

Oferta Corporate Wellness

Personalizowane programy Wellness dla Twojej firmy.



NOSALOWY

HOTELE



NOSALOWY

HOTELE

Zadbaj o swój biznes holistycznie.

Buduj zmotywowany zespół pracowników, wspieraj swoich kontrahentów i zatroszcz się o swoją równowagę. Zrób krok do przodu i połącz program swojej konferencji z wybranymi aktywnościami lub pozwól nam zbudować program dedykowany wyłącznie na Twoje potrzeby.



W ramach aktywności Wellness proponujemy:

1. Zabiegi NABE SPA

Pielęgnacja w zgodzie z naturą, relaks i przywrócenie sił witalnych.

2. Zajęcia sportowe lub trekking w górach

Aktywność fizyczna jest jednym z fundamentów dobrostanu.

3. Sesje relaksacyjne redukujące stres

Warsztaty oddechowe, trening uważności Mindfulness, koncert mis i gongów.



4. Warsztaty rozwojowo – relaksacyjne

Warsztaty work life balance pracy z ciałem, emocjami.

5. Warsztaty beauty

Warsztaty pielęgnacji cery, warsztaty makijażu, warsztaty jogi twarzy.

6. Dostęp do wybranych stref SPA, Wellness i Fitness na wyłączność

Korzystaj z naszych przestrzeni wyłącznie na własne potrzeby.

7. Oferta prezentowa

Wybierz zestawy kosmetyków, vouchery na usługi SPA i produkty kosmetyczne.





NOSALOWY

HOTELE

Zabiegi NABE SPA

Zabiegi lunchowe

1. Masaż twarzy

Masaż, który nawilża skórę i przyjemnie relaksuje.

