

ORHIDEEA
Spa.



Meniu
SPA

Filosofia noastră

"Spa" reunește într-un singur concept sănătatea, frumusețea și relaxarea! Deși foarte multă lume confundă noțiunea de spa cu un centru wellness, fitness sau cu un centru acvatic, spa-ul este ceva deosebit. Gândit încă din vechime pentru tratarea unor afecțiuni sau pentru relaxare, spa-ul pune accent pe grija față de individ prin inducerea unei stări de armonie și relaxare.

Spa-ul nu este un loc de distracție, este un loc de regăsire personală pentru oamenii stresantului secol XXI. Orhideea Spa s-a născut din pasiunea pentru starea de bine, concept pe care noi îl înțelegem ca fiind un mod de viață ce se rupe de grijile cotidiene și se concentrează pe sănătatea fizică, emoțională și mentală. Încercăm să vă oferim inspirație pentru un stil de viață sănătos, într-un mediu care încântă toate simțurile prin prezența continuă a aromelor spa, a terapiilor, a muzicii liniștitoare și a variației de culori.

La Orhideea Spa abordăm în stil holistic sănătatea, luând în considerare mișcarea, nutriția și relaxarea, combinând mijloacele terapeutice occidentale și orientale, precum și măsuri preventive ce includ un program terapeutic regulat. Fie că alegeți o sesiune energizantă de fitness sau înot, fie că sărbătoriți cu prietenii un eveniment special în cadrul unui Spa Party sau, pur și simplu, vă doriți să plutiți spre relaxarea absolută, clipele petrecute la noi vor fi memorabile și pline de armonie.

Our philosophy

"Spa" unifies in a single concept, health, beauty and relaxation! Although a lot of people mix the Spa notion with that of a wellness center, fitness or aqua center, the spa is something more special. In the antiquity, our ancestors cured or relaxed themselves in such special places.

Therefore, the spa focuses today on the individual treatment and care through harmony and relaxation. Nowadays the Spa is not for entertainment purposes, it is a personal renewal place for people who live in the stressful 21st century. Orhideea Spa was born out of passion for wellbeing, a concept that we understand as a life style that breaks the daily routines and worries and focuses on physical, mental and emotional health. We try to offer inspiration for a healthy life style in a beautiful environment that wonders all senses throughout the continuous presence of the spa aromas, therapies, music, and colour variations.

In Orhideea Spa, we think holistically: health is a concept that combines motion, nutrition and relaxation, using both Eastern and Western therapies, and preventive measures including a regular therapeutic schedule. You can choose either a fitness or swimming energy session, you can celebrate a special event with a Spa Party or you can just relax and enjoy harmony in our great Spa. You will remember all the wonderful moments spent with us.







Despre noi

Orhideea Spa este cel mai mare centru Spa din București, având peste 3.000 mp.

Centrul este structurat pe trei niveluri, cu trei funcțiuni diferite. Primul nivel, cel de sus, este destinat exclusiv terapilor spa. Aici găsim o salină artificială, trei săli pentru tratamente destinate cuplurilor, un Tepidarium, două zone de relaxare, un bar de ceaiuri organice și fructe proaspete oferite în mod gratuit, o sală de tratamente faciale și trei săli pentru tratament corporal. Tot la acest nivel se află vestiarele cu dușurile și grupurile sanitare.

Nivelul median, Aqua, este ocupat de piscine, baia cu jeturi, aria extinsă de relaxare ce conține sezlonguri încălzite cu lămpi cu infraroșii, o saună cu sare, un hammam special creat și adaptat terapilor spa, și zona de Gheață & Foc ce cuprinde hamam-ul turcesc, sauna finlandeză, sauna cu infraroșii, băile Kneipp, dușul scoțian și dușul tropical. Tot la acest nivel veți găsi un bar de sucuri naturale proaspete.

Cel mai de jos nivel este destinat recuperării medicale, fiind incluse servicii de fizioterapie, kinetoterapie și RPG (Reeducare Posturală Globală).

About us

"Orhideea Health & Spa is the largest Spa in Bucharest, stretched out over more than 3000 sq.m.

Our spa consists of three levels, all with different functions. The first level on the top is exclusively designed for spa therapies. You can find here an artificial saline, three treatment rooms for couples, a Tepidarium, two relaxation areas, one bar with free fresh fruits and organic teas, a facial treatment room and three rooms for individual body treatments. There are also changing rooms and showers facilities on this floor.

On the middle floor, called the Aqua zone, you will find the swimming pools, the whirlpool, the extended relaxation area which have warming lounges with infrared lamps, a sauna with salt, a hammam special created and adapted for the temperatures of the spa, and the Ice and Fire area which gathers the Turkish steam bath, the Finish sauna, the infrared sauna, Kneipp baths, the Scottish shower and the tropical shower. You will also find here a bar serving just fresh fruit and vegetables juices, organic smoothies and coffee.

The lowest level is designed for medical recover and it is designed for medical recovery which includes physiotherapy and RPG (Global Postural Recovery).



Specialitatea Orhideea Spa
Orhideea Spa Signature

06



Masaje de relaxare
Relaxing Massages

09



Terapii Revigorante pt. Sănătate
Health & Revigorating Therapies

13



Masaje Terapeutice
Therapeutic Massages

17



Tratamente Corporale
Body Treatments

21



Ritualuri SPA - 4 în 1
SPA Rituals- 4 in 1

25



Terapii pentru gravide
Treatments for Pregnancy

29



Terapii de Cuplu
Couple Therapies

33



Tratamente
Faciale Dermato-cosmetice
Dermato-cosmetic
Facial Treatments

37



Tratamente
Faciale Oxygenera-Pro
Oxygenera-Pro Facial
Treatments

41



Mini-Tratamente Spa
Mini Spa Treatments

43



Carduri Cadou
Gift Cards

47



Recuperare medicală
Medical Recovery

59



Facilități
Facilities

64

Specialitatea Orhideea Spa
Orhideea Spa Signature

Salt Room Relaxing Massage

Masaj de relaxare în salină artificială, cu multiple beneficii pentru sănătate. Salinoterapia (înhalarea aerului sărat) ajută la tratarea afecțiunilor respiratorii și la diminuarea efectelor negative ale poluării urbane, prafului sau fumatului pasiv. Aerosolii sărați au o acțiune curativă asupra sistemului respirator și fortifică plămânii, în timp ce ionii negativi din sare au un efect benefic asupra sistemului nervos și ajută la somnul relaxant. Masajul de relaxare este extrem de eficient în cazul stărilor de oboseală accentuată, și elimină stresul acumulat în organism. Astfel masajul în salină este un tratament doi în unul, și, pe lângă beneficiile masajului de relaxare, vă puteți bucura și de beneficiile salinoterapiei.

A relaxing massage in the salt room offers you multiple health benefits. The salty air help treat respiratory diseases and decrease the negative effects of urban pollution, dust or passive smoking. Aerosols have a curative action on the respiratory system and strengthens the lungs, while the negative ions of salt have a beneficial effect on the nervous system and help you sleep easier and more deeply. Relaxing Massage is very efficient for emphatic tiredness, eliminates the stress accumulated in the body. So the salt room massage is a two in one treatment, besides the benefits of the relaxing massage, you can enjoy the benefits of the salt therapy.



Durată: 50 min. **Preț:** 285 lei **Preț membru:** 199,5 lei

**Beauty is when
you can
appreciate
yourself.
When you love
yourself, that's
when you're
most beautiful.**

Zoe Kravitz

Fusion Massage

Masaj intuitiv personalizat, în care terapeutul combină liber tehnici de masaj (relaxare, drenaj limfatic, masaj tisular profund, reflexoterapie, presiuni, mobilizări, stretching, masaj anticelulitic, aplicare de comprese sau pietre calde, masaj facial) adaptate nevoilor și preferințelor clientului.

The best tailored intuitive massage you can ever get! The therapist freely combines a variety of massage techniques (relaxation, lymphatic drainage, deep tissue massage, reflexology, pressures, stretching, applying hot towels or hot stones), to perfectly fulfill your preferences and needs.

Durată: 60 min. / 90 min.
Preț: 375 lei / 530 lei
Preț membru: 262,5 / 371 lei

Anticold Treatment

Un remediu eficient contra răcelii sau a simptomelor gripale, prin activarea circulației sangvine și stimularea mecanismelor proprii de apărare ale organismului. Terapia începe în hamam, pentru a declanșa procesul de sudorație, fiind urmată de exfoliere cu săpun negru din pastă de măsline și ulei de eucalipt, având proprietăți drenante și detoxifiante. Se continuă cu o repriză de saună uscată pentru a crește temperatura corpului, finalizată cu o spălare cu gheață, ce produce vasoconstricție, realizându-se astfel o tonifiere vasculară și activarea circulației sanguine. Se încheie cu masajul personalizat, cu tehnici liber combinate, sau cu un masaj de relaxare, în pregătirea unui somn odihnitor. Pe toată durata terapiei, se consumă lichide calde (ceaiuri organice, cu miere și lămâie).

Durată: 90 min. **Preț:** 550 lei **Preț membru:** 385 lei



An effective remedy against colds and flu symptoms by activating blood circulation and stimulating your immune system. This therapy begins in the Turkish steam bath to trigger the sweating by an exfoliation with black soap paste and olive oil of eucalyptus, having draining and detoxifying properties. Next, a dry sauna session increase your body temperature, while the ice rinsing produces vasoconstriction, thus achieving a vascular toning and activating blood circulation. It concludes with a tailor made or a relaxation massage that will ensure you a restful sleep.

Moroccan Hamam Ritual

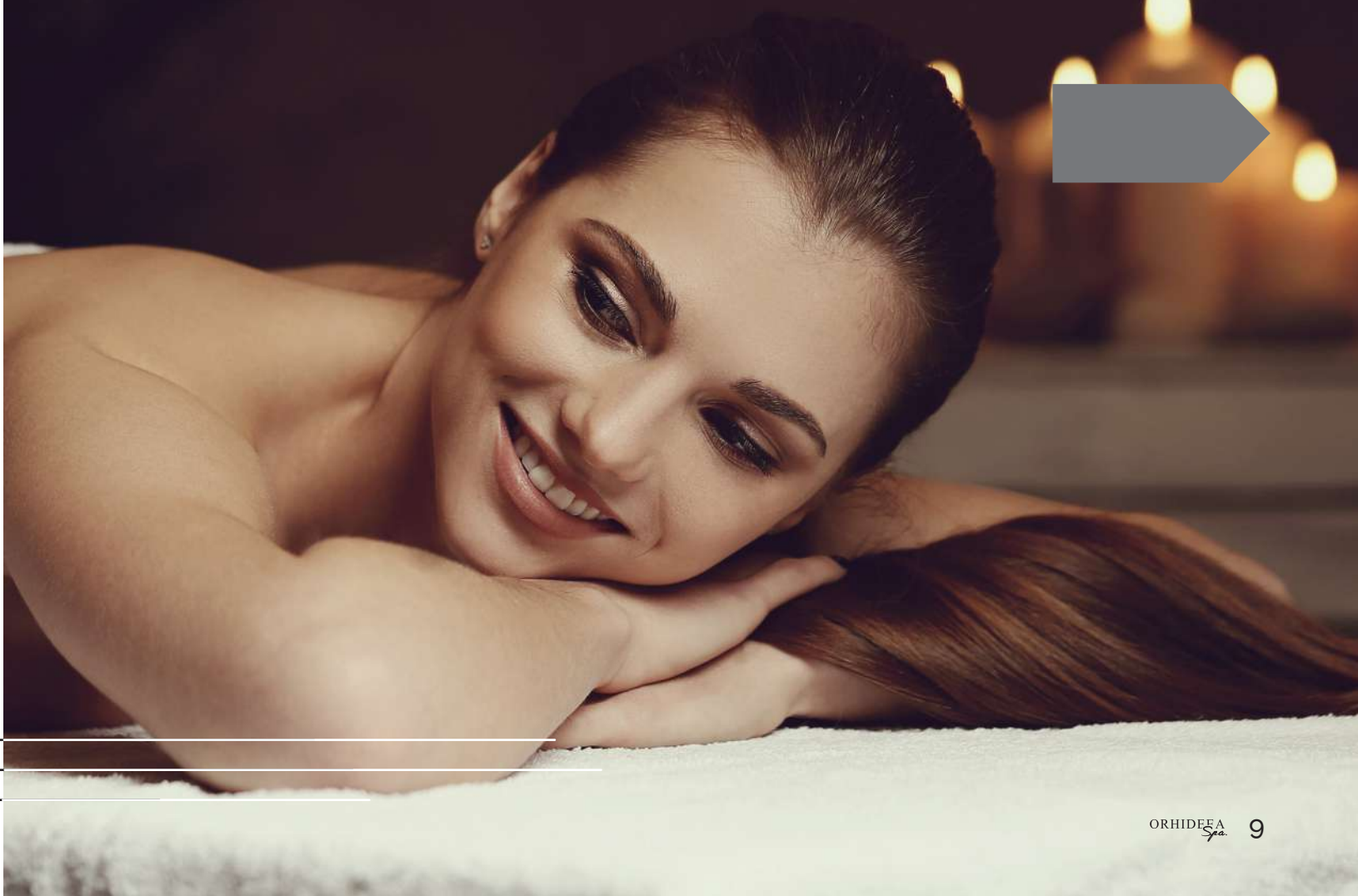
Ritual de curățare și purificare a epidermei, inspirat din cultura orientală a hamamului. Cuprinde acomodarea cu sauna umedă și aplicarea săpunului negru din pastă de măsline și ulei de eucalipt, gomajul corpului cu mănușă abrazivă kassa și clătire cu apă rece și caldă. Se continuă, în camera de terapii sau în hamam, în funcție de nivelul de toleranță la căldură, cu împachetare corporală cu argilă rhassoul, având proprietăți detoxifiante și remineralizante. Ritualul se continuă cu masajul de relaxare cu unt de shea, recunoscut pentru capacitățile sale extraordinare de hidratare și regenerare celulară.

Enjoy this cleansing and purifying body ritual inspired by the Oriental culture! Your body will be polished with an eucalyptus black soap and an abrasive glove and then rinse with cold water or ice snakes. The ritual continues with a detoxifying Moroccan rhassoul clay wrap, rich in minerals, followed by a relaxing massage with shea butter, renowned for its extraordinary hydrating and regenerating properties.

Durată: 120 min. **Preț:** 765 lei **Preț membru:** 535.5 lei

Masaje de relaxare

Relaxing Massages



Antistress Head, Neck & Shoulders

Masaj adresat zonelor craniană, cervicală și scapulo-humerală, pentru înlăturarea efectelor negative ale emoțiilor, eforturilor intelectuale intense sau pozițiilor rigide la birou, în fața calculatorului: cefalee, dureri de ochi, tensiuni la nivelul coloanei cervicale, dureri musculare, insomnie, incapacitate de deconectare. Masajul înlătură senzațiile neplăcute și induce o stare de relaxare, calm și confort.

Durată: 20 min. **Preț:** 155 lei **Preț membru:** 108,5 lei

Swedish Relaxing Massage

Masajul suedez cuprinde o combinație de manevre principale, manevre fine, uniforme și prelungite, liniștitoare, care reduc sensibilitatea nervilor și produc încălzire, calmare și desconggestionare. Masajul de relaxare este o tehnică de masaj ce vizează dispariția tensiunilor musculare și articulare, dar acționează și asupra sistemului nervos și circulator. Masajul de întreținere este un masaj care este indicat să se facă cel puțin o dată pe săptămână și are ca scop menținerea organismului într-un echilibru funcțional natural. Unul din beneficiile imediate ale masajului este sentimentul de relaxare deplină și calm.

Swedish relaxation massage contains a combination of main maneuvers, fine maneuvers, uniforms and long, calming which reduces the nerves' sensibility and produce warming, relief and decongestion. The relaxing massage is a massage technique that has the role to make the muscular and articular tensions disappear, but react upon the nervous system and circulator.

Durată: 30 min. / 60min.
Preț: 175 / 315 lei
Preț membru: 122,5/ 220,5 lei

A mini-massage addressed to head, shoulder and upper back areas to remove the negative effects of emotions, intense intellectual efforts or rigid positions at the office, like: headache, eye pain, cervical spine tension, muscle pain, insomnia. This massage removes discomfort and induces a state of relaxation and calm.

**How old you are is your
business...
How young you look is
our business...**

Candle Relaxing Massage

Masaj de relaxare cu uleiuri aromate încălzite de lumânare. Un masaj conceput pentru stimularea simțurilor, ce folosește o ceară specială din uleiuri esențiale. Când ajunge la temperatura optimă, ceara din lumânare se transformă în ulei, iar masajul se transformă într-un ritual de relaxare. O combinație de aromaterapie, relaxare și uleiuri calde, ce îți va revigora organismul.

