



THE SPA  
— AT —  
GRAND PARK  
KODHIPPARU  
MALDIVES

The Spa предлагает целостный подход, благодаря которому каждый гость найдет свой собственный путь к здоровью и красоте. Мы заботимся о вашем теле, уме и душе, чтобы вы могли достигнуть совершенной гармонии и внутреннего баланса.

Благодаря сотрудничеству с [comfort zone], одним из всемирно известных брендов в области производства продуктов для целостного оздоровления, мы используем экологически чистые косметические средства, не содержащие парабенов и химических веществ.

## SIGNATURE TREATMENTS / ФИРМЕННЫЕ ПРОЦЕДУРЫ

### **Tranquillity™ Pro Sleep Ritual (50 мин /80 мин)\***

**\$120.00/\$160.00**

Инновационный массаж на трех уровнях восприятия, направленный на глубокое расслабление, благотворный сон и усиленное восстановление после смены часовых поясов. Сочетание уникальной смеси эфирных масел, авторской технологии Tranquillity™ Sound, аюрведической и индонезийско-малайской техники вместе с использованием мягких кистей бережно приводит к достижению спокойного и расслабленного состояния ума и тела.

### **Aromasoul Elements Ritual (50 мин /80 мин)\***

**\$120.00/\$160.00**

Чувство обновления от посещения спа-салона не будет полным без этого знаменитого массажа. Процедура начинается с индивидуального выбора ароматических масел из нашей уникальной коллекции, созданной на основе вдохновения от древних культур Востока, Аравии, Индии или Средиземноморья. Массаж может быть дополнен отшелушивающими процедурами и завершается увлажняющим и укрепляющим контуры тела обертыванием.

### **Sacred Natural Organic Face and Body Ritual (50 мин /80 мин)\***

**\$120.00/\$160.00**

Питающий и защищающий антивозрастной уход с использованием продуктов, разработанных в соответствии с рекомендациями Ecocert®, предлагает натуральные природные процедуры для кожи любого типа, даже для самой чувствительной. Погружение в приятный ритуал питает и защищает кожу, а также действует как детокс.

## WELLNESS JOURNEY / ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

### The Maldives Journey / Мальдивское путешествие (110 мин)

**\$185.00**

Восстанавливающее путешествие разработано специально для совершенствования состояния кожи, увеличения эластичности и увлажнения, а также для расслабления чувств. Рекомендовано для нежного, успокаивающего дня заботы и внимания к себе. Данное СПА путешествие включает в себя массаж тела, которые подарит Вам ощущение расслабления, которое сопровождается восстанавливающим обертыванием и органическим уходом за кожей лица, и наконец расслабляющей ванной.

### Enjoy your beauty / Наслаждение Вашей красотой (140 мин)

**\$225.00**

Подарите своему телу и коже заслуженный уход. Верните телу осознанность нежным образом, восполняя сухую, жаждущую кожу, повышая уровень энергии и успокаивая неприятные ощущения и боль. Путешествие включает в себя завораживающий массаж тела в сочетании с мировыми массажными техниками, за которым следует изысканное увлажнение лица, пилинг тела и в завершении расслабляющая ванна.

### The Globetrotter Journey / Путешествие путешественника (110 мин)

**\$185.00**

Очищающее путешествие, дающее выход энергии и снимающее стресс, возвращающее коже и телу легкость, свежесть и молодость. Рекомендуется после путешествия, при усталости, а также тем, кому нужно больше жизненных сил и энергии. Включает в себя массаж, вызывающий сонливость, что нужно для переустановки ваших биологических часов и обретения внутреннего равновесия, восстанавливающий уход для лица, что гарантирует вам отдохнувший вид и ощущение свежести, а завершается спа- путешествие расслабляющей ванной.

### Age Lock Ritual / Ритуал на блокировку возраста (110 мин)

**\$185.00**

Побалуйте себя роскошью завораживающего ритуала с мини уходом за кожей лица, освежающей процедурой для области глаз и последующим скрабом всего тела. Завершите путешествие расслабляющей ванной.