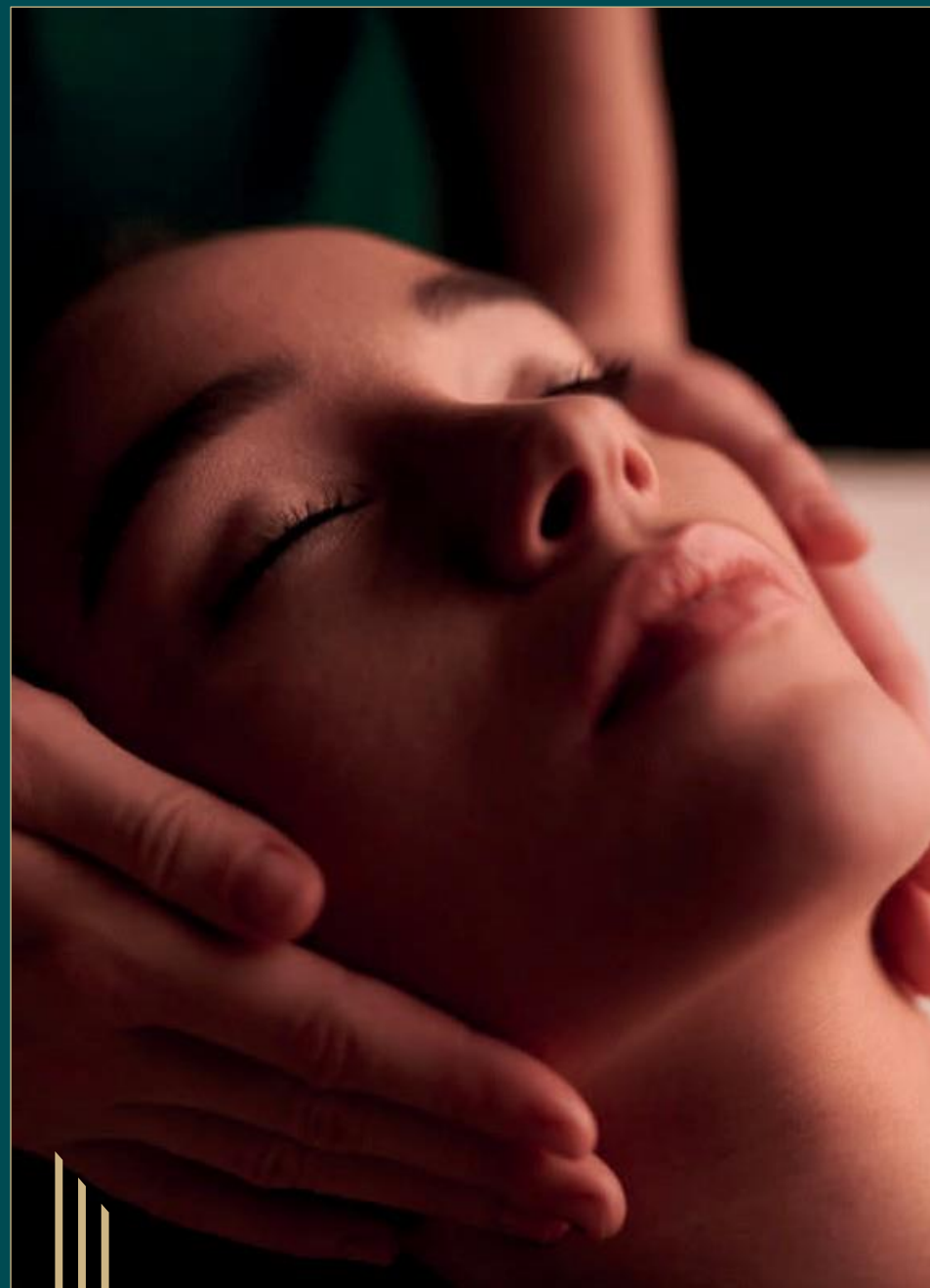
2. Masaż głowy i karku

Redukuje stres i natychmiastowo uwalnia od napięć skumulowanych w ciele.

3. Masaż relaksacyjny masłem shea

Delikatny masaż częściowy wybranej partii ciała, który odżywia skórę i redukuje napięcie mięśni.

Czas: do 25 min Cena: 160 zł netto





NOSALOWY

HOTELE

Zabiegi relaksacyjne

1. Masaż relaksacyjny masłem shea

Masaż relaksacyjny, który odżywia i regeneruje skórę. Wycisza i odpręża dzięki zastosowaniu delikatnych ruchów głaskania i rozcierania.

2. Odżywczy masaż ciepłym woskiem świecy

Masaż relaksacyjny, który pielęgnuje skórę dzięki bogactwu olei i masła shea zawartych w ciepłym wosku świecy.