The relaxing massage with candle warmed aromatic oils. A massage conceived for the stimulation of the senses, using special wax from essential oils. When it reaches the optimal temperature, the candle wax transforms in oils and the massage is a real ritual of relaxation. A combination of aromatherapy, relaxation and warm oils, it will revitalize the body.

Durată: 50 min.
Preț: 320 lei
Preț membru: 224 lei



Lomi Lomi Hawaiian Massage

Un masaj practicat de mii de ani de aborigenii din Hawaii, Lomi Lomi este recunoscut în lumea modernă ca o terapie holistică, ce reconectează și armonizează corpul, mintea și sufletul, eliberând ființa de suferință fizică și de trăirile emoționale și mentale negative. Un masaj foarte relaxant, realizat cu manevre prelungi și lente ale palmelor, antebrațelor și coatelor, ce ajută la reducerea tensiunilor și stresului, la ameliorarea circulației sanguine și limfatice, la eliminarea toxinelor, conferind confort, echilibru și stare generală de bine.

Aloha! Being practiced for thousands of years by the Aborigines of Hawaii, Lomi Lomi Kahuna Massage is recognized in the modern world as a body-mind-soul therapy. This very relaxing massage, made with extended slow movements of the forearms and soft touches, helps to reduce tension and stress, improve blood and lymph flows and eliminate toxins, providing comfort, balance and overall well-being. Let the ocean waves embrace your body.

Durată: 60 min. **Preț:** 370 lei **Preț membru:** 259 lei

Aromatherapy Face & Body Massage

Un masaj de relaxare pentru corp și față, cu uleiuri esențiale din plante, având ca efect diminuarea stresului fizic, emoțional și intelectual. Mecanismul de acțiune al aromaterapiei este calea olfactivă. Această zonă controlează emoțiile și influențează sistemul nervos și hormonii, afectând pulsul, tensiunea arterială, nivelul de stres, respirația, memoria, digestia, somnul și sistemul imunitar. Un alt mecanism prin care aromaterapia acționează este absorbția uleiurilor esențiale prin piele. În funcție de tipul de ulei esențial ales și de proprietățile sale, se urmăresc beneficii terapeutice diferite.

Get the most of your massage! A relaxing massage for body and face with herbal aromatic oils has the effect of reducing stress physically, emotionally and intellectually. Depending on the type of chosen essential oil and its properties, various therapeutic benefits are pursued: calming - chamomile, lavender, geranium; revitalizing - ylang ylang, rose, neroli, sage, mint; energizing and cleansing - rosemary congestion - eucalyptus, pine, tea tree.

Durată: 75 min. **Preț:** 360 lei **Preț membru:** 252 lei



De Stress Hot Stone Face & Body Massage

Masajul cu pietre calde a fost redescoperit și a devenit popular în cultura wellness modernă, ca o formă de termoterapie, oferind ca beneficii relaxarea fizică și psihică, decontracturarea mușchilor, îndepărtarea durerilor articulare, tratarea anxietății sau a insomniilor. Pietrele vulcanice au capacitatea de a reține și dispersa lent căldura în masa musculară, mobilizând toxinele reziduale, stimulând irigarea și schimburile celulare și echilibrând mecanismele neuro-musculare. Terapia include, pe lângă poziționarea pietrelor pe anumite zone din corp, manevre blânde de masaj de relaxare utilizând uleiuri aromatice și pietrele vulcanice, precum și un mini-masaj facial cu ușoare presiuni, cu pietre de dimensiuni mai mici, pentru drenaj limfatic și un plus de relaxare.

Hot stone massage is a great warming treatment any time of year. Volcanic rocks have the ability to retain and slowly disperse heat through muscles, stimulate cellular exchanges, increase the blood circulation, balance neuromuscular mechanisms and evacuate residual toxins. The therapy combines positioning stones on certain areas of the body with a gentle Swedish massage using aromatic oils and a mild facial massage that provides a lymph drainage and enhances relaxation.

Durată: 75 min. **Preț:** 385 lei **Preț membru:** 269,5 lei

Four Hands Massage

Unul din cele mai relaxante masaje, efectuat de doi terapeuți, în sincron. Terapeuții combină tehnic și artistic diverse mișcări din swedish, lomi lomi sau stretching ușor, lucrând în oglindă, simetric sau complementar, adaptând în permanență ritmul și presiunea mișcărilor, pentru a fi în armonie deplină cu preferințele clientului. Scopul acestui masaj este legat de faptul că beneficiile masajului sunt amplificate energetic datorită lucrului combinat al celor doi terapeuți.

Exquisite touch, deep relaxation, one of the most pleasurable spa experience. Enjoy the double massage performed by two therapists in unison! They use various technical and artistic movements of Swedish, Lomi Lomi, or light stretching, working symmetrical or complementary at your preferred pace and pressure, to be in total harmony with your needs.

Durată: 50 min. **Preț:** 530 lei **Preț membru:** 371 lei

A person is lying face down on a massage table, receiving a back massage. The therapist's hands are visible, applying pressure to the lower back. The background is dark, and the lighting is focused on the person's back. There are several white horizontal lines of varying lengths in the upper left and middle sections of the image.

Terapii Revigorante pentru Sănătate

Health & Revigorating Therapies

Colon Detox Therapy

Masajul colonului prin abordarea ferestrei abdominale ajută la stimularea motilității și îndepărtarea durerilor și disconfortului cauzate de tranzit intestinal lent, constipație, flatulență (balonare). Prin angajarea mușchilor abdominali și toracali, masajul contribuie la îmbunătățirea respirației, circulației și la eliminarea excesului de lichide tisulare din zona abdominală. Abdomenul este o zonă sensibilă și "foarte personală" și de aceea tratamentul este oferit cu maximum de grijă, atenție și respect.

Forget the pills and fiber drinks! Use a colon massage to stimulate colon motility and remove the pain and discomfort caused by slow bowel movements, constipation, bloating. By engaging the abdominal muscles and chest massage, this medical massage helps to improve breathing, circulation and remove excess tissue fluid in the abdominal area. The abdomen is a sensitive and a "very personal" area and therefore treatment will be delivered with the utmost care, attention and respect.

Durată: 20 min. **Preț:** 115 lei **Preț membru:** 80.5 lei

Foot Reflexotherapy

Reflexoterapia este o parte a reflexologiei care se ocupă cu tratamentul printr-un masaj al punctelor reflexe situate la nivel plantar, palmar, etc. Este o tehnică holistică ce privește organismul ca pe un întreg. Astfel, ori de câte ori terminația nervului pe talpă este sensibilă sau chiar dureroasă la apăsare, organul corespunzător este suferind, chiar atunci când încă nu apar simptome vizibile. Manevrelle specifice de dispersie sau tonifiere contribuie la eliminarea toxinelor și microdepozitelor acumulate la nivelul zonelor de proiecție din talpă și, pe cale reflexă, prin nervi și meridiane, la reechilibrarea energetică și funcțională a organelor și sistemelor.

Reflexotherapy is an ancient skill treatment, over 5,000 years old, based on reflex zones which reveals the whole body condition. Acting through the path of nerves and meridians, specific dispersion or toning pressions on the sole projection areas helps eliminate toxins, rebalance organs and systems and restore the body energy.

Durată: 30 min. / 50 min.
Preț: 140 / 240 lei
Preț membru: 98 / 168 lei



Your skin is a really great indicator of what's going on inside your body.

Sami Blackford



Fitness Anticellulite Massage

Masajul anticelulitic acționează direct asupra straturilor superficiale ale corpului, stimulează elasticitatea pielii și a țesuturilor subcutanate activând circulația sângelui și îmbunătățind aspectul pielii. Este mai dureros decât masajul de relaxare fiind necesar a se acționa insistent asupra zonelor afectate de celulită. Pentru eficiență maximă și pentru un efect secundar de tonifiere, acest masaj anticelulitic se realizează menținând musculatura segmentului lucrat în contracție izometrică. Masajul se asociază perfect cu împachetările cu efect lipolitic și cu ședințele de saună, fiind recomandat în serii de ședințe sau programe complexe de detoxifiere, slăbire și remodelare corporală.

The anticellulite massage reacts directly upon the superficial layers of the body, by stimulating the elasticity of the skin and of the hypodermic tissues activating the blood circulation and improving the aspect of the skin. It's more painful than the relaxing massage, being necessary to insist upon areas that are affected of cellulite. For maximum efficiency and for a secondary toning effect, this anticellulite massage is made by maintaining the segment of the muscle massaged under isometric contraction. The massage is associated perfectly with the wraps with lipolitic effect and the sauna sessions, being recommended in series of sessions or complex programs of detoxification, losing weight and corporal reshape.

Durată: 30 min. / 50 min. **Preț:** 210 / 320 lei **Preț membru:** 147 / 224 lei

Manual Lymphatic Drainage

Terapie manuală de drenaj limfatic, cu presiuni minime asupra ganglionilor limfatici, pentru eliminarea excesului de apă și toxine din țesuturi și consecutiv, pentru înlăturarea disconfortului cauzat de acestea. Masajul ganglionilor este completat de cel pe traseul vaselor limfatice pentru a drena limfa. Recomandată tuturor persoanelor sănătoase care urmează regimuri de detoxifiere și slăbire sau tratamente anticelulitice, femeilor gravide, persoanelor cu circulație deficitară și retenție hidrică, persoanelor afectate de celulită sau celor aflate în îngrijire post-operatorie.

Are you following a detoxifying, slimming or anti-cellulite treatment? Are you pregnant or being in a post-surgery recovery? Do you suffer of poor blood circulation or water retention? Manual lymphatic drainage remove the excess of water and toxins from the tissues and consequently, the discomfort caused by them. This therapy has beneficial effects on the entire body, helping to strengthen immune system, as well.

Durată: 30 min. / 60 min. **Preț:** 210 / 320 lei **Preț membru:** 147 / 224 lei

Balinese Massage with Bamboo Sticks

Masajul balinez cu bețe de bambus este o combinație între tehnicile balineze și tehnicile efectuate cu bețe de bambus. Se lucrează pe meridiane energetice cu presiuni delicate, dar și profunde, astfel încât se deblochează energia stagnantă de la nivelul articulațiilor, prin manipulări, flexii, extensii. Mișcările sportive aduc un flux energetic în tot corpul și redau vitalitate organismului. Masajul balinez cu bețe de bambus se recomandă în special persoanelor care acuză dureri musculare, contracturi cronice ale mușchilor, probleme articulare și mobilitate redusă a membrelor superioare și inferioare, sportivilor. Combinația dintre cele două tehnici (masajul balinez și masajul cu bețe de bambus) fac din acest masaj un adevărat ritual de reconectare.

Balinese massage with bamboo sticks is a combination of Balinese techniques and techniques made with bamboo sticks. They work (on energy meridians) with delicate but also profound pressures, so that stagnant energy is released from the joints, through manipulations, flexions, extensions. Sports exercises bring an energetic flow to the whole body and give vitality to the body. Balinese massage with bamboo sticks is especially recommended for people who suffer from muscle pain, chronic muscle contractions, joint problems and reduced mobility of upper and lower limbs, athletes. The combination of the two techniques (Balinese Massage and Bamboo Massage) make this massage a real ritual of reconnection.

Durată: 75 min. **Preț:** 375 lei **Preț membru:** 262,5 lei

Compress Herbal Thai Massage

Terapia cu săculeți din plante medicinale provine din medicina tradițională thailandeză și induce o stare de relaxare profundă. Terapia constă în manevre și tehnici de masaj cu săculeți din plante medicinale, încălziți în baie de abur. Săculeții sunt umpluți cu o selecție de plante medicinale cu beneficii diferite și specifice diferitelor afecțiuni (ghimbir – afecțiuni digestive; echinacea – sistem imunitar; iasomie – antidepresiv, lemn dulce – antiinflamator). Aromaterapia plantelor înlătură stresul și oboseala, atât în plan emoțional cât și mental, îmbunătățind sănătatea organismului.

A therapy with medicinal plants bags originates from the traditional Thai medicine and induces a profound state of relaxation. This therapy made consists of movements and massage technics with the medicinal plants bags which are warmed in steam bath.

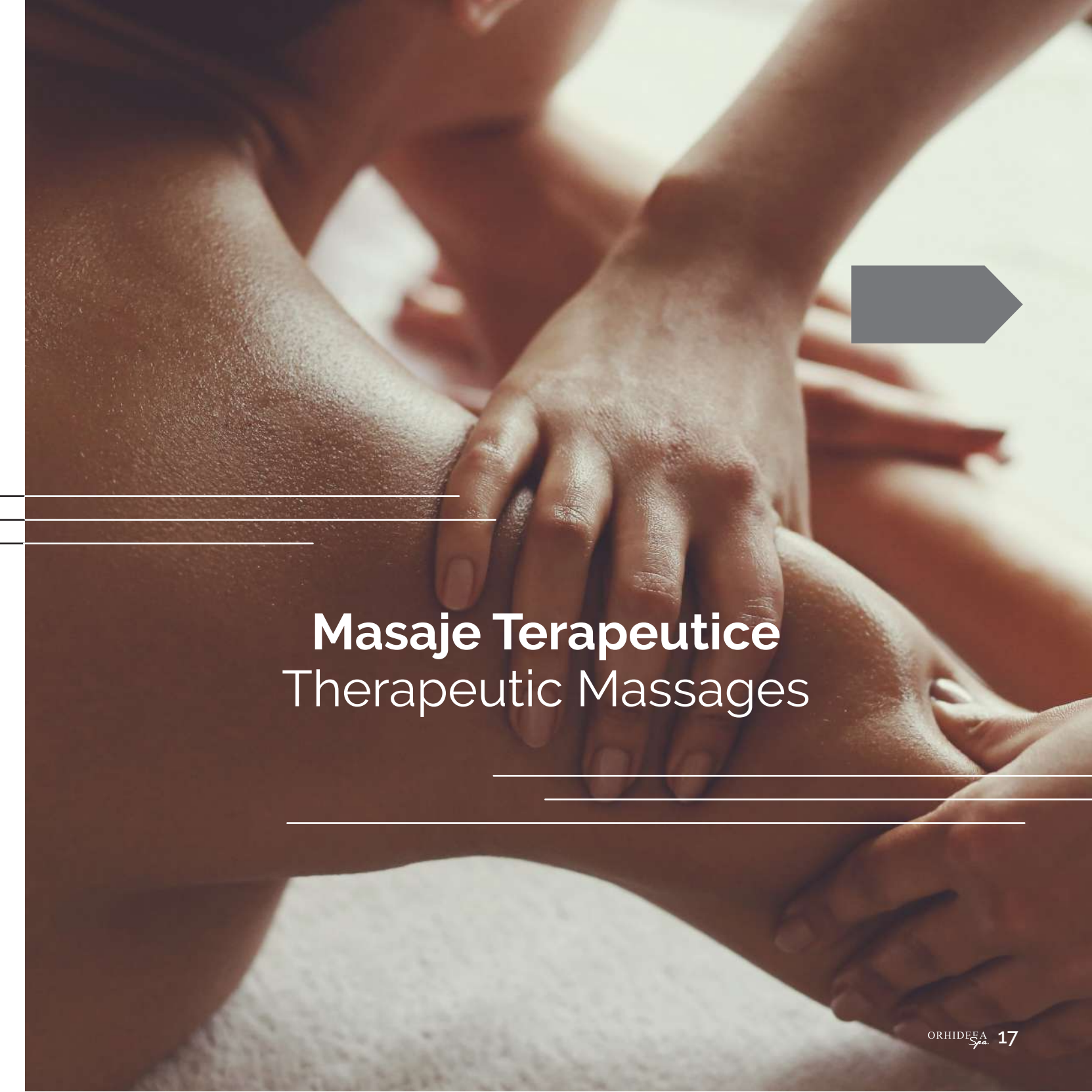
The bags are filled with a selective medicinal plants that have different efficiencies and specific to different affections: ginger – digestive affections, Echinacea-immunity system, Yasmin-antidepressant, sweet wood – ant-inflammatory)

The aromatherapy of the plants, carry off the stress and fatigue, not only emotionally but also mentally, by improving the health of the body.

Durată: 75 min. **Preț:** 375 lei **Preț membru:** 262,5 lei

**Relaxation is a
stepping stone to
tranquility.**

Sami Blackford



Masaje Terapeutice

Therapeutic Massages

There are some things in life where it's better to receive than to give, and massage is one of them.

Al Michaels

Pain Stop Massage

Masaj terapeutic personalizat, adresat persoanelor care au dureri cronice cervicale, toracale, lombare, dureri de membre inferioare și/sau superioare, cauzate în special de deficiențele posturale, sedentarism, afecțiuni ale coloanei sau de sechele post traumatice. Scopul principal al acestui masaj este păstrarea și îmbunătățirea stării de sănătate, vindecarea și ameliorarea anumitor stări patologice ale corpului uman și readaptarea la viața și la munca de zi cu zi.