Все цены указаны в долларах США и подлежат оплате с наценкой в размере 10% и взиманием применимых налогов

\* Распространяется на пакет «Все Включено»



## FACE CARE / УХОД ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА

### **HyDRAMemory - Глубокоувлажняющий и антиоксидантный уход (50 мин)\***

**\$110.00**

Глубокое увлажнение, антиоксидантный уход для лица, шеи и зоны декольте. Делает кожу увлажненной и шелковистой. Возвращает плотность, питает, придает свежий цвет лица. Дарит необычные впечатления благодаря особому применению маски и щеток и эксклюзивному массажу Comfort Touch Face.

### **Active Pureness – Глубоко очищающая маска(50 мин)\***

**\$110.00**

Процедура глубокого очищения, которая дает мгновенный сияние, гладкий и ровный вид. Отличается инновационной матирующей ошелушивающей маской из водорослей спирулины. Интенсивный и в то же время деликатный уход, помогает очищать и уравнивать кожу, оставляя ее свежей и тонизированной.

### **Recovery Touch – Питательный уход с мультивитаминами(50 мин)\***

**\$110.00**

Процедура для лица, шеи и зоны декольте питает, насыщает мультивитаминами и антиоксидантами, восстанавливает и защищает. Идеально после воздействия прямых солнечных лучей.

### **Remedy-Renewing, Strengthening and Soothing Facial**

#### **Обновляющий, укрепляющий и успокаивающий уход за лицом (50 мин)\***

**\$110.00**

Обновляя, укрепляя и успокаивая, эта процедура без применения ароматов рекомендуется для чувствительной кожи, склонной к покраснению. Разглаживает и защищает кожу, оказывая нежное щадящее воздействие.

### **Sublime Skin Active Lift - Активная подтяжка чувствительной кожи (50 мин)\***

**\$110.00**

Омолаживающая процедура для укрепления и подтяжки лица и шеи делает кожу более плотной и моделирует лицо. Особый эффект и результат воздействия проявляется после применения инновационной двухфазной отшелушивающей маски.

## /SKIN

### REGIMEN/HEALTHY SKIN HAS NO AGE

Эксклюзивный Longevity Complex™ на основе органических экстрактов суперфуд замедляет процесс старения и воссоздает оптимальные условия для здоровой, сияющей кожи.

## /skin

### regimen/urban longevity facial TM (50 мин)\*

**\$110.00**

Идеальное противоядие современной усталости и старения, это настраиваемое средство для лица, которое сочетает в себе силу Longevity Complex™ и кислот АНА с Rolling Roulage Massage и Macro Waves Sound™, чтобы Вы сияли, заряжались и были готовы столкнуться с тяжелыми днями.

## /skin

### regimen/urban detox (50 мин)\*

**\$110.00**

Идеальное противоядие для всех, кто хочет очистить кожу от загрязнений и для контрастирования с несовершенствами. Эффективность Детокс Маски с with Хлореллой и древесным углем на растительной основе, а также с индивидуализированным набором высокоэффективных бустеров, которые усиливаются за счет синергии Qigong и Rolling Roulage, the Macro Waves Sound™ и природного аромата бренда, который заряжает кожу и разум

## BODY AND FACE CARE

### Renewing Body Polish (30 мин)\*

**\$75.00**

Уникальный обновляющий скраб для тела, который глубоко отшелушивает кожу, а также обеспечивает питание, молодость и сияние для всех типов кожи.

### Body Strategist Firming (50 мин/80 мин)\*

**\$120.00/\$160.00**

Обновляющая процедура дает идеальный тон, эластичность и восстанавливает баланс влаги в коже, делает ее мягкой, шелковистой и упругой.

### Body Revitalising Mud (50 мин)\*

**\$120.00**

Это обертывание для тела разогревает мышцы, насыщает минералами и удаляет загрязнения. Глубоко очищающая грязевая маска для тела и разогревающая терапевтическая процедура для мышц и суставов, которая стимулирует циркуляцию энергии, дарит расслабление, чувство комфорта и увеличивает запас жизненных сил

### Slimming Detox Marine Wrap (50 мин/80 мин)\*

**\$120.00/\$160.00**

Интенсивная процедура с применением термальной воды из Баньи-ди-Пизы с детокс- и антицеллюлитным воздействием, смесью эфирных масел и водорослей, глубоко очищает ткани тела способствует похудению и выводит токсины.

### Sun Recovery (50 мин/80 мин)\*

**\$120.00/\$160.00**

Смягчайте и успокаивайте, обогащайте и питайте кожу после чрезмерного воздействия солнца, чтобы надолго сохранить сияние загара.

