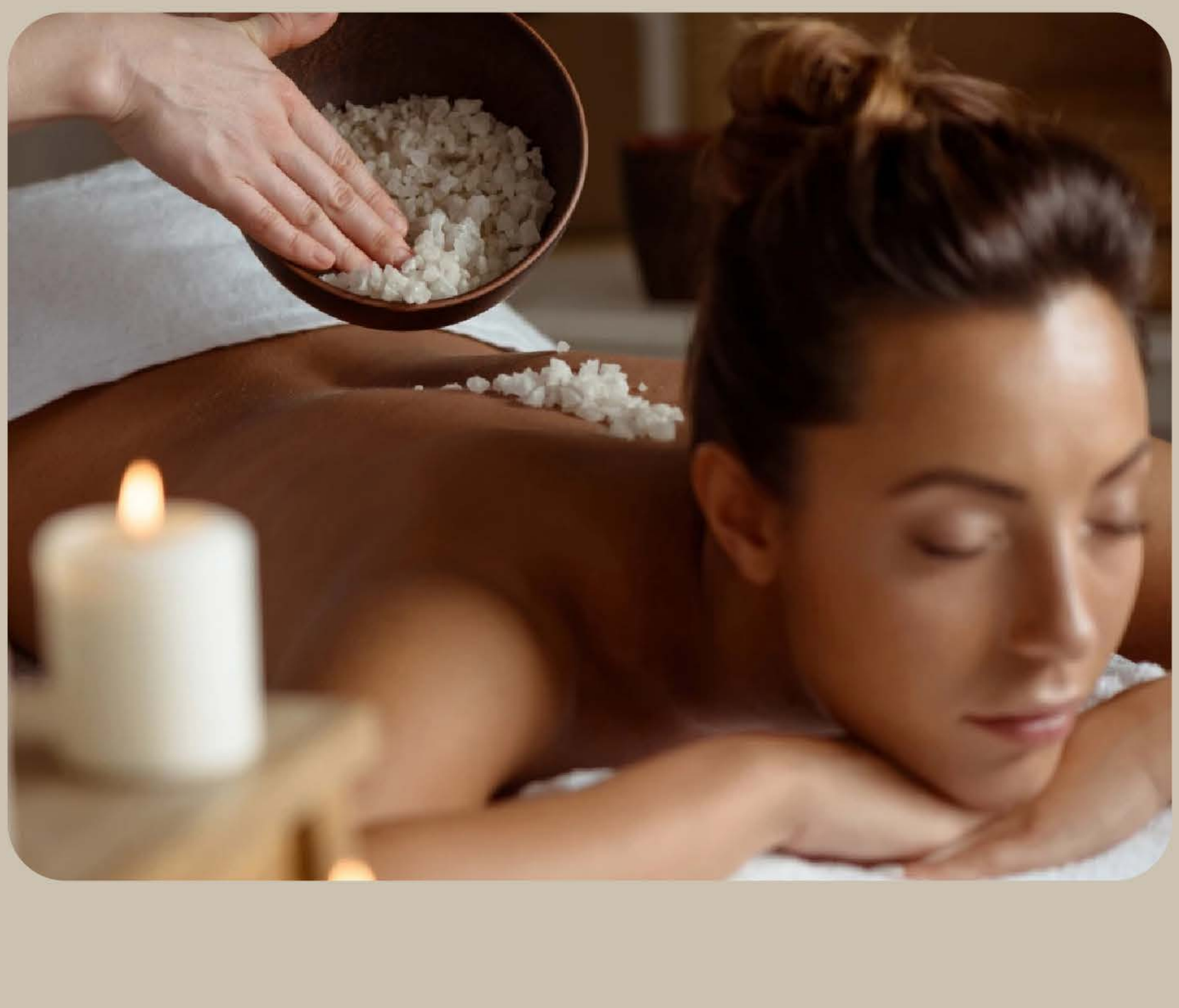
MENU
WELLNESS&BEAUTY

Hygge
WELLNESS&BEAUTY



Masaże

Masaż autorski Hygge

Autorski rytuał masażu całego ciała to połączenie najbardziej relaksacyjnych technik masażu, poprzedzonych peelingiem ciała metodą szczotkowania. Kombinacja ruchów masażu relaksacyjnego z dodatkiem niwelujących napięcia, gorących kamieni i odprężającego masażu głowy pozwala odzyskać wewnętrzny komfort. Masaż wykonywany jest na wysokiej jakości olejku jojoba o wyjątkowej nucie zapachowej, dedykowanej wyłącznie rytuałowi Hygge. To doskonała terapia dla osób zmęczonych i zestresowanych, która przywraca równowagę, niweluje stres, głęboko relaksuje oraz wprowadza w filozofię hygge.

Ciało: 299 zł | 60 min

Twarz i dekolt: 289 zł | 60 min

Masaż klasyczny

Masaż klasyczny to najpopularniejsza forma masażu. Stosuje się w nim różne techniki (głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, oklepywanie, wibracje) wykorzystujące siłę nacisku na mięśnie przy użyciu dłoni, przedramion oraz łokci. Terapeuta dostosowuje siłę nacisku do potrzeb i preferencji osoby masowanej. Masaż klasyczny rozluźnia napięte mięśnie, poprawia przepływ krwi, zwiększa elastyczność mięśni, zakres ruchomości oraz zmniejsza odczucia bólowe.

