



*Paradise Spa*



PROGRAM STORITEV





*Paradise Spa*



A decorative border in a light green color, featuring intricate floral and scrollwork patterns that frame the central text. The border is composed of various motifs including acanthus leaves, scrolls, and stylized flowers.

Rajska  
sprostittev



VSAK IZMED NAS IMA SVOJO PREDSTAVO O OBČUTKU  
RAJSKE SPROSTITVE IN MIRU.

OBSTAJAJO PA STVARI, KI JIH VSI OBČUTIMO KOT PRIJETNE  
IN BLAGODEJNE ZA NAŠE POČUTJE IN NAS VEDNO ZNOVA  
NAVDAJAJO Z ŽELJO, DA BI JIH PONOVRNO DOŽIVELI.

MORJE, POMIRJUJOČA IN SPROŠČUJOČA MASAŽA,  
VONJ PO ETERIČNIH OLJIH IN UDOBJE POVSOD OKOLI NAS.  
NASMEH MOJSTRIC IN MOJSTROV TRADICIONALNIH  
MASAŽ IN ČAROBNI DOTIKI DLANI NAS V OKOLJU,  
POLNEM UMETNIŠKIH ZGODB, ZAPELJEJO V RAJSKI  
OBČUTEK VARNOSTI, UDOBJA IN SPROSTITVE.

RAJ JE VSAKA DROBNA POZORNOST, KI NAS DVIKUJE  
V STANJE ZADOVOLJSTVA IN SREČE.



7	<i>Masaže</i>
9	<i>Programi za nego telesa</i>
10	<i>Nege obraza za ženske</i>
12	<i>Moške nege obraza</i>
13	<i>Nega za nosečnice in nega po porodu</i>
14	<i>Nege proti celulitu</i>
16	<i>Nega dlani in stopal</i>
17	<i>Depilacija in ostala nega</i>
17	<i>Programi za moške</i>
18	<i>Rajski programi za pare</i>
19	<i>Spa paketi</i>
23	<i>Spa savne, parne kopeli in rituali</i>
24	DODATNE INFORMACIJE



# Masaže

## Štiriročna masaža

50 / 80 MIN.

Izjemno doživetje štiriročne masaže s kombinacijo različnih masažnih tehnik ter uporabo eteričnih olj. Masaža s svojimi zdravilnimi učinki pripomore k izboljšanju splošnega počutja in zdravja. Sinhroni gibi obeh terapevtov pa užitke razvajanja dodatno podkrepijo.

## Tradicionalna tajska masaža Sa-wuan

60 / 90 MIN.

Suha masaža s pritiski prstov, skupaj z nežnim raztezanjem izboljšuje vitalnost ter blaži napetost. Izboljšuje krvni obtok in usklajuje telesno energijo. Terapevti uporabljajo posebne tehnike, ki so bile v preteklosti namenjene le članom kraljeve družine.

## Thai aroma masaža telesa z limfno drenažo

60 / 90 MIN.

Posebna masažna tehnika z eteričnim oljem vzdolž limfnega žilnega sistema spodbuja razstrupljanje telesa, hkrati pa zmanjšuje zadrževanje vode ter pospešuje delovanje krvnega pretoka. Masaža je nadvse učinkovita pri odpravljanju celulita ter oteklih in težkih nog.

## Refleksna masaža dlani in stopal

40 / 60 MIN.

Masažna tehnika s pritiski na določene točke dlani in stopal spodbuja naravni proces zdravljenja in sprošča napetost. Obenem poskrbi za uravnoteženje telesa, zmanjšuje stres in izboljšuje krvni pretok. Občutek v stopalih je lahkoten, saj masaža lajša bolečine.

## Tajska masaža z zeliščnimi snopki

30 / 50 MIN.

Segreti zeliščni snopki v kombinaciji z masažo blagodejno vplivajo na počutje posameznika. Spodbujajo krvni pretok, sproščajo napete mišice in lajšajo bolečine v sklepkih, ki so posledica revme, artritisa itn.

## Lomilomi Nui masaža

60 / 90 MIN.

Tradicionalna havajska masaža ritmičnih tekočih gibov spominja na havajski ples Hula. Ob posebni masažni tehniki z uporabo komolcev in podlakti je terapevt v konstantnem stiku s telesom. Masaža zagotavlja lajšanje stresa in sproščanje duha.

## Indijska masaža lasišča, vratu in dekolteja

30 MIN.

Blagodejna masaža blaži stres, lajša glavobol in zagotavlja boljše počutje, saj odpravlja napetost v vratu in glavi ter sprošča predel dekolteja. Akupresurna masažna tehnika z dodatkom eteričnih olj poživljuje in obnovi lasišče ter okrepi lase vse do korenin.

## Protistresna masaža hrbta in ramen

30 MIN.

Masaža s pritiskom, osredotočenim na motorične dele hrbta in ramen, lajša bolečine in napetost. Masaža je namenjena sproščanju, saj odpravlja stres, pospešuje delovanje krvnega pretoka in živčnega sistema. Ponovno boste občutili nov zagon in življenjsko moč.

## Aroma masaža Ponklay ali Mediteranea

60 / 90 MIN.