A healing touch... This customized therapeutic massage is designed to alleviate chronic muscular pain caused by postural deficiencies, sedentariness, spinal disorders or post-traumatic sequelae. The goal of this massage is keeping the improving the state of health, healing and improving some pathological states of the human body and readapt to daily life and work.

Durată: 30 min.

Preț: 185 lei

Preț membru: 129,5 lei

Recovery Sport Massage

Masajul sportiv ajută atleții să-și pregătească mușchii pentru performanță, să se recupereze după un eveniment sau să aibă o stare bună în timpul antrenamentelor. Masajul sportiv este benefic și persoanelor cu răni și dureri cronice și oamenilor perfect sănătoși. Include manevre multiple din masajul somatic, precum și din alte tehnici (deep tissue, drenaj limfatic), aplicate în mod intuitiv, tehnica în sine având menirea de a duce la îmbunătățirea performanțelor sportive. Masajul include o serie de manipulări și stretching ca manevre de bază ce contribuie la perfecționarea fizică a sportivului, eliminarea anumitor dureri, precum și a oboselii fizice și mentale.

The sport massage helps the athletes to prepare the muscles for performance, to recover after an event or to be fit during the trainings. The sport massage is also benefic to the people with wounds or chronic pains and people perfect healthy. Includes multiple maneuvers from the somatic massage as from other techniques (deep tissue, lymphatic drainage), applied in an intuitive way, technique that itself improves the sportive performances.

This massage includes a series of basic manipulations and stretching maneuvers to improve the physical condition of the athlete, by eliminating certain pains, as well as the mental and physical tiredness.

Durată: 60 min.

Preț: 310 lei

Preț membru: 217 lei





Thai Nuad Therapy

Masajul thailandez tradițional combină chiropractică și acupresura cu exerciții acrobatice de întindere a tuturor mușchilor împrumutate din yoga. Efectul final este reechilibrarea celor patru elemente ale corpului: Pământ (din – corp, schelet, mușchi, vase de sânge, tendoane și ligamente), Apă (naam – sânge și secreții ale corpului), Foc (fai – sistem digestiv și metabolism) și Aer (lom – respirație și circulație).

Masajul produce multiple echilibrări pe toate sistemele și la nivelul întregului organism, pe principiul de bază al deblocării energiei stagnante în anumite segmente care se încadrează în meridianele energetice lucrate.

The traditional Thai massage combines the chiropractic and acupuncture with acrobatic exercises of stretching of all muscles, borrowed from yoga. The final effect is the re-equilibration of the four elements of the body: Earth (body, skeleton, muscles, blood vessels, tendons and ligaments). Water (Naam - blood and body's secretions). Fire (fai - digestive and metabolic system) and Air (lom - respiration and circulation).



Durată: 60 / 90 min. **Preț:** 375 / 530 lei **Preț membru:** 262,5 / 371 lei

Deep Tissue Massage

Masaj terapeutic ce urmărește eliberarea tensiunilor, durerilor și blocajelor prin acționarea asupra straturilor musculare profunde, tendoanelor, ligamentelor, țesuturilor conective. Se realizează cu mișcări lente, dar ferme, întinderi ușoare, presiuni crescătoare sau fricțiuni, terapeutul folosindu-se de coate, antebrațe, pumni, degete. Este importantă consumarea unei cantități mai mari de apă după masaj pentru a favoriza eliminarea acidului lactic din țesuturi și preluarea sa în circulația limfatică. Efectul benefic al acestui masaj este resimțit la 1-2 zile după efectuarea lui, când se restabilește capacitatea funcțională a mușchilor, iar durerile se diminuează sau dispar în totalitate.

Forget about discomfort with this therapeutic massage that aims the release of tensions, pains and blockages! The therapist makes slow movements using its elbows, forearms, fists, fingers to stretch, press or knead the deep muscle layers, tendons, ligaments, connective tissues. You will feel the benefit of this massage at 1-2 days after making it, when the functional capacity of muscles is restored and pain diminishes or disappears entirely.

 **Durată:** 60 min. **Preț:** 385 lei **Preț membru:** 269,5 lei

**Be good to your skin.
You'll wear it every day for the rest of your life.**

Renee

Hot Stone Deep Tissue Massage

Terapie pentru detensionare musculară și relaxare profundă, prin tehnici de masaj "deep tissue" cu ulei sau cremă decontracturantă, combinate cu utilizarea pietrelor vulcanice încălzite. Pietrele calde ajută mușchii să se relaxeze și îmbunătățesc aportul de sânge în zonele pe care sunt aplicate, favorizând schimburile celulare. Masajul este recomandat în tratarea contracturilor cronice sau dureroase, recuperarea după eforturi repetitive sau accidentări ușoare, diminuarea disconfortului cauzat de problemele posturale.

Relax, recharge and heal your body! A regular deep tissue massage is incredibly relaxing, but the addition of volcanic heated stones makes this massage a healing remedy. Hot stones helps muscles to relax and improve blood supply in areas that are applied. This massage is recommended in treating chronic or painful contractures and in recovery from repetitive work or mild injury, reducing discomfort caused by postural problems.

 **Durată:** 75 min. **Preț:** 485 lei **Preț membru:** 339,5 lei

Trattamento Corporeale

Body Treatments



Full Body Scrub

Tratament corporal de curățare și purificare a pielii cu un scrub cremos și fin cu extracte din plante medicinale - salvie, mușețel, rozmarin, aloe vera - având efect calmant, reparator, revitalizant și protector. Exfolierea se efectuează pe tot corpul prin manevre ușoare, circulare sau longitudinale, cu scopul de a îndepărta celulele îmbătrânite, impuritățile și acumulările de sebum din stratul superficial al epidermului. Exfoliantul utilizat are o mare putere de cicatrizare, refacere și calmare, fiind recomandat pentru pielea sensibilă, uscată și iritată sau cea arsă de soare.

Is your skin sensitive, dry, irritated or sunburned? Enjoy this cleansing and purifying body treatment made with a creamy herbal scrub! Exfoliation is carried throughout the body by smooth circular or longitudinal movements, in order to remove dead cells, dirt and excess sebum, while the natural extracts of sage, chamomile, rosemary and aloe vera soothe, restore, revitalize and protect the skin.

Durată: 30 min. **Preț:** 170 lei **Preț membru:** 119 lei

De-aging Papaya & Pineapple Body Scrub

Un tratament holistic pentru recuperarea sănătății pielii. Pielea este exfoliată delicat cu acest scrub, care se transformă în spumă și eliberează încet ioni negativi reparatori, în epidermă, pentru un echilibru ideal și o absorbție mai bună a ingredientelor. Aromele exotice de papaya și ananas, conferă o stare de relaxare generală și te energizează.

A holistic treatment for the recovery of skin health. The skin is exfoliated and a delicate scrub which turn into foam and slowly frees negative and reparatory ions in the epidermis, for an ideal equilibrium and a better inhalation of the ingredients. The papaya and pineapple aromatics, offers a general state to relaxation and energizes you.

Durată: 30 min.
Preț: 210 lei
Preț membru: 147 lei



Ice & Fire Hamam Therapy

Un tratament desfășurat integral în hamam, ce combină procedura de exfoliere cu băile alternative de apă caldă și rece, vizând detoxifierea profundă, îmbunătățirea circulației sangvine, călirea corpului și întărirea imunității organismului. Cuprinde acomodarea cu sauna umedă (40°C), aplicarea unui gel spumant și exfoliant, gomajul mecanic cu mână abrazivă kassa, clătirea alternativă cu apă caldă și rece și un masaj rapid cu gheață pentru răcorirea corpului, tonifiere vasculară și închiderea porilor.

Get back your energy! A fully hammam treatment that combines exfoliation process with alternative hot and cold rinses, targeting deep detoxification and blood flow boost, body hardening and strengthening immunity. Includes accommodation with wet sauna (40 C), applying a foaming exfoliating soap with a polishing glove, alternative rinsing with hot and cold water and a cooling ice massage for vascular toning and closing the pores.

Durată: 30 min.
Preț: 230 lei
Preț membru: 161 lei



Organic Chocolate Scrub & Wrap

Tratament antistres și detoxifiant, recomandat ca adjuvant în combaterea celulitei, constând într-o exfoliere completă a corpului și o împachetare în ciocolată pură, organică. Grație fineței produselor și a delicioasei arome de ciocolată, tratamentul este considerat în egală măsură un răsfăț senzorial și un remediu antistres. Se recomandă a fi urmat de drenaj limfatic, de masaj anticelulitic sau de relaxare.

Chocolate through all your pores! A pampering experience consisting of a full body exfoliation, continued with a pure chocolate wrap, which detoxifies, increase cell metabolism, enhance fat burning, mineralizes and nourishes the skin. Thanks to the delicious chocolate flavor, this treatment is considered equally a sensory pampering and a stress remedy. It can be completed with a lymphatic drainage or fitness massage, as a cellulite or body shaping treatment.

➡ **Durată:** 60 min. **Preț:** 415 lei **Preț membru:** 290.5 lei

Life is beautiful!

David L. Wolper



Green Coffee Anti-Cellulite Advanced Treatment

Unul din cele mai performante tratamente pentru combaterea celulitei. Se începe cu o exfoliere fină ce urmărește curățarea și deschiderea porilor pentru a favoriza absorbția ingredientului cheie - cafeaua verde pură, micronizată - din compoziția concentratului activator și a măștii. Cafeaua verde ajută la descompunerea depozitelor de grăsime, accelerează metabolismul, previne infiltrarea grăsimilor și elimină excesul de apă și toxine, îmbunătățind textura pielii și reducând aspectul spongios al zonelor afectate de celulită.

Take advantage of one of the best treatments to combat cellulite! It begins with a soft ginger lime body scrub which cleans and open the pores and aims to promote the absorption of key ingredient of the mask - pure micronized green coffee. The green coffee helps break down fat deposits, accelerates metabolism, remove excess water and toxins, improving skin texture and reducing the appearance of spongy areas affected by cellulite.

Durată: 50 min.

Preț: 450 lei

Preț membru: 315 lei



Detox Honey Face & Body Therapy

Un drenaj limfatic manual urmat de aplicarea unei măști de miere pe corp și față, ce favorizează mobilizarea și eliminarea substanțelor nocive din organism, relaxează corpul, hrănește și catifelează pielea. Printre multiplele sale valențe, mierea ajută mecanismele de detoxifiere ale organismului, are rol nutritiv - generator de energie fără reziduuri și restructurant pentru țesutul conjunctiv - este un bun imunostimulant și calmant al sistemului nervos. Terapia Detox Honey Face & Body este recomandată în curele de detoxifiere și slăbire, având eficiență maximă dacă este precedată de o ședință de saună.

An elixir of health... This manual lymphatic drainage followed by applying a body & face honey mask that favor mobilization and elimination of harmful waste from the body, relaxes the body and nourishes and softens the skin. A therapy recommended during detoxification and weight loss diets, most effectively when preceded by a sauna session.

Durată: 90 min.

Preț: 470 lei

Preț membru: 329 lei



Ritualuri SPA - 4 în 1
SPA Rituals- 4 in 1



Real beauty is to be true to oneself. That's what makes me feel good.

Laetitia Casta

Tropical Fruits Cocktail

Un cocktail dulce-aromat de fructe tropicale, într-un prețios ritual anti-îmbătrânire. Exfoliere corporală cu spumă de papaya și ananas, împachetare cu iaurt din mango și fructul pasiunii, mini tratament facial aromatic și masajul scalpului, încheiate cu un minunat masaj de relaxare ce îmbrățișează corpul cu valuri de ocean și parfumuri tropicale.

Sweet and flavorful blend of tropical fruits in an exquisite de-aging ritual... Body scrub with papaya & pineapple saltmouse, body wrap with passion fruit & mango body yoghurt, an aromatic mini-facial treatment and scalp massage, and a wonderful "ocean waves" massage with tropical scents oil.

Durată: 120 min.

Preț: 765 lei

Preț membru: 535.5 lei

Wine Spirit of the Spa

Secretul tinereții veșnice - energizare și rejuvenare într-un ritual cu vinoterapie: exfoliere cu sare marină, ulei de sămburi de struguri și must, o împachetare corporală cu pudră de ovăz, argilă și struguri, minitratament facial aromatic și masajul scalpului, și un masaj divin cu ulei de struguri cu aromă de must proaspăt.

Wine therapy - the secret of never ending youth. Refresh yourself with this energizing and rejuvenating ritual: a body scrub with sea salt, grape seed oil and red grape must, an anti-aging and anti-oxdant body pack with oat, clay and grape powder, an aromatic facial minitreatment and scalp massage and a divine body massage with grape must oil.

Durată: 120 min. **Preț:** 690 lei **Preț membru:** 483 lei





Turn off your mind, relax, and float downstream.

John Lennon

Chocolate Sensations

Pentru pasionații de rafinement spa, o fantezie de ciocolată într-un ritual delicios, antistres și detoxifiant. Ritualul constă într-o exfoliere corporală cu zahăr brun, cafea și cacao, o împachetare corporală cu mască din ciocolată, un minitratament facial aromatic și un masaj de relaxare cu nectar de ciocolată.

A delicious chocolate fantasy in this antistress and detoxifying ritual. Body scrub with cocoa, coffee and brown sugar, a melting chocolate body mask, an aromatic mini-facial treatment and scalp massage, all these ending with the ultimate luxurious pampering- the relaxation massage with chocolate nectar.



Durată: 120 min. **Preț:** 690 lei **Preț membru:** 483 lei



Moroccan Hamam Ritual

Ritual de curățare și purificare a epidermei, inspirat din cultura orientală a hamamului. Cuprinde acomodarea cu sauna umedă și aplicarea săpunului negru din pastă de măsline și ulei de eucalipt, gomajul corpului cu mănușă abrazivă kassa și clătire cu apă rece și caldă. Se continuă, în camera de terapii sau în hamam, în funcție de nivelul de toleranță la caldura, cu împachetare corporală cu argilă rhassoul, având proprietăți detoxifiante și remineralizante. Ritualul se continuă cu masajul de relaxare cu unt de shea, recunoscut pentru capacitățile sale extraordinare de hidratare și regenerare celulară.

Enjoy this cleansing and purifying body ritual inspired by the Oriental culture! Your body will be polished with an eucalyptus black soap and an abrasive glove and then rinse with cold water or ice snakes. The ritual continues with a detoxifying Moroccan rhassoul clay wrap, rich in minerals, followed by a relaxing massage with shea butter, renowned for its extraordinary hydrating and regenerating properties

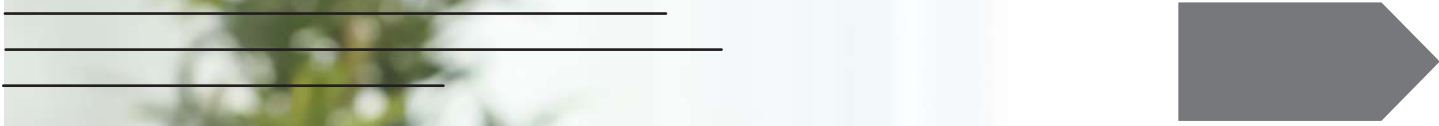
Durată: 120 min.

Preț: 765 lei

Preț membru: 535.5 lei

**Nature gives you the face you
have at twenty. Life shapes
the face you have at thirty. But
at fifty you get the face you
deserve.**

Coco Chanel



Terapii pentru gravide

Treatments for Pregnancy



Antistress Head, Neck & Shoulders Massage

Masaj adresat zonelor craniană, cervicală și scapulo-humerală, pentru înlăturarea efectelor negative ale emoțiilor, eforturilor intelectuale intense sau pozițiilor rigide la birou, în fața calculatorului: cefalee, dureri de ochi, tensiuni la nivelul coloanei cervicale, dureri musculare, insomnie, incapacitate de deconectare. Masajul înlătură senzațiile neplăcute și induce o stare de relaxare, calm și confort. Masajul se va face cu produse special concepute, 100% naturale, fără miros.

A mini-massage addressed to head, shoulder and upper back areas to remove the negative effects of emotions, intense intellectual efforts or rigid positions at the office, like: headache, eye pain, cervical spine tension, muscle pain, insomnia. This massage removes discomfort and induces a state of relaxation and calm. We use only organic oil without any smell.

Durată: 20 min. **Preț:** 155 lei **Preț membru:** 108,5 lei



Back Pain Stop Massage

Masaj terapeutic personalizat, adresat femeilor însărcinate care au dureri cervicale, toracale, lombare, dureri de membre inferioare și/sau superioare, cauzate în special de deficiențele posturale, afecțiuni ale coloanei sau pur și simplu datorită sarcinii. Se utilizează produse 100% naturale, fără miros. Scopul principal al acestui masaj este păstrarea și îmbunătățirea stării de sănătate, reducerea tensiunii din diferite zone ale corpului și ameliorarea durerilor de spate.