249 zł | 50 min

Masaż modelujący

Jest to połączenie wszelkich efektywnych technik manualnych mających na celu zwalczenie "skórki pomarańczowej" - technik manualnych i masażu bańką chińską. Stosowany jest z użyciem odpowiednich olejków, zapewnia poprawę wyglądu oraz struktury skóry.
*Intensywność: bardzo mocny

139 ZŁ | 30 MIN

199 ZŁ | 50 MIN

Masaż relaksacyjny

Masaż relaksacyjny to forma masażu, której głównym celem jest zapewnienie głębokiego relaksu i redukcji stresu. Ten rodzaj masażu wykonuje się przy użyciu różnych technik, aby zapewnić uczucie odprężenia, złagodzić napięcie mięśniowe i uspokoić umysł. Do technik masażu relaksacyjnego zalicza się m.in. głaskanie, ugniatanie, rozcieranie i uciskanie. Ich celem jest stymulacja krążenia krwi, rozluźnienie mięśni i poprawa elastyczności tkanek. Masażysta może dostosować techniki do indywidualnych preferencji i potrzeb klienta.

189 ZŁ | 30 MIN

219 ZŁ | 50 MIN

Masaż gorącymi kamieniami

Masaż gorącymi kamieniami bazaltowymi jest połączeniem klasycznych technik masażu z mocą gorących kamieni, powstałych z lawy wulkanicznej. Kamienie mają właściwości długotrwałego utrzymywania ciepła, są owalne i idealnie gładkie, co ułatwia poślizg na skórze. Połączenie ciepłych kamieni z odpowiednimi technikami masażu jest zbawienne dla osób zestresowanych, przemęczonych, o podwyższonym napięciu mięśniowym – relaksuje i regeneruje całe ciało.

269 ZŁ | 90 MIN

Masaż bańką chińską

Masaż bańką chińską opiera się na metodzie próżniowego zasysania skóry i tkanki podskórnej. Podciśnienie, które wytwarza się w bańce przez usunięcie z niej powietrza, powoduje zassanie skóry i tkanek znajdujących się pod bańką, skutkując intensywnym przekrwieniem oraz wyraźną poprawą stanu skóry. Rozszerzenie naczyń krwionośnych i odpowiednie ukrwienie powodują lepsze odżywienie tkanek, co zapobiega tworzeniu się cellulitu. Podczas zabiegu dochodzi do przyspieszenia przemiany materii, co w efekcie redukuje tkankę tłuszczową i oczyszcza skórę z toksyn. Przynosi wyraźne efekty w krótkim czasie.

139 ZŁ | 30 MIN*

199 ZŁ | 50 MIN*

*30 MIN (MASAŻ WYBRANEJ PARTII CIAŁA) / 50 MIN (MASAŻ CAŁEGO CIAŁA)

Masaż dla przyszłych mam

Masaż prenatalny poprawia stan fizyczny i psychiczny kobiet ciężarnych. Pomaga zmniejszyć typowe dla okresu ciąży dolegliwości. Jest relaksujący i można go stosować niemalże przez większość okresu oczekiwania na poród. Masaż wykonywany jest na produktach bezpiecznych w okresie ciąży.

199 ZŁ | 50 MIN

Masaż misami tybetańskimi

Metoda Petera Hessa jest metodą zachodnią, opartą na wieloletnich badaniach i podróżach Petera do Indii, Nepalu i Tybetu. Jest to metoda holistyczna i ukierunkowana na lepsze samopoczucie, pozwala odreagować negatywne emocje, usunąć napięcia, wspierać to, co zdrowe, rozwijać się kreatywnie i osobowościowo.

249 ZŁ | 60 MIN

Lomi lomi nui SPA

Masaż ten, uznawany jest za jeden z najcudowniejszych i prawdopodobnie najstarszych na świecie. Wykonywany w świątyniach na wyspach Polinezji, przez Kahunów - Strażników Wiedzy Tajemnej. Sprawia, że uwolniona w wyniku masażu energia, silniej przepływa przez ciało i zmienia się w kreatywną siłę duchową. Masaż ten nazywany jest "masażem kochających rąk". Każdy jest wyjątkowy, niepowtarzalny i dlatego wrażenia za każdym razem mogą być zupełnie inne. Jest bardzo głęboki energetycznie, często sięga do uczuć zakorzenionych w dzieciństwie. Niejednokrotnie jest psychoterapią przez dotyk. Lomi Lomi jest harmonijny, to masaż łączący w sobie dotyk i taniec.

299 ZŁ | 75 MIN

Masaż ciepłą świecą

Masaż ciepłą, aromatyczną świecą sprawia, że skóra staje się nawilżona, gładka i aksamitna w dotyku. Przynosi komfort skórze wrażliwej i poprawia jej kondycję. To doskonała forma relaksu, a ciepło i unosząca się woń olejków działają kojąco na wszystkie zmysły.

249 ZŁ | 50 MIN

Masaż Balijski

Niezwykle relaksujący i odprężający rodzaj masażu. Masaż balijski skupia się na nogach, plecach i karku, na stopach i na dłoniach, wykorzystując elementy refleksologii. Masażysta uciska punkty, które odpowiadają za pracę wybranych organów. Taka stymulacja poprawia także krążenie krwi, a wraz z nią natlenienie komórek i przepływ substancji odżywczych.

229 ZŁ | 60 MIN

Masaż Kobido

Kilkuetapowy masaż Kobido nazywany jest często nieinwazyjnym liftingiem twarzy. Jego sekret tkwi w precyzyjnie opracowanych technikach, które nie tylko ujędrniają i wygładzają skórę, ale także niwelują napięcia odpowiedzialne za powstawanie zmarszczek mimicznych. Masaż Kobido stymuluje również metabolizm komórkowy oraz produkcję elastyny i kolagenu. Dzięki temu skóra staje się bardziej jędrna, elastyczna i promienna. Techniki drenujące zawarte w zabiegu Kobido pomagają oczyścić tkanki z toksyn i usprawnić przepływ limfy niwelując tym samym obrzęki. Ten japoński masaż twarzy wspaniale działa nie tylko na zewnętrzne partie skóry, ale również na jej głębsze warstwy.