Masaža celega telesa, z uporabo mešanice eteričnih olj in različnih masažnih tehnik, globoko sprošča ter vzpodbuja ravnotežje duha in telesa. Izbira eteričnega olja je odvisna od posameznikovih potreb in želja ter njegovega značaja.

## Hot stone masaža

30 / 60 / 90 MIN.

Pri masaži se kot pripomoček uporabljajo topli vulkanski kamni različnih velikosti. Toplota kamnov z dodatkom eteričnih olj pripomore k popolni sprostitvi telesa, ustvarja občutek toplega udobja in pospešuje cirkulacijo.

## Švedska masaža

25 / 40 / 70 MIN.

Masaža celega telesa zajema blage in močnejše tehnike glajenja, gnetenja, vtiranja, udarjanja in tresenja. Učinki masaže so telesne in duševne narave, saj izboljšujejo delovanje krvnega in limfnega pretoka, odpravljajo bolečine v mišicah in sklepih ter vplivajo na živčni sistem.

## Športna masaža

40 / 70 MIN.

Masaža se izvaja po celem telesu, predvsem na predelih, kot so hrbtenica, vrat, ramena in stegna, ki so dodatno izpostavljeni stresu in napetosti. Zagotavlja sprostitev in lajša napetost razbolelih mišic po telesni vadbi. Intenzivnost pritiska je odvisna od želje posameznika.

# Programi za nego telesa

## Drenažna obloga iz zelene gline

90 MIN.

Zelena glina z izvlečkom ginsenga in rjavih alg aktivira proces razstrupljanja telesa in odplakovanja vode. Zaradi pospeševanja mikrocirkulacije obloga deluje na razgradnjo maščob, odpravljanje celulita in na regeneracijo ter pomlajevanje kože.

## Rajski objem zdravilnega blata in alg

60 MIN.

Naravno avtohtono blato oskrbi kožo z minerali, vitamini, proteini in s svežo vlagο ter hkrati aktivira proces razstrupljanja in razgradnje maščob. Vsebovane organske snovi kožo zaščitijo in ji povrnejo lesk. Posebna nega blaži stres in upočasnjuje proces staranja.

## Nega za dekolte in čvrste prsi

60 MIN.

Nežen piling kamilice in kolagenski tonik predel prsi in dekolteja očistita in napneta. Nežna masaža z aromatičnim oljem kožo revitalizira in obnovi. Nanos maske z vitaminom E in učinkom termomodelacije pa obnavlja naravno energijo kože in učvrsti dekolte ter prsi.

## Obloga proti težkim nogam

40 MIN.

Težke noge so posledica utrujenosti, slabega pretoka krvi in limfe. Noge zmasiramo z osvežilnim gelom iz ekstraktov hematita, ginka, arnike, divjega kostanja, kafre in mentola. Po nanosu učinkovitega losjona je občutek v nogah zopet lahko to svež.

## Obloga z aloe vero

30 MIN.

Gel aloe vere koži, izsušeni zaradi vremenskih sprememb in izpostavljanja soncu, podarja občutek svežine in ugodja. Aloe vera kožo dodatno nahrani, obnovi in spodbudi obnavljanje kože ter njene teksture. Suhi koži povrne vlažnost in vitalnost.

## Piling za sprostitev in harmonijo

30 MIN.

Piling izvajamo z mešanico fine starodavne mineralne soli in balzama iz poldragega kamna z visokim deležem mangana, ki kožo pomiri. Koža je po negi svilnato mehka in nahranjena, saj z nego pridobi velik delež mineralov.

## Čutni talaso piling z rožmarinom

30 MIN.

Drobna zrna morske soli in rožmarina skupaj z eteričnimi olji temeljito očistijo kožo in jo naredijo mehko. Koža pridobi zdrav videz in postane izrazito voljna. Nega hkrati sprosti duha in blagodejno vpliva na počutje.

## Čutni piling s tajskimi zelišči

30 MIN.

Začetki tovrstnega zdravilnega rituala segajo daleč v tajsko zgodovino. Zaradi izrednih zdravilnih in blagodejnih učinkov se je terapija ohranila vse do danes. Vrsta tajskih zelišč in začimb s kože temeljito odpravi nečistoče, kožo nahrani in ji povrne voljnost ter gladkost.

# Nege obraza za ženske

## VSI TIPI KOŽ

### Relax

SPROSTITLNA MASAŽA

45 MIN.

Specialna in edinstvena masažna tehnika, ki je sestavljena iz 42 korakov, je inspiracija plesa. Masaža zajema obraz, dekolte, vrat, rame-na in roke ter obenem deluje kot stimulacija obraznih mišic. Nega nudi popolno sprostitev obraza in duha.

### Cleanse

NEGA ZA ČISTO POVRHNJICO

60 MIN.

Kožo površinsko očistimo in tonificiramo. Nežen, vendar učinkovit piling z encimi ananasa s kože odstrani vse nečistoče in odmrle celice. Nego zaključimo s čistilno masko za dodatno globinsko čiščenje. Koža je zopet sveža, gladka in čista.