A healing touch... this customized therapeutic massage is designed to alleviate chronic muscular pain caused by postural deficiencies, sedentariness, spinal disorders or pregnancy. We use only organic oil without any smell.

The goal of this massage is keeping the improving the state of health, healing and improving some pathological states of the human body and readapt to daily life and work.

Durată: 30 min. **Preț:** 185 lei **Preț membru:** 129,5 lei

Mother To Be Massage

Masaj individualizat, cu tehnici blânde și uleiuri neutre, inodore, ce se adresează nevoilor particulare ale femeii aflate în perioada de sarcină. Masajul favorizează reglarea tensiunii arteriale, combate starea de oboseală, îmbunătățește tonusul musculaturii abdominale, menține elasticitatea pielii, reduce riscul apariției vergeturilor sau atenuează aspectul celor existente. Beneficiul imediat resimțit este eliberarea tensiunii și ameliorarea durerilor de spate, calmarea sistemului nervos, precum și activarea circulației periferice, deficitare la viitoarele mame. Senzația de confort și relaxare astfel obținută are efecte benefice atât asupra mamei, cât și a copilului.

Celebrating the new life to come... A specific gentle massage with mild and neutral oils, addressing the particular needs of pregnant women. This massage promotes regulation of blood pressure, combats fatigue, improves abdominal muscle tone, maintains skin elasticity, reduces the stretch marks. The feeling of comfort and relaxation so obtained has beneficial effects on both mother and baby.



Durată: 30 min / 50 min **Preț:** 175 / 265 lei **Preț membru:** 122.5 / 185,5 lei

**The future belongs to those who believe
in the beauty of their dreams.**

Eleanor Roosevelt

Manual Lymphatic Drainage

Terapie manuală de drenaj limfatic, cu presiuni minime asupra ganglionilor limfatici, pentru eliminarea excesului de apă și toxine din țesuturi și consecutiv, pentru înlăturarea disconfortului cauzat de acestea. Masajul ganglionilor este completat de cel pe traseul vaselor limfatice pentru a drena limfa. Recomandată tuturor persoanelor sănătoase care urmează regimuri de detoxifiere și slăbire sau tratamente anticelulitice, femeilor gravide, persoanelor cu circulație deficitară și retenție hidrică, persoanelor afectate de celulită sau celor aflate în îngrijire post-operatorie.

Are you following a detoxifying, slimming or anti-cellulite treatment? Are you pregnant or being in a post-surgery recovery? Do you suffer of poor blood circulation or water retention? Manual lymphatic drainage remove excess of water and toxins from the tissues and consequently, the discomfort caused by them. This therapy has beneficial effects on the entire body, helping to strengthen immune system, as well.



Durată: 30 min / 60 min **Preț:** 210 / 320 lei **Preț membru:** 147 / 224 lei



Beautiful Mom

Tratament complet, constând într-o exfoliere corporală fină, remineralizantă și hidratantă și un masaj de relaxare pentru gravidă sau proaspăta mamă, având ca scop relaxarea generală, îmbunătățirea circulației sanguine și limfatice și optimizarea tonusului pielii.

More than a treatment, a wellbeing experience. A creamy soft body exfoliation to clean, moisturize and re-mineralize the skin continued with a customized massage. This treatment aims the lymphatic drainage, blood flow optimization, toning the skin and mostly, getting a general relaxation.

Durată: 50 min.

Preț: 390 lei

Preț membru: 273 lei

Detox Honey Face & Body Therapy

Un drenaj limfatic manual urmat de aplicarea unei măști de miere pe corp și față, ce favorizează mobilizarea și eliminarea substanțelor nocive din organism, relaxează corpul, hrănește și catifelează pielea. Printre multiplele sale valențe, mierea ajută mecanismele de detoxifiere ale organismului, are rol nutritiv - generator de energie fără reziduuri și restructurant pentru țesutul conjunctiv - este un imunostimulant și calmant al sistemului nervos.

An elixir of health... This manual lymphatic drainage followed by applying a body & face honey mask that favor mobilization and elimination of harmful waste from the body, relaxes the body and nourishes and softens the skin.

Durată: 90 min.

Preț: 470 lei

Preț membru: 329 lei

A woman with blonde hair tied back is lying on her side on a massage table, eyes closed and smiling. A therapist's hands are visible, massaging her upper arm and shoulder. The background is softly blurred, showing other people in a spa setting.

Terapii de Cuplu Couple Therapies

Well Being Massage For Two

Relaxare în cuplu - un beneficiu pentru sănătate și un răsfăț pentru trup și suflet. Masajul suedez cuprinde o combinație de manevre principale, manevre fine, uniforme și prelungite, liniștitoare, care reduc sensibilitatea nervilor și produc încălzire, calmare și descongestionare. Masajul de relaxare este o tehnică de masaj ce vizează dispariția tensiunilor musculare și articulare, dar acționează și asupra sistemului nervos și circulator. Unul din beneficiile imediate ale masajului este sentimentul de relaxare deplină și calm. Pentru a întregi experiența de neuitat, vă oferim la această terapie servire cu vin spumant și ciocolată. Tot răsfățul într-o atmosferă caldă și intimă.

Durată: 60 min. **Preț:** 630 lei **Preț membru:** 441 lei

The delights of an hour together, to enjoy the relaxing benefits of our Swedish massage. Swedish relaxation massage contains a combination of main maneuver, fine maneuvers, uniforms and long, calming which reduces the nerves' sensibility and produce warming, relief and decongestion. The relaxing Massage is a massage technique that has the role to make the muscular and articular tensions disappear, but react upon the nervous system and circulator. And for the experience to be memorable we offer you chocolate and champagne. You will be spoilt in this friendly and intimate experience.

Aging is a fact of life. Looking your age is not.

Dr. Howard Murad

Candle Relaxing Massage For Two

Masaj de relaxare cu uleiuri aromatice încălzite de lumânare, o experiență memorabilă, împreună cu persoana iubită. Un masaj conceput pentru stimularea simțurilor, ce folosește o ceară specială din uleiuri esențiale. Când ajunge la temperatura optimă, ceara din lumânare se transformă în ulei, iar masajul se transformă într-un ritual de relaxare. O combinație de aromaterapie, relaxare și uleiuri calde, ce îți va revigora organismul. Pentru a întregi experiența de neuitat, vă oferim la această terapie servire cu vin spumant și ciocolată. Tot răsfățul într-o atmosferă caldă și intimă

Durată: 50 min. **Preț:** 640 lei **Preț membru:** 448 lei

The relaxing massage with candle warmed aromatic oils, a memorable experience with your loved one. A massage conceived for the stimulation of the senses, using special wax from essential oils. When it reaches the optimal temperature, the candle wax transforms in oils and the massage is a real ritual of relaxation. A combination of aromatherapy, relaxation and warm oils, it will revitalize the body. And for the experience to be memorable we offer you chocolate and champagne. You will be spoilt in this friendly and intimate experience



Lomi Lomi Massage For Two

Lomi Lomi este recunoscut în lumea modernă ca o terapie holistică, ce reconectează și armonizează corpul, mintea și sufletul, eliberând ființa de suferința fizică și de trăirile emoționale și mentale negative. Un masaj foarte relaxant ce ajută la reducerea tensiunilor și stresului, la ameliorarea circulației sangvine și limfatice, la eliminarea toxinelor, conferind confort, echilibru și stare generală de bine. Este reconectarea cu trupul într-un mod profund. Pentru a întregi experiența de neuitat, vă oferim la această terapie servire cu vin spumant și ciocolată. Tot răsfațul într-o atmosferă caldă și intimă.

Aloha! Lomi Lomi Kahuna Massage is recognized in the modern world as a body-mind-soul therapy. This very relaxing massage, made with extended slow movements of the forearms and soft touches, helps to reduce tension and stress, improve blood and lymph flows and eliminate toxins, providing comfort, balance and overall well-being. Let the ocean waves embrace your body... and for the experience to be memorable we offer you chocolate and champagne. You will be spoilt in this friendly and intimate experience.

Durată: 60 min. **Preț:** 740 lei **Preț membru:** 518 lei

Heaven Stone Couple Massage

Masajul cu pietre calde - o experiență edenică, alături de cineva drag. Masajul cu pietre calde a fost redescoperit și a devenit popular în cultura wellness modernă, ca o formă de termoterapie, oferind ca beneficii relaxarea fizică și psihică, decontracturarea mușchilor, îndepărtarea durerilor articulare, tratarea anxietății sau a insomniilor. Pietrele vulcanice au capacitatea de a reține și dispersa lent căldură în masa musculară, mobilizând toxinele reziduale, stimulând irigarea și schimburile celulare și echilibrând mecanismele neuromusculare. Terapia include, pe lângă poziționarea pietrelor pe anumite zone din corp, manevre blânde de masaj de relaxare utilizând uleiuri aromatice și pietrele vulcanice, precum și un minimasaj facial cu ușoare presiuni, cu pietre de dimensiuni mai mici, pentru drenaj limfatic și un plus de relaxare. Pentru a întregi experiența de neuitat, vă oferim la această terapie servire cu vin spumant și ciocolată. Tot răsfațul într-o atmosferă caldă și intimă.

Hot stone massage - a heavenly experience to share with your beloved one.

Is a great, warming treatment, any time of year. Volcanic rocks have the ability to retain and slowly disperse heat through muscles, stimulate cellular exchanges, increase the blood circulation, balance neuromuscular mechanisms and evacuate residual toxins. The therapy combines positioning stones on certain areas of the body with a gentle Swedish massage using aromatic oils and a mild facial massage that provides a lymph drainage and enhances relaxation...And for the experience to be memorable we offer you chocolate and champagne. You will be spoilt in this friendly and intimate experience.

Durată: 75 min. **Preț:** 770 lei **Preț membru:** 539 lei



Aromatherapy Face & Body Massage for Two

Masaj cu aromaterapie pentru amândoi pentru că relaxarea se obține mai ușor în doi. Un masaj de relaxare pentru corp și față, cu uleiuri esențiale din plante, având ca efect diminuarea stresului fizic, emoțional și intelectual. Mecanismul de acțiune al aromaterapiei este calea olfactivă. Un alt mecanism prin care aromaterapia acționează este absorbția uleiurilor esențiale prin piele. În funcție de tipul de ulei esențial ales și de proprietățile sale, se urmăresc beneficii terapeutice diferite. Pentru a întregi experiența de neuitat, vă oferim la această terapie servire cu vin spumant și ciocolată. Tot răsfățul într-o atmosferă caldă și intimă.

A spa delicacy and a holistic experience for two - aromatherapy massage! A relaxing massage for body and face with herbal aromatic oils has the effect of reducing stress physically, emotionally and intellectually. Depending on the type of chosen essential oil and its properties, various therapeutic benefits are pursued: calming - chamomile, lavender, geranium; revitalizing - ylang ylang, rose, neroli, sage, mint; energizing and cleansing - rosemary congestion - eucalyptus, pine, tea tree...And for the experience to be memorable we offer you chocolate and champagne. You will be spoilt in this friendly and intimate experience.

Durată: 75 min.
Preț: 720 lei
Preț membru: 504 lei

Romeo & Juliet Ritual

Un răsfăț pentru două persoane, în același timp și o "degustare" în stil spa: EA - ritualul cu ciocolată, EL - ritualul cu vin. O terapie corporală completă, ce cuprinde o exfoliere, o împachetare, un tratament minifacial și un masaj de relaxare pentru amândoi, oferite în ambianța rafinată și liniștitoare a camerei de terapii pentru cupluri. Miresmele de vin și ciocolată din ingredientele produselor vor fi completate la finalul terapiei de vin spumant și bomboane de ciocolată, servite în zona de relaxare.

Celebration of love in spa style: for her - the passion of chocolate, for him - the flavor of wine... A full body therapy, which includes an exfoliation, a cocooning body wrap, a mini-facial treatment and a relaxing massage, in the refined ambient of the couples therapy room. At the end, the delightful aromas of this ritual will be completed with two glasses of sparkle wine and chocolate candies.

Durată: 120 min.
Preț: 1255 lei
Preț membru: 878.5 lei



A woman with her eyes closed and a serene expression is receiving a facial treatment. Her head is wrapped in a white towel, and her face is being gently held by two hands. She is lying on a bamboo mat, and a white towel is draped over her shoulders. The background is a soft, out-of-focus green.

Tratamento Faciale Dermato-cosmetice

Dermato-cosmetic Facial Treatments

Essential Skin Care Treatment

Tratament facial de curățare ușoară, potrivit tuturor tipurilor de ten, ce ajută la restabilirea echilibrului natural al pielii prin corectarea deficitelor. Îndepărtează eficient impuritățile de pe suprafața pielii și ajută la redobândirea strălucirii naturale.

A delicate cleansing treatment for all skin types that will help your complexion regain its natural balance and correct minor deficiencies. It removes impurities from your skin and helps restore its natural brightness.

Durată: 90 min.

Preț: 415 lei

Preț membru: 290,5 lei



Sensitive Skin Treatment

Tenul sensibil are o textură fragilă care suferă schimbări sub influența factorilor externi. De cele mai multe ori acest tip de ten este hiperreactiv, adică răspunde supradimensionat la un anumit stimul. Semnele care indică un astfel de ten sunt deseori uscăciunea, roșeață difuză, descuamarea fină sau cuperoza. Datorită produselor specifice care conțin ingrediente active cu potențial de calmare, refacere a țesuturilor, estompare a cuperozei, tratamentul Sensitive Skin nu numai că previne toate neplăcerile cauzate de astfel de reacții ci și tratează aceste semne ale tenului deficitar.

A facial treatment with a soothing and relaxing effect designed for sensitive, hyper-sensitive and/or prone to redness skin. A sensitive skin has a fragile texture that can be easily influenced by external factors. This type of skin is frequently hyper reactive, that is its response to a certain stimuli is overreacted. The telling signs are usually dryness, diffuse redness, soft peeling or rosacea. Due to its specific products containing active ingredients, the Sensitive Skin Treatment both prevents and treat these signs of problematic skin.

Durată: 90 min.

Preț: 720 lei

Preț membru: 504 lei



Oily Skin Treatment

Tratament destinat tenului gras sau acneic.

Tenul gras se caracterizează printr-o hipersecreție a glandelor sebacee. Tenul gras poate avea un aspect uleios și prezintă pori dilatați, piele lucioasă și îngroșată, culoare gălbuie sau descumare (sensibilitate la agenți microbieni).

Acest tip de ten prezintă și o deshidratare superficială deoarece excesul de sebum blochează circulația intracelulară. Curățarea acestui tip de ten se face cu emulsii speciale și loțiuni tonice care asigură reglarea secreției glandelor sebacee.

A treatment for oily or acne skin.

An oily skin is the result of increased activity of sebaceous glands. The oily skin has greasy look, the skin pores are dilated, the skin is thick, with a yellow color or it is peeled (sensitivity to microbes). This type of skin is also slightly dehydrated as the excessive sebum blocks the intra-cellular circulation. This skin is cleansed with special emulsions and tonic lotions that regulate the function of sebaceous glands.

**Beauty is
being
comfortable
in your
own skin.**

Ellen DeGeneres

 **Durată:** 90 min. **Preț:** 635 lei **Preț membru:** 444,5 lei



Luminous "C" & Sea Facial Treatment

Terapie intensivă, oxigenantă, pentru tenul tern, lipsit de luminozitate.

Tratament bogat în vitamina C, care determină creșterea sintezei de collagen, are efect puternic anti-inflamator și proprietăți antioxidante asupra radicalilor liberi. Acest tratament regenerant combate îmbătrânirea tenului și oferă soluții reparatorii datorită formulei speciale pe bază de vitamina C pură și stabilă. Pe lângă concentrația mare de vitamina C, tratamentul conține și alte ingrediente cu efecte benefice asupra tenului, precum algele marine. Acestea sunt bogate în minerale și oligoelemente care contribuie la întărirea mecanismului de apărare naturală, favorizează schimbările metabolice, au efect remineralizant și stimulant asupra circulației sanguine.

Intensive, oxygen-rich treatment for dull, lackluster skin.

A treatment rich in vitamin C to boost collagen synthesis, with strong anti-inflammatory and anti-oxidizing properties.

This regenerative treatment prevents skin aging and provides a conditioning solution due to its special formula based on a pure and stable dose of vitamin C. Besides the large concentration of vitamin C, the treatment contains other ingredients like sea algae known for their beneficial effects on the skin. Algae are rich in minerals and oligo elements that boost the natural defense mechanism of the skin, favor metabolic exchanges and stimulates blood circulation.