## DEDICATED TREATMENTS / СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ПРОЦЕДУРЫ

### **Sublime Skin Eyes / Нежная кожа вокруг глаз (25 мин)\***

**\$55.00**

Удивительно освежающая, увлажняющая и подтягивающая маска для усталых глаз идеально подходит для устранения последствий длительных перелетов и смены часовых поясов.

### **Light Leg-Jet leg treatments / Легкие ножки после долгих перелетов (25 мин)\***

**\$75.00**

Быстрое восполнение жизненных сил, улучшение кровообращения, уменьшение тяжести в ногах. Идеально для путешественников.

### **Renewing Foot Ritual / Ритуал для восстановления ног (25 мин)\***

**\$75.00**

Эта спа-процедура заряжает жизненной силой, возвращает ступням гладкость, стимулирует кровообращение, глубоко обновляет и питает кожу.

### **Vitality Hand Ritual / Ритуал жизненной силы для рук (25 мин)\***

**\$65.00**

Процедура для защиты и питания кожи рук возвращает нежность коже, а рукам — свежесть и красоту

### **New Life New Mum / Новая жизнь молодой мамы (50 мин/80 мин)\***

**\$120.00/\$160.00**

Благодаря питательному воздействию продукта и его активных ингредиентов эта процедура идеально подходит для периода беременности, а также после родов. Деликатная процедура заботится о вашем теле, уменьшает отечность, улучшает кровообращение и глубоко питает кожу.

## ASIAN TRADITIONAL TOUCH / ТРАДИЦИОННЫЙ АЗИАТСКИЙ МАССАЖ

### **Balinese Massage / Балийский массаж (50 мин/80 мин)\***

**\$110.00/\$150.00**

Традиционный массаж всего тела с использованием сочетания нескольких методов в одном сеансе предназначен для расслабления напряженных и зажатых мышц, глубоко воздействует на ткани и работает со всеми группами мышц.

### **Thai Massage / Тайский массаж (50 мин/80 мин)\***

**\$110.00/\$150.00**

Процедура воздействия на все тело включает в себя пассивную растяжку с эффектом как от йоги и массаж методом точечного надавливания на основные энергетические каналы тела. Высвобождает заблокированную энергию, снимает напряжение, выравнивает структуру скелета и повышает гибкость. Эта процедура не требует применения масла.

### **Kodhipparu Fusion (50 мин/80 мин)\***

**\$120.00/\$160.00**

Это смесь разных массажных техник стран Азии. Процедура сочетает искусство четырех традиционных видов массажа, в т. ч. тайского, балийского, шведского и рефлексологического, чтобы вы могли по-настоящему почувствовать целительную силу Азии и достичь состояния полного обновления и расслабленности.

## CLASSICAL TOUCH / КЛАССИЧЕСКИЙ МАССАЖ

### Deep Tissue Massage / Массаж глубоких тканей (50 мин/80 мин)\*

**\$120.00/\$160.00**

Направленная на более глубокие структуры мышц и соединительных тканей, эта процедура является более целенаправленным видом массажа с интенсивным давлением. Наши квалифицированные терапевты работают над хроническим мышечным напряжением, узлами и спайками, чтобы повысить гибкость и высвободить глубокое напряжение.

### Warm Stone therapy / Терапия горячими камнями (80 мин)\*

**\$160.00**

При выполнении массажа используются вулканические камни и теплые эфирные масла в сочетании с аккуратным давлением, что обеспечивает впитывание и усиливает лечебный эффект. Этот вид массажа помогает расслабить зажатые мышцы и энергетические каналы, способствует успокоению нервной системы и приводит вас в состояние полного внутреннего равновесия.

### Foot Reflexology / Рефлексология стоп (50 мин)\*

**\$90.00**

Стимуляция точек на ногах соответствует воздействию на различные части тела. Эта процедура дает невероятное чувство расслабления, улучшает кровообращение и способствует улучшению общего самочувствия.

### Back, Shoulder and Head Massage / Массаж спины, плеч и головы (30 мин/50 мин)\*

**\$75.00.00/\$110.00**

Этот вид массажа направлен на освобождение от стресса, накопленного в тканях, мышцах и суставах головы, шеи и плеч. Он идеально подходит для снятия стресса, напряжения, усталости, бессонницы и головных болей..