## MEŠANA IN MASTNA KOŽA

### Purify

PREČIŠČEVALNI RITUAL

90 MIN.

Ritual za mastno kožo z izraženimi nečistočami prečisti pore v globino. Koža je bolj gladka, sveža in zdrava, saj s profesionalnimi kozmetičnimi izdelki odstranimo nečistoče, zmanjšamo vnetja na koži in temeljito očistimo pore.

### Matify

RITUAL ZA MATIRANJE MASTNE KOŽE

90 MIN.

Ritual za mešano ali mastno kožo brez vnetij, ki se pretirano masti in sveti. Ritual zmanjša izločanje maščob, uredi harmonično delovanje lojnic, oži pore, preprečuje nastajanje mozoljev, matira kožo in omogoča daljšo obstojnost ličil.

## IZSUŠENA KOŽA

### Hydrate and Nourish

VLAŽILNI IN HRANILNI RITUAL

90 MIN.

Kožo površinsko očistimo in nadaljujemo z nežnim globinskim pilingom, mikroabrazijo s kristali in balzamom iz poldragega kamna ter z masko za čiščenje. Sledita sproščujoča masaža in vlažilna maska iz čistega kolagena. Koža je zopet voljna, navlažena, mehka in bleščeča.

## OBČUTLJIVA KOŽA

### Soothe

RITUAL ZA POMIRITEV IN KREPITEV

ODPORNOSTI KOŽE

90 MIN.

Na očiščeni koži naredimo nežno mikroabrazijo s kristali in balzamom iz poldragega kamna. Masažna krema na občutljivo kožo deluje terapevtsko. Za pomiritev in odpornost sledi še nanos blage maske. Ritual za občutljivo in razdraženo kožo zmanjša njeno občutljivost.

## UTRUJENA KOŽA

### Anti-stress

RITUAL ZA ZDRAV VIDEZ,  
POVRNITEV ENERGIJE IN VITALNOSTI  
90 MIN.

Ritual zajema: nežno mikroabrazijo s kristali in energetskim oljem, čistilno masko, poživljajočo masažo, masko iz čistega kolagena in masko za revitalizacijo ali masko s toplimi učinki. Spodbudi delovanje celic v povrhnjici in globljih plasteh kože.

## PRVI ZNAKI STARANJA

### Smooth

PREVENTIVNI RITUAL PROTI STARANJU  
ZA GLAJENJE GUBIC IN KOŽE  
90 MIN.

Ritual odpravlja in gladi prve manjše gubice in gube na obrazu. Deluje preventivno, zmanjšuje prve znake staranja, izboljša strukturo kože in ohranja mladostni videz. Koža je voljna in mehka, prve gube pa zglajene.

## ZRELA KOŽA

### Firm

RAZKOŠNI RITUAL LIFTINGA  
ZA GLAJENJE GUB ZRELE KOŽE  
90 MIN.

Ritual gladi gube in preoblikuje poteze obraza, poveča prožnost in napetost kože, zmanjša globino gub in preprečuje nastajanje pigmentnih madežev. Preprečuje prehitro staranje in ohranja čvrsto in gladko kožo. Razkošni lifting za zrelo kožo.

## NEGA PO SONČENJU

### After Sun

POMIRJUJOČA NEGA PO SONČENJU  
45 MIN.

Učinkovita nega s pomočjo dermokozmētičnega delovanja zaščiti in okrepi obrambni mehanizem kože, saj občutljivo kožo nežno pomiri in bogato nahrani. Nego priporočamo po sončenju, kirurških posegih in za traumatizirano kožo.

# Moške nege obraza

## Relax

SPROSTITLNA MASAŽA

45 MIN.

Specialna in edinstvena masažna tehnika, ki je sestavljena iz 42 korakov, je inspiracija plesa. Masaža zajema obraz, dekolte, vrat, ramena in roke ter obenem deluje kot stimulacija obraznih mišic. Nega nudi popolno sprostitvev obraza in duha.

## Optimale Energize

NEGA ZA POVRNITEV ENERGIJE IN POŽIVITEV

60 MIN.

Kožo površinsko očistimo in tonificiramo. Nežen, vendar učinkovit piling s kože odstrani vse nečistoče in odmrle celice. Kožo poživimo z osvežilno masko in ji povrnemo energijo z intenzivno kremo. Koža je zopet sveža, gladka in čista.

## Optimale Firm

RAZKOŠNI RITUAL LIFTINGA ZA GLAJENJE GUB

ZRELE KOŽE

90 MIN.

Na očiščeni koži naredimo nežno mikroabrazijo s kristali in energetskim oljem. Nanese-mo čistilno masko in masiramo z intenzivnim serumom. Nanos maske z lifting efektom pa kožo napne in zgladi, saj spodbuja celični me-tabolizem in krepi kolagenska ter elastinska vlakna.

## Optimale Purify

PREČIŠČEVALNI RITUAL

90 MIN.

Ritual zajema globinsko čiščenje s čistilno mas-ko, nežno masažo pod učinki pare in masažo z zmesjo za čiščenje Pate Grise. Ritual odpra-vi nečistoče, zmanjša vnetja in prečisti pore v globino. Koža je bolj gladka, sveža in zdrava.



