



Serenity Spa



Следуйте по извилистой тропинке, ведущей в райский оазис. Здесь, среди обильной листвы шелестящих на ветру пальм, вы окунетесь в атмосферу успокаивающих ароматов и настельных красок, пока ваше тело, разум и душа полностью расслабляются.

В Serenity Spa курорта Baros более 30 различных терапевтических и расслабляющих программ, однако особенно популярны индивидуальные программы, в которых опытными терапевтами помимо местных целебных трав и растений также широко применяются традиции из Азии и Африки. В нашем спа мы поможем вам расслабиться, восстановить энергию и почувствовать себя полным сил.

СПА- ЦЕРЕМОНИИ

курорта Varos





Спа-церемония Serenity с лавандой и лаймом от TheraNaka

120 минут

Эта церемония вобрала в себя лучшее из традиций африканских племен. После пилинга всего тела мы пригласим вас принять ванну из молока, а затем погрузиться в негу во время приятного массажа всего тела.

• 30 минут пилинга всего тела с африканским скрабом

- Процедура River Rapids, 30 минут молочной ванны
- 60 минут массажа деревянными палочками из Восточной Африки

Спа-церемония Taster от Serenity и TheraNaka

60 минут

Эта церемония избавляет от стресса, проясняет разум и обновляет ваше тело – в первую очередь, благодаря массажу деревянными гантелями, который снимает зажимы и напряжение в шее, плечах и спине, а также омолаживающей мини-маске для очищения и увлажнения кожи лица.

- 30-минутный массаж спины африканскими деревянными гантелями
- 30-минутная маска для лица от TheraNaka

Погружение в ощущения от ELEMIS

150 минут

Расслабьте мышцы и восстановите водный баланс организма с помощью ванны со свежим фруктовым соком и обжаренной мякотью кокоса. Мягкая чистка всего тела поможет успокоить ум и поддержать иммунную систему. Церемония завершается интуитивным массажем всего тела в исполнении одного из наших самых высококвалифицированных терапевтов.

- 30-минутная ванна для расслабления