229 ZŁ | 75 MIN

Masaż stóp

Masaż intensywnie pielęgnuje skórę stóp, nawilża i regeneruje, pobudza receptory stóp. Skóra po zabiegu pozostaje aksamitna i miękka w dotyku, powoduje uczucie lekkości, świeżości i odprężenia, likwiduje uczucie ociężałych nóg w okolicach łydek, poprawia krążenie oraz łagodzi bóle reumatyczne.

109 ZŁ | 30 MIN

Masaż Hadado®美肌

Hadado®美肌道 to mistrzowski poziom Japońskich sztuk masażu i określenie „drogi do pięknej skóry". To połączenie starożytnych, najbardziej zaawansowanych technik liftingu twarzy ze współczesną wiedzą i technikami pracy mięśniowo – powięziowymi czy pracą z tkanką tłuszczową. Dzięki dwukierunkowemu podejściu, Hadado oferuje nie tylko odprężenie, ale działa intensywnie liftingująco.

259 ZŁ | 75 MIN

Masaż Hadado®美肌 + Kinesiotaping twarzy

299 ZŁ | 105 MIN

Peeling ciała

Peeling zapewnia usunięcie obumarłych komórek i zanieczyszczeń z powierzchni skóry, przyspiesza proces odnowy i regeneracji naskórka. Zabieg polega na dokładnym wypeelingowaniu ciała specjalnymi preparatami złuszczającymi zawierającymi drobinki ścierające. Peeling doskonale przygotowuje skórę ciała do kolejnych zabiegów, ponieważ jego uprzednie zastosowanie ułatwia skórze wchłanianie składników aktywnych, zawartych w kosmetykach. Poprawia także krążenie krwi, elastyczność i koloryt skóry, a regularnie wykonywany odmładza skórę, czyni ją gładką, świeżą, miękką, pełną blasku i zdrowego wyglądu. Do wyboru pacjenta dwie nuty zapachowe.

129 ZŁ | 30 MIN

Peeling ciała + masaż relaksacyjny

309 ZŁ | 75 MIN

Masaż personalizowany

Jest to masaż, o którego charakterze decyduje klient. Forma masażu, siła nacisku, nuta zapachowa – w porozumieniu z terapeutą tworzymy masaż, który będzie posiadał wszystkie czynniki pozwalające uzyskać oczekiwany efekt. Nasi wykwalifikowani terapeuci służą radą.

239 ZŁ | 50 MIN

Pakiety

Dla przyszłych mam

- 15 minutowy masaż głowy i karku
- Pielęgnacyjny rytuał na dłonie z peelingiem i masażem
- 45 minutowy masaż twarzy i dekoltu z maską kremową

299 ZŁ | 75 MIN

Relaksacyjny

- 30 minutowy masaż twarzy i dekoltu
- 30 minutowy masaż pleców ciepłą świecą
- 15 minutowy masaż głowy i karku

299 ZŁ | 75 MIN

Hygge

- Powitalny kieliszek Prosseco
- Godzinny pobyt w strefie Chillout (jakuzzi, sauny)
- Autorski zabieg na twarz Hygge
- Autorski masaż Hygge

579 ZŁ | 3H

Rodzinny 1+1

Zaplanuj wspaniały czas w Hygge Wellness & Beauty ze swoim dzieckiem - wyjątkowy rytuał dla rodzica z dzieckiem (w wieku od 4 do 10 lat) wykonywany w gabinecie podwójnym. Rytuał składa się z masażu ciepłym olejkiem czekoladowym dla rodzica i dziecka oraz masażu głowy. Dodatkowo po zabiegu serwujemy słodką niespodziankę.

379 ZŁ | 45 MIN

Wellness day

- Godzinny pobyt w strefie Wellness (jakuzzi, sauny)
- Dostęp do strefy cardio
- Kieliszek Prosseco
- Wybrany peeling ciała
- Wybrany 50-minutowy masaż całego ciała
- Zabieg na twarz dobrany do potrzeb cery
- Manicure lub pedicure do wyboru
- Lunch w restauracji (propozycja Szefa Kuchni: zupa + danie główne)