# Nega za nosečnice in nega po porodu

## Program za čvrsto kožo in proti strijam – po porodu

40 MIN.

Nosečnost, povečana telesna teža in hormonske spremembe vplivajo na nastanek strij in zmanjšajo čvrstost kože. Z intenzivnim negovalnim postopkom z naravnimi preparati se koža zopet učvrsti, globina in obseg strij pa se zmanjšata.

## Obloga proti težkim nogam

40 MIN.

Težke noge so posledica utrujenosti, slabega pretoka krvi in limfe. Noge zmasiramo z osvežilnim gelom iz ekstraktov hematita, ginka, arnike, divjega kostanja, kafre in mentola. Po nanosu učinkovitega losjona je občutek v nogah zopet lahko svež.

## Tajska nega po porodu

120 MIN.

S pilingom iz osvežilnih tajskih začimb telo očistimo toksinov. Sledi limfna drenaža za pospeševanje krvnega pretoka in odpravljanje celulita ter oteklih nog. Nego zaključimo s segretim tajskimi zeliščnimi snopki, ki pomirjajo in blažijo bolečine v hrbtu ter sproščajo napete mišice.

# Nege proti celulitu

## Odpravljanje mehkega celulita

90 MIN.

Po nanosu pilinga za čiščenje odmrlih celic sledi intenzivna masaža s proticelulitno cimetovo kremo in povijanje telesa, ki s pomočjo toplote aktivira limfni sistem in pospešuje odvajanje vode. Intenzivnost procesa se v začetku občuti kot blago hlajenje, ki preide v prijetno toploto. Sledi še masaža z oljem proti celulitu.

## Odpravljanje trdovratnega celulita

90 MIN.

Nego pričnemo s pilingom za čiščenje odmrlih celic in vtiranjem lipolit koncentrata cecropie na mesta najbolj prizadeta s celulitom. Masaža s proticelulitno kremo iz grenivke in cecropie izvrstno stimulira izločanje vode, neguje kožo in ji daje napetost. Povito telo najprej občuti blago hlajenje, ki preide v prijetno toploto. Sledi še masaža z oljem proti celulitu.

## Slim up

APARAT ZA ODSTRANJEVANJE CELULITA  
IN OBLIKOVANJE TELESA

## 3-dnevni program proti celulitu

250 MIN.

1. DAN

- Mediteranska parna kopel 15 MIN.
- Čutni talaso piling z rožmarinom 15 MIN.
- Drenažna obloga iz zelene gline 90 MIN.

2. DAN

- Proticelulitna masaža s proticelulitnim oljem 40 MIN.

3. DAN

- Obloga telesa z masažo – body wrapping 90 MIN.

## 5-dnevni program proti celulitu

520 MIN.

### 1. DAN

- Mediteranska parna kopel 15 MIN.
- Čutni talaso piling z rožmarinom 15 MIN.
- Drenažna obloga iz zelene gline 90 MIN.

### 2. DAN

- Slim up 40 MIN.
- Proticelulitna masaža s proticelulitnim oljem 40 MIN.

### 3. DAN

- Slim up 40 MIN.
- Obloga telesa z masažo – body wrapping 90 MIN.

### 4. DAN

- Slim up 40 MIN.
- Rajski objem zdravilnega blata in alg 60 MIN.

### 5. DAN

- Obloga telesa z masažo – body wrapping 90 MIN.

## 7-dnevni program proti celulitu

690 MIN.

### 1. DAN

- Mediteranska parna kopel 15 MIN.
- Čutni talaso piling z rožmarinom 15 MIN.
- Drenažna obloga iz zelene gline 90 MIN.

### 2. DAN

- Slim up 40 MIN.
- Proticelulitna masaža s proticelulitnim oljem 40 MIN.

### 3. DAN

- Slim up 40 MIN.
- Obloga telesa z masažo – body wrapping 90 MIN.

### 4. DAN

- Slim up 40 MIN.
- Rajski objem zdravilnega blata in alg 60 MIN.

### 5. DAN

- Thai aroma masaža telesa z limfno drenažo 90 MIN.

### 6. DAN

- Slim up 40 MIN.
- Obloga telesa z masažo – body wrapping 90 MIN.

### 7. DAN

- Proticelulitna masaža s proticelulitnim oljem 40 MIN.

# Nega dlani in stopal

## MANIKIRA

### Naravna NailSpa manikira

30 MIN.

Ekspres manikira za popolno urejenost. Nega zajema oblikovanje in poliranje nohtov in nego obnohtne kožice. Dlani dodatno zaščitimo z aktivnimi substancami, nohte pa z nanosom negovalnega laka.

### Spa manikira z aromatičnim pilingom rok

45 MIN.

Negovane roke in lepo oblikovani nohti so odraz osebne urejenosti. Po intenzivni negi s prijetno masažo in pilingom sledita še terapija z eteričnimi olji ter zaščita nohtov z lakom. Vaše roke bodo sproščene in čudovito mehke.

### Razkošna ParadiseSpa manikira

60 MIN.

Razkošen ritual za negovane roke in lepo oblikovane nohte. Po intenzivni negi s prijetno masažo in pilingom sledita še terapija proti staranju z aromatičnim parafinom ter zaščita nohtov z lakom. Vaše roke bodo sproščene in čudovito mehke, nohti pa bleščeče elegantni.

