

★★★★★
LINEA MARE
POBIEROWO

Spa

Menu zabiegów





Spis treści

Masaże relaksacyjne	4
Masaże energetyczne / wyszczuplające	6
Masaże intensywne	7
Masaże częściowe	8
Autorskie masaże twarzy	11
Masaże dla dzieci	15
Autorskie rytuały na ciało	16
Zabiegi fizjoterapeutyczne	20
Zabiegi z wykorzystaniem technologii Geneo	21
Zabiegi pielęgnacyjne twarzy, szyi, dekoltu i okolic oczu	24
Zabiegi pielęgnacyjne dla mężczyzn	26
Pielęgnacyjne zabiegi Smart Care z technologią Hi-Tech	28
Zabiegi złuszczające na twarz	32
Zabiegi dodatkowe	33
Przygotowanie do wizyty w SPA	34



Masaże relaksacyjne

Masaż balijski

Tradycyjny masaż balijski poprawiający elastyczność ciała, wspiera układ limfatyczny i krążeniowy, przekładając się na lepsze samopoczucie i zdrowie.

50 min | 320 PLN 80 min | 450 PLN

Masaż Lomi Lomi

Odprężający masaż hawajski, który łagodzi skutki przewlekłego stresu. Płynne i kojące ruchy wyciszają układ nerwowy, rozluźniają ciało i poprawiają ogólne samopoczucie.

50 min | 350 PLN 80 min | 490 PLN

Abhyanga

Ajurwedyjski masaż wspomaga rozluźnienie mięśni, usuwając uczucie napięcia. Działa silnie uspokajająco, pomaga w odzyskaniu równowagi, redukuje stres.

50 min | 320 PLN 80 min | 450 PLN

Masaż ciała relaksujący

Masaż rozluźniający napięcia mięśniowe, wspierający naturalny przepływ krwi, redukuje stres.

PLECY 30 min | 180 PLN CAŁE CIAŁO 50 min | 280 PLN

Argan Body Massage + ciepłe kompresy

Masaż w naturalny sposób pobudza skórę do regeneracji, wzmacnia odżywienie i dotlenienie oraz zmniejsza obrzęki. Eliminuje napięcie mięśni, łagodzi stres i napięcie.

50 min | 310 PLN

Masaż ciepłym woskiem

Masaż wspomaga usunięcie napięcia mięśniowego, sztywności czy bólów związanych z codziennym stresem lub wysiłkiem fizycznym.

50 min | 310 PLN

Masaż gorącymi kamieniami bazaltowymi

Intensywnie rozluźnia mięśnie, poprawia krążenie, łagodzi stres i regeneruje organizm, będąc idealnym rozwiązaniem dla osób przemęczonych.

50 min | 320 PLN



Masaże energetyczne / wyszczuplające

Masaż miotełkami bambusowymi

Ciało odzyskuje uczucie lekkości, a umysł stan błogiego uspokojenia. Dodatkowym walorem masażu jest działanie drenujące, przeciwobrzękowe i antycellulitowe.

50 min | 300 PLN

Masaż wyszczuplająco-modelujący

Masaż skoncentrowany jest na tych partiach ciała, które wymagają wyszczuplenia i ujędrnienia skóry. Wspomaga proces odchudzania i redukcji tkanki tłuszczowej poprzez pobudzenie miejscowego metabolizmu organizmu.

50 min | 450 PLN



Masaże intensywne

Tajski masaż klasyczny

Pomaga w dolegliwościach związanych z zaburzeniami krążenia, problemami z przemianą materii oraz przy przewlekłym stresie.

50 min | 340 PLN 80 min | 470 PLN

Tajski masaż sportowy

Intensywny masaż dla osób aktywnych, przemęczonych oraz odczuwających napięcia mięśniowe, bóle stawów i dyskomfort związany z przeciążeniem organizmu. Wspiera regenerację, odpręża i przywraca energię.

