

ALIENTO
SPA





*Jest wiele sposobów na wspólny relaks...
a ten poczujecie ciałem i duchem.*

*/ There are many ways to relax together...
and this one you will feel with your body and soul.*

*Masaż dla dwojga to sposób,
by wspólnie zaznać wyjątkowego odprężenia.*

*/ A couples massage is a way
to experience exceptional relaxation together.*



**Możecie zdecydować się na taki sam masaż wykonywany równocześnie lub wybrać inne rodzaje masażu.*

/ You can choose the same massage performed simultaneously or opt for different types of massages.

REGULAMIN SPA

1. Rezerwacja wizyt

- Podczas rezerwacji należy podać: imię, nazwisko, adres e-mail, numer pokoju (dla gości hotelowych) oraz opcjonalnie numer telefonu.
- Potwierdzenie rezerwacji zostanie wysłane na podany adres e-mail lub przekazane na miejscu. Zawiera ono szczegóły rezerwacji oraz termin, do którego można dokonać bezpłatnej anulacji.

2. Anulowanie rezerwacji

- Bezpłatna anulacja możliwa jest do 24 godzin przed planowaną wizytą.
- W przypadku rezygnacji po upływie tego czasu obowiązuje opłata anulacyjna w wysokości 50% wartości zabiegu lub masażu.

3. Warunki korzystania z usług SPA

- Masaże i zabiegi dostępne są od 15. roku życia, za zgodą opiekuna prawnego, który musi podpisać odpowiednią zgodę oraz być obecny podczas zabiegu.
- Masaże ciążowe wykonujemy od 16. tygodnia ciąży.
- Goście zgłaszają się na zabieg około 5 minut wcześniej w celu wypełnienia karty konsultacyjnej oraz dokonania płatności.

4. Zdrowie i bezpieczeństwo

- Przed rozpoczęciem zabiegu należy wypełnić kartę konsultacyjną lub odbyć wywiad zdrowotny. Jeśli masażysta lub kosmetolog uzna, że istnieją przeciwwskazania do wykonania zabiegu, ma prawo odmówić jego realizacji.
- W przypadku ciąży (po 16. tygodniu) oferujemy wyłącznie masaż ciążowy, masaż stóp, manicure, pedicure, custom designer oraz endermologię ciała.

5. Zasady dla gości spoza hotelu

- Osoby niebędące gośćmi hotelowymi mogą korzystać z zabiegów i masażu, jednak strefa basenowa jest dla nich dostępna wyłącznie na 1 godzinę przed lub po planowanym zabiegu.

6. Dodatkowe uwagi

- Prosimy o punktualne przybycie na umówioną wizytę, aby zapewnić komfortową obsługę wszystkim gościom SPA.
- Regulamin ma na celu zapewnienie najwyższej jakości usług oraz bezpieczeństwa wszystkich klientów.

Serdecznie zapraszamy do skorzystania z naszej oferty i życzymy relaksujących chwil w naszym SPA!

Masaże

MASAŻ BALIJSKI 60/90 MIN 300/370 PLN
masaż rewitalizujący organizm, redukujący dolegliwości stawowo-mięśniowe, łagodzący stres i stany depresyjne

MASAŻ RELAKSACYJNY Z AROMATERAPIĄ 60/90 MIN 300/370 PLN
masaż poprawiający samopoczucie dzięki aromaterapii, głęboko relaksujący, pobudzający siły vitalne

MASAŻ KLASYCZNY 60/90 MIN 300/370 PLN
forma terapii manualnej, która działa na mięśnie i tkanki, łagodząc napięcia, poprawiając krążenie, wspomagając regenerację, zwiększając elastyczność ciała oraz zapewniając głęboki relaks i odprężenie

MASAŻ LOMI LOMI 60/90 MIN 300/370 PLN
hawajski masaż wykonywany dłońmi i łokciami, usuwający postresowe napięcia mięśni

MASAŻ GORĄCYMI KAMIENIAMI 60/90 MIN 300/370 PLN
masaż oddziałujący na termoreceptory, zwiększający przepływ krwi przez mięśnie, głęboko odstresowujący