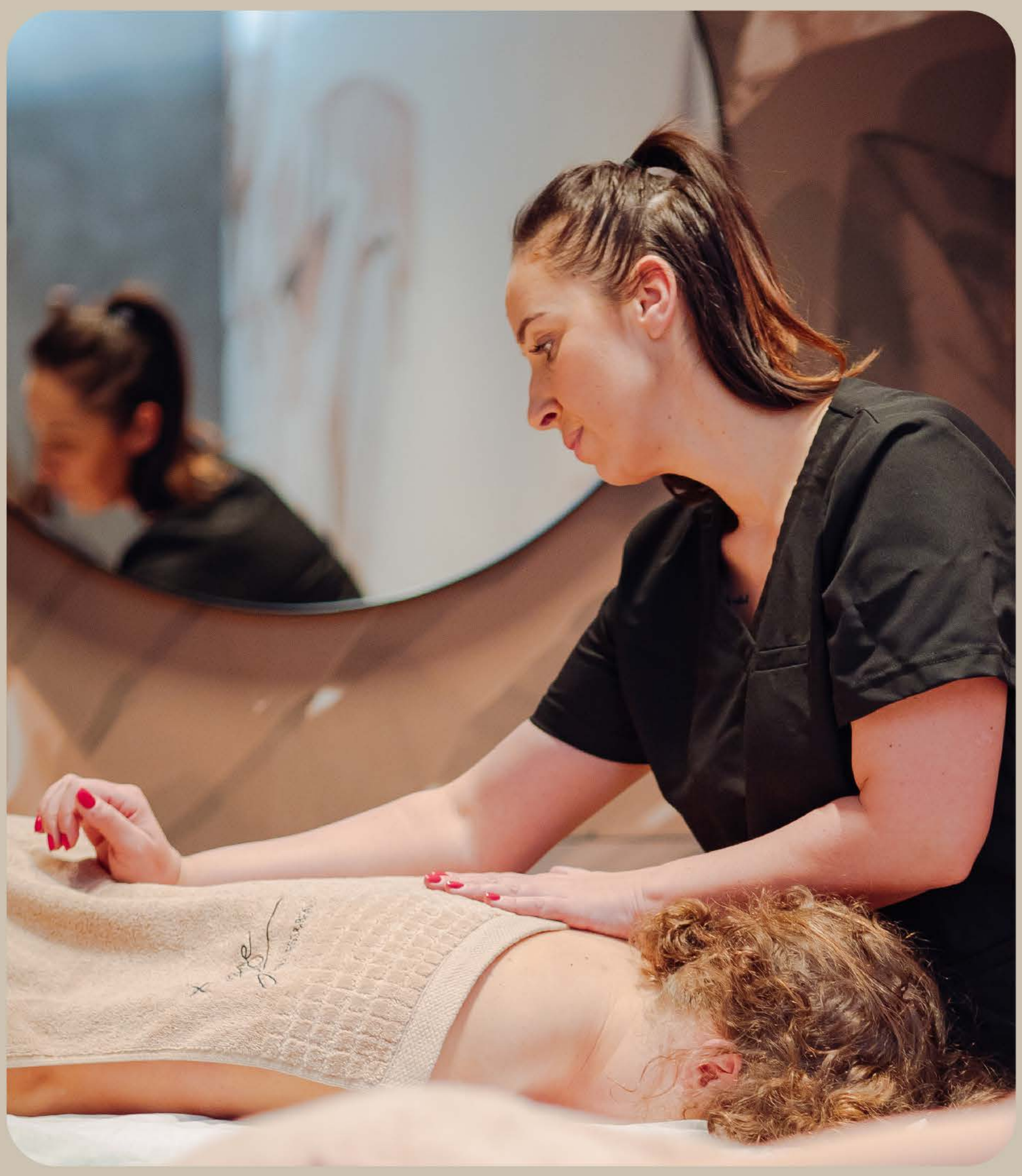
999 ZŁ | 5H

Pakiet modelujący

Połączenie najbardziej efektywnych technik manualnych do zwalczania problemu cellulitu z intensywnym masażem bańką chińską. Dla najlepszych rezultatów rekomendujemy wykonanie serii zabiegowej.

229 ZŁ | 50 MIN

5 W CENIE 4! 916 ZŁ



Twarz

Peelingi chemiczne

Zabieg z użyciem peelingu chemicznego polega na nałożeniu na skórę odpowiednio dobranej mieszaniny związków chemicznych w określonym stężeniu. Substancje te przenikają w głąb skóry i wpływają na przebudowę kolagenu i elastyny.

Twarz 259 zł | 45 min

Twarz i szyja 289 zł | 60 min

Twarz, szyja i dekolt 319 zł | 1,5h

Peeling chemiczny z mikronakłuwaniem

Twarz 379 zł | 60 min

Twarz i szyja 399 zł | 70 min

Twarz, szyja i dekolt 419 zł | 75 min

Global Eyecon

Zabieg, którego głównym zadaniem jest eliminacja zmarszczek, cieni i opuchnięć w okolicy oczu oraz rewitalizacja delikatnej skóry wokół oczu.

249 zł | 45 min

Global Eyecon z mikronakłuwaniem

309 zł | około 75 min

Mezoterapia mikroigłowa

Polega na pobudzeniu skóry do produkcji kolagenu i elastyny, odnowie, zagęszczeniu oraz redukcji blizn i przebarwień. Poprzez nakłucia następuje lepsza absorpcja substancji aktywnych w głąb skóry.

Twarz 349 zł | 45 min

Twarz i szyja 369 zł | 60 min

Twarz, szyja i dekolt 399 zł | 1,5h

Mezoterapia igłowa

Nowoczesny i zaawansowany zabieg medycyny estetycznej, który umożliwia precyzyjne wprowadzenie substancji aktywnych w głąb skóry. Zabieg przeprowadzony jest urządzeniem medycznym wyposażonym w wieloigłowy system iniekcji oraz mechanizm próżniowy co pozwala na równomierne, kontrolowane i bezpieczne podanie preparatów. To idealne rozwiązanie dla osób poszukujących skutecznych, bezpiecznych i nowoczesnych metod poprawy kondycji skóry.

Twarz i szyja 749 zł - 899 zł*

Twarz, szyja i dekolt 799 zł - 999 zł*

1,5h

*Cena uzależniona jest od wybranego preparatu zabiegowego. Szczegółowy plan zabiegu ustalony zostaje po konsultacji kosmetologicznej.

Mesoeclat

Jest to innowacyjna i kompleksowa metoda anti-aging. Jej zadaniem jest polepszenie kondycji skóry i zahamowanie procesu powstawania zmarszczek. Ma głębokie działanie na widoczne oznaki starzenia się skóry.