50 min | 360 PLN 80 min | 490 PLN

Tajski masaż olejami aromatycznymi

Masaż z wykorzystaniem aromatycznych olejków, takich jak kwiat lotosu czy mokka, przywraca harmonię ciała i umysłu, redukuje stres oraz pomaga w regeneracji przemęczonego organizmu.

50 min | 350 PLN 80 min | 480 PLN



Masaże częściowe

Masaż głowy i obręczy barkowej

Masaż polecany po długiej i wyczerpującej podróży (szczególnie dla kierowców). Eliminuje napięcia związane z uwagnością i stresem. Masaż zapewni ulgę mięśniom głowy, karku i barków.

30 min | 180 PLN

Dotyk ciepła – masaż pleców oraz okolicy szyjno-karkowej

Masaż polecany po długiej i wyczerpującej podróży (szczególnie dla kierowców) lub długotrwałej pracy w pozycji siedzącej. Eliminuje napięcia związane z uwagnością i stresem.

30 min | 180 PLN

Masaż głowy z olejowaniem włosów

Masaż skóry głowy zwiększa krążenie i przepływ krwi, wpływa kojąco na umysł, działa odświeżająco. Regeneruje uszkodzoną skórę głowy i łagodzi podrażnienia wywołane farbowaniem chemicznym, stylizacją czy też nadmierną ekspozycją na słońce.

20 min | 160 PLN

Refleksoterapia stóp

Refleksoterapia to sztuka uzdrawiania poprzez stymulację refleksów zlokalizowanych na stopach. To również forma terapii i zabiegu relaksacyjnego, w którym wszystkie strefy człowieka traktowane są jako jedna całość, aby w ten sposób oddziaływać zarówno na ciało, duszę i umysł.

50 min | 300 PLN

Relaksacyjny masaż stóp

Masaż wspomaga usunięcie napięcia mięśniowego, sztywności czy bólów związanych z codziennym stresem lub wysiłkiem fizycznym.

20 min | 160 PLN



Autorskie masaże twarzy

Masaż Dr Irena Eris modelująco-liftingujący z pielęgnacją

Masaż poprawia owal twarzy, modeluje i liftinguje. Połączony jest z odpowiednio dobraną pielęgnacją. Działa na układ krwionośny oraz limfatyczny, usprawniając ich funkcjonowanie. Jest wzbogacony o terapeutycznie działające olejki aromatyczne.

45 min | 280 PLN

Azjatycki Face Lifting

To intensywny manualny masaż twarzy, który działa na głębokie struktury skóry. Spowalnia procesy starzenia się. Masaż łączy w sobie różne techniki masażu liftingujących: Sculpture Face Lifting Yakova Gershkovicha oraz tradycyjnego tajskiego masażu twarzy.

50 min | 300 PLN

Masaż firmowy Dr Irena Eris V-Contour Up

Autorski masaż modelująco-liftingujący twarzy, szyi i okolic oczu, ukierunkowany na poprawę owalu twarzy, napięcia oraz jędrności skóry. Zaawansowana terapia wzbogacona o masaż specjalistycznym masażerem V-Contour Up.

60 min | 350 PLN

Relaksacyjny masaż firmowy Dr Irena Eris z pielęgnacją skóry

Autorski rytuał łączący relaksacyjny masaż twarzy, szyi i dekoltu z luksusową pielęgnacją skóry. Głęboko odpręża, redukuje napięcie i przywraca cerze świeży, promienny oraz wypoczęty wygląd.

45 min | 250 PLN





Masaże dla dzieci

Masaż aromaterapeutyczny dla dzieci od 6 lat

Delikatny masaż olejkiem aromaterapeutycznym. Poprawia koncentrację dziecka, wspomaga układ odpornościowy oraz ułatwia zaśnięcie.

30 min | 150 PLN

Masaż tajski dla dzieci od 10 lat

Rozluźniający masaż dla dzieci, który jest skutecznym sposobem na ból wszelkiego pochodzenia. Masaż odciąża psychikę, wspomaga rozwój, a także wspiera zachowanie wysokiej sprawności fizycznej.