MASAŻ ŚWIECĄ 60/90 MIN 320/390 PLN
masaż głęboko nawilżająco-odżywczy, odprężający, wykonywany ciepłym olejem ze świecy z masłem Shea

MASAŻ CIĄŻOWY 60 MIN 330 PLN
masaż łagodzący dolegliwości towarzyszące ciąży, rozluźniający napięte mięśnie okolicy lędźwiowej i przeciwdziałający obrzękom nóg

MASAŻ PLECÓW, KARKU I SZYI 45 MIN 250 PLN
masaż działający na miejsca istotne do przepływu energii i w celu zniwelowania bólu i napięć, pomagający eliminować pourazowe i chroniczne bóle kręgosłupa

MASAŻ STÓP 45 MIN 250 PLN
masaż wspierający wzmocnienie organizmu, przeciwdziałający obrzękom i zmęczeniu nóg

MASAŻ SPORTOWY 60/90 MIN 320/390 PLN
masaż rozluźniający napięcie mięśni, likwidujący przykurcze i zakwasy, niwelujący skutki przetrenowania i zmęczenia organizmu

RYTUAŁ BALIJSKI 90 MIN 420 PLN
oczyszczająco-nawilżający z masażem balijskim (peeling papaya, masaż balijski z olejem mango, balsam egzotyczny)

Kobido

Wieloetapowy masaż twarzy, który w naturalny sposób odwraca i spowalnia oznaki starzenia. Liftuje, rozluźnia, spłyca drobne zmarszczki.

MASAŻ KOBIDO 90 MIN 280 PLN
MASAŻ KOBIDO + TAPING 95 MIN 320 PLN

Godziny otwarcia Spa:
PON - ND 12:00 - 20:00



+48 12 629 97 11
wewnętrzny 711



spa@ackrakow.com



AC Hotel by Marriott Kraków
al. 3 maja 51, 30-062 Kraków



Vagheggi ciało

RYTUAŁ „FESTINALENTE”

120 MIN

350 PLN

Relaksacyjny, odżywczy i wygładzający rytuał całego ciała. Składa się z peelingu, maski oraz delikatnego masażu z wybraną esencją zapachową.

FUOCO

60 MIN

380 PLN

Zabieg wspomagający redukcję zlokalizowanej tkanki tłuszczowej z efektem „push up” na wybraną dolną partię ciała. Rzeźbi i konturuje ciało, redukuje nieestetyczny cellulit. Zabieg składa się z wygładzającego peelingu, intensywnego koncentratu, maski algowej oraz kremu modelującego kontur sylwetki.

FUOCO MOONSTONE

90 MIN

430 PLN

Zabieg antycellulitowy z masażem gorącymi kamieniami na wybraną dolną partię ciała. Działa lipolityczne i drenażowe. Pozostawia skórę zagęszczoną i jędrną. Zabieg składa się z peelingu, intensywnego koncentratu, masażu gorącymi kamieniami, maski HOT/COLD oraz intensywnie nawilżającego kremu.

Skeyndor

AQUATHERM

60 MIN

400 PLN

Zabieg intensywnie nawilżający i dotleniający na bazie wody termalnej i ceramidów. Przywraca barierę ochronną skórę i działa przeciwzapalnie. Koí, łagodzi zaczerwienienia i podrażnienia.

POWER HYALURONIC

60 MIN

350 PLN

Zabieg intensywnie nawilżający na bazie kwasu hialuronowego. Nawilża i chroni przed zbyt wczesną utratą wody.

POWER C+

60 MIN

350 PLN

Zabieg rozświetlający i antyoksydacyjny. Rozjaśnia przebarwienia, zwiększa elastyczność i dodaje skórze młodzieńczego blasku.

POWER RETINOL

60 MIN

370 PLN

Odmładzający zabieg odbudowujący i wygładzający strukturę skóry. Zmniejsza widoczność porów, spłyca zmarszczki i redukuje przebarwienia.

ETERNAL

75 MIN

450 PLN

Zabieg przeciwstarzeniowy, odwracający pierwsze efekty starzenia się skóry. Ujędrnia, zagęszcza i stymuluje pracę komórek macierzystych skóry.

CORRECTIVE

75 MIN

500 PLN

Zabieg anti – age z efektem „botox like”. Bogaty w stymulujące peptydy, substancje wypełniające. Poprawia kontur twarzy i zwiększa elastyczność.