379 zł | 60 min

Mesoeclat z mikronakłuwaniem

429 zł | 75 min

Zabieg głęboko nawilżający

Polecany dla cery odwodnionej, suchej i matowej, wymagającej intensywnego nawilżenia. Polega na delikatnym usunięciu martwego naskórka przy pomocy peelingu kawitacyjnego, wmasowaniu substancji aktywnych oraz aplikacji maski odpowiedniej do potrzeb skóry.

289 ZŁ | 60 MIN

Zabieg kojąco - łagodzący dla cery wrażliwej

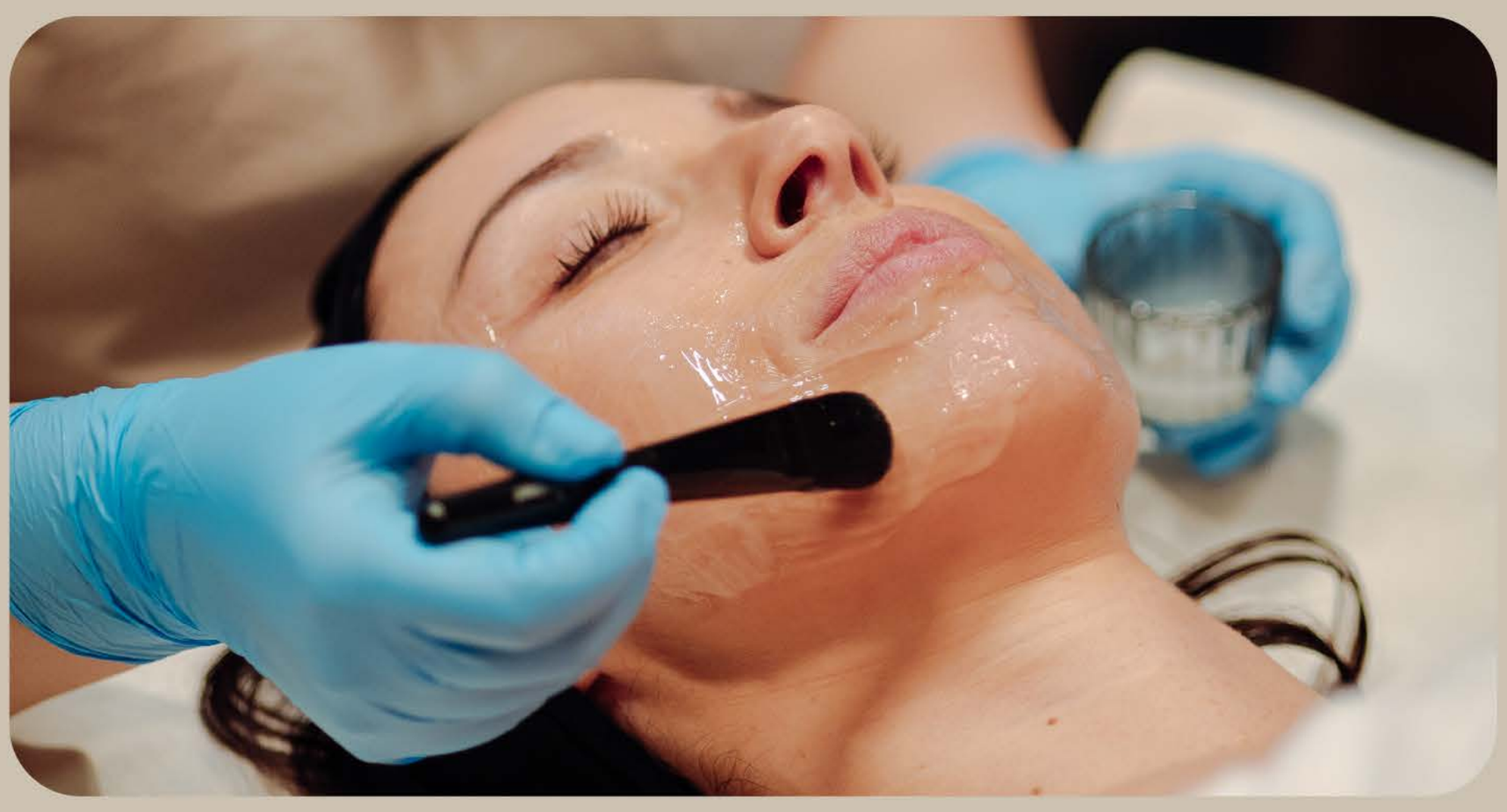
Zabieg kojąco – łagodzący dla cery wrażliwej, poprzedzony peelingiem kawitacyjnym. Poprzez zastosowane składniki aktywne w preparatach, zabieg wykazuje działanie wyciszające dla wrażliwej skóry, wzmacnia barierę ochronną skóry oraz wycisza i redukuje zaczerwienienie. Zabieg zakończony maską odpowiednio dobraną do potrzeb skóry Klienta.

289 ZŁ | 60 MIN

Zabieg rozjaśniająco-antyoksydacyjny

Polecany dla cer szarych, zanieczyszczonych, niedotlenionych i matowych. Polega na delikatnym usunięciu martwego naskórka za pomocą peelingu kawitacyjnego, wmasowaniu substancji aktywnych oraz zrelaksowaniu się z maską dobraną do potrzeb skóry.

289 ZŁ | 60 MIN



Peeling wodny z maską

Zabieg bazujący na połączeniu peelingu z substancjami aktywnymi. Jego celem jest skuteczne oczyszczenie skóry, złuszczanie martwego naskórka, odpowiednie nawilżenie skóry i jej odmłodzenie.

45 MIN

Peeling kawitacyjny z masażem twarzy

Metoda bezbolesnego i głębokiego oczyszczania skóry. Usuwanie zanieczyszczeń oraz martwych komórek skóry następuje w sposób bezpieczny, pozbawiony efektów ubocznych. Zabieg zakończony relaksująco – liftingującym masażem twarzy.