30 min | 180 PLN





Autorskie rytuały na ciało

Wygładzający zabieg na ciało z olejem tamanu i ekstraktem z owoców yuzu

Owocowy, wygładzający zabieg poprawia metabolizm komórkowy, przywraca równowagę hydrolipidową skóry. Głęboko nawilża, wygładza skórę i rewitalizuje.

90 min | 470 PLN

Z MASAŻEM: 110 min | 555 PLN

Pitaya & Grapefruit orzeźwiająco-witalizujący

Orzeźwiający zabieg o działaniu energizującym przynosi natychmiastowe uczucie odświeżenia, nawodnienia, wygładzenia oraz przywrócenia zdrowego wyglądu.

90 min | 470 PLN

Z MASAŻEM: 110 min | 555 PLN

Sea & Minerals: rewitalizująco-ujędrniający

Zabieg ujędrniający. Wspaniale wygładza, remineralizuje, przyspiesza eliminację nagromadzonych toksyn. Zwiększa elastyczność skóry.

90 min | 440 PLN

Z MASAŻEM: 110 min | 525 PLN

Flower & Senses: zabieg anti-aging

Kwiatowy zabieg na ciało zapewnia kompleksową odnowę, sensualny charakter pielęgnacji z wielokierunkowym działaniem anti-age.

90 min | 450 PLN

Z MASAŻEM: 110 min | 535 PLN

Choco & Coffee

Głęboko odprężający zabieg intensywnie regeneruje i wygładza. Kofeina poprawia mikrokrążenie krwi, zwiększa sprężystość i elastyczność skóry, a karmel nadaje jej naturalny, zdrowy kolor.

90 min | 470 PLN

Z MASAŻEM: 110 min | 555 PLN

Champagne & Truffle: zabieg regenerująco-rozświetlający

Ekskluzywny zabieg pielęgnacyjny, dedykowany dla skóry wymagającej głębokiej regeneracji, odbudowy na poziomie komórkowym oraz ochrony anti-pollution.

90 min | 450 PLN

Z MASAŻEM: 110 min | 535 PLN

Genomix Body – algowa aktywacja genów

Zabieg poprawia elastyczność, wspomaga walkę z cellulitem oraz niedoborami lipidów i nawilżenia. Wygładza i intensywnie ujędrnia ciało. Jego działanie może być wzmocnione Body Wrappingiem, który wyszczupla, redukuje cellulit i działa ujędrniająco.

90 min | 450 PLN

Z MASAŻEM: 110 min | 535 PLN

Peeling ciała z elementami aromaterapii

Peeling ciała złuszcza martwy naskórek (eksfoliacja), wygładza, oczyszcza, odświeża oraz przygotowuje skórę na przyjęcie składników aktywnych.

30 min | 220 PLN





Zabiegi fizjoterapeutyczne

Drenaż limfatyczny kończyn dolnych (BOA)

Poprawia przepływ limfy oraz krwi, co powoduje lepsze dotlenienie tkanek. Wspomaga redukcję obrzęków, cellulitu oraz uczucia „ciężkich nóg”.

20 min | 60 PLN

Ultradźwięki

Wspomagają leczenie stanów zapalnych, poprawiają krążenie oraz działają przeciwbólowo.

10 min | 35 PLN

Elektroterapia

Zabieg z wykorzystaniem prądów o niskiej częstotliwości, który zmniejsza ból, wspomaga regenerację tkanek i poprawia ich elastyczność.

10 min | 30 PLN

Laseroterapia

Zabieg wykorzystujący światło lasera w celu wspomagania procesu gojenia tkanek, redukcji bólu oraz poprawy mikrokrążenia.

10 min | 35 PLN

Okłady borowinowe

Wspomagają leczenie stanów zapalnych oraz napięcia mięśniowego, działają przeciwbólowo.

20 min | 65 PLN

Magnetoterapia

Zabieg z wykorzystaniem pola magnetycznego o niskiej częstotliwości, który wspomaga regenerację tkanek, łagodzi ból i redukuje stany zapalne.