GLOBAL LIFT

60 MIN

450 PLN

Zabieg liftingujący. Modeluje owal twarzy, zagęszcza skórę i zmniejsza podwójny podbródek. Poprawia napięcie i jędrność.

SKEYNDOR DESIGNER

45 MIN

330 PLN

Zabieg dobierany do potrzeb skóry z dedykowaną ampułką Skeyndor.

Maria Galland

LIFT' EXPERT

75 MIN

550 PLN

Zabieg globalnie liftingujący. Błyskawicznie ujędrnia, wypełnia i wygładza zmarszczki. Oparty na manualnych technikach masażu liftingującego.

MILLE

75 MIN

700 PLN

Wyjątkowy zabieg z luksusowymi składnikami zapewniający natychmiastowy efekt odmłodzenia i promienną cerę. Regeneruje, ujędrnia, nadaje skórze blasku, wygładza linie i zmarszczki.

Endermologia LPG Alliance

Innowacyjny patent endermologia LPG Alliance to bezinwazyjna i skuteczna metoda mechanicznej, podciśnieniowej stymulacji skóry. Pozwala na reaktywację aktywności komórek w głębokich warstwach skóry niwelując wszelkie oznaki upływu czasu.

ENDERMOLOGIA TWARZ

45 MIN

Demakijaż, peeling, endermologia twarzy 30 min., maska, pielęgnacja końcowa.

POJEDYNCZY ZABIEG

180 PLN

PAKIET 10

1800 PLN

ENDERMOLOGIA CIAŁO

60 MIN

Krem przygotowujący, endermologia wybranych partii 40 min., serum, krem.

POJEDYNCZY ZABIEG

200 PLN

PAKIET 10

2000 PLN

** Przy zakupie pakietu: kombinezon w cenie*

Manicure i Pedicure

MANICURE

60 MIN

120 PLN

dezynfekcja, opracowanie skórek, płytki, paznokci, pielęgnacja końcowa.

MANICURE + MALOWANIE LAKIEREM MONOFAZA

90 MIN

160 PLN

Dezynfekcja, opracowanie skórek, płytki, paznokci, malowanie lakierem monofaza, pielęgnacja końcowa.

PEDICURE

65 MIN

140 PLN

Kąpiel w soli, opracowanie skórek, płytki, paznokci, pięt, peeling, pielęgnacja końcowa.

PEDICURE + MALOWANIE LAKIEREM MONOFAZA

90 MIN

180 PLN

Kąpiel w soli, opracowanie skórek, płytki, paznokci, pięt, malowanie lakierem monofaza peeling, pielęgnacja końcowa.

MALOWANIE LAKIEREM MONOFAZA

20 MIN

80 PLN

Dezynfekcja, malowanie: monofaza, pielęgnacja końcowa.

MALOWANIE LAKIEREM KLASYCZNYM/ODŻYWKĄ

20 MIN

50 PLN

Dezynfekcja, malowanie: baza/kolor/top, pielęgnacja końcowa.

ŚCIAĞANIE HYBRYDY - STOPY/DŁONIE

20 MIN

40 PLN

Stylizacja Brwi

REGULACJA BRWI

15 MIN

35 PLN

HENNA+REGULACJA

30 MIN

50 PLN

SPA REGULATIONS

1. Booking Appointments

- *When booking, please provide: your name, email address, room number (for hotel guests), and optionally, a phone number.*
- *A booking confirmation will be sent to the provided email address or given in person. It will include details of the booking and the deadline for free cancellation.*

2. Cancellation Policy

- *Free cancellation is available up to 24 hours before the scheduled appointment.*
- *For cancellations made after this time, a cancellation fee of 50% of the treatment or massage value applies.*

3. Conditions for Using SPA Services

- *Massages and treatments are available for individuals aged 15 and above, with parental consent. A legal guardian must sign the consent form and be present during the treatment.*
- *Pregnancy massages are offered from the 16th week of pregnancy onward.*
- *Guests are requested to arrive approximately 5 minutes before their treatment to complete a consultation form and make payment.*