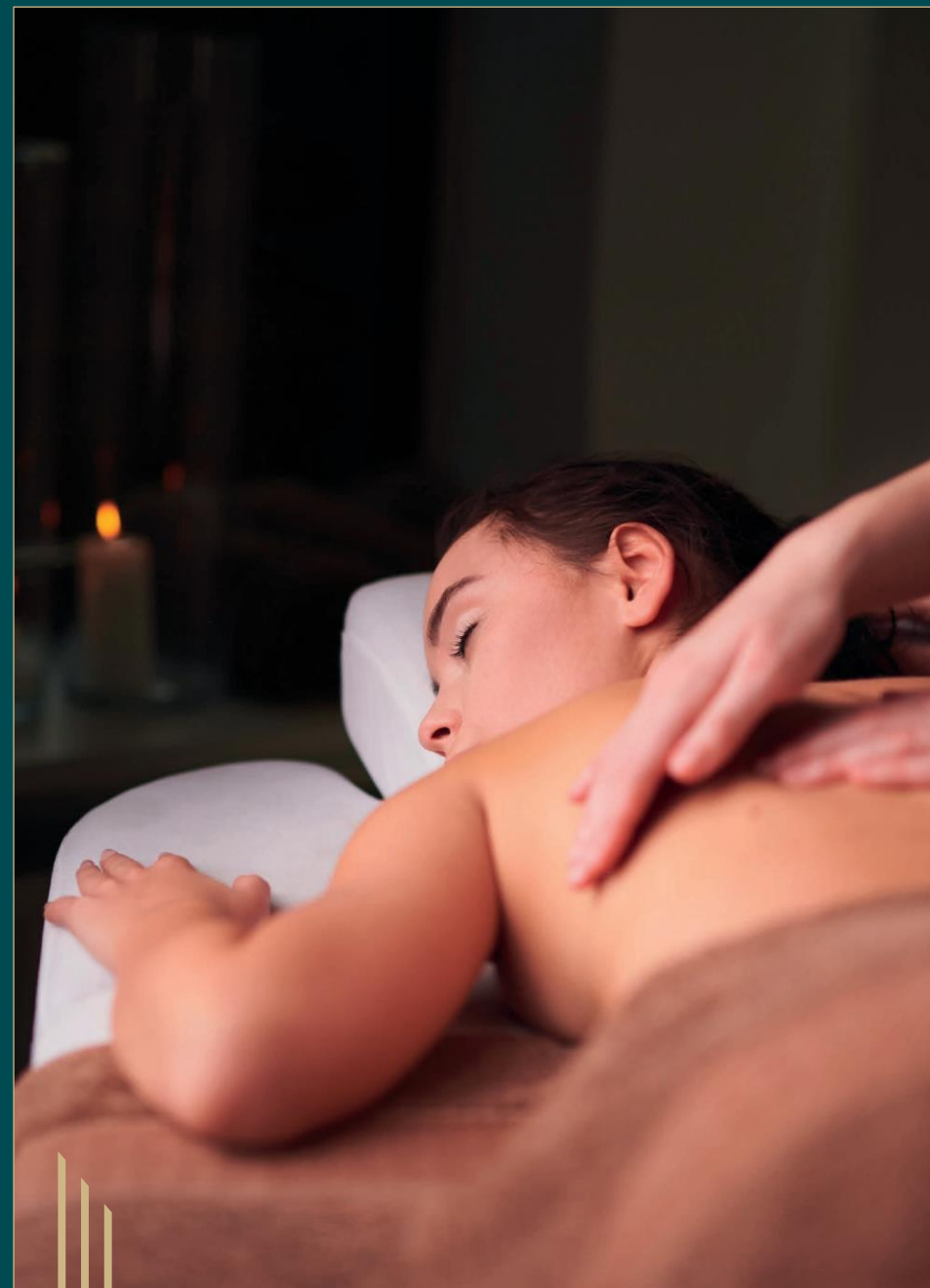
3. Masaż stóp

Masaż kosmetyczny stóp z elementami refleksologii daje uczucie lekkości nóg i odpręża ciało.

4. Liftingujący masaż twarzy

Masaż twarzy o intensywnym działaniu ujędrniającym.

Czas: do 40 min Cena: 220 zł netto





NOSALOWY

HOTELE

Zabiegi relaksacyjno – pielęgnacyjne

1. Aromatyczny masaż olejami

Masaż ciała, który przyjemnie rozluźnia i uwodzi aromatem. Oleje bogate w składniki odżywcze pielęgnują ciało nadając mu gładkości.

2. Masaż klasyczny

Intensywny masaż manualny, który przynosi ulgę spiętym mięśniom i łagodzi zespoły bólowe. Dzięki zastosowanym technikom niweluje skutki stresu i zmęczenia psychicznego.

Czas: do 50 min Cena: 250 zł netto





NOSALOWY

HOTELE

3. Odżywczy masaż ciepłym woskiem świecy

Masaż relaksacyjny, który pielęgnuje skórę dzięki bogactwu olei i masła shea zawartych w ciepłym wosku świecy.

4. Zabieg pielęgnacyjny na twarz dostosowany do potrzeb skóry

Personalizowana pielęgnacja twarzy na bazie indywidualnie dobranych produktów, które nawilżają, koją, oczyszczają lub działają przeciwzmarszczkowo.

Czas: do 50 min Cena: 250 zł netto





NOSALOWY
HOTELE

Wybierz pakiet usług i wykorzystaj czas maksymalnie

PROPOZYCJA I Czas: do 25 min

Ekspresowa pielęgnacja

Maska nawilżająca na twarz
Pielęgnacja dłoni

Cena: 150 zł netto

Ekspresowa relaksacja

Masaż rozluźniający karku
Pielęgnacja dłoni

Cena: 150 zł netto

PROPOZYCJA II Czas: do 50 min

Relaks

Personalizowany masaż ciała z esencją zapachową
Pielęgnacja dłoni

Cena: 300 zł netto

Pielęgnacja

Peeling ciała
Okład odżywczy na ciało
Maska nawilżająca na twarz

Cena: 300 zł netto



NOSALOWY

HOTELE

Aktywność fizyczna

Nordic Walking w terenie

Integracja zespołu połączona z aktywnością fizyczną w tatrzańskich dolinach. Spacer z kijami pod okiem instruktora pozwala nabyć prawidłowych nawyków uprawniania tego sportu. Angażuje całe ciało do aktywności i resetuje myśli. Wspólna wycieczka w otoczeniu górskich szczytów stanowi doskonałą formę aktywnego relaksu i gwarantuje wyjątkowe wspomnienia.

Czas: do 2 godz. Cena: 700 zł netto / grupa do 20 os.