15 min | 35 PLN



Zabiegi z wykorzystaniem technologii Geneo

Geneo to kompleksowy zabieg 3w1: złuszczenie, dotlenienie i odżywienie skóry. Zapewnia natychmiastowe odmłodzenie, ujędrnienie i rozjaśnienie cery. Technologia Geneo pozwala dopasować pielęgnację do indywidualnych potrzeb skóry poprzez wybór odpowiedniej kapsułki aktywnej.

TWARZ 30 min | 350 PLN

TWARZ + SZYJA + DEKOLT 45 min | 420 PLN

Wybierz terapię dopasowaną do potrzeb Twojej skóry

Detox – wzmocnienie bariery ochronnej skóry, polecany dla cer zanieczyszczonych

Usuwa zanieczyszczenia i toksyny ze skóry, działa przeciwzapalnie i antyoksydacyjnie.

Hydrate – polecany dla cer suchych i matowych

Intensywnie nawilża i odżywia. Poprawia elastyczność i strukturę skóry, wzmacnia barierę hydrolipidową.

Balance – polecany dla cery mieszanej ze skłonnością do przetłuszczania

Reguluje wydzielanie sebum, zwęża pory, poprawia strukturę i koloryt skóry.

Illuminate – rozjaśnienie skóry

Rozjaśnia przebarwienia, wyrównuje koloryt, dodaje blasku i świeżości.

Revive – dla skór z oznakami starzenia

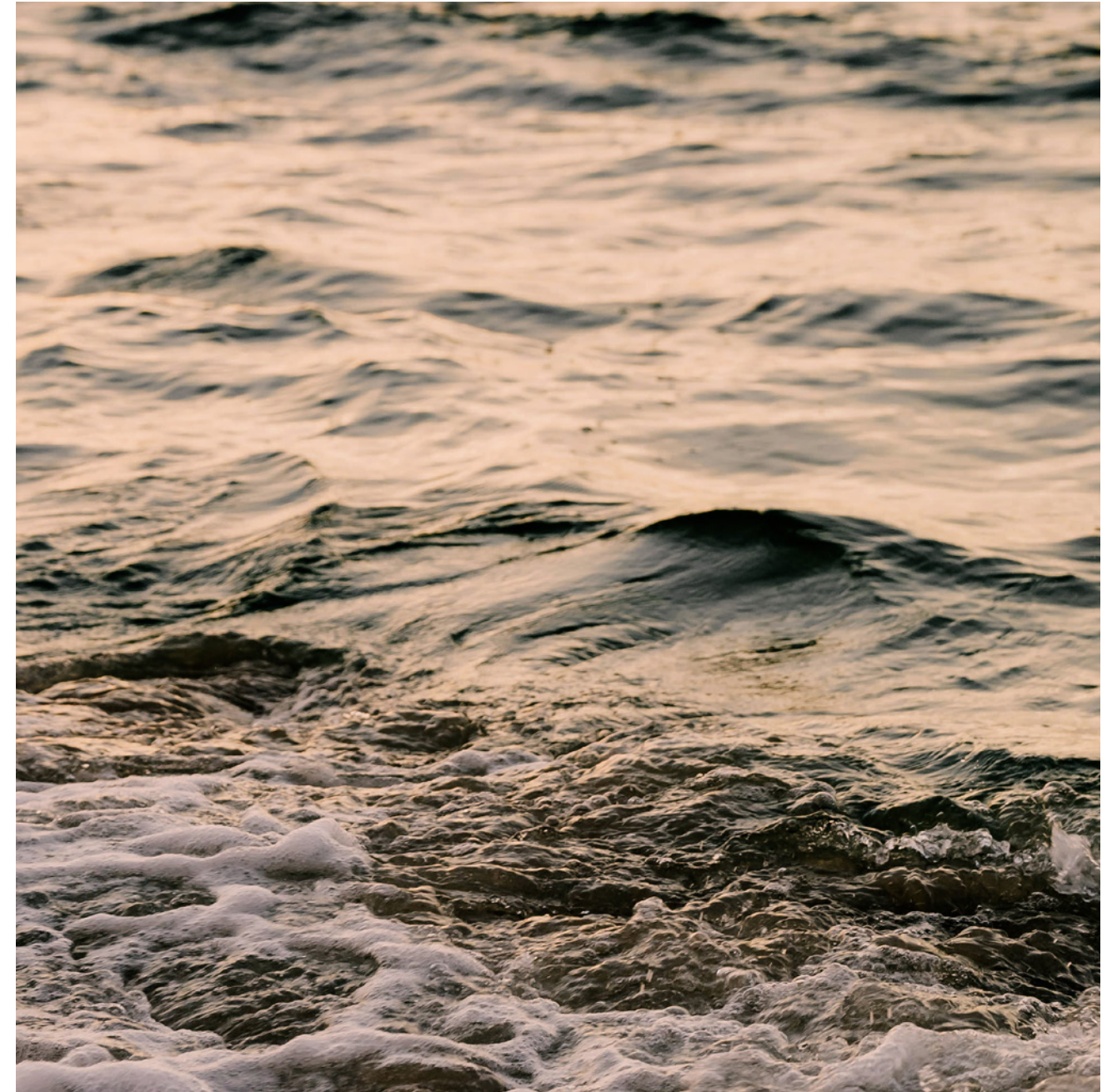
Poprawia elastyczność i napięcie skóry, redukuje drobne zmarszczki, przywraca zdrowy, młodszy wygląd.