## AYURVEDIC TRADITIONAL TOUCH / АЮРВЕДА

### Abhiangga Massage (80 мин)\*

**\$175.00**

Ритуал для ног начитает этот глубокий расслабляющий массаж, погружающий вас в состояние полного расслабления. Применение теплого масла, обогащенного ароматными индийскими специями в сочетании с глубокими ритмичными похлопываниями стимулирует жизненную энергию организма. Процедура завершается массажем кожи головы и лица со стимулирующим надавливанием на точки лица.

### Shiro-Abhyangga Massage (80 мин)

**\$185.00**

Мощное терапевтическое воздействие, основанное на учении аюрведы, применяющееся уже несколько тысяч лет. Широдхара укрепляет состояние внутреннего баланса через пробуждение чувств, бодрит душу и возвращает ощущение полного благополучия. Концепция техники Широдхары направлена на расслабление тела и раскрытие третьего глаза. За ритуалом для ступней следует полный расслабляющий массаж тела Абьянга, затем орошение потоком теплого масла в области лба в сочетании с массажем кожи головы для более глубокой релаксации.

## OUTDOOR SPA EXPERIENCES / СПА НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

### A unique spa experience / Уникальные процедуры СПА.

Позвольте нам побаловать Вас процедурой, выбранной Вами для расслабления и в специально выбранном Вами месте.

**Choice of outdoor location / Доступные локации:**  
On The Beach, Under The Pergola, In-Villa Treatment  
На пляже, под беседкой (pergola), на вилле

Choice of treatments / Выбор процедур:

Массаж Kodhipparu Fusion

Deep Tissue Massage

Balinese Massage

(50 мин) \$144.00 – (80 мин) \$192.00

## LITTLE EXPLORER'S TREATMENT / ПРОЦЕДУРЫ ДЛЯ МАЛЕНЬКИХ ИССЛЕДОВАТЕЛЕЙ

### **Kids Pampering / Детское баловство (60 мин)\***

**\$115.00**

Комбинация расслабляющего массажа всего тела с последующим уходом за лицом из натурального меда и огурца.

### **Back & Shoulder Massage / Массаж спины и плеч (30 мин)\***

**\$50.00**

Расслабьтесь и позвольте себе избавиться от тяжелого дня после развлечений и игр, сделав успокаивающий массаж плеч и головы.

### **Junior Facial / Детский уход за лицом (30 мин)\***

**\$50.00**

Нежная молодая кожа нуждается в бережном уходе для улучшения и создания общего баланса с использованием смеси натуральных продуктов для питания.

### **Pretty Hand & Feet / Красивые ручки и ножки (50 мин)\***

**\$100.00**

Для старта установления привычек ухода за собой. Ногтям придадут форму, после чего последует уход за ногами и руками, покрытие лаком и расслабляющий массаж.

## COUPLE'S SPECIAL / ДЛЯ ВЛЮБЛЕННЫХ ПАР

### **Couple's Delight (50 мин.) \$200.00/Пара**

Расслабляющий массаж Kodhipparu или Балийский Массаж для пары, Balinese Massage for the couple, для восстановления и снятия стресса. The most valuable couple's treatment to complete your spa experience with your loved one.

### **Couple's Healing (80 мин.) \$250.00/Пара**

Зарядите тело энергией. Начните с расслабления спины, шеи и массажа плеч, рефлексологией стоп и в завершении примите расслабляющую травяную ванну.

### **Couple Sensation (110 мин.) \$340.00/Пара**

Комбицаия массажа Kodhipparu fusion в сочетании с питательным-антиоксидантным уходом за лицом, которое завершится followed with nourishing-antioxidant face care concluded with a luxury champagne bath. Relax your mind as you enjoy a glass of champagne and praline chocolate treats.

## SPECIAL JOURNEY / СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПУТЕШЕСТВИЯ

*Отправьтесь в путешествие релаксации и омоложения, где ухаживают за телом, душой и разумом*

### **3 Days Spa Pampering / 3 дня ухода за собой в СПА**

**\$312.00**

*Day 1/ День 1*

#### **Tranquillity Pro-sleep Massage (50 мин)**

Инновационный массаж, который воздействует на три различные сенсорные пути для достижения полной релаксации, здоровому сну и помогает восстановлению от побочных эффектов смены часовых поясов.