 **Durată:** 90 min. **Preț:** 775 lei **Preț membru:** 542,5 lei



Lift & Glow Facial Treatment

Tratament cu efect instant de lifting, luminozitate și anti-aging. Creat cu o selecție de ingrediente cosmetice inovatoare, de înaltă performanță, tratamentul Lumaform Lift & Glow întruchipează cu adevărat esența numelui sau prin trilogia performanței: reparare, efect de lifting și strălucire. Formula unică este îmbogățită cu o selecție exclusivă a celor mai performante ingrediente pentru a oferi rezultate vizibile imediat, refacere, reparare și fermitate. Tratamentul inegalabil garantează o transformare a tenului și o strălucire naturală de invidiat.

A treatment for an instant lifting, brightness and anti-aging effect. The Lumaform Lift & Glow treatment contains a selection of innovative, high performance ingredients that truly embodies the essence of its name: repairing, lifting and glowing. Its unique formula is enriched with a selection of powerful ingredients that offers visible results for a repaired, recovered and firm skin. This unique treatment guarantees a transformation of your skin and a natural brightness to be envied.

Durată: 90 min.
Preț: 660 lei
Preț membru: 462 lei

Beauty kit

Pensat și vopsit gene / sprâncene și epilat buza superioară.
 Brush and painted genes/ eyebrows and epilation of upper lip.

Durată: 40 min.
Preț: 90 lei
Preț membru: 63 lei



A close-up photograph of a woman lying down, receiving a facial treatment. A practitioner's hand is holding a silver, handheld device with a white, circular applicator tip, which is being used on the woman's forehead. The woman has her eyes closed and a relaxed expression. The background is softly blurred, showing a white towel and part of the practitioner's white uniform. In the top right corner, there is a grey arrow pointing to the right. On the left side, there are three horizontal white lines. Below the main title, there are three more horizontal white lines.

Tratamento Faciale Oxygenera-Pro

Oxygenera-Pro Facial Treatments



Eye Contur Treatment

Zona perioculară este o zonă sensibilă și delicată, astfel încât are nevoie de o îngrijire specială. Oboseala, stresul, înaintarea în vârstă afectează în special zona ochilor, iar ridurile fine și cearcănele fiind primele semne ale îmbătrânirii premature. Un tratament complet pentru hidratarea și revitalizarea zonei periculare este absolut necesar, pentru a menține un chip luminos și tânăr.

The periocular area is very sensitive and delicate, therefore special care is needed. The area around the eyes is especially affected by fatigue, stress, aging. Fine lines and dark circles are the first signs of premature aging. A complete treatment to hydrate and revitalize the periocular area is absolutely necessary to maintain a luminous, young look.

Durată: 50 min. / 6 ședințe

Preț: 415 lei / 2075 lei

Preț membru: 290,5 lei / 1452,5 lei

Quick Facial Renewal

Tratament rapid pentru reîmprospătarea pielii. Oferă luminozitate și fermitate tenului încă de la prima ședință. Tratamentul constă în îmbinarea a doua funcții ale aparatului Oxygenara Pro, în funcție de necesitățile și particularitățile fiecărui tip de ten.

A quick treatment to refresh the skin. It offers a luminous, firm skin even from the first session. This treatment combines two functions of the Oxygenara Pro device, according to needs and particularities of each type of skin.

Durată: 50 min. / 6 ședințe

Preț: 520 lei / 2600 lei

Preț membru: 364 lei / 1820 lei

Oxygenara Pro Facial Treatment

Terapia Oxygenara Pro ajută la oxigenarea și regenerarea celulară, oferind rezultate imediate cu efect de lifting instant, tratează cicatricile post acneice, petele pigmentare și uniformizează textura pielii.

Tratamentul începe prin demachierea și tonifierea tenului cu produse profesionale, specifice fiecărui tip de ten.

Oxygenara Pro is a facial treatment that helps cellular oxygenation and regeneration. It offers immediate results with an instant lifting effect, it is used to treat post acne scars, pigmented spots and it restores the uniform texture of the skin.

The treatment starts by removing makeup and toning the skin with professional products, specific to your complexion.

Durată: 15 min. / 90 min. / 6 ședințe

Preț: 60 lei / 600 lei / 3000 lei

Preț membru: 42 lei / 420 lei / 2100 lei

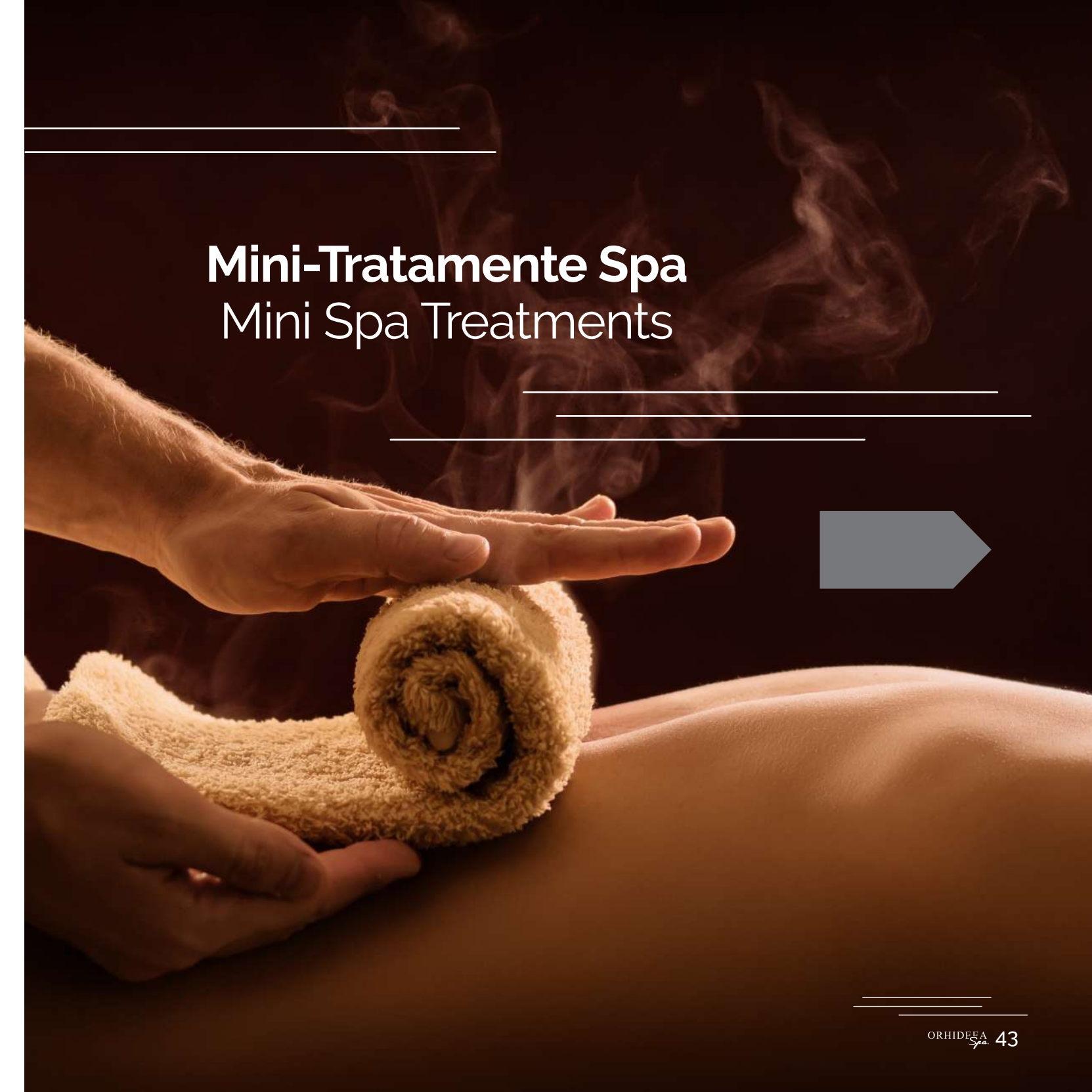
MessoPen Facial Therapy

Terapie facială de microneedling cu puternic efect de rejuvenare asupra fibrelor de collagen și elastină. Microneedling acționează prin efectuarea a mii de micro-întepături la nivelul pielii favorizând pătrunderea substanțelor active în derm pentru a stimula producerea de collagen propriu și restructurarea pielii. Terapia MessoPen oferă un efect de lifting instant, ajutând la diminuarea ridurilor de expresie, a petelor pigmentare și/sau a cicatricilor postacneice. Rezultatele apar încă din prima ședință, dar sunt recomandate minim 4 ședințe, la un interval de 2/3 săptămâni.

Microneedling facial therapy with a strong rejuvenating effect on collagen and elastin fibers. Microneedling works by making thousands of micro-punctures at a level that favors the penetration of active substances into the dermis to stimulate the production of its own collagen and the restructuring of the skin. MessoPen therapy offers an instant lifting effect, helping to reduce expression wrinkles, pigment spots and/or post-acne scars. Results appear from the first session, but a minimum of 4 sessions are recommended, at an interval of 2/3 weeks.

Durată: 60 min

Preț: 450 lei

A close-up photograph of a person's back being treated with a rolled-up towel. A hand is placed on top of the towel, and steam is rising from the scene, creating a relaxing and therapeutic atmosphere. The lighting is warm and focused on the treatment area.

Mini-Tratamento Spa

Mini Spa Treatments



Spa Facial Ritual

Spa Facial Ritual este un tratament facial cu durată scurtă și efectuat cu manevre ușoare și relaxante. Cuprinde demachiere, tonifiere, exfoliere, aplicare mască și comprese antistres pentru ochi, masajul scalpului și masaj de relaxare facial. Acest tratament cosmetic rapid este adaptat oricărui tip de ten și poate însoți o varietate de masaje și împachetări corporale, îmbogățind experiența senzorială și oferind feței mai mult răsfăț și un aspect proaspăt și odihnit.

Spa Facial Ritual is a delightful facial mini-treatment for relaxation and hydration in six steps: cleansing, toning, peeling, mask, anti-stress eye compress and moisturizer. It is adapted to any skin type and can accompany a variety of massages and body wraps, enriching the sensory experience with more pampering and letting your look fresh and rested.

Durată: 30 min. **Preț:** 185 lei **Preț membru:** 129,5 lei

Hot and Cold Stones Facial Massage

Masaj facial cu roci vulcanice calde și reci. Rocile vulcanice păstrează energia geotermală de la originea vulcanului din care provine, acestea având capacitatea de a o elibera natural și doar atât cât este nevoie și unde este nevoie, ajutând corpul să ajungă la găsirea remediilor interioare către autovindecare. Cu efect energizant și de microlifting, ajută în același timp la drenarea toxinelor și la revigorarea tenului.

Facial Massage with warm and cold volcanic stones. The volcanic stones keep the original geothermal energy which comes from, this having the capacity to free it naturally and as much as it is necessary and where is necessary, helping the body to find the interior remedies to itself healing. With energizing effect and micro-lifting, helps simultaneously the drainage of the toxins and the rejuvenating of complexion.

Durată: 30 min.
Preț: 165 lei
Preț membru: 115,5 lei



**Happiness is the
secret to all beauty.
There is no beauty
without happiness.**

Christian Dior

Hot Towel Cold Stones Facial Massage

O "gimnastică" facială ce asociază principiul alternanței cald-rece cu beneficiile aromaterapiei, acest masaj cu prosoape calde, pietre reci și manevre compresive are multiple beneficii pentru sănătate. O terapie care completează cu succes alte tipuri de masaj pentru un plus de vitalitate și de energizare.

Refresh your senses! Hot towels are placed on the face to stimulate circulation and then cold stones are used to reduce inflammation. An excellent treatment for sinus, headache, upper respiratory tract problems, eyes puffiness. It helps also to tighten and firm the skin, by the naturally boost of the collagen.

Durată: 15 min.

Preț: 70 lei.

Preț membru: 49 lei

Herbal Compress Thai Facial Massage

Presopunctura facială cu săculeți din ierburii provine din cultura terapiilor asiatice.

Principiul se bazează pe reglarea funcțiilor unor organe și/sau sisteme prin eliminarea blocajelor existente, într-un mod relaxant, utilizând plante sub formă de comprese. Plantele acționează la nivel vibrațional, energetic, vibrația plantei rezonază cu vibrația celulelor umane, corectând problemele.

Preso-puncture basis on the control of some organs and/or systems through the elimination of the existing blockings, in an relaxing way, utilizing compresses of plants. The plants react at the vibrational and energetic level, the vibration resonates with human cellular vibration, correcting the problems.

Durată: 30 min.

Preț: 170 lei.

Preț membru: 119 lei



Terapii add-on, care completează cu succes terapiile de relaxare, terapeutice , corporale sau faciale din meniul Ohs.

Facial Therapeutic Lymphatic Drainage Massage

Circulația limfatică are în organism rolul de transportator al reziduurilor. Un drenaj limfatic defectuos, degradează aspectul pielii și duce la îmbătrânirea prematură a acesteia. Masajul de drenaj limfatic facial constă în manevre ușoare, lente, manuale, combinate cu role de jad și bețe de bambus și ajută la îmbunătățirea circulației, a aportului de oxigen, redându-i vitalitatea și elasticitatea.

The lymphatic circulation has the role of transportation of the residues. A lymphatic defective drainage, damages the skin's aspect and leads to a premature aging of the complexion. The facial lymphatic drainage consists of slow, light and manual movements, combined with jade rolls and bamboos sticks. It helps improving the circulation, the oxygen part, giving back the elasticity and vitality of the complexion.

Durată: 20 min. **Preț:** 155 lei **Preț membru:** 108,5 lei



Feet Rejuvenating Treatment

Tratament pentru decongestionarea picioarelor, este drenant și revigorant, ajutând la eliminarea tensiunii la nivel plantar. Conține o exfoliere a tălpilor cu scrub din piatră de alaun și un masaj de relaxare, cu ulei de mentă. O terapie care poate completa cu succes alte terapii din meniul OSPA.

Durată: 20 min. **Preț:** 110 lei **Preț membru:** 77 lei

No more heavy and tired legs! The remedy is an exfoliation and foot massage using menthol oil for mild cooling effect. This treatment is draining and invigorating, helping to eliminate plantar pressure, reduce edema and pain in the fingers, ankles, heels and promote circulation.

Shiatsu Facial Massage

Shiatsu își are originea în Japonia fiind dezvoltat, perfecționat și foarte răspândit în țările asiatice. În filosofia țărilor asiatice se consideră că problemele din întreg organismul, de la stări simple de oboseală, până la afecțiuni grave, sunt datorate unor dezechilibre energetice. Principiul acestei terapii faciale este reechilibrarea energetică, prin atingerea cu o presiune fină cu degetul/degetele; presiunile se efectuează pe puncte situate pe traseul meridianelor energetice.

Have you ever tried the acupuncture without needles? This ancient Japanese method, shiatsu, is defined by exerting gentle pressure and manipulation of the skin and superficial muscles, using only fingers and palms. This technique improves blood circulation and increases oxygen to the skin on scalp, face and neck, giving it a youthful, radiant, healthy aspect.

Durată: 15 min. **Preț:** 60 lei **Preț membru:** 42 lei

Hot Stone Back Massage

Pietrele calde ajută mușchii spatelui să se relaxeze și îmbunătățesc aportul de sânge, favorizând oxigenarea, schimburile celulare, eliminarea acidului lactic și a altor metaboliți. Mini-masajul este recomandat ca adjuvant în cadrul masajelor de relaxare, pentru îndepărtarea febrei musculare sau a contracturilor ușoare, precum și pentru diminuarea durerilor temporare cauzate de posturile corporale deficitare.

A warm touch... Heated volcanic stones help to relax the back muscles and improve blood supply, favoring oxygenation, cellular exchanges, removing lactic acid and other metabolites. Add it to your favorite massages, to remove muscle soreness or mild contractures and to reduce temporary pain caused by poor postures.

Durată: 10 min. **Preț:** 55 lei **Preț membru:** 38.5 lei



Carduri Cadou

Gift Cards



Spa pentru ea / Spa for her

Clipe de răsfăț și relaxare pentru toată energia și starea de bine de care ai nevoie.
Moments of pampering and relaxing, for all the energy and well-being you need.

Grateful Glow

Simte-te liberă să te relaxezi, simte-te liberă să fii frumoasă, simte-te liberă să strălucești.

- Terapie facială pentru hidratarea intensă a tenului 75'
- Tratament pentru zona ochilor
- Mască facială cu infraroșu
- Masaj de relaxare antistres pentru față, scalp și zona cervicală

Feel free to relax, feel free to be beautiful, feel free to glow.

- Intense Hydrating Facial Therapy 75'
- Eye Treatment
- Infrared mask
- Antistress Relaxing face, head and neck massage

Durată: 75 min.
Preț: 390 lei

Hello, Energy

Energizează-te și bucură-te de un excelent tratament spa.

