ALIENTO

SPA



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.

** Rezerwacja lub umówienie się na usługę SPA oznacza, że Klient zapoznał się z Regulaminem SPA, akceptuje go i zobowiązuje się go przestrzegać. / By booking or scheduling a SPA service, the Client confirms that they have read and accepted the SPA Rules and Regulations and agree to comply with them.

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.*
- *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, manicure, pedicure, zabieg Aquatherm oraz endermologię nóg.*

5. **Zasady dla gości spoza hotelu**

- *Osoby niebędące gośćmi hotelowymi mogą korzystać z zabiegów i masaży, 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	350/450 PLN
masaż rewitalizujący organizm, redukujący dolegliwości stawowo-mięśniowe, łagodzący stres i stany depresyjne		
MASAŻ RELAKSACYJNY Z AROMATERAPIĄ	60/90 MIN	350/450 PLN
masaż poprawiający samopoczucie dzięki aromaterapii, głęboko relaksujący, pobudzający siły witalne		
MASAŻ KLASYCZNY	60/90 MIN	350/450 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	350/450 PLN
hawajski masaż wykonywany dłońmi i łokciami, usuwający postresowe napięcia mięśni		
MASAŻ GORĄCYMI KAMIENIAMI	60/90 MIN	370/470 PLN
masaż oddziałujący na termoreceptory, zwiększający przepływ krwi przez mięśnie, głęboko odstresowujący		
MASAŻ ŚWIECĄ	60/90 MIN	370/470 PLN
masaż głęboko nawilżająco-odżywczy, odprężający, wykonywany ciepłym olejem ze świecy z masłem Shea		
MASAŻ PLECÓW, KARKU I SZYI	45 MIN	300 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	300 PLN
masaż wspierający wzmocnienie organizmu, przeciwdziałający obrzękom i zmęczeniu nóg		
MASAŻ SPORTOWY	60/90 MIN	370/470 PLN
masaż rozluźniający napięcie mięśni, likwidujący przykurcze i zakwasy, niwelujący skutki przetrenowania i zmęczenia organizmu		
RYTUAŁ BALIJSKI	90 MIN	500 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. Liftinguje, rozluźnia, spłyca drobne zmarszczki.

MASAŻ KOBIDO + PIELĘGNACJA	90 MIN	320 PLN
MASAŻ KOBIDO + TAPING	95 MIN	340 PLN

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

+48 12 629 97 11
wewnętrzny 711
spa@ackrakow.com
AC Hotel by Marriott Krakow
al. 3 Maja 51, 30-062 Kraków

ALIENTO SPA MARRIOTT

Skeyndor

AQUATHERM 60 MIN 400 PLN
Zabieg intensywnie nawilżający i dotleniający na bazie wody termalnej i ceramidów. Przywraca barierę ochronną skórze i działa przeciwzapalnie. Koi, łagodzi zaczerwienienia i podrażnienia.

POWER HYALURONIC 60 MIN 380 PLN
Zabieg intensywnie nawilżający na bazie kwasu hialuronowego. Nawilża i chroni przed zbyt wczesną utratą wody.

POWER C+ 60 MIN 380 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 360 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.

Peeling Kawitacyjny Solo

PEELING KAWITACYJNY SOLO 45 MIN 300 PLN
Oczyszczający zabieg wykorzystujący fale ultradźwiękowe. Usuwa martwy naskórek, odblokowuje pory i przygotowuje skórę do dalszej pielęgnacji, pozostawiając ją gładką i odświeżoną. Zawiera demakijaż, peeling kawitacyjny, maskę i pielęgnację na zakończenie.

-peeling kawitacyjny do wybranego zabiegu (zamiast peelingu skeyndor) +10 MIN | +100 PLN

Vagheggi ciało

RYTUAŁ „FESTINALENTE” ~ 120 MIN 450 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 ~ 75 MIN 430 PLN
Zabieg antycellulitowy z masażem gorącymi kamieniami na wybraną dolną partię ciała. Działa lipolitycznie i drenująco. Pozostawia skórę zagęszczoną i jędrną. Zabieg składa się z peelingu, intensywnego koncentratu, masażu gorącymi kamieniami, maski HOT/COLD oraz intensywnie nawilżającego kremu.