*Day 2/ День 2*

#### **Skin Regiment Facial (50 мин)**

Это идеальное противоядие от современной усталости и The perfect antidote to modern fatigue and lifestyle ageing, this customizable your skin to leave you glowing, recharged and ready to face your busy days.

*Day 3 /День 3*

#### **Coconut Indulgence / Кокосовое наслаждение (80 мин)**

Уникальный пакет начинается с массажа всего тела для расслабления разума, тела и души, которое сопровождается кокосовым скрабом тела, для того, чтобы оставить Вашу кожу чистой, увлажненной и питательной. По завершению Вас ждет расслабляющая ванная с кокосовым молочком вместе с мальдивским кокосовым напитком (Kurumba).



THE SPA  
AT  
GRAND PARK  
KODHIPPARU  
MALDIVES

## SPECIAL JOURNEY / СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПУТЕШЕСТВИЯ

*Отправьтесь в путешествие релаксации и омоложения, где ухаживают за телом, душой и разумом*

### **5 Days Spa Journey / 5 дней ухода за собой в СПА**

**\$520.00**

#### **Day 1 –Kodhipparu Fusion Massage (50 мин)**

В сочетании различных азиатских техник, данная процедура объединяет в себе искусство истинного азиатского исцеления, что оставит Вас полностью обновленными и расслабленными.

#### **Day 2 - Foot Reflexology / 2 День – Рефлексология стоп (50 мин)**

Стимуляция точек на стопах, которые соответствуют различным частям тела, что дает ощущение полного расслабления, улучшает циркуляцию крови и помогает поддерживать прекрасное самочувствие.

#### **Day 3 - Active Pureness - A Deep Purifying Facial / 3 День - Active Pureness – Глубоко очищающая процедура (50 мин)**

Процедура глубокого очищения, дающая мгновенный сияющий, гладкий и ровный вид Вашей кожи.

#### **Day 4 - Chocolate Indulgence / 4 День - Шоколадное наслаждение (80 мин)**

Роскошный пакет, который начинается с расслабляющего массажа всего тела, продолжается шоколадным обертыванием, что оставит Вашу кожу мягкой и здоровой, а также Вам предстоит расслабляющая ванная с шоколадным молоком для абсолютного расслабления. По окончании Вам предстоит насладиться освежающим шоколадным напитком и шоколадным пралине.

#### **Day 5 - Manicure and Pedicure / 5 День- Маникюр и Педикюр (2x 50 мин)**

Позаботьтесь о своих руках и ногах при помощи наших роскошных средств по уходу за ногтями, сделав Ваши руки, стопы и ногти идеально увлажненными, питательными и с идеальной формой. Данная процедура включает в себя покрытие лаком.

Все цены указаны в долларах США и подлежат оплате с наценкой в размере 10% и взиманием применимых налогов

\* Распространяется на пакет «Все Включено»

## UNIQUELY KODHIPPARU SELECTIONS / УНИКАЛЬНАЯ ПОДБОРКА KODHIPPARU

*Уникальная фирменная процедура в The Spa at Grand Park Kodhippara. Одна из СПА процедур, которую невозможно пропустить во время пребывания на нашем острове.*

### **Cocoonut Journey / Кокосовое Путешествие (110 мин)**

**\$165.00**

Уникальный пакет начинается с массажа всего тела для расслабления разума, тела и души, которое сопровождается кокосовым скрабом тела, для того, чтобы оставить Вашу кожу чистой, увлажненной и питательной. По завершению Вас ждет расслабляющая ванная с кокосовым молочком вместе с мальдивским кокосовым напитком (Kurumba).

### **Chocolate Indulgence / Шоколадное наслаждение (110 мин)**

**\$165.00**

Роскошный пакет, который начинается с расслабляющего массажа всего тела, продолжается шоколадным обертыванием, что оставит Вашу кожу мягкой и здоровой, а также Вам предстоит расслабляющая ванная с шоколадным молоком для абсолютного расслабления. По окончании Вам предстоит насладиться освежающим шоколадным напитком и шоколадным пралине.

## NAIL CARE / УХОД ЗА НОГТЯМИ

### Normal Polish / Обычное покрытие

#### Classical Manicure / Классический Маникюр (50 мин)

**\$80.00**

Побалуйте Ваши ручки нашим роскошным уходом за ногтями, который поможет сделать Ваши руки и ногти гладкими, с идеальной формой, уходом, включая покрытие.