239 ZŁ | 45 MIN

Oprawa oka

Henna brwi z regulacją
69 ZŁ | 40 MIN

Regulacja brwi
39 ZŁ | 20 MIN

Makijaż dzienny
179 ZŁ | 60 MIN

Makijaż wieczorowy
249 ZŁ | 90 MIN

Makijaż ślubny
299 ZŁ | 2H

Dłonie i stopy

Manicure SPA

Tradycyjny manicure z opiłowaniem paznokci, opracowaniem skórek i płytki paznokcia oraz malowaniem lakierem bądź odżywką.

119 ZŁ | 45 MIN

Manicure hybrydowy na naturalnej płytce paznokcia

Tradycyjny manicure z opracowaniem skórek oraz płytki paznokcia i malowaniem lakierem hybrydowym.

169 ZŁ | 1,5H

Manicure hybrydowy - uzupełnienie

179 ZŁ | 1,45H

Zdobienie do stylizacji hybrydowej

19 ZŁ

Ściągnięcie stylizacji hybrydowej

99 ZŁ | 60 MIN

Pedicure klasyczny bez malowania

169 ZŁ | 60 MIN

Pedicure klasyczny z malowaniem

199 ZŁ | 75 MIN

Pedicure klasyczny z hybrydą

219 ZŁ | 1,45H

Hybryda stopy

139 ZŁ | 60 MIN

Zabiegi maszynowe

Cyfrowa analiza skóry

Badanie skóry za pomocą innowacyjnego urządzenia , które analizuje przebarwienia, poziom nawilżenia, pory, teksturę, poziom zmarszczek, uszkodzenia słoneczne itp. Nasi kosmetolodzy dobiorą odpowiednią pielęgnację domową oraz zaproponują szereg zabiegów gabinetowych z oferty SPA Hygge.

99 ZŁ | 30 MIN

Oczyszczanie wodorowe

Oczyszczanie wodorowe to rewolucyjny zabieg, który pomaga odmłodzić i dotlenić skórę w bardzo efektowny sposób. Ponadto infuzja wody oczyszcza pory, usuwając zanieczyszczenia, nadmiar sebum oraz martwe komórki skóry. Dodatkowo w trakcie zabiegu za pomocą infuzji tlenowej wtłaczamy w skórę substancje aktywne dobrane do potrzeb skóry Klienta. Na zakończenie wykonujemy wyciszający masaż oraz aplikujemy maskę kremową.

319 ZŁ | 75 MIN

Hydrabrazja

Hydrabrazja nazywana inaczej mikrodermabrazją wodno-tlenową to rodzaj peelingu mechanicznego gdzie czynnikiem złuszczającym naskórek jest strumień rozproszonego preparatu dobranego do potrzeb skóry Klienta aplikowanych pod ciśnieniem sprężonego powietrza za pomocą specjalnie skonstruowanego aplikatora. Dodatkowo w trakcie zabiegu aplikujemy substancje aktywne. Zabieg kończymy wyciszającą maską kremową.

319 ZŁ | 75 MIN

Infuzja tlenowa

Infuzja tlenowa doskonale sprawdzi się jako zabieg „bankietowy" dlatego ,że efekty zabiegu są widoczne od razu po zabiegu. Jest to zabieg poprawiający metabolizm komórkowy, rozjaśniający skórę i poprawiający jej koloryt. Skóra staje się dogłębnie nawilżona i dotlenio-na.

319 ZŁ | OKOŁO 75 MIN

Kriolipoliza cooltech

To nieinwazyjna metoda trwałej redukcji tkanki tłuszczowej za pomocą mrożenia. Zabieg polega na kontrolowanym chłodzeniu tkanki tłuszczowej do temperatury -8 stopni Celsjusza przez 70 minut w celu wywołania zjawiska lipoli-zy, czyli rozpadu komórek tłuszczowych. Przez kolejnych 6-8 tygodni są one bezpiecznie usu-wane z organizmu przez układ limfatyczny i wątrobę w naturalnym procesie metabolicz-nym. Efektem zabiegu jest trwała i widoczna redukcja obwodów ciała.

1 PRZYŁOŻENIE 499 ZŁ | OKOŁO 1,5H

2 PRZYŁOŻENIA 899 ZŁ | OKOŁO 1,5H

Endermologie LPG Alliance

Dzięki nowoczesnej formie zabiegu Endermolo-gie LPG Alliance możesz w łatwy i przyjemny sposób pozbyć się cellulitu i zbędnej tkanki tłuszczowej, a tym samym optycznie wyszczu-plić ciało.

TWARZ 159 ZŁ | OKOŁO 45 MIN

CIAŁO 199 ZŁ | OKOŁO 50 MIN

WYBRANA PARTIA CIAŁA 109 ZŁ | OKOŁO 30 MIN

TWARZ 10 ZABIEGÓW 1 399 ZŁ

CIAŁO 10 ZABIEGÓW 1 799 ZŁ

WYBRANA PARTIA CIAŁA 10 ZABIEGÓW 999 ZŁ

Laser Alma Harmony XL PRO

Alma Harmony XL PRO to laser od zadań specjalnych. Skutecznie odmładza i ujędrnia skórę, usuwa przebarwienia i blizny, redukuje zmiany trądzikowe, skutecznie usuwa tatuaż i makijaż permanentny. Alma Harmony XL PRO to platforma, która wykorzystuje szereg głowic do różnych wskazań. Nasi terapeuci w czasie konsultacji zabiegowej połączonej z cyfrową analizą skóry dobiorą indywidualną procedurę zabiegową dla uzyskania jak najlepszych efektów.