Retouch Resurfacing – intensywne wygładzenie skóry

Wygładza i odświeża skórę, poprawia koloryt i blask, zapewnia natychmiastowy efekt „glow”.

Glam – pod natychmiastowy efekt glass skin ze złotem koloidalnym

Zabieg rozświetlająco-bankietowy, który poprawia koloryt skóry.





Zabiegi pielęgnacyjne twarzy, szyi, dekoltu i okolic oczu

Perfect Creation

Zabieg liftingujący na twarz i szyję. Działa jak biostymulator tkankowy, uruchamiając wielopoziomowe procesy odnowy. Zabieg intensywnie i nieinwazyjnie wygładza oraz modeluje.

75 min | 610 PLN

Estetic of Beauty liftingująco-biostymulujący

Zabieg daje efekt wygładzenia i rozświetlenia skóry, wzmacnia ściany naczyń krwionośnych i zapobiega pękaniu naczynek. Wysokie stężenie witaminy C aplikowane w tzw. „dawce stopniowanej” wyzwala jej najwyższą możliwą aktywność już podczas jednej sesji pielęgnacyjnej.

75 min | 600 PLN

Art of Lifting – zabieg liftingująco-wypełniający

Innowacyjny zabieg inspirowany trendami biostymulacji i naturalnej odnowy skóry. Intensywnie pobudza regenerację skóry oraz pozwala utrzymać jej dobrą kondycję i młody wygląd.

75 min | 590 PLN

Ultra C RegeniQ – unikalna terapia wygładzająco-rozświetlająca

Zabieg wpływa relaksująco na skórę wokół oczu, cienie i zmarszczki się wypływają, a drobne linie są mniej widoczne. Głęboko nawilża, odżywia i regeneruje cienką oraz wrażliwą skórę wokół oczu.

75 min | 590 PLN

NOWOŚĆ

Rich Peptide Advanced egzostymulujący ze spikulami

Egzostymulujący zabieg na twarz inspirowany trendami biostymulacji i naturalnej odnowy skóry.

75 min | 590 PLN

Magia Spojrzenia – krio-zabieg z drenażem limfatycznym na okolice oczu

Zabieg wpływa relaksująco na skórę wokół oczu, cienie i zmarszczki się wypływają, a drobne linie są mniej widoczne. Głęboko nawilża, odżywia i regeneruje cienką oraz wrażliwą skórę wokół oczu.

