szczotkowanie

Cena: 200 zł

- Witalna kąpiel SPA

Czas: do 20 min | Cena: 150 zł

- Łóżko wodne Soft Pack

Czas: do 25 min | Cena: 150 zł

- Seans w saunie suchej

Czas: do 25 min | Cena: 100 zł

### RITUAL ENHANCEMENTS:

- Oxygen infusion

Price: PLN 200

- Cavitation

Price: PLN 100

- Facial acid peel

Price: PLN 100

- Facial care mask

Price: PLN 80

- Hand care

Price: PLN 100

- Pressotherapy

Price: PLN 200

- Salt body scrub

Time: up to 25 min | Price: PLN 200

- Dry brushing

Price: PLN 200

- Vital spa bath

Time: up to 20 min | Price: PLN 150

- Soft Pack waterbed session

Time: up to 25 min | Price: PLN 150

- Dry sauna session

Time: up to 25 min | Price: PLN 100