- Masaj de relaxare energizant cu ulei din ghimbir și mandarine, încălzit 60'
- Masaj facial energizant 15'
- Infuzie din uleiuri esențiale din plante

Boost your energy and enjoy a great spa treatment.

- Energising Relaxing Massage with warm ginger and mandarin oil 60'
- Energising Facial Massage 15'
- Herbs Infusion

Durată: 75 min.
Preț: 450 lei

Sensory Cruise

O invitație de evadare pe insulele cu nisip cald, palmieri și vară veșnică.

- Exfoliere corporală hidratantă cu scrub din nuci de cocos și unt de shea 30'
- Masaj de relaxare aromatizat cu nectar din vanilie și cocos 60'

An invitation to escape to the warm sandy islands lined with coconut trees and eternal summer.

- Hydrating full body scrub with coconut and shea butter 30'
- Aromatic relaxing massage with vanilla and coconut nectar 60'

Durată: 90 min.
Preț: 535 lei

Slow Down

Liniștește-ți gândurile și simte conexiunea dintre minte, corp și suflet.

- Exfoliere corporală hidratantă cu scrub din nuci braziliene și zahăr brun 30'
- Masaj de relaxare cu roci vulcanice încălzite 75'
- Masaj facial de relaxare cu roci vulcanice calde

Slow down your thoughts and feel the connection between your mind, body, and soul.

- Hydrating full body exfoliating with nuts and brown sugar scrub 30'
- Hot Stone Relaxing massage 75'
- Facial Relaxing Massage with hot stones

Durată: 105 min.
Preț: 605 lei

Healing Mist

O atingere lentă, blândă și conștientă are puterea de a vindeca un suflet deconectat, un masaj este vindecător.

- Masaj intuitiv personalizat 90'
- Masaj cu roci vulcanice pentru musculatura spatelui
- Masaj facial pentru relaxare
- Masajul scalpului pentru relaxare

A slow, gentle and mindful touch has the power to heal a disconnected soul, a massage is healing.

- Intuitive personalized massage 90'
- Hot Stones Back Massage
- Facial Relaxing Massage
- Scalp Relaxing Massage

Durată: 90 min.
Preț: 580 lei

Peaceful Retreat

Relaxează-te o clipă și lasă-ți grijile să se odihnească, cât tu te bucuri de un tratament aromatic spa, care îți va îmbunătăți calitatea somnului.

- Exfoliere corporală cu scrub din nisip de corali din Monoi și cocos 30'
- Masaj Hawaiian lomi lomi cu ulei din iasomie și uleiuri esențiale antistres 60'
- Masaj facial cu prosoape calde și pietre reci 15'

Relax for a moment and pause your worries for a aromatic spa treatment and you will have a better sleep.

- Monoi full body scrub 30'
- Hawaiian lomi lomi massage with jasmin zen oil 60'
- Hot towel cold stones facial massage 15'

Durată: 105 min.
Preț: 660 lei

Spa Day

Ia-ți un moment pentru tine și simte relaxarea, energia și libertatea, la spa.

- Exfoliere corporală hidratantă cu scrub din miere și floare de portocal 30'
- Masaj de relaxare cu unt de shea și ulei din lumânare încălzită 50'
- Masaj de relaxare pentru mușchii spatelui cu roci vulcanice încălzite 10'
- Masaj de relaxare facial cu ulei din migdale dulci 10'

Take a moment for yourself, and feel relaxed, energized, free at spa.

- Oriental honey, hydrating full body scrub 30'
- Candle Relaxing Massage 50'
- Hot Stone Back Massage 10'
- Facial relaxing massage with sweet almond oil 10'

Durată: 100 min.

Preț: 695 lei

Healing Symphony

Îmbunătățește-ți imunitatea cu un tratament spa energizant.

- Exfoliere corporală cu săpun negru și mănușa kassa în hamam 30'
- Masaj cu săculeți din plante medicinale 60'
- Masaj facial cu săculeți din plante medicinale 15'

Improve your immunity with an energizing spa treatment.

- Savon noire body buff therapy in hammam 30'
- Compress Herbal Thai massage 60'
- Herbal Compress Thai Facial Massage 15'

Durată: 105 min.

Preț: 745 lei



Chocolate Indulgence

O oază senzorială luxoașă în miresme de ciocolată și caramel, ce îți oferă o selecție de experiențe rafinate pentru față și corp.

- Exfoliere corporală hidratantă cu scrub spumant din ciocolată și caramel 30'
- Împachetare corporală hidratantă și revitalizantă cu mască din ciocolată, caramel și collagen 30'
- Presopunctură facial japoneză în timpul împachetării corporale
- Masaj de relaxare pentru față și corp cu ulei din ciocolată 75'

Durată: 135 min.

Preț: 825 lei

A luxurious sensory oasis, in the scents of chocolate and caramel, offering you a selection of refined experiences for the face and body.

- Chocolate & caramel foaming hydrating full body scrub 30'
- Chocolate & caramel, collagen hydrating and revitalizing full body wrap 30'
- Shiatsu facial massage during the body wrap
- Chocolate indulgence face and body massage 75'

Serene Beauty

Frumusețea este un dar, însă sănătatea este o alegere.

Alege să fii sănătoasă și ai grijă de pielea ta la spa.

- Exfoliere corporală antiîmbătrânire cu mango și fructul pasiunii 30'
- Împachetare corporală antiîmbătrânire cu elastină, collagen și fructe exotice 30'
- Masajul scalpului în timpul împachetării corporale
- Tratamentele faciale antiîmbătrânire, pentru oxigenare și regenerare 90'

Durată: 150 min.

Preț: 1065 lei

Being beautiful is a gift, being healthy is a choice. Choose to be healthy and take care of your skin at the spa.

- De aging full body scrub with mango & passion fruit 30'
- Antiaging full body wrap with collagen, elastin and exotic fruits 30'
- Head relaxing massage during the body wrap
- Oxygenation antiaging facial treatment 90'



Spa pentru el Spa for him

Un colț de rai cu terapii create special pentru răsfățul și relaxarea bărbaților.
A pice of heaven with therapies specifically designed for pampering and relaxing men.

Gentle Treat for Him

Spune adio durerilor de spate și bucură-te de momente relaxante la spa.

- Masaj de relaxare pentru mușchii spatelui cu ulei din migdale și mentă 30'
- Masaj tonifiant pentru scalp 15'
- Infuzie din uleiuri esențiale revigorante

Say goodbye to your back pain and enjoy a relaxing spa time.

- Back relaxing massage with almond and mint oil 30'
- Tonic scalp massage 15'
- Invigorating infusion

Durată: 45 min.
Preț: 350 lei

Warm GIFT for Him

Un cadou minunat care îți va elibera partenerul de toate durerile musculare.

- Exfoliere corporală și masaj cu gheață în hamam 30'
- Masaj terapeutic pentru mușchii spatelui 30'

An amazing gift that will release your partner of all the muscles pain.

- Ice & fire hammam therapy 30'
- Therapeutic back pain massage 30'

Durată: 60 min.
Preț: 465 lei

Stress Fighter

Si el merită puțin timp pentru el...un tratament spa care îl va elibera de stresul din viața de zi cu zi.

- Masaj de relaxare suedez cu ulei din mentă, încălzit 30'
- Masaj de relaxare cu roci vulcanice încălzite, pentru mușchii spatelui 20'
- Masaj facial cu roci vulcanice calde și reci 30'

He deserve some time for himself.. a spa treatment that will ease the stress from daily life.

- Swedish relaxing massage with warm mint oil 30'
- Hot Stones Back relaxing massage 20'
- Hot & Cold Stones facial relaxing massage 30'

Durată: 80 min.
Preț: 500 lei

Confident Man

Învăță să te relaxezi, pacea ta interioară începe cu un corp relaxat.

Încrederea începe cu relaxarea.

- Masaj de relaxare cu unt de shea și ulei din lemn de pin, din lumânare încălzită 50'
- Ritual spa pentru hidratarea tenului 30'
- Masaj al scalpului

Learn to relax, your inner peace begins with a relaxed body.

Confidence starts with relaxation

- Candle Relaxing Massage with shea butter and pine wood oils 50'
- Spa Facial Ritual 30'
- Scalp massage

Durată: 80 min.
Preț: 555 lei

Deep Recharged

Mușchii tăi sunt foarte oboșiți. Oferă-le o pauză și un masaj profund decontracturant.

- Masaj decontracturant în profunzimea țesuturilor 60'
- Masaj reflexogen în talpă 30'

Your muscles have been through enough. Give them a break and a deep relaxation massage.

- Deep Tissue Massage 60'
- Foot Reflexotherapy 30'

Durată: 90 min.
Preț: 575 lei

His SPA TIME

Ia-ți o pauză, pentru că o meriți și bucură-te de un tratament cald și relaxant.

- Exfoliere corporală cu scrub din plante medicinale 30'
- Masaj de relaxare cu roci vulcanice calde 60'
- Masaj de relaxare pentru scalp 15'
- Infuzie cu plante medicinale

Enjoy a special treatment chosen for your well-being.

- Detoxifying Full Body scrub 30'
- Hot Stones Relaxing Massage 60'
- Relaxing head massage 15'
- Herbs infusion

Durată: 105 min.
Preț: 605 lei



Healthy Energy

Tratament energizant și relaxant pentru domni.

- Masaj personalizat intuitiv 60'
- Tratament facial revigorant 30'
- Masaj tonic pentru scalp

Gentleman's energising and relaxing treatment.

- Fusion massage 60'
- Skin energiser face treatment 30'
- Scalp tonic massage



Durată: 90 min.

Preț: 610 lei

Mysterious Man

Momente liniștite, gânduri pașnice, muzică liniștită, ești relaxat.

Viața la spa este cea mai bună viață.

- Exfoliere corporală în hamam cu săpun negru și eucalipt 30'
- Masaj traditional Hawaiian, Lomi Lomi 60'
- Masaj antistres pentru scalp și zona umerilor 20'

Quiet moments, peaceful thoughts, soft music, you are relaxed.

Spa life is the best life.

- Savon noire body buff in hammam 30'
- Lomi lomi relaxing massage 60'
- Antistress relaxing head and neck massage 20'



Durată: 110 min.

Preț: 805 lei



Man Glow

Bucură-te de un cadou plin de răsfăț luxuriant care îți va trezi toate simțurile.

- Masaj decontracturant, în profunzimea țesuturilor, cu roci vulcanice calde 75'
- Tratament facial cu oxygen hyperbaric 60'
- Tratament pentru ochi oboseți

Regain your powerful mind and your body strength with a great spa experience.

- Hot Stones Deep Tissue Massage 75'
- Oxygen Hyperbaric Treatment 60'
- Tired eyes treatment



Durată: 135 min.

Preț: 985 lei



**Stress, headache, anxiety,
toxins, pain, depression,
muscle aches. Let it all go
with massage.**

Anonymous



Spa pentru doi Spa for two

Clipele petrecute împreună vor capătă un nou sens plin de relaxare, iubire și energie pozitivă.
Moments spent together will gain a new sense of relaxation, love and positive energy.

Love Spell

Lasă-ți stresul să dispară și dragostea să crească, bucurați-vă de voi împreună la spa.

- Masaj de relaxare cu săculeți din plante medicinale, pentru ea 60'
- Masaj de relaxare cu roci vulcanice încălzite, pentru el
- Masaj facial cu săculeți din plante medicinale, pentru ea 15'
- Masaj facial cu prosoape calde și roci vulcanice, pentru el
- Infuzie din plante medicinale
- Ciocolată și șampanie

Let your stress melt away and your love keep growing, enjoy yourselves at the spa.

- Relaxing massage with compress herbal, for her 60'
- Relaxing massage with hot stones for him
- Facial massage with compress herbal for her 15'
- Facial massage with hot towel cold stones for him
- Herbal Infusion
- Chocolate & Sparkling Wine

Love Story

Răsfață-te cu iubire la spa și toate durerile vor dispărea.

- Masaj pentru ameliorarea durerilor musculare, în cuplu 30'
- Masaj cu roci vulcanice încălzite pentru musculatura spatelui 10'
- Aplicare de prosoape calde pentru zona spatelui
- Masaj antistres pentru scalp și zona cervicală 20'
- Ciocolată și șampanie

Pamper your love at the spa and all your pain will go away.

- Pain reliever massage for two 30'
- Hot stones back massage 10'
- Hot towels back therapy
- Antistress relaxing massage for head & neck 20'
- Chocolate & Sparkling Wine

Durată: 60 min.

Preț: 890 lei

Durată: 75 min.

Preț: 860 lei

Dream Love

O zi de relaxare la spa, un răsfăț pentru tine și persoana iubită.

- Masaj intuitiv personalizat 60'
- Aplicare de pietre calde
- Presopunctură japoneză facială 15'
- Comprese antistres pentru ochi
- Ciocolată și șampanie

A relaxing day at spa, a treat for you and your loved one.

- Fusion massage for two 60'
- Hot stones application
- Shiatsu facial massage for two 15'
- Antistress eye compress
- Chocolate & Sparkling Wine

Durată: 75 min.

Preț: 970 lei

Escape Together

Sărbătoriți viața împreună și petreceți câteva momente de relaxare la spa.

- Exfoliere corporală cu scrub din cocos, pentru ea 30'
- Exfoliere corporală cu scrub din cafea neagră, pentru el
- Masaj de relaxare și aromaterapie, în cuplu 60'
- Masaj facial aromatic 15'
- Comprese antistres pentru ochii oboșiți
- Masajul scalpului
- Ciocolată și șampanie

Celebrate life together and spend some relaxing moments at the spa.

- Full body exfoliating with creole scrub with coconut, for her 30'
- Full body exfoliating with dark coffee scrub, for him
- Aromatherapy relaxing massage for two 60'
- Aromatic facial massage 15'
- Eye compresses
- Scalp massage
- Chocolate & Sparkling Wine

Durată: 105 min.

Preț: 1160 lei

Happy in Love

Un moment de fericire și încântare pentru amândoi.

Îmbunătățește-ți starea de bine, iar iubirea va crește.

- Masaj reflexogen în talpă, pentru amândoi 30'
- Masaj de relaxare cu ulei din migdale dulci, încălzit, pentru amândoi 50'
- Masaj facial, pentru amândoi 10'
- Infuzie cu ulei esențial din mentă dulce
- Ciocolată și șampanie

A moment of bliss for two. Grow your love improve your wellbeing.

- Foot Reflexotherapy for two 30'
- Wellbeing relaxing massage with warm almond oil, for two 50'
- Hot stones relaxing massage for two 60'
- Facial relaxing massage, for two 10'
- Sweet mint infusion
- Chocolate & Sparkling wine

Durată: 90 min.

Preț: 1080 lei

Emotional Wellness (for two)

Câteva clipe emoționante petrecute la spa vă vor reconecta viețile.

- Exfoliere corporală cu scrub din fructe tropicale pentru ea 30'
- Exfoliere corporală cu lemongrass și grapefruit pentru el
- Masaj de relaxare hawaian lomi lomi, pentru doi 60'
- Ciocolată și șampanie

An emotional time spent together at the spa will reconnect each other for life.

- Tropical fruits full body scrub for her 30'
- Lemongrass and grapefruit full body scrub for him
- Hawaiian lomi lomi massage for two 60'
- Chocolate & Sparkling Wine

Durată: 90 min.

Preț: 1180 lei

Unwind Love

O experiență luxuriantă, pentru starea de bine și frumusețe, alături de persoana iubită.

- Masaj cu lumânare încălzită, pentru amândoi 50'
- Ritual spa pentru hidratarea tenului 30'
- Masajul scalpului
- Ciocolată și șampanie

An experience of luxury, wellness and beauty, together with the one you love.

- Candle relaxing massage for two 50'
- Spa facial ritual for two 30'
- Scalp massage
- Chocolate & Sparkling Wine

Durată: 80 min.
Preț: 1110 lei

Romantic Wellness

Detașați-vă de griji și termene limită și cufundați-vă într-o experiență relaxantă la spa.

- Exfoliere corporală, în hamam, în cuplu 30'
- Masaj corporal, de relaxare, cu ulei încălzit, în cuplu 60'
- Presopunctură japoneză facială, în cuplu 15'
- Ciocolată și șampanie

Step away from worries and deadlines and immerse yourselves in a spa relaxing experience.

- Ice & fire hammam therapy for two 30'
- Full body Swedish warm oil massage for two 60'
- Shiatsu facial massage, for two 15'
- Chocolate & Sparkling Wine

Durată: 105 min.
Preț: 1310 lei

Love Me Spa

Împreună este cel mai cald loc pentru a fi, o zi specială la spa este o experiență specială pentru amândoi.