Joga

Joga to trening ciała i duszy. Praktyka będąca połączeniem zestawu ćwiczeń fizycznych, oddechowych i technik relaksacyjnych. Wzmacnia mięśnie, redukuje stany napięć i wycisza. Zajęcia przeprowadzane są na sali FIT&GYM lub w otoczeniu natury.

Czas: do 1,5 godz. Cena: 700 zł netto / grupa do 15 os.





NOSALOWY

HOTELE

Pilates

Pilates łączy umysł i ciało. Ćwiczenia koncentrują się na sile, stabilności i kontroli pracy mięśni, poprawie postawy ciała i oddychaniu. Najczęściej mówi się o korzyściach pilatesu w kontekście bólów kręgosłupa, ale również kontroli nad ciałem, poprawie równowagi, krążenia i oddychania czy zmniejszeniu bólu głowy.

Czas: do 1 godz. Cena: 600 zł netto / grupa do 15 os.

Zumba

Zumba jest jedną z najbardziej popularnych form aktywności na świecie. Łączy ona taniec z ćwiczeniami aerobowymi i sprawia, że trening staje się nie tylko skuteczny, ale również przyjemny. Zumba to sposób na redukcję stresu i poprawę samopoczucia.

Czas: do 1 godz. Cena: 600 zł netto / grupa do 15 os.





NOSALOWY

HOTELE

Sesje relaksacyjne redukujące stres

Warsztaty oddechowe

Warsztaty świadomego oddechu uwalniające stres i przywracające równowagę. Dzięki intensywnemu dotlenieniu organizmu poprawia się samopoczucie i wyciszają się myśli. Prawidłowy oddech to klucz do harmonii i zdrowia.

Czas: do 1,5 godz. Cena: 3000 zł netto / grupa do 20 os.

Terapia relaksacyjna Welnamis – biohacking dla redukcji stresu

Odkryj najnowsze osiągnięcia nauki i technologii w połączeniu z naturalnymi metodami na odzyskanie równowagi ciała i umysłu w NABE SPA. Innowacyjna sesja relaksacji na łóżku Welnamis pozwoli obniżyć poziom stresu, poprawi koncentrację i pozwoli poczuć głębokie wyciszenie.

Czas: do 30 min. Cena: 150 zł netto / 1 os.

Czas: do 60 min. Cena: 240 zł netto / 1 os.