Endermologia LPG Alliance

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

ENDERMOLOGIA TWARZ 60 MIN
Demakijaż, 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., krem na zakończenie.

POJEDYNCZY ZABIEG 200 PLN
PAKIET 10 2000 PLN

** Przy zakupie pakietu: kombinezon w cenie*

Stylizacja Brwi

REGULACJA BRWI 15 MIN 40 PLN
HENNA+REGULACJA 30 MIN 60 PLN

Manicure i Pedicure

MANICURE (bez malowania)	60 MIN	120 PLN
dezynfekcja, opracowanie skórek, płytki paznokci, pielęgnacja końcowa.		
MANICURE + MALOWANIE LAKIEREM HYBRYDOWYM	90 MIN	200 PLN
Dezynfekcja, opracowanie skórek, płytki paznokci, malowanie lakierem hybrydowym, pielęgnacja końcowa.		
PEDICURE (bez malowania)	65 MIN	140 PLN
Kąpiel w soli, opracowanie skórek, płytki paznokci, pięt, peeling, pielęgnacja końcowa.		
PEDICURE + MALOWANIE LAKIEREM HYBRYDOWYM	90 MIN	220 PLN
Kąpiel w soli, opracowanie skórek, płytki paznokci, pięt, malowanie lakierem hybrydowym, peeling, pielęgnacja końcowa.		
MALOWANIE LAKIEREM HYBRYDOWYM	20 MIN	80 PLN
Dezynfekcja, malowanie: monofaza, pielęgnacja końcowa.		
MALOWANIE LAKIEREM KLASYCZNYM/ODŻYWKĄ	25 MIN	50 PLN
Dezynfekcja, malowanie: baza/kolor/top, pielęgnacja końcowa.		
ŚCIĄGANIE HYBRYDY REMOVEREM - STOPY/DŁONIE	20 MIN	40 PLN

ALIENTO
SPA

Masaż Świecą

/ Candle massage



Ciepły olejek spływający po skórze potrafi zdziałać więcej niż niejeden zabieg. Dlatego oferujemy głęboko relaksujący masaż całego ciała ciepłym olejkiem ze specjalnej świecy. Ciepło rozluźnia napięte mięśnie i pomaga odzyskać spokój po stresującym dniu. Olejek wzbogacony masłem shea intensywnie nawilża i odżywia skórę, pozostawiając ją miękką, gładką i przyjemną w dotyku. To chwila pielęgnacji i odprężenia dla ciała oraz umysłu.

Warm oil gliding over the skin can do more than many treatments. That is why we offer a deeply relaxing full-body massage using warm oil from a special candle. The warmth relaxes tense muscles and helps you regain your calm after a stressful day. The oil, enriched with shea butter, intensely moisturises and nourishes the skin, leaving it soft, smooth and pleasant to the touch. It is a moment of pampering and relaxation for both body and mind.

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.*
- *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 contra-indications for the treatment, they reserve the right to refuse the service.*
- *For pregnant guests after the 16th week of pregnancy, we offer only manicures, pedicures, the Aquatherm treatment and endermology treatments for the legs.*

5. 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	350/450 PLN
massage revitalizing the body, reducing joint and muscle ailments, relieving stress and depression.		
RELAXING MASSAGE WITH AROMATHERAPY	60/90 MIN	350/450 PLN
massage that improves well-being thanks to aromatherapy, deeply relaxing, stimulating vitality.		
CLASSIC MASSAGE	60/90 MIN	350/450 PLN
a form of manual therapy that works on the muscles and soft tissues to relieve tension, improve circulation, support regeneration, enhance flexibility, and provide deep relaxation and overall well-being.		
LOMI LOMI MASSAGE	60/90 MIN	350/450 PLN
Hawaiian massage performed with hands and elbows, removing muscle tension and post-stress tension.		
HOT STONES MASSAGE	60/90 MIN	370/470 PLN
massage affecting thermoreceptors, increasing blood flow through the muscles, deeply de-stressing.		
CANDLE MASSAGE	60/90 MIN	370/470 PLN
deeply moisturizing and nourishing massage, relaxing, performed with warm candle oil with Shea butter.		
BACK, NECK MASSAGE	45 MIN	300 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	300 PLN
supports the overall strengthening of the body, helps reduce swelling and alleviates leg fatigue.		
SPORTS MASSAGE	60/90 MIN	370/470 PLN
massage that relaxes muscle tension, eliminates contractures and soreness, reduces the effects of overtraining and fatigue.		
BALINESE RITUAL	90 MIN	500 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 + SKINCARE	90 MIN	320 PLN
KOBIDO MASSAGE + TAPING	95 MIN	340 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