- Exfoliere corporală hawaiana cu nisip fin de Bora Bora și ulei de tiare, pentru ea 30'
- Exfoliere corporală cu scrub din sare de Himalaya și lemongrass, pentru el 30'
- Masaj de relaxare cu roci vulcanice încălzite, pentru cuplu 60'
- Masaj de relaxare facial cu roci vulcanice calde și reci, pentru cuplu 20'
- Ciocolată și șampanie

Together is the warmest place to be, a special day at the spa is a special date for both of you.

- Hawaiian full body scrub with Bora Bora sand and Monoi oil for her 30'
- Energizing full body scrub with lemongrass and pink salt for him 30'
- Hot stones relaxing massage for two 60'
- Facial relaxing massage with hot and cold stones for two 20'
- Chocolate & Sparkling wine

Durată: 110 min.
Preț: 1275 lei

Royal Romance

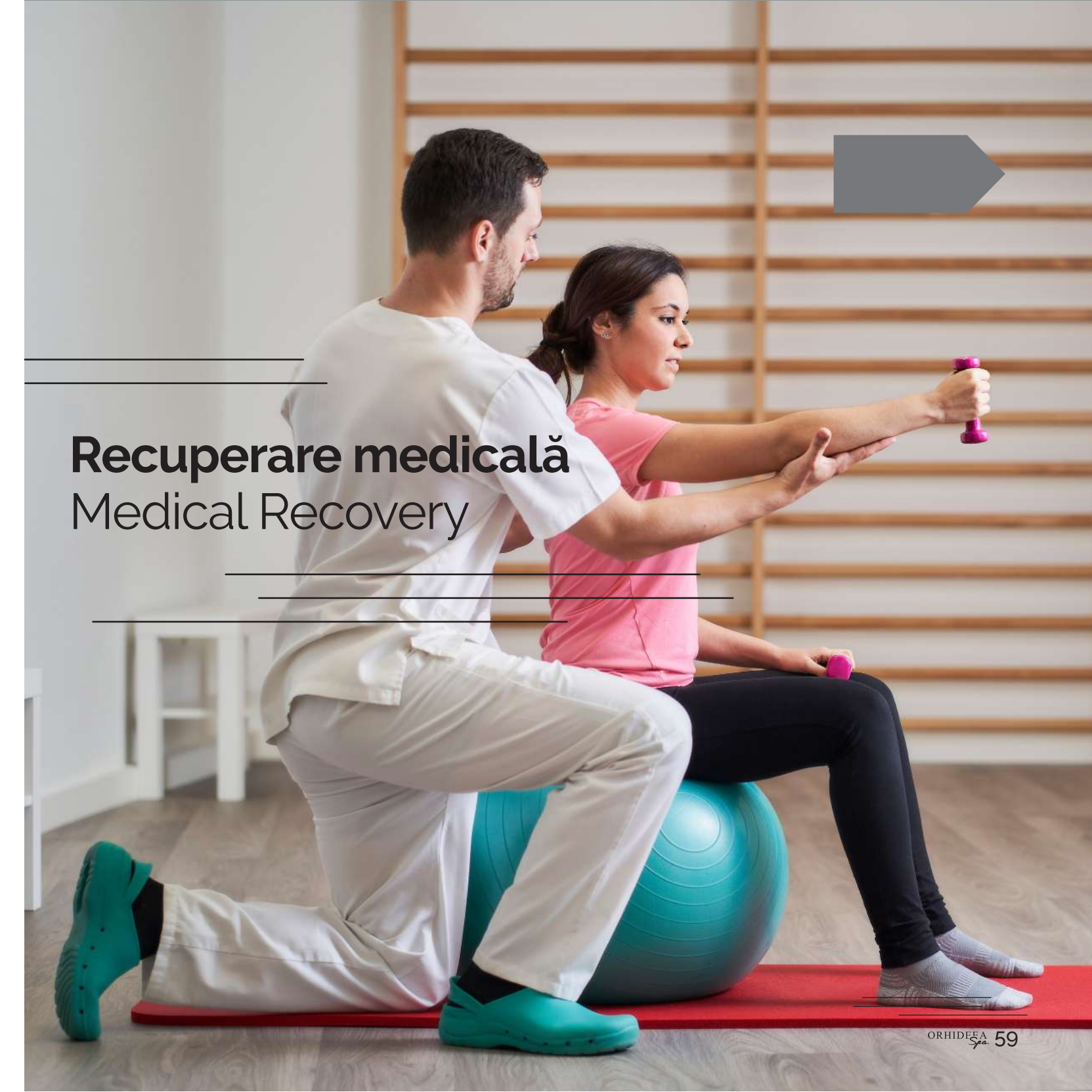
Împreună, relaxați, reconectați. Spa-ul este o idee grozavă pentru o întâlnire delicioasă.

- Exfoliere corporală cu scrub din caramel și ciocolată, pentru ea 30'
- Exfoliere corporală cu scrub din plante pentru el
- Împachetare cu ciocolată și caramel pentru ea 30'
- Împachetare antistres pentru el
- Masajul scalpului în timpul împachetării
- Masaj de relaxare cu uleiuri arome pentru cuplu 60'
- Ciocolată și șampanie

Together, relaxed, reconnected. Spa is a great idea for a delicious date.

- Caramel & chocolate full body scrub for her 30'
- Full body scrub with herbs for him
- Caramel and chocolate full body wrap for her 30'
- Antistress full body wrap for him
- Head massage during the body wrap
- Aromatic relaxing massage for two 60'
- Chocolate & sparkling wine

Durată: 120 min.
Preț: 1560 lei

A physical therapist in a white uniform is kneeling on a red mat, assisting a female patient. The patient is seated on a large blue exercise ball, holding a small pink dumbbell in her right hand and another in her left hand. She is performing a seated row exercise, pulling the dumbbells towards her chest. The therapist is positioned behind her, with his hands on her arms to provide support and guidance. The background shows a wooden ladder-like structure and a white wall.

Recuperare medicală

Medical Recovery

Consultație Recuperare Medicală Medical recovery consultation

Preț: 220 lei

Abonamentele se pot achiziționa doar în urma unei consultații de către medicul nostru specialist, în baza unei programări.

Physiotherapy subscriptions can be obtained only after a consultation with a doctor specialized in medical recovery.

Abonament Recuperare Medicală Medical Recovery Subscription

Durată: 20 ședințe

PREȚ ABONAMENT (20 ședințe): 2070 lei

PREȚ ABONAMENT MEMBRU (20 ședințe): 1759,5 lei

Pachet pentru recuperare medicală, recomandat persoanelor cu diferite afecțiuni musculare și/sau articulare, deficiențe posturale, dureri articulare și/sau musculare, etc. Pachetul conține două consultații la medicul specialist de recuperare medicală (o consultație inițială și un control) în urma cărora se va stabili un program de recuperare individual, compus din 12 ședințe fizioterapie și 12 ședințe kinetoterapie.

Pe toată durata programului de recuperare, pacientul va fi îndrumat de un singur kinetoterapeut, programul fiind individual.

Abonamentele, se pot achiziționa doar în urma unei consultații de către medicul nostru specialist.

Package for medical recovery, recommended for people with various muscular and/ or articular disorders, postural deficiencies, joint and / or muscle pain, etc. The package contains two medical consultations (an initial consultation and a check), which will establish an individual recovery program consisting of 12 physiotherapy sessions and 12 kinetotherapy sessions. The physician will establish, following the patient's assessment, the type and number of recommended procedures and at the same time the objectives and methods of recovery of the kinetic program. Throughout the recovery program, the patient will be guided by a single physical therapist, the program being individual.

Subscriptions can only be purchased after a consultation with our specialist doctor.



Abonament Fizioterapie Subscription Physiotherapy

Durată: 10 ședințe

PREȚ ABONAMENT (10 ședințe): 1200 lei

PREȚ ABONAMENT MEMBRU (10 ședințe): 1020 lei

Fizioterapia cuprinde diverse proceduri electrice care au ca scop obținerea de efecte miorelaxante, vasculotrofice, de reglare neurovegetativă și analgezice.

Pachetul conține două consultații la medicul specialist de recuperare medicală (o consultație inițială și un control) în urma cărora se va stabili un program de recuperare individual, compus din 12 ședințe fizioterapie. Pe toată durata programului de recuperare, pacientul va fi îndrumat de un singur kinetoterapeut, programul fiind individual.

Abonamentele, se pot achiziționa doar în urma unei consultații de către medicul nostru specialist.

Physiotherapy includes various electrical procedures aimed at achieving myorelaxant, vasculotrophic, neurovegetative regulation and analgesic effects.

The package contains two consultations with the medical recovery specialist (an initial consultation and a control) after which an individual recovery program will be established, consisting of 12 physiotherapy sessions. Throughout the recovery program, the patient will be guided by a single physiotherapist, the program being individual.

Subscriptions can only be purchased after a consultation with our specialist doctor.



Abonament Kinetoterapie Physical Therapy Subscription

Durată: 30 min. / 60 min.

Preț: 90 lei / 140 lei **Preț membru:** 76,5 lei / 119 lei

PREȚ ABONAMENT (10 ședințe): 1200 lei

PREȚ ABONAMENT MEMBRU (10 ședințe): 1020 lei

Kinetoterapia, cea mai nouă componentă a medicinei fizice este o formă terapeutică personalizată, ce folosește ca mijloc de tratament mișcarea sub diversele ei forme active sau pasive, care prin repetare devine în sine un exercițiu fizic.

Kinetoterapia poate lua două forme:

- Kinetoterapia profilactică ce se adresează tuturor persoanelor active și mai puțin active, în special în vederea combaterii unor poziții vicioase cauzate de sedentarism și statul prelungit în poziții deficitare;
- Kinetoterapia terapeutică și de recuperare - urmărește refacerea unor funcții diminuate sau creșterea nivelului funcțional în diverse patologii, prin intermediul unor programe de exerciții fizice (afecțiuni posturale ale coloanei vertebrale: cifoze, scolioze, afecțiuni reumatice, diverse alte afecțiuni).

Kineto therapy is the newest branch in the physical medicine. It is a personalized therapeutic form that uses as mean of movement treatment under different active and passive forms, which by repetition becomes itself a physical exercises.

Kineto therapy has to forms:

Prophylactic Kineto therapy which is addressed to all active or less active people, especially to stop the incorrect positions caused by sedentarism or the prolonged sitting in incorrect positions.

Therapeutic and recovery Kineto therapy – its follows the recovery of reduced functions or the level in functional increasing in different pathologies through physical exercise. (spine postural affection: cyphose, scoliosis, rheumatic affections and other different affections)



Medical Taping

Medical taping este o tehnică de bandajare reabilitativă concepută pentru a facilita procesul natural de vindecare a organismului, acordând totodată sprijin și stabilitate mușchilor și articulațiilor fără a limita mișcarea, precum și posibilitatea manipulării țesuturilor moi prin terapii manuale, pentru a prelungi beneficiile terapiei.

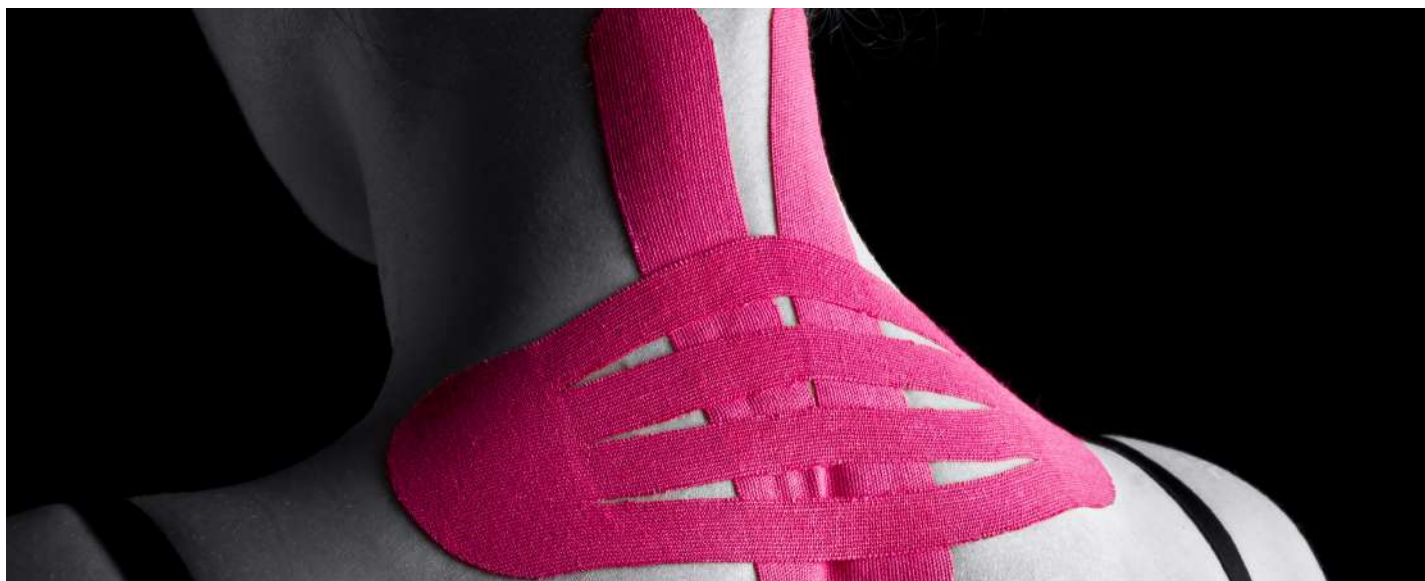
Se tratează cu succes o varietate de afecțiuni ortopedice, neuromusculare, neurologice și alte condiții medicale, prin ameliorarea durerii, facilitarea drenajului limfatic și a circulației sanguine, reducerea inflamației din zonele afectate și îmbunătățirea funcțiilor musculare și articulare.

Medical taping is a wrapping technique designed to facilitate the natural process of healing of organs, conferring at the same time support and stability of the muscles and articulations without limiting the movements, same as the possibility of manipulation of soft tissues through manual therapies, to prolong the benefits of it.

It is treated successfully a large variety of orthopedic affections, neuromuscular, neurological other medical conditions, by ameliorating the pains, the facility of lymphatic drainage and blood circulation, the reduction of affected areas and improving the articular and muscular functions.



Durață: 15 min. **Preț:** 100 lei / segment **Preț membru:** 70 lei / segment



**Tension is who you think you should be.
Relaxation is who you are.**

Chinese proverb

Piscine

Swimming pools



Piscină Adulți

Piscina este acoperită și se află în interiorul SPA-ului, sub forma unui dreptunghi, are o lungime de 20 m, lățimea de 7 m și adâncimea constantă de 1,52 m. Temperatura apei piscinei este de 30°C iarna și 28°C vara ($\pm 2^\circ\text{C}$). Apa are un PH cu norme cuprinse între 7,2 – 8,2 iar concentrația clorului rezidual liber este de 0,5 mg.

Swimming Pool

The swimming pool is inside the spa center having the shape of a rectangle. The pool is 20 m long, 7 m wide and 1.52 m deep. The temperature of the water is 30°C in the winter and 28°C in the summer ($\pm 2^\circ\text{C}$). The PH of the water is between 7.2 and 8.2 and the free residual chlorine concentration is 0.5 mg.



Piscină Copii

Situată tot în incinta centrului SPA, piscina pentru copii are forma pătrată cu latura de 2,70 m și adâncimea constantă de 0,65 m. Temperatura apei din piscina copiilor este de 30°C iarna și 28°C vara ($\pm 2^\circ\text{C}$).

Swimming Pool for Children

The children swimming pool is also located inside the Spa. Having the shape of a square, this pool has 2.70 m in length and 0.60 m in depth. The water temperature is 30°C in the winter and 28°C in the summer ($\pm 2^\circ\text{C}$).

Baie cu apă și aer

Trouble Water sau "Baie cu Apă și Aer" se află lipită de piscina mare, este realizată din mozaic și are o capacitate de până la 8 persoane adulte, baie în care se pompează apă și aer creând o senzație plăcută. Are formă inelară, cu diametrul de 2,65 m și o adâncime de 0,85 m. Temperatura apei este de 36° – 38° C.

Whirlpool

The whirlpool is next to the swimming pool. It is made of mosaic and has a capacity of 8 adults. A wonderful wellbeing sensation is creating by pumping air and water into the whirlpool. It has a circular shape of 2.64 meters diameter and 0.85 meters depth. The temperature of the water is between 36° and 38° C.