Zabieg laserowy dla cery naczyniowej, usuwanie naczynek od 249 zł

Zabieg laserowy liftingujący od 799 zł

Zabieg laserowy na przebarwienia i blizny od 599 zł

Usunięcie tatuażu od 149 zł

Zabieg laserowy na trądzik od 599 zł

Procedura zabiegowa (3 głowice) od 1699 zł

Procedura zabiegowa (2 głowice) od 1199 zł

Depilacja laserowa

Primelase cocoon medical

Laser diodowy posiadający niezwykle skuteczną funkcję chłodzenia kontaktowego Crystal Freeze, która sprawia, że zabieg jest komfortowy. Aby pozbyć się włosów na stałe, zalecane jest wykonanie serii zabiegów depilacji laserowej. Zalecana seria to około 6-8 zabiegów.

Wąsik 25 min	1 zabieg	129 zł
	4 zabiegi	459 zł
	6 zabiegów	649 zł
Broda 25 min	1 zabieg	139 zł
	4 zabiegi	509 zł
	6 zabiegów	749 zł
Pachy 45 min	1 zabieg	199 zł
	4 zabiegi	699 zł
	6 zabiegów	999 zł
Brzuch 60 min	1 zabieg	219 zł
	4 zabiegi	799 zł
	6 zabiegów	1 199 zł
Plecy 75 min	1 zabieg	249 zł
	4 zabiegi	899 zł
	6 zabiegów	1 199 zł
Bikini płytkie 45 min	1 zabieg	199 zł
	4 zabiegi	699 zł
	6 zabiegów	999 zł
Bikini głębokie 60 min	1 zabieg	239 zł
	4 zabiegi	849 zł
	6 zabiegów	1099 zł

Łydki 45 min	1 zabieg	269 zł
	4 zabiegi	999 zł
	6 zabiegów	1 399 zł

Całe nogi 75 min	1 zabieg	499 zł
	4 zabiegi	1 799 zł
	6 zabiegów	2 299 zł

Zaffiro

Zabieg Zaffiro rozpoczynamy peelingiem wodnym w celu oczyszczenia skóry i pozbycia się martwych komórek naskórka. Bezinwazyjny termolifting, który zmniejsza widoczność oraz głębokość zmarszczek poprzez stymulację fibroblastów do produkcji nowych włókien kolagenowych. Zabieg ten ma charakter bankietowy, przynosząc natychmiastowe efekty utrzymujące się długo po wykonaniu:

- zagęszczenie skóry
- poprawa jędrności i elastyczności skóry
- niwelowanie drobnych zmarszczek
- odświeżenie wyglądu skóry

Twarz 599 zł | 60 min

Twarz 3 zabiegi 1599 zł

Twarz i szyja 699 zł | 75 min

Twarz i szyja 3 zabiegi 1899 zł

Twarz, szyja i dekolt 799 zł | 1,45h

Twarz, szyja i dekolt 3 zabiegi 2199 zł

Dłonie 399 zł | 75 min

Geneo

Zabieg Geneo™ to przełomowa pielęgnacja 3w1. Polega on jednocześnie na złuszczaniu, wchłanianiu substancji odżywczych oraz dotlenianiu. Geneo™ to zabieg na twarz, którego efekty są widoczne natychmiast. To właśnie dlatego bardzo często nazywany jest także „zabiegiem bankietowym".

Twarz, szyja i dekolt 349 zł | 60 min

Fizjoterapia

Pierwsza konsultacja fizjoterapeutyczna

Konsultacja polega na przeprowadzeniu dokładnego wywiadu oraz testów w celu uzgodnienia planu fizjoterapii. Warto zabrać ze sobą na konsultacje badania obrazowe (RTG, USG, MR, TK) oraz założyć wygodny niekrępujący ruchów strój.

99 zł | 30 min

Konsultacja fizjoterapeutyczna z terapią

Połącznie konsultacji fizjoterapeutycznej z terapią indywidualną w czasie jednej wizyty pacjenta.

209 zł | 60 min

Terapia fizjoterapeutyczna

Kompleksowe działanie, skupione na dolegliwościach bólowych pacjenta. Daje możliwość bardzo szybkiego odzyskania sprawności fizycznej jak i psychicznej. W oparciu o wykonaną diagnostykę, terapeuta rozpoczyna leczenie dysfunkcji. Fizjoterapeuta stosuje różne techniki terapii manualnej, masażu, suchego igłowania, terapii narzędziowej, kinezjotapingu oraz wprowadza ćwiczenia wspomagające proces rehabilitacji.

229 zł | 50 min

Trening medyczny z fizjoterapeutą

Połączenie fizjoterapii i treningu zdrowotnego. Poprzez indywidualne podejście fizjoterapeuty jest on polecany sportowcom, osobom z dysfunkcjami narządu ruchu oraz dolegliwościami bólowymi. Indywidualnie dobrany zestaw ćwiczeń ma przede wszystkim zaangażować do pracy mięśnie głębokie, które są odpowiedzialne za stabilizację naszego ciała – co za tym idzie zwiększyć naszą świadomość poprzez wykonywanie i zapamiętywanie odpowiednich wzorców ruchowych.

299 ZŁ | 55 MIN

Kinesiotaping

Kinesiotaping to metoda terapeutyczna, polegająca na oklejaniu specjalnie do tego przeznaczonymi taśmami kinezjologicznymi określonych miejsc na ciele. Plastrowanie dynamiczne, dzięki zwiększeniu przestrzeni między skórą a mięśniami, ma działanie przeciwbólowe, użycie taśm Kinesio powoduje rozluźnienie mięśni i zmniejszenie ich napięcia. Ze względu na to, że plastry stabilizują stawy, znajdują szczególne zastosowanie podczas uprawiania sportu - zapobiegają powstawaniu kontuzji.