Trening uważności Mindfulness

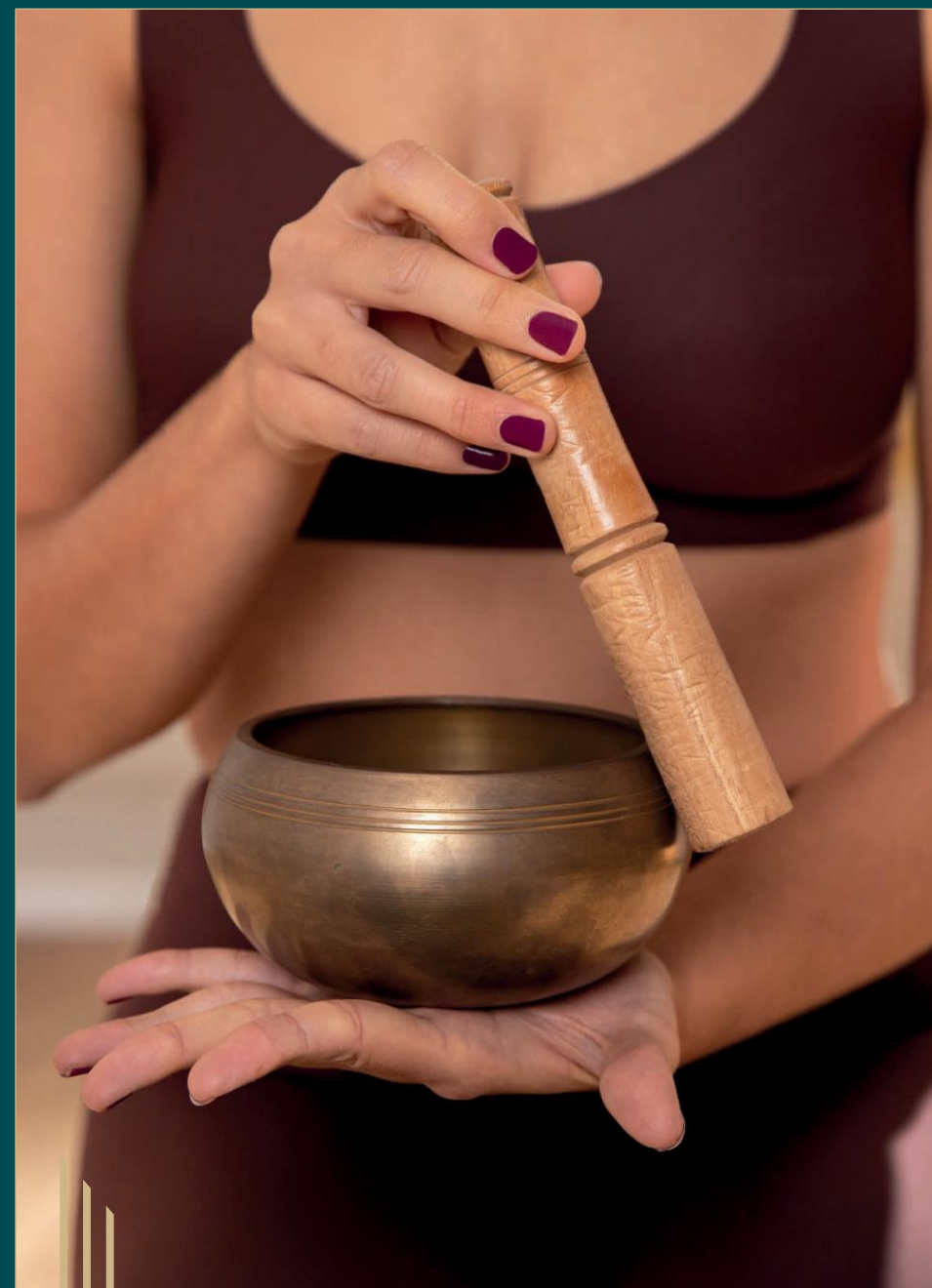
Trening uważności i technik relaksacyjnych. Medytacyjna praktyka łagodnej pracy z ciałem powodująca synchronizację ciała i umysłu. Praktyka uspokojenia umysłu, skupienia uwagi i koncentracji. Koi, uspokaja i wycisza.

Czas: do 3 godz Cena: 4000 zł netto / grupa 20 os.

Kąpiel w dźwiękach

Kąpiel w dźwiękach gongów, mis tybetańskich i dzwoneczków wycisza umysł, łagodzi napięcia nerwowe, zwiększa świadomość siebie. Uczestnicy leżąc w wygodnych pozycjach, poddają się harmonizującemu działaniu fali dźwiękowej, która usuwa zmęczenie, regeneruje oraz odświeża ciało i umysł. Odpowiednio dobrane, delikatne i odprężające tony mis i gongów wprowadzają w stan swoistego półsnu, zapewniając głębokie odprężenie, harmonizację oraz wyciszenie.

Czas: do 1,5 godz. Cena: 1500 zł netto / grupa 15 os.





NOSALOWY

HOTELE

Warsztaty rozwojowo – relaksacyjne

Joga nidra – praktyka głębokiego i świadomego relaksu

Joga Nidra, zwana również Jogą Snu pozwala skupić się na tym, co można zaobserwować wewnątrz siebie, wewnątrz umysłu i ciała. Dzięki temu redukuje stany napięcia i regeneruje organizm, przywraca do stanu równowagi. Praktyka ma charakter psychiczno-fizyczny i polega m.in. na skupieniu uwagi na bardzo określonych miejscach ciała, wskazywanych przez instruktora.

Czas: 1,5 godz. Cena: 3000 zł netto / grupa do 15 os.

Joga śmiechu – praktyka dla duszy i ciała

Joga Śmiechu to praktyka, która łączy ćwiczenia wywołujące śmiech z ćwiczeniami oddechowymi i relaksacyjnymi. Podczas śmiechu nasze ciało produkuje endorfiny tzw. hormony szczęścia. Obniża się również poziom hormonów stresu.

Czas: 1,5 godz. Cena: 3000 zł netto / grupa do 15 os.





NOSALOWY

HOTELE

Warsztaty w nurcie tańca Bellydance

Warsztat opierający się na tańcu Bellydance (taniec brzucha). Pozwala wyrazić emocje, skupić się na swoim ciele i uwolnić życiową energię. Taniec orientalny to forma aktywności fizycznej. Pozytywnie wpływa na zachowanie prawidłowej postawy, koordynację ruchową, uaktywnia i rozluźnia różne grupy mięśni i redukuje stres.

Czas: 1,5 godz. Cena: 3000 zł netto / grupa do 15 os.



Warsztaty Beauty

Warsztaty pielęgnacji cery

Spotkanie dedykowane profesjonalnej pielęgnacji skóry. Edukacja dotycząca doboru produktów i właściwego ich wykorzystania w formie warsztatów. Każda uczestniczka pod okiem profesjonalisty wykonuje demakijaż i aplikuje dobrane do swojego typu cery produkty.

Czas: do 2 godz. Cena: 2000 zł netto / grupa do 15 os.

Warsztaty makijażu

Spotkanie, które obejmuje pokaz makijażu, omówienie aktualnych trendów i możliwość wykonania samodzielnego makijażu pod okiem profesjonalnej wizażystki. Czas odpoczynku połączony z wiedzą o tym jak podkreślić swoją urodę, zyskać pewność siebie i zadbać o siebie profesjonalnie.

Czas: do 3 godzin Cena: 2000 netto / grupa do 15 os.





NOSALOWY

HOTELE

Warsztaty jogi twarzy

Warsztaty naturalnego odmłodzenia skóry twarzy i ćwiczeń mięśni połączonych z automasażem. Ćwiczenia ujędrniające wszystkie partie twarzy i szyi do wykorzystania w domowym rytuale pielęgnacyjnym.

Czas: do 3 godz. Cena: 2000 netto / grupa do 15 os.





Wyłącznie stref

VIP ROOM NABE SPA Nosalowy Dwór

Luksusowa strefa VIP wyposażona w prywatną saunę parową, wanny dedykowane do kąpiei SPA, łóżka do masażu oraz strefę wypoczynku i widokowy taras. Dedykowany do kameralnych spotkań, którym mogą towarzyszyć zabiegi lub usługi gastronomiczne (dodatkowo płatne).

Cena: 300 zł netto / godz. / grupa do 6 osób

Sala fitness Fit&Gym Nosalowy Dwór

Dostęp do ok 90 m² sali fitness wyposażonej w maty, stepy, hantle umożliwia swobodne przeprowadzenie treningu dla 15 os.

Cena: 300 zł netto / godz. / grupa 15 – 20 os.

Strefa Wellness Nosalowy Dwór/Nosalowy Park

Przestrzeń hali basenowej wraz z kompleksem saun i strefą relaksu poza godzinami otwarcia strefy. Zapewniona obsługa ratownicza.

Cena: 2000 zł netto / godz.



Oferta prezentowa

Esencja tatrzańskiej przyrody zamknięta w kosmetykach NABE SPA. Zestawy kosmetyków z linii autorskich produktów inspirowanych naturą sygnowanych marką NABE SPA, to przedłużenie pielęgnacji gabinetowej. Wybierz produkt, zestaw lub zapytaj o pielęgnację szytą na miarę swoich indywidualnych potrzeb.

Profesjonalna linia kosmetyków do twarzy i ciała NABE SPA to trzy unikatowe produkty zamknięte w specjalnych recepturach:

1. Peeling do ciała to wygładzający peeling solny na bazie ekstraktu z krokusa i naturalnych olejów bogatych w kwasy NNKT.
2. Naturalny olejek do twarzy i ciała to produkt do codziennej pielęgnacji o działaniu odżywczym i nawilżającym. Rekomendowany również do włosów.
3. Masło pielęgnacyjne do ciała to produkt na bazie ekstraktu z krokusa i tłoczonych na zimno olejów, który regeneruje skórę nadając jej komfortowego nawilżenia.



NOSALOWY
HOTELE

Proponujemy dowolnie skomponowane zestawy kosmetyków lub stałe propozycje NABE SPA:

1. Mini Travel Set Masło NABE 30 ml i Peeling NABE 30 ml

Cena: 50 zł brutto

2. Zestaw masło do ciała 120 ml i glicerynowa kula do kąpieli

Cena: 140 zł brutto

3. Zestaw masło do ciała 120 ml i peeling do ciała 300 g

Cena: 240 zł brutto

4. Zestaw masło do ciała 120 ml, peeling do ciała 300 g, olejek do twarzy, ciała i włosów 100 ml

Cena: 340 zł brutto

Wybierz voucher na produkty lub usługi i pozwól by osoba obdarowana wybrała prezent dopasowany do siebie.





NOSALOWY

HOTELE