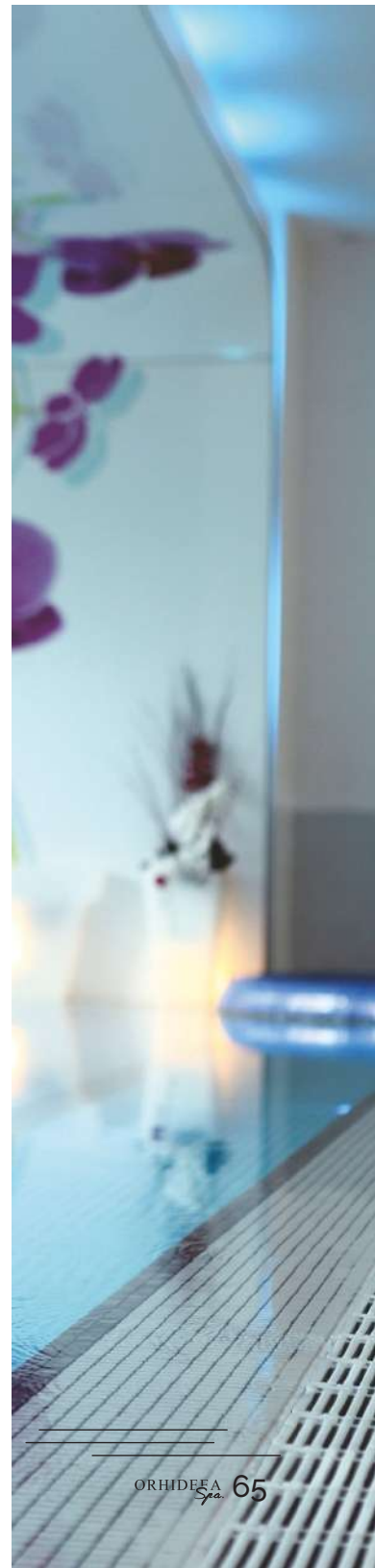
Zona de relaxare la piscină

Aria de relaxare cu șezlonguri încălzite cu lămpi cu infraroșu este localizată în zona mediană, denumită Aqua, lângă piscină și sauna cu sare. Șezlongurile pentru relaxare sunt în număr de 10 și sunt placate cu mozaic, având deasupra lămpi cu infraroșu.

Pool relaxing Area

The relaxation area with warming lounges with infrared lamps is located in the middle area, called Aqua, next to the swimming pool and sauna with salt.

The lounge chairs for relaxation are 10 in total and are mosaic-plated with infrared lamps.



Sauna cu Sare

Sauna with salt

O saună placată cu blocuri de sare care, prin procesul de încălzire, generează ioni negativi benefici sănătății noastre. Temperatura din sauna cu sare poate ajunge până la maxim 60°C și are o umiditate scăzută de 40-50%.

Sauna cu sare îmbină beneficiile unei saline cu cele ale unei saune:

- decongestionarea și dezinfectarea mucoaselor căilor respiratorii;
- ameliorarea simptomatologiei;
- poate ajuta la tratarea bolilor sistemului respirator: astm, bronșită cronică, sinuzită și pneumonie, tuse cronică;
- ameliorarea simptomelor cauzate de alergii, stres, oboseală, surmenaj, probleme vasculare, probleme digestive;
- ameliorarea durerilor de cap, migrenelor.

Se recomandă utilizarea saunei cu sare timp de 25 minute.

Este un tip de saună care este recomandată și copiilor.



A sauna filled with salt blocks that, through the heating process, generates negative ions that are very good for our health. The sauna temperature can reach up to 60°C and a low humidity of 40-50%.

The salt sauna combines the benefits of a saline with those of a sauna:

- decongesting and disinfecting the mucous membranes of the respiratory tract;
- improving the symptoms
- can help treat diseases of the respiratory system: asthma, chronic bronchitis, sinusitis and pneumonia, chronic cough
- relief of symptoms caused by allergies, stress, fatigue, overuse, vascular problems, digestive problems
- relieving headaches, migraines.

It is recommended to use the salt sauna for 25 minutes. It is a type of sauna that is also recommended for children.

Salină

Salt room

Cel mai curat aer îl găsim în saline datorită proprietăților aseptice și bactericide ale sării. Prin inhalarea aerosolilor sărați, se îmbunătățește activitatea aparatului respirator. Sesiuni regulate de salină îndepărtează focarele de infecție stafilo-streptococice prezente în tractul respirator atât la adulți cât și la copii.

60 de minute de relaxare într-o baie de aer puternic ionizat. Vă puteți petrece acest timp citind, ascultând muzică sau pur și simplu bucurându-vă de o senzație unică de regenerare.

The salt caves have a specific micro climate due to its exceptional bacteriological cleanliness. The salty ionized air is very good for your respiratory system. Regular sessions into the salt cave have spectacular ameliorative and prophylactic effects.

One hour of rich salty ionized air which boosts your immune system. You can spend this time reading, listening to music or simply enjoying your time in here.



Foc și Gheață

Ice & Fire

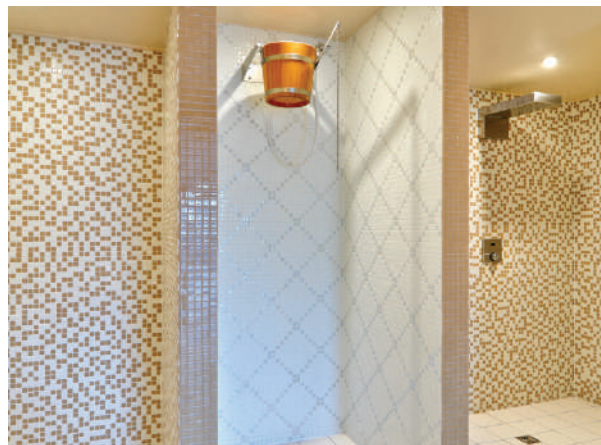


Baia Turcească

Baia Turcească, în denumirea originală Hamam, este o baie cu aburi, cu o temperatură de maxim 40° C. Baia este compusă dintr-o zonă netedă de mozaic încălzit, de aproximativ 4 mp., pe care se realizează terapia și o zonă de așteptare formată din bănci de mozaic încălzit. În baia turcească, se mai află trei fântâni săpate în piatră, cu apă rece și caldă. Terapia de exfoliere în Hamam constă într-o ședință de 10 minute de baie cu aburi, pentru pregătirea corpului, urmată de 10 - 20 minute de masaj pe zona netedă de mozaic încălzit, energic întrerupt de băi cu apă rece cu gheață.

Turkish Bath

The Turkish Bath, originally named Hamam, is a steam bath with a temperature of maximum 40°C. The Turkish Bath accommodates a mosaic heated bed, a smooth area of approximately 4 sq.m. where one can enjoy the Ice & Fire Massage Therapy, and finally a waiting area with heated mosaic benches. There are three stone fountains with cold and hot water. The Body Exfoliation in Hamam consists of 10 minutes steam bath in order to prepare the body for the therapy, followed by 10 - 20 minutes massage on the heated mosaic bed, alternating with cold water baths or ice baths.



Dușul Scoțian

Dușul Scoțian constă dintr-o găleată de lemn care este suspendată în zona Foc și Gheață (saune, hamam) și de care este fixat un lanț. Găleata este umplută cu apă rece de aproximativ 18° C. Este de preferat ca la ieșirea din hamam sau din saună să vă turnați o găleată de apă rece pe corp.

Scottish Shower

The Scottish Shower consists of a wooden bucket fixed by a chain and suspended into Ice & Fire area (saunas and hamam). The temperature of the water in the bucket is approximately 18° C. Our recommendation is to pour cold water on you when getting out of the sauna or of the Turkish Bath.



Dușul Tropical

Dușul Tropical sau Dușul cu Senzații este realizat din mozaic și combină trei elemente principale: culoare, sunet și apă. Dușul are trei programe: Tropical Rain, Cold Mist și Side Nozzles.

Tropical Shower

The Tropical Shower or the Sensation Shower is made of mosaic and combines three main elements: colour, sound and water. The Shower has three programs: Tropical Rain, Cold Mist and Side Nozzles.



Sauna cu infraroșii

Este o saună într-o încălț de lemn, încălzită electric. Sauna cu infraroșii are avantajul unei umidități scăzute și a unei temperaturi nu foarte ridicate (aproximativ 65°C) oferind spațiu pentru maxim 5 persoane în șezut. Este recomandată persoanelor cu afecțiuni reumatice.

Infrared Sauna

This is a sauna in a heated wood room. It has the advantage of low humidity and temperatures around 65° C. It has a capacity of maximum 5 sitting adults. It is recommended for people with rheumatic diseases.



Sauna Finlandeză

Sauna Finlandeză sau Sauna Uscată este o saună realizată într-o incintă de lemn, radiind căldură cu ajutorul rocilor vulcanice încălzite electric. Sauna are o umiditate de aproximativ 10% și o temperatură de 85° - 90°C, efectul fiind simțit după primele 5 minute de utilizare printr-o transpirație puternică. Sauna are o capacitate de maxim 8 persoane în poziție șezut sau întins.

Finnish Sauna

The Finnish Sauna or the dry sauna is located in a wood room and it is electrically heated, using the volcanic stones. Its humidity is around 10% and the temperature between 85° and 90° C. The benefits can be felt after just 5 minutes throughout profuse sweating. The sauna has a capacity of maximum 8 adults (laying down or sitting).



Baia Kneipp

Cunoscută sub această denumire după pastorul german Sebastian Kneipp (1821-1879), care a inventat-o, terapia cu apă rece și caldă conduce spre o mai bună circulație a sângelui în organism.

Baia Kneipp este o bancă din mozaic încălzită, la baza căreia se află două cădițe, una cu apă rece (aprox. 17°C) și alta cu apă caldă (aprox. 40°C). Procedura implică introducerea picioarelor în baia caldă pentru 2 minute, urmată de introducerea picioarelor în baia rece pentru maxim 1 minut. Se repetă procedeul de 3-4 ori, după care picioarele vor fi învelite într-o pestama (prosop tradițional turcesc).

Kneipp Bath

Named after the German pastor Sebastian Kneipp (1821-1879) who invented it, the therapy with cold and warm water improves the blood circulation of the whole body. The Kneipp is made of a heated mosaic bench, which has two little tubes, one with cold water (approx. 17°C) and the other with warm water (approx. 40°C). The procedure involves the footbath, alternating warm water for two minutes with cold water for one minute. Repeat it 3-4 times, and then cover your feet in a "pestama" (traditional Turkish towel).

Zona de relaxare

Relaxing Area



Auditorium

Completează starea de bine obținută prin procedurile spa sau la antrenamentele sport cu momentele de odihnă și relaxare în zona Auditoriumului/ Zona de Relaxare. Aceasta zonă este situată la nivelul sectorului de terapii, dotată cu 4 paturi confortabile, în ambianța muzicii calde. Zona de relaxare vă oferă posibilitatea de a vă odihni, de a citi sau de a savura un ceai organic de calitate, fructe proaspete și apă.

Auditorium

You can complete your wellbeing spirit after your spa procedure or sport training with moments of relaxation spent in the Auditorium/ Relaxing Area.

This is an area situated on the same floor with the therapy zone. It has four comfortable beds, relaxing music and it offers you opportunity to sit back and relax, read, taste organic tea, fresh fruits or water.



Tepidarium

Una dintre cele mai vechi terapii, inhalarea, este acum dezvoltată într-o cameră, special amenajată, prin combinația de aromă și culoare. Tepidariumul vă oferă posibilitatea de a vă relaxa pe niște fotolii confortabile din mozaic încălzit, în ambianța unor lumini difuze și a unor arome pulverizate extrem de fine: apă, salină, aroma de citrice, aroma de eucalipt.

Tepidarium

One of the oldest therapy, inhalation, was developed in one special room where scents and colors meet together.

Inside the Tepidarium you can relax on comfortable, heated, mosaic chairs, in an ambience of diffuse lights while inhaling a mist of salt water spiced with citrus or eucalyptus.

Eticheta spa

Spa Etiquette



Vârsta minimă pentru a folosi facilitățile centrului Orhideea Spa este de 16 ani.

Copiii cu vârstă până la 16 ani vor fi însoțiți de un abonat adult, iar accesul acestora va fi permis doar în zona piscinei, cu excepția programelor special concepute pentru copii și monitorizate de un membru al echipei Orhideea Spa.

Dacă ai programat o terapie spa, te sfătuim să sosești cu 15 minute înainte de rezervare pentru a-ți asigura o relaxare totală. Dacă întârzii, experiența va fi limitată la timpul rămas din durată efectivă a terapiei.

Te rugăm să menționezi orice condiții medicale speciale înainte de începerea unui tratament spa sau înaintea utilizării facilităților centrului spa.

Terapeutul îți va solicita să completezi o fișă cu informații medicale, necesare în personalizarea serviciilor și stabilirii eventualelor contraindicații, astfel experiența dumneavoastră va fi completă și cât mai plăcută.

Te rugăm să închizi telefonul mobil pentru a-ți oferi ție, cât și celor din jur o relaxare totală și petrecerea unui timp de calitate.

In order to use the spa facilities at Orhideea Spa, a person must be at least 16 years or older.

The children under the age of 16 can only be allowed if accompanied by an adult member, they are only allowed in the pool area, except for the special dedicated programs and under the supervision of Orhideea Spa personnel.

If you booked a spa therapy, please try to come 15 minutes earlier so that you enjoy a complete experience. If you are late, your experience will only be limited to the reserved amount of time.

You are also asked to state any previous or special condition/affection before starting any treatment or before using the spa facilities.

The therapist will ask you to fill in a sheet with medical information, necessary to customize the services and establish any contraindications, thus, your spa experience will be complete and as pleasant as possible.

We kindly ask you to switch off your mobile phones so that you and the other guests truly enjoy the relaxing moments and spend quality time during your stay in the spa.



- **Toate Terapiile Spa au accesul inclus la zona de relaxare: Salina artificială, Tepidarium și Auditorium.**

- **Pachetele de terapii din subcategoriile:** carduri pentru ea, carduri pentru el, Spa pentru doi, au acces inclus la piscine, saune, Jacuzzi, duș tropical, duș scoțian, hamam, bai kneipp, zona extinsă pentru relaxare cu șezlonguri încălzite cu lămpi cu infraroșu și accesul la zona de relaxare: salina artificială, Tepidarium și Auditorium.

- Pentru confortul tău, centrul spa îți va pune la dispoziție halate, papuci, prosoape, gel de duș, șampon balsam de păr și uscătoare de păr. De asemenea, în timpul terapiei, corpul tău vă fi acoperit cu excepția zonei lucrate. Terapeutul îți va pune la dispoziție articole de lenjerie de unică folosință și toate accesoriile necesare confortului și intimității tale.

- Autoservire la minibarul din Aria de Relaxare- Auditorium cu: fructe proaspete, ceaiuri organice și apă.

- **All Spa Therapies include access to the Relaxation Area: Artificial Salt, Tepidarium and Auditorium.**

- **Therapy packages from the subcategories:** gift cards for her, gift cards for him, Spa for two, have access included to: pool, saunas, Jacuzzi, tropical shower, Scottish shower, Kneipp Bath and sunbeds with infrared lamps and access to the relaxation area, Tepidarium and Auditorium.

- For your comfort, you will be provided with robes and towels. During a treatment, your body will be covered, except for the area where the treatment is applied. Your therapist will provide you with single use items and other accessories needed for your comfort and intimacy.

- Self-service at the minibar in the Relaxation Area- Auditorium with: fresh fruit, organic teas and water.

Bucură-te în cele mai bune condiții la Orhideea Spa!

- Valabilitatea terapiilor/ cardurilor cadou este de 6 luni de zile de la data achiziționării.
- Pentru a beneficia de serviciul preplătit, utilizatorul trebuie să facă o programare prealabilă.
- În cazul în care intervalul de timp expiră, serviciul nu se poate rambursa.
- Valoarea cardului, nu se poate preschimba în bani.
- Cardul este unic și nu se poate înlocui în caz de pierdere sau deteriorare.
- Pentru modificarea sau anularea unei programări, te rugăm să ne anunți cu 24 de ore înaintea acesteia.



Enjoy the best conditions at Orhideea Spa!

- The validity of the therapies/ gift cards are 6 months from the date of purchase.
- In order to benefit from the prepaid service, the user must make an appointment in advance.
- If the time interval expires, the service is non-refundable.
- The value of the card cannot be exchanged for money.
- The card is unique and cannot be replaced in case of loss or damage.
- To modify or cancel an appointment, please let us know 24 hours before it.

Ofertă valabilă până la 31 octombrie 2026, în limita locurilor disponibile cu programare prealabilă.

Offer is valid until October 31, 2026, subject to availability with an appointment in advance.

PROGRAM

Luni - Vineri: 07:00 - 22:00

Terapiile încep la ora 09:00 și este necesară programarea în avans.

Sâmbătă: Închis

Duminică: 09:00 - 22:00

Calea Plevnei 145, București

+4 021 569 6360; +4 0742 099 094

info@orhideeaspa.ro; rezervari@orhideeaspa.ro

orhideeaspa.ro

 facebook.com/OrhideeaSpa

 instagram.com/orhideea.spa



ORHIDEEA
Spa.