#### Classical Pedicure / Классический Педикюр (50 мин)

**\$90.00**

Гладкие и увлажненные ноги в конце процедуры с помощью нашего роскошного средства по уходу за ногтями для пальцев ног, идеально сформированного и отполированного.

### Nail Care with Gel Polish / Уход за ногтями и покрытие гель-лаком

#### Hand / Маникюр

**\$90.00**

#### Feet / Педикюр

**\$100.00**

## SALON SERVICES / УСЛУГИ САЛОНА КРАСОТЫ

### Hair For Men & Women Cuts & Style / Мужская и Женская стрижка + укладка

*Красивым волосам нужен специалист, который создает актуальную индивидуальную прическу, подходящую вашему образу жизни.*

Shampoo & Conditioner / Mask Шампунь + кондиционер / Маска	\$45
Hair Cut [Includes Shampoo] / Стрижка [Включая шампунь]	\$50
Hair Styling / Blow Dry / Укладка волос /сушка феном	\$50
Hair Ironing / Выравнивание волос утюжком	\$50

### Hair Care / Уход за волосами

*Восстановление влажности и питательных веществ Ваших волос при помощи одной из наших специализированных рецептурных процедур для волос.*

Hair Spa Women / Уход для Женщин	\$30
Hair Spa Men / Уход для Мужчин	\$30

### Make up & Hair Styling / Макияж и Прическа

Wedding make up with hair style for Bride / Свадебный макияж и прическа для невесты	\$150
Wedding make up with hair style for Groom / Свадебный макияж для жениха	\$75
Light/Soft Make Up / Легкий/мягкий макияж	\$75
Bold Make Up / Смелый макияж	\$100



THE SPA  
AT  
GRAND PARK  
MALDIVES

## SALON SERVICES / УСЛУГИ САЛОНА КРАСОТЫ

### Waxing / Восковая депиляция

Традиционный восковой ритуал с использованием фирменного бальзама, для исцеления, питания и ухода за Вашей кожей

#### For Women / Для Женщин

Underarms / Подмышки	\$25
Full Arms / Руки полностью	\$60
Half Arms / Руки наполовину	\$40
Full legs / Ноги полностью	\$60
Half legs / Ноги наполовину	\$35
Bikini / Бикини	\$35
Full legs and bikini / Ноги полностью и бикини	\$90
Full legs and Brazilian / Ноги полностью и бразильское	\$110
Full Face / Лицо полностью	\$30
Brazilian / Бразильское	\$55

#### For Men / Для Мужчин

Chest / Грудь	\$45
Back / Спина	\$45
Full legs / Ноги полностью	\$75
Body full / Тело полностью	\$200

### Threading / Тридинг

Традиционный индийский тридинг сделает вас неотразимыми и подарит эффект релаксации.

Eye Brow Shaping / Придание формы бровям	\$25
Upper lip / Верхняя губа	\$25

### Medical Conditions / Медицинское состояние

Пожалуйста, сообщите нам о любых медицинских состояниях или других особых потребностях, требующих нашего внимания

Все цены указаны в долларах США и подлежат оплате с наценкой в размере 10% и взиманием применимых налогов

\* Распространяется на пакет «Все Включено»

## YOGA & WELLNESS/ ЙОГА И ЗДОРОВЬЕ

### Sunrise Yoga / Йога на рассвете (60 мин)

**\$45.00**

Разработанная для тех, кто наслаждается ранним началом дня, «Йога на рассвете» включает в себя легкие движения, дыхательные техники, растяжку и приветствие солнца — все, чтобы наполнить тело жизненной энергией. Особая последовательность йогических асан создает хорошее настроение и улучшает самочувствие, снимает стресс и устраняет зажимы в теле.

### Natha Yoga / Хатха йога (60 мин)

**\$45.00**

Самый известный аспект хатха-йоги — это особые позы, или «асаны», необходимые для укрепления, растяжки тела и приведения его в тонус, что является частью йогической практики. Во время сеанса хатха-йоги мастер покажет несколько поз, удерживая их в течение определенного времени и следуя установленному порядку. Это постепенно разогреет и равномерно проработает разные группы мышц.

### Pranayama / Пранаяма (60 мин)

**\$45.00**

Пранаяма — наука контролировать дыхание с помощью системы последовательных дыхательных упражнений. Изучайте процесс управления своим дыханием и обретайте контроль над праной — жизненной силой, которая поможет достичь долголетия.