#### DODATKI K MANIKIRI

#### Lakiranje nohtov

10 MIN.

#### Francosko lakiranje nohtov

20 MIN.

## PEDIKURA

### Naravna NailSpa pedikura

40 MIN.

Ekspres pedikura za popolno urejenost stopal. Nega zajema oblikovanje in poliranje nohtov, nego obnohtne kožice in odstranjevanje otrdele kože. Stopala dodatno zaščitimo z aktivnimi sestavinami, nohte pa z nanosom negovalnega laka.

### Razkošna ParadiseSpa pedikura

60 MIN.

Razkošen ritual za negovana stopala in lepo oblikovane nohte. Nega zajema razvajanje s solno kopeljo, nežen piling stopal ter energijsko masažo. Nanosu maske sledijo še nega trde kože, oblikovanje nohtov in nanos negovalnega laka.

#### DODATKI K PEDIKURI

#### Lakiranje nohtov

10 MIN.

#### Francosko lakiranje nohtov

20 MIN.

## Depilacija in ostala nega

### ZA ŽENSKE

Noge – celotne	45 MIN.
Noge – delno	30 MIN.
Bikini – osnovni	20 MIN.
Pazduhe	15 MIN.
Roke	30 MIN.
Dlačice nad ustnicami	10 MIN.
Oblikovanje obrvi	20 MIN.
Barvanje trepalnic	15 MIN.
Barvanje obrvi	15 MIN.

### ZA MOŠKE

Prsa	20 MIN.
Trebuh	30 MIN.
Ramena	30 MIN.
Hrbet	40 MIN.
Pazduhe	15 MIN.
Noge – celotne	45 MIN.
Roke	40 MIN.
Oblikovanje obrvi	20 MIN.

## Programi za moške

### Adam

75 MIN.

- Nega obraza Optimale
- Masaža hrbta, ramen in lasišča

### Poslovnež

105 MIN.

- Parna kopel
- Nega obraza Optimale
- Aroma masaža Ponklay ali Mediteranea

# Rajski programi za pare

Negovalni programi so zasnovani za pare, ki želijo svoj dragoceni čas in trenutke sproščanja preživeti skupaj. Popolnega razvajanja in ugodja boste deležni v razkošnem deluxe prostoru, kjer vam bomo postregli z osvežilnim šampanjcem ali s čajem za pomiritev. Po končanem programu vas bomo spremili v sadni bar, kjer boste ob svežem sadnem napitku uživali ob pogledu na gladino neskončnega Mediterana.

V sadnem baru so na razpolago še dobrote Spa cuisine, kot so osvežilne solate, nizkokalorični sendviči, sadni in zelenjavni napitki ...

## Raj za Adama in Evo

120 MIN.

- Bio savna
- Jacuzzi
- Aroma masaža Ponklay ali Mediteranea

## Rendez-vous

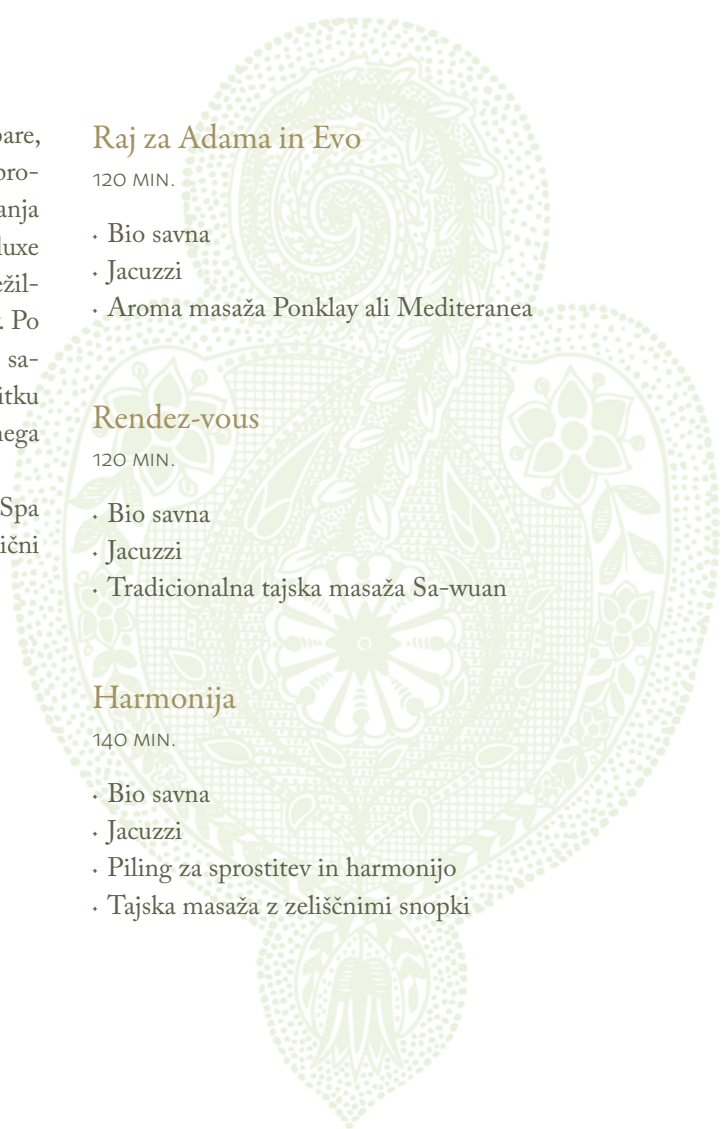
120 MIN.