40 min | 240 PLN



Zabiegi pielęgnacyjne dla mężczyzn

Men Zone – Odmłodzenie i regeneracja

Specjalistyczne zabiegi pielęgnacyjne stworzone z myślą o potrzebach męskiej skóry. Łączą skuteczne oczyszczanie, intensywne nawilżenie i działanie przeciwstarzeniowe, zapewniając świeży oraz zadbany wygląd.

90 min | 390 PLN

Men Zone – Oczyszczenie i nawilżenie

Zabieg przeznaczony dla mężczyzn, którzy chcą dokładnie oczyścić skórę i zapewnić jej optymalne nawilżenie. Szczególnie polecany dla cery narażonej na zanieczyszczenia, codzienne golenie i przesuszenie.

90 min | 390 PLN





Pielęgnacyjne zabiegi Smart Care z technologią Hi-Tech

RF Wrinkle Filler RF Biolaser

RF Wrinkle Filler polega na podgrzewaniu głębszych warstw skóry za pomocą energii fal radiowych. Ciepło stymuluje produkcję kolagenu i elastyny, dzięki czemu skóra staje się bardziej napięta, wygładzona i elastyczna. Zabieg działa jak „wypełniacz” zmarszczek, ale bez użycia igieł.

45 min | 570 PLN

Poniższe usługi można wykonać samodzielnie lub jako uzupełnienie zabiegów na twarz

Kawitacja LED

Kawitacja prebiotyczna to delikatny zabieg oczyszczający skórę, który wykorzystuje ultradźwięki do usuwania zanieczyszczeń i martwego naskórka, jednocześnie wspierając naturalną mikroflorę skóry dzięki składnikom prebiotycznym.

30 min | W ZABIEGU: 350 PLN | OSOBNA USŁUGA: 220 PLN

Sonoforeza

Zapewnia skórze głębokie nawilżenie i odżywienie, przywracając jej naturalną jędrność i elastyczność. Zabieg wspomaga regenerację i odnowę komórkową, wygładza drobne zmarszczki oraz poprawia koloryt cery, nadając jej zdrowy i promienny wygląd.

30 min | W ZABIEGU: 50 PLN | OSOBNA USŁUGA: 100 PLN

Hydrabrazja enzymatyczno-prebiotyczna | TWARZ, SZYJA, DEKOLT

Hydrabrazja enzymatyczno-probiotyczna to delikatny zabieg oczyszczająco-nawilżający, który łączy złuszczenie enzymatyczne z intensywnym nawadnianiem skóry oraz wsparciem jej mikrobiomu dzięki składnikom prebiotycznym.

30 min | W ZABIEGU: 185 PLN | OSOBNA USŁUGA: 260 PLN

Mezoterapia bezigłowa | TWARZ, SZYJA, DEKOLT

Mezoterapia bezigłowa to nieinwazyjny zabieg kosmetyczny polegający na wprowadzaniu substancji aktywnych w głąb skóry bez użycia igieł.

45 min | W ZABIEGU: 300 PLN | OSOBNA USŁUGA: 370 PLN

Remodeling ultradźwiękowy

Zabieg skutecznie poprawia jędrność i elastyczność skóry, jednocześnie wygładzając zmarszczki i spływając linie mimiczne. Dodatkowo pomaga w modelowaniu owalu twarzy oraz pobudza mikrokążenie i procesy regeneracyjne tkanek, zapewniając skórze młodszy, zdrowy i promienny wygląd.

15 min | W ZABIEGU: 135 PLN | OSOBNA USŁUGA: 230 PLN



Masaż próżniowy – Dermadrenage na wybraną partię ciała

Masaż próżniowy to zabieg, który poprawia jędrność i elastyczność skóry, jednocześnie redukuje obrzęki i zastoje limfatyczne. Pomaga w modelowaniu sylwetki i wygładzeniu cellulitu.