4. Health and Safety

- *Before the treatment, guests must complete a consultation form or undergo a health interview. If the masseur or cosmetologist determines there are contraindications for the treatment, they reserve the right to refuse the service.*
- *For pregnant clients (from the 16th week), we offer only pregnancy massages, foot massages, manicures, pedicures, custom designer treatments, and body endermology.*

5. Rules for Non-Hotel Guests

- *Rules for Non-Hotel Guests*
- *Non-hotel guests are welcome to enjoy massages and treatments; however, the pool area is available to them only 1 hour before or after the scheduled treatment.*

6. Additional Notes

- *Please arrive punctually for your appointment to ensure comfortable service for all SPA guests.*
- *These regulations aim to ensure the highest quality of service and the safety of all clients.*

We warmly invite you to take advantage of our offerings and wish you a relaxing experience at our SPA!

Massages

BALINESE MASSAGE 60/90 MIN 300/370 PLN
massage revitalizing the body, reducing joint and muscle ailments, relieving stress and depression.

RELAXING MASSAGE WITH AROMATHERAPY 60/90 MIN 300/370 PLN
massage that improves well-being thanks to aromatherapy, deeply relaxing, stimulating vitality.

SHIATSU MASSAGE 60/90 MIN 300/370 PLN
pressure massage called acupuncture without needles, unblocking energy points, eliminating muscle tension, counteracting headaches and spine pains, oil-free.

LOMI LOMI MASSAGE 60/90 MIN 300/370 PLN
Hawaiian massage performed with hands and elbows, removing muscle tension and post-stress tension.

HOT STONES MASSAGE 60/90 MIN 300/370 PLN
massage affecting thermoreceptors, increasing blood flow through the muscles, deeply de-stressing.

CANDLE MASSAGE 60/90 MIN 320/390 PLN
deeply moisturizing and nourishing massage, relaxing, performed with warm candle oil with Shea butter.

PREGNANCY MASSAGE 60 MIN 330 PLN
massage soothing the symptoms accompanying pregnancy, relaxing the tense muscles of the lumbar region and preventing leg swelling.

BACK, NECK MASSAGE 45 MIN 250 PLN
massage acting on places essential for the flow of energy in order to reduce pain and tension, helping to eliminate post-traumatic and chronic back pain.

FOOT MASSAGE 45 MIN 250 PLN
supports the overall strengthening of the body, improves the quality of sleep and the functioning of internal organs.

SPORTS MASSAGE 60/90 MIN 320/390 PLN
massage that relaxes muscle tension, eliminates contractures and soreness, reduces the effects of overtraining and fatigue.

BALINESE RITUAL 90 MIN 420 PLN
cleansing and moisturizing with Balinese massage (Papaya peeling, Balinese massage with Mango oil, exotic balm).

Kobido

Multi-stage facial massage that naturally reverses and slows down the signs of aging. Lifts, relaxes, and smooths fine lines.

KOBIDO MASSAGE 90 MIN 280 PLN
KOBIDO MASSAGE + TAPING 95 MIN 320 PLN

Spa opening hours:
Mon - Sun 12:00 - 20:00



+48 12 629 97 11
internal 711



spa@ackrakow.com



AC Hotel by Marriott Krakow
al. 3 maja 51, 30-062 Kraków



Vagheggi ciato

"FESTINALENTE" RITUAL

120 MIN

350 PLN

A relaxing, nourishing, and smoothing full-body ritual. It consists of a scrub, mask, and gentle massage with a chosen aromatic essence.

FUOCO

60 MIN

380 PLN

A treatment supporting the reduction of localized fat tissue with a "push-up" effect on selected lower body areas. Sculpts and contours the body, reduces unsightly cellulite. The treatment includes a smoothing scrub, intensive concentrate, algal mask, and contour-shaping cream.

FUOCO MOONSTONE

90 MIN

430 PLN

An anti-cellulite treatment with a hot stone massage on selected lower body areas. Has lipolytic and draining effects. Leaves the skin firm and compact. The treatment includes a scrub, intensive concentrate, hot stone massage, HOT/COLD mask, and deeply moisturizing cream.

Skeyndor

AQUATHERM

60 MIN

400 PLN

An intensive moisturizing and oxygenating treatment based on thermal water and ceramides. Restores the skin's protective barrier and has anti-inflammatory properties. Soothes redness and irritation.