- Bio savna
- Jacuzzi
- Tradicionalna tajska masaža Sa-wuan

## Harmonija

140 MIN.

- Bio savna
- Jacuzzi
- Piling za sprostitev in harmonijo
- Tajska masaža z zeliščnimi snopki



# Spa paketi

Vsi spa paketi so zasnovani posebej za doseganje optimalnih rezultatov, saj vsebujejo različne oblike nege, ki delujejo sinergično. Po posvetu o vašem zdravstvenem stanju vam bomo priporočili paket, ki najbolje odgovarja vašim potrebam in času, ki ga lahko namenite izboljšanju vašega počutja. Po končanem negovalnem programu sledi sprostitiv ob skodelici zeliščnega napitka.

## 1-DNEVNI SPA PAKETI

### Dotik Azije

1 DAN / 90 MIN.

- Tajska parna kopel 15 MIN.
- Čutni piling s tajskimi zelišči 15 MIN.
- Aroma masaža Ponklay 60 MIN.

### Mediterski dotik

1 DAN / 90 MIN.

- Mediteranska parna kopel 15 MIN.
- Čutni talaso piling z rožmarinom 15 MIN.
- Aroma masaža Mediteranea 60 MIN.

### Rajska sprostitiv

1 DAN / 145 MIN.

- Rajski objem zdravilnega blata in alg 40 MIN.
- Aroma masaža Ponklay ali Mediteranea 60 MIN.
- Nega obraza Relax 45 MIN.

### Vitko telo

1 DAN / 145 MIN.

- Mediteranska parna kopel 15 MIN.
- Drenažna obloga iz zelene gline 90 MIN.
- Proticelulitna masaža s proticelulitnim oljem 40 MIN.

### Počutite se mladi

1 DAN / 185 MIN.

#### DOPOLDAN

- Fitnes program 30 MIN.
- Ritual rasul 20 MIN.
- Sproščanje v bazenu z morskovo vodo 30 MIN.

#### POPOLDAN

- Nega obraza Relax 45 MIN.
- Refleksna masaža dlani in stopal 60 MIN.

## 3-DNEVNI SPA PAKETI

### Relax Ponklay

3 DNI / 225 MIN.

#### 1. DAN

- Tajska parna kopel 15 MIN.
- Čutni piling s tajskimi zelišči 15 MIN.
- Aroma masaža Ponklay 60 MIN.

#### 2. DAN

- Sproščanje v bazenu z morsko vodo 30 MIN.
- Refleksna masaža dlani in stopal 60 MIN.

#### 3. DAN

- Nega obraza Relax 45 MIN.

### Relax Mediteranea

3 DNI / 225 MIN.

#### 1. DAN

- Mediteranska parna kopel 15 MIN.
- Čutni talaso piling z rožmarinom 15 MIN.
- Aroma masaža Mediteranea 60 MIN.

#### 2. DAN

- Sproščanje v bazenu z morsko vodo 30 MIN.
- Refleksna masaža dlani in stopal 60 MIN.

#### 3. DAN

- Nega obraza Relax 45 MIN.

### Vitko telo

3 DNI / 475 MIN.

#### 1. DAN

- Fitnes program 60 MIN.
- Mediteranska parna kopel 15 MIN.
- Drenažna obloga iz zelene gline 90 MIN.

#### 2. DAN

- Fitnes program 60 MIN.
- Savna & parna kopel 90 MIN.
- Športna masaža 70 MIN.

#### 3. DAN

- Obloga telesa z masažo – body wrapping 90 MIN.



## 5-DNEVNI SPA PAKETI

### Relax Ponklay

5 DNI / 500 MIN.

#### 1. DAN

- Tajska parna kopel
- Čutni piling s tajskimi zelišči
- Aroma masaža Ponklay

#### 2. DAN

- Sproščanje v bazenu z morsko vodo
- Refleksna masaža dlani in stopal

#### 3. DAN

- Rajski objem zdravilnega blata in alg
- Masaža lasišča, vratu in dekolteja

#### 4. DAN

- Savna & parna kopel
- Lomilomi Nui masaža

#### 5. DAN

- Sproščanje v bazenu z morsko vodo
- Tajska masaža z zeliščnimi snopki

### Relax Mediteranea

5 DNI / 495 MIN.

#### 1. DAN

- Mediteranska parna kopel 15 MIN.
- Čutni talaso piling z rožmarinom 15 MIN.
- Aroma masaža Mediteranea 60 MIN.

#### 2. DAN

- Sproščanje v bazenu z morsko vodo 30 MIN.
- Refleksna masaža dlani in stopal 60 MIN.

#### 3. DAN

- Rajski objem zdravilnega blata in alg 60 MIN.
- Protistresna masaža hrbta in ramen 30 MIN.

#### 4. DAN

- Savna & parna kopel 90 MIN.
- Hot stone masaža 60 MIN.

#### 5. DAN

- Sproščanje v bazenu z morsko vodo 30 MIN.
- Nega obraza Relax 45 MIN.