	CZAS ZABIEGU	W ZABIEGU	OSOBNĄ USŁUGĄ
Twarz i szyja	20 min	145 PLN	200 PLN
Brzuch i talia	20 min	145 PLN	200 PLN
Uda przód	20 min	120 PLN	170 PLN
Uda tył i pośladki	20 min	145 PLN	200 PLN

Liposukcja ultradźwiękowa IR+

Liposukcja ultradźwiękowa IR+ to nieinwazyjny zabieg modelujący sylwetkę, który wykorzystuje ultradźwięki w połączeniu z podczerwienią (IR). Energia ultradźwiękowa rozbija komórki tłuszczowe, a podczerwień dodatkowo rozgrzewa tkanki, wspomagając spalanie tłuszczu i poprawiając jędrność skóry.

	CZAS ZABIEGU	W ZABIEGU	OSOBNĄ USŁUGĄ
Brzuch i talia	20 min	230 PLN	270 PLN
Uda przód	20 min	150 PLN	230 PLN
Uda tył i pośladki	20 min	260 PLN	350 PLN



Zabiegi złuszczące na twarz

Shikimic Acid 30% Peel Formula: peeling shikimowy – dedykowany dla wrażliwej skóry

Doskonale złuszcza skórę, nie powodując przy tym podrażnień. Działa depigmentacyjnie, znacznie zwiększa poziom nawilżenia skóry.

TWARZ, SZYJA 30 min | 290 PLN TWARZ, SZYJA, DEKOLT 40 min | 310 PLN

Phytic-C Anti Aging Peel Formula – dedykowany dla skóry z przebarwieniami i naczynkowej

Działa delikatnie złuszcząco. Nie powoduje podrażnień i fotowrażliwości, wyrównuje koloryt.

TWARZ, SZYJA 30 min | 290 PLN TWARZ, SZYJA, DEKOLT 40 min | 310 PLN

Mix Peel Formula do pielęgnacji skóry mieszanej, tłustej oraz ze skłonnością do zmian trądzikowych

Formuła zawiera stężenie kwasów, które wspólnie działają na wiele problemów skórnych. Zabieg odblokowuje pory skóry, usuwa zaskórniki i normalizuje wydzielanie sebum.

TWARZ, SZYJA 30 min | 290 PLN TWARZ, SZYJA, DEKOLT 40 min | 310 PLN



Zabiegi dodatkowe

Regulacja brwi 35 PLN

Henna brwi lub rzęs 50 PLN

Henna brwi z regulacją 70 PLN

Henna brwi i rzęs z regulacją 90 PLN

Maska na twarz 100 PLN





Przygotowanie do wizyty w SPA

Przyjdź 10–15 minut wcześniej, aby się wyciszyć i wypełnić ewentualne formularze.

Założ wygodny strój.

Unikaj ciężkich posiłków i alkoholu tuż przed zabiegiem.

Poinformuj terapeutę o swoim stanie zdrowia, alergiach i preferencjach (np. siła masażu).

Zdejmij biżuterię i wycisz telefon.

Odwołanie lub zmiana terminu

Bezpłatne odwołanie rezerwacji lub zmiana terminu min. 24 h przed zabiegiem.

Późne odwołanie lub niepojawienie się skutkuje opłatą 100% wartości zabiegu.

Przeciwwskazania do zabiegów (ogólne)

Ostre infekcje (gorączka, przeziębienie, choroby zakaźne).

Stany zapalne skóry, rany, oparzenia, aktywne choroby dermatologiczne.

Świeże urazy, zakrzepica, nieuregulowane choroby serca lub nadciśnienie.

Ciąża (niektóre zabiegi są niewskazane; wymagają zgody i odpowiedniej modyfikacji).

Alergie na składniki kosmetyków.

Po zabiegach medycyny estetycznej – konieczna przerwa zależna od procedury.

W razie wątpliwości najlepiej skonsultować się z personelem SPA lub lekarzem przed rezerwacją konkretnego zabiegu.



www.LineaMare.pl

Linea Mare Karola Borka 6, 72-346 Pobierowo