59 ZŁ | 30 MIN

Menu dziecięce

Masaż dla dzieci (4-10 lat)

Masaż relaksacyjny, wykonywany na bezpiecznym olejku o zapachu czekolady. Masaż obejmuje następujące partie: plecy z barkami i ramionami, ręce, dłonie i całe nogi (bez stóp).

149 ZŁ | 40 MIN

Manicure księżniczki

Dziecięcy manicure z wykorzystaniem dedykowanych, bezpiecznych lakierów dla dzieci.

59 ZŁ | 30 MIN

Pedicure księżniczki

Usługa pedicure dla Dzieci – idealna atrakcja dla najmłodszych Gości. Podczas zabiegu wykorzystywane są lakiery dla dzieci.

89 ZŁ | 45 MIN

HYGGE SPA

Poniedziałek - sobota 09:00 - 20:00

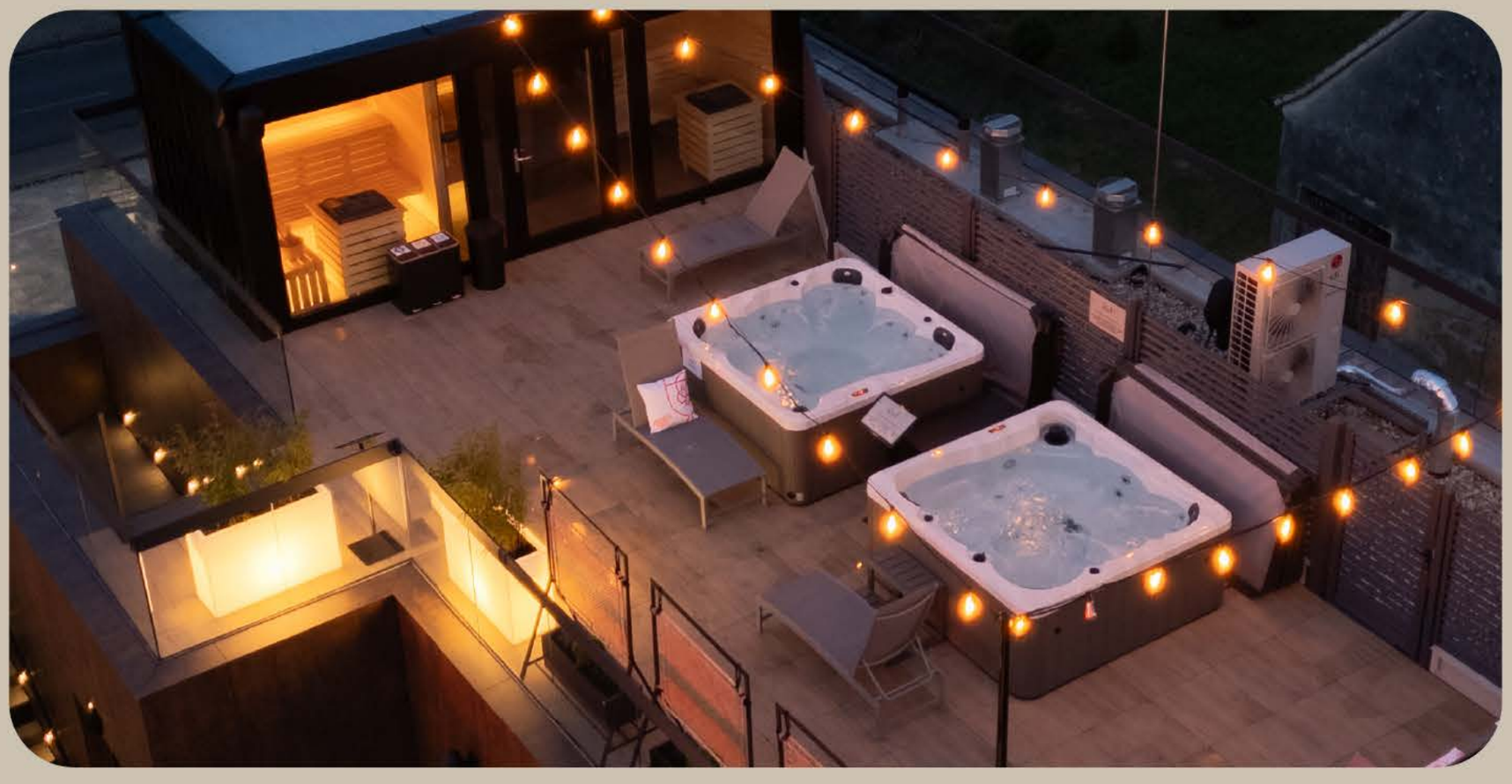
Niedziela 10:00 - 16:00

Strefa chillout

69 zł | bez ograniczeń czasowych

Strefa czynna codziennie w godzinach

10:00 - 22:00



Vouchery

Podaruj chwilę relaksu

Voucher do strefy Wellness&Beauty to idealny prezent na każdą okazję. Zabiegi realizowane w ramach voucheru mogą Państwo dobrać samodzielnie lub w oparciu o nasze sugestie. Szczegóły w recepcji naszego hotelu.

Hygge HOTEL***

Wizytę umówisz w recepcji naszego hotelu lub za pośrednictwem aplikacji BOOKSY!

Zeskanuj kod QR i umów wizytę online!

recepcja@hyggehotel.pl
(+48) 77 500 56 80
www.hyggehotel.pl

ul. Dworcowa 20
45-940 Opole