### Vitko telo

5 DNI / 715 MIN.

#### 1. DAN

- Mediteranska parna kopel 15 MIN.
- Čutni talaso piling z rožmarinom 15 MIN.
- Drenažna obloga iz zelene gline 90 MIN.

#### 2. DAN

- Fitnes program 45 MIN.
- Aroma masaža z limfno drenažo 60 MIN.

#### 3. DAN

- Fitnes program 45 MIN.
- Mediteranska parna kopel 90 MIN.
- Rajski objem zdravilnega blata in alg 60 MIN.

#### 4. DAN

- Fitnes program 45 MIN.
- Športna masaža 70 MIN.

#### 5. DAN

- Savna & parna kopel 90 MIN.
- Obloga telesa z masažo – body wrapping 90 MIN.

## 7-DNEVNI SPA PAKETI

### Relax Ponklay

7 DNI / 680 MIN.

1. DAN
- Tajska parna kopel 15 MIN.
  - Čutni piling s tajskimi zelišči 15 MIN.
  - Aroma masaža Ponklay 60 MIN.
2. DAN
- Masaža lasišča, vratu in dekolteja 30 MIN.
  - Lomilomi Nui masaža 60 MIN.
3. DAN
- Sproščanje v bazenu z morsko vodo 30 MIN.
  - Refleksna masaža dlani in stopal 60 MIN.
4. DAN
- Rajski objem zdravilnega blata in alg 60 MIN.
  - Protistresna masaža hrbta in ramen 30 MIN.
5. DAN
- Savna & parna kopel 90 MIN.
  - Tajska masaža z zeliščnimi snopki 50 MIN.
6. DAN
- Sproščanje v bazenu z morsko vodo 30 MIN.
  - Aroma masaža Ponklay 60 MIN.
7. DAN
- Anti-stress nega obraza 90 MIN.

### Relax Mediteranea

7 DNI / 690 MIN.

1. DAN
- Parna mediteranska kopel 15 MIN.
  - Čutni talaso piling z rožmarinom 15 MIN.
  - Aroma masaža Mediteranea 60 MIN.
2. DAN
- Nega obraza Relax 45 MIN.
  - Spa manikira z aromatičnim pilingom rok 45 MIN.
3. DAN
- Sproščanje v bazenu z morsko vodo 30 MIN.
  - Refleksna masaža dlani in stopal 60 MIN.
4. DAN
- Rajski objem zdravilnega blata in alg 60 MIN.
  - Protistresna masaža hrbta in ramen 30 MIN.
5. DAN
- Savna & parna kopel 90 MIN.
  - Hot stone masaža 60 MIN.
6. DAN
- Sproščanje v bazenu z morsko vodo 30 MIN.
  - Aroma masaža Mediteranea 60 MIN.
7. DAN
- Anti-stress nega obraza 90 MIN.

### Vitko telo

7 DNI / 985 MIN.

1. DAN
- Mediteranska parna kopel 15 MIN.
  - Drenažna obloga iz zelene glin 90 MIN.
2. DAN
- Fitnes program 45 MIN.
  - Piling za sprostitvev in harmonijo 15 MIN.
  - Thai aroma masaža telesa z limfno drenažo 60 MIN.
3. DAN
- Fitnes program 45 MIN.
  - Obloga telesa z masažo – body wrapping 90 MIN.
4. DAN
- Fitnes program 45 MIN.
  - Savna & parna kopel 90 MIN.
  - Športna masaža 70 MIN.
5. DAN
- Fitnes program 45 MIN.
  - Obloga telesa z masažo – body wrapping 90 MIN.
6. DAN
- Fitnes program 45 MIN.
  - Savna & parna kopel 90 MIN.
  - Rajski objem zdravilnega blata in alg 60 MIN.
7. DAN
- Sproščanje v bazenu z morsko vodo 30 MIN.
  - Refleksna masaža dlani in stopal 60 MIN.

# Spa savne, parne kopeli in rituali

Za prijetno sproščanje in razvajanje ter krepitev dobrega počutja je na voljo široka izbira savn in parnih kopeli.

Suhe savne z višjimi temperaturami in nižjo stopnjo vlage vključujejo finsko savno, savno z infrardečimi žarki in bio savno; slednji s kromoterapijo.

Mokre savne z večjim deležem vlage in nižjimi temperaturami pa so tajaska parna kopel z zelišči, mediteranska parna kopel in orientalski ritual rasul.

V naših savnah in parnih kopelih z vsakodnevno menjavo različnih arom pričaramo barvito in pestro razvajanje.

Hamam miza, ki je namenjena različnim pilingom in oblogam iz avtohtonih sestavin in sestavin iz daljne Azije, predstavlja izjemno doživetje.

Popolne spa izkušnje boste deležni ob sproščanju v bazenu z morskovo vodo, kjer boste ob pogledu na morje in sončni zahod začutili dotik rajskega Mediterana.

## Finska savna

TEMPERATURA: 80 – 90 °C, VLAGA: 10 – 15 %

Kraljica vseh savn. Z visoko temperaturo in nizko koncentracijo pare ogreje telo, pospeši znojenje in telo globinsko očisti strupov. Savna je primerna za sproščanje po fizični aktivnosti in kot priprava za masažo (predvsem športno ali aroma masažo).