### Meditation / Медитация (60 мин)

**\$45.00**

Научитесь расслабляющим и дыхательным техникам, которые помогают справиться со стрессом, обрести ясность ума и усилить творческий потенциал. Через соединение с высшим «Я» и погружение в состояние глубокой тишины вы восстановите жизненную энергию и внутреннюю осознанность.

## YOGA & WELLNESS/ ЙОГА И ЗДОРОВЬЕ

### Yoga Nidra for Relaxation / Йога Нидра для Расслабления (60 мин)

**\$45.00**

Йога-нидра — это мощная древняя медитативная техника. Благодаря технике йога-нидры вы сможете не только наслаждаться полным физическим, умственным и эмоциональным расслаблением, но также исследовать огромные силы, скрытые в глубоких слоях подсознательного и бессознательного. Йога-нидра приводит к глубокой релаксации, когда разум находится в особом состоянии между сном и бодрствованием.

### Sunset Yoga / Йога на Закате (60 мин)

**\$45.00**

Комбинация различных техник йоги во время заката для того, чтобы помочь Вам успокоиться и расслабиться в красивой и спокойной обстановке.

### Private Yoga / Частное занятие йогой (60 мин)

**\$60.00**

Разработана специально для ваших личных потребностей. Наш мастер йоги будет сосредоточен только на том, чтобы направлять вас и помогать избавляться от всех видов стресса и боли, приводя вас к состоянию идеальной расслабленности.

### Aerial or Antigravity / Воздушная или Антигравитационная (60 мин)

**\$60.00**

Эта практика работает с гравитацией на расслабление и перестройку тела, сосредоточение ума и поднятие духа. Это позволит Вам испытать физическое освобождение, энергетический поток, and heightened awareness of body and breath. also various of health benefit such improve balance, flexibility, Increases strength, healing process, and loss weigh.

## SPA ETIQUETTE / ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ СПА

### Reservations / Бронирование

Мы рекомендуем записаться на процедуру заранее. Наша команда с удовольствием поможет Вам в выборе наиболее подходящей процедуры.

### Arrival / Прибытие

Мы рекомендуем прийти на минимум за 10 минут до Вашей записи, что поможет заполнить анкету о состоянии здоровья, а также поможет расслабиться перед началом процедуры.

### Preparing for your treatment / Подготовка к процедуре

Во избежании раздражения, бритье не рекомендовано в день перед процедурой. Для Вашей безопасности, пожалуйста, снимите контактные линзы до процедур по уходу за кожей лица.

Для достижения максимального эффекта от процедур по уходу за кожей лица мы рекомендуем мужчинам побриться до процедуры. Также рекомендуем принять душ до начала процедуры, чтобы масла смогли впитаться и для наиболее эффективного прохождения процедуры.

### Health Conditions / Состояние здоровья

Просим уведомить нас о Вашем состоянии здоровья, особенно если это может повлиять на процедуру.

## SPA ETIQUETTE / ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ СПА

### Cancellations or late arrival / Отмена бронирования или опоздание

С уважением к другим гостям, пожалуйста, уведомите минимум за 6 часов до процедуры об отмене и переносе Вашей записи. В случае уведомления позднее, чем 6 часов при отмене будет снята 100% отмена за процедуру. Если Вы опаздаете, то длительность процедуры будет меньшей, чем по расписанию, что позволит терапевту принять следующего гостя во время.

### Recommendations / Рекомендации

Перед посещением спа мы рекомендуем снять все нательные украшения и оставить их у себя на вилле. Чтобы гарантировать вам спокойную обстановку, мы просим воздерживаться от использования мобильных телефонов в спа-центре.

### Charges / Цены

Счет за все процедуры будет выставлен на вашу виллу. Расчет будет произведен на момент выезда.

### Taxes & GST / Налоги & НДС

Все цены подлежат оплате с наценкой в размере 10% и взиманием принемых налогов.

### Gratuities / Чаевые

Размер чаевых в качестве благодарности за оказанные услуги остается на ваше усмотрение

### House of operations / Часы работы

СПА Процедуры: 10:00-21:00

СПА Бутик: 10:00-21:00

Йога: 08:00-19:00

Все цены указаны в долларах США и подлежат оплате с наценкой в размере 10% и взиманием применимых налогов

\* Распространяется на пакет «Все Включено»