ALIENTO SPA MARRIOTT

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

POWER C+ 60 MIN 380 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 360 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.

Solo Cavitation Peeling

SOLO CAVITATION PEELING 45 MIN 300 PLN
Cleansing treatment that uses ultrasonic waves. It removes dead skin cells, unclogs pores, and prepares the skin for further care, leaving it smooth and refreshed. Includes makeup removal, cavitation peeling, a mask, and a finishing treatment.

-cavitation peeling for the selected treatment (instead of the Skeyndor peeling) +10 MIN | +100 PLN

Vagheggi Body Treatments

"FESTINALENTE" RITUAL	~120 MIN	450 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	~75 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.

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	60 MIN	

Includes: makeup removal, 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), final skincare.

SINGLE SESSION:	200 PLN
PACKAGE OF 10	2000 PLN

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

Eyebrow Styling

EYEBROW REGULATION	15 MIN	40 PLN
HENNA+REGULATION	30 MIN	60 PLN

Manicure and Pedicure

MANICURE (WITHOUT POLISH) *Disinfection, cuticle care, nail plate shaping, final skincare.*	60 MIN	120 PLN
MANICURE + HYBRID POLISH *Disinfection, cuticle care, nail plate shaping, hybrid polish application, final skincare.*	90 MIN	200 PLN
PEDICURE (WITHOUT POLISH) *Salt bath, cuticle care, nail plate shaping, heel care, peeling, and final skincare.*	65 MIN	140 PLN
PEDICURE + HYBRID POLISH *Salt bath, cuticle care, nail plate shaping, heel care, hybrid polish application, peeling and final skincare.*	90 MIN	220 PLN
HYBRID NAIL POLISH APPLICATION *Disinfection, Hybrid polish application, and final skincare.*	20 MIN	80 PLN
CLASSIC POLISH/NAIL CONDITIONER APPLICATION *Disinfection, application of base, color, or top coat, and final skincare.*	20 MIN	50 PLN
HYBRID POLISH REMOVAL – FEET/HANDS (NATURAL NAIL PLATE)	20 MIN	40 PLN

ALIENTO
SPA

Aquatherm

/ Aquatherm treatment



Skóra spragniona wody zasługuje na coś więcej niż zwykły krem. Wychodząc naprzeciw potrzebom naszych Gości, stworzyliśmy zabieg Aquatherm - intensywnie nawilżający, przeznaczony dla skóry suchej, podrażnionej, czy odwodnionej. Opiera się na działaniu wody termalnej oraz ceramidów, które wspierają odbudowę naturalnej bariery ochronnej. W efekcie kuracja przynosi przyjemne uczucie ukojenia oraz łagodzi widoczne oznaki zaczerwienienia, zostawiając przy tym skórę elastyczną i odpowiednio zregenerowaną.

Dehydrated skin deserves more than just an ordinary cream. To meet the needs of our guests, we have created the Aquatherm treatment – an intensely moisturising procedure designed for dry, irritated or dehydrated skin. It is based on the properties of thermal water and ceramides, which help to restore the skin's natural protective barrier. The result is a pleasant, soothing sensation that alleviates visible signs of redness, whilst leaving the skin supple and regenerated.

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, 30-062 Kraków
tel.: 12 629 97 11
e-mail: spa@ackrakow.com