POWER HYALURONIC

60 MIN

350 PLN

An intensive moisturizing treatment based on hyaluronic acid. Moisturizes and protects against premature water loss.

POWER C+

60 MIN

350 PLN

A brightening and antioxidant treatment. Lightens discoloration, increases elasticity, and adds youthful radiance to the skin.

POWER RETINOL

60 MIN

370 PLN

A rejuvenating treatment that rebuilds and smooths the skin structure. Reduces pore visibility, smooths wrinkles, and diminishes pigmentation.

ETERNAL

75 MIN

450 PLN

An anti-aging treatment reversing the first signs of skin aging. Firms, densifies, and stimulates the activity of skin stem cells.

CORRECTIVE

75 MIN

500 PLN

An anti-age treatment with a "botox-like" effect. Rich in stimulating peptides and filling substances. Improves facial contour and increases elasticity.

GLOBAL LIFT

60 MIN

450 PLN

A lifting treatment. Models the facial oval, densifies the skin, and reduces the double chin. Improves firmness and tone.

SKEYNDOR DESIGNER

45 MIN

330 PLN

A customized treatment tailored to the skin's needs with a dedicated Skeyndor ampoule.

Maria Galland

LIFT' EXPERT

75 MIN

550 PLN

A global lifting treatment. Instantly firms, fills, and smooths wrinkles. Based on manual lifting massage techniques.

MILLE

75 MIN

700 PLN

An exceptional treatment with luxurious ingredients providing an immediate rejuvenating effect and radiant complexion. Regenerates, firms, adds glow, and smooths lines and wrinkles.

Endermologia LPG Alliance

The innovative patented Endermologie LPG Alliance is a non-invasive and effective method of mechanical vacuum stimulation of the skin. It reactivates cellular activity in the deep layers of the skin, reducing all signs of aging.

FACIAL ENDERMOLOGIE

45 MIN

Includes: makeup removal, peeling, 30 min facial endermologie, mask, and final skincare.

SINGLE SESSION

180 PLN

PACKAGE OF 10

1800 PLN

BODY ENDERMOLOGIE

60 MIN

Preparing cream, endermology of selected areas (40 min), serum, cream.

SINGLE SESSION:

200 PLN

PACKAGE OF 10

2000 PLN

**With the purchase of a package: suit included.*

Manicure and Pedicure

MANICURE

60MIN

120 PLN

Disinfection, cuticle care, nail plate shaping, final skincare.

MANICURE + MONOPHASE POLISH

90 MIN

160 PLN

Disinfection, cuticle care, nail plate shaping, Monophase polish application, final skincare.

PEDICURE

65 MIN

140 PLN

Salt bath, cuticle care, nail plate shaping, heel care, peeling, and final skincare.

PEDICURE + MONOPHASE POLISH

90 MIN

180 PLN

Salt bath, cuticle care, nail plate shaping, heel care, Monophase polish application, peeling, and final skincare.

MONOPHASE NAIL POLISH APPLICATION

20 MIN

80 PLN

Disinfection, Monophase polish application, and final skincare.

CLASSIC POLISH/NAIL CONDITIONER APPLICATION

20 MIN

50PLN

Disinfection, application of base, color, or top coat, and final skincare.

HYBRID POLISH REMOVAL – FEET/HANDS

20 MIN

40 PLN

Eyebrow Styling

EYEBROW REGULATION

15 MIN

35 PLN

HENNA+REGULATION

30 MIN

50 PLN

Endermologia LPG Alliance

Innowacyjny patent endermologia LPG Alliance to bezinwazyjna i skuteczna metoda mechanicznej, podciśnieniowej stymulacji skóry. Pozwala na reaktywację aktywności komórek w głębokich warstwach skóry niwelując wszelkie oznaki upływu czasu.

/ The innovative LPG Alliance endermology patent is a non-invasive and effective method of mechanical, vacuum skin stimulation. It reactivates cellular activity in the deep layers of the skin, reducing all signs of aging.





AC Hotel by Marriott Krakow
al. 3 Maja 51, 33-332 Kraków
T: 12 629 97 11
e-mail: spa@ackrakow.com