## Bio savna s kromoterapijo

TEMPERATURA: 50 °C, VLAGA: DO 60 %

Prijetnega ugodja in sproščanja boste deležni v bio savni s kromoterapijo, ki z nežnim spreminjanjem barvnega spektra svetlobe vzpostavlja ravnovesje telesa in duha. Nižja temperatura in višja stopnja vlage pospešita odpiranje por in s tem olajšata izločanje vode iz telesa.

## Infrardeča savna s kromoterapijo

TEMPERATURA: 40 – 45 °C, VLAGA: 40 – 50 %

Sevanje infrardečih žarkov ogreje telo vse do notranjosti. Priporočljivo je za ljudi s kardiovaskularnimi težavami, saj pospeši srčni utrip in spodbuja delovanje krvnega obtoka. Učinkovita je pri odpravi celulita in odvečne telesne teže. Blagodejno vpliva tudi na problematično kožo, zdravljenje poškodb, lajšanje bolečin ter po estetskih posegih.

## Tajaska parna kopel s tajskimi zelišči

TEMPERATURA: 40 – 50 °C, VLAGA: 100 %

Aroma tajskih začimb v kombinaciji z izbranimi eteričnimi olji skupaj s paro očisti dihalne poti in pore, krepi cirkulacijo in prijetno pomirja. Enako zdravilno vpliva na počutje in zmanjšuje stres. Visoka stopnja vlažnosti in toplota ugodno vplivata na voljnost kože, zato tovrsten ritual parne kopeli priporočamo kot pripravo na masažo.

## Mediteranska parna kopel

TEMPERATURA: 45 – 55 °C, VLAGA: 100 %

Izbrana mediteranska eterična olja, skupaj z razpršeno slanico iz Sečoveljskih solin, v parni kopeli blagodejno vplivajo na dihala in razstrupljanje telesa. Sprošča celotno telo in odpravlja napetosti v mišicah. Zaradi visoke vlažnosti odpira pore, kar pripomore k naravnemu čiščenju kože in odpravljanju strupov ter nečistoč iz telesa.

## Ritual rasul

Rasul je izjemen ritual z različnimi izbranimi naravnimi dobrinami (solinsko blato, naravna glina, med, sol z rožmarinom ali sivko ...). Nanos in vtiranje naravnih dobrin blagodejno vplivata na telo, saj kožo temeljito očistita. Visoka stopnja pare v parni kopeli dodatno odpre pore in omogoči lažjo absorpcijo naravnih dobrin, ki kožo bogato nahranijo ter ji povrnejo voljnost in mehkobo. Poleg zdravilnih učinkov je ritual rasul namenjen tudi druženju in kramljanju ob prijetnih temperaturah. Po končanem ritualu priporočamo prhanje s hladno vodo, ki pospeši delovanje krvnega obtoka in krepi odpornost ter dobro počutje.

## DODATNE INFORMACIJE

### REZERVACIJE

Storitev lahko rezervirate po telefonu ali v centru dobrega počutja Paradise Spa med delovnim časom.

### PRIHOD V SPA CENTER

Da bi v celoti užili spa izkušnjo, vam priporočamo, da prispete 10 minut pred začetkom storitve. V primeru zamude vam storitve žal ne bomo mogli podaljšati.

### ODPOVED STORITVE

Storitev je potrebno odpovedati najmanj 24 ur pred začetkom, sicer smo vam primorani zaračunati 50 % njene vrednosti.

### ZDRAVSTVENO STANJE

Prosimo, da nas pred rezervacijo storitve opozorite na morebitne zdravstvene težave, alergije ali poškodbe.

### NOSEČNOST

Prosimo, da nas v primeru nosečnosti na to opozorite, saj vam bomo le tako lahko priporočali najprimernejšo storitev.

### MOBILNI TELEFONI

Za popolno spa izkušnjo v centru dobrega počutja Paradise Spa so potrebni tišina, mir in sprostitev. Za njihovo zagotovitev je uporaba telefona dovoljena le na recepciji in v garderobah.

V primeru uporabe telefona, prosimo, ostanite diskretni.

### IZGUBLJENA ALI POŠKODOVANA LASTNINA

Za osebno lastnino, ki se med vašim obiskom izgubi ali poškoduje, žal ne moremo odgovarjati.

### DELOVNI ČAS

Vsak dan med 9. in 21. uro.

### REZERVACIJE

tel.: 05 695 10 51

faks: 05 695 10 52

paradisespa@h-bernardin.si

www.paradise-spa.si

Pridržujemo si pravico do sprememb.  
Za morebitne napake v tisku se vam opravičujemo.





St. BERNARDIN

ADRIATIC RESORT & CONVENTION CENTER

PORTOROŽ - SLOVENIJA

Hoteli Bernardin Obala 2 6320 Portorož  
tel.: 05 695 10 51 faks: 05 695 10 52 [paradisespa@h-bernardin.si](mailto:paradisespa@h-bernardin.si)  
[www.paradise-spa.si](http://www.paradise-spa.si) [www.h-bernardin.si](http://www.h-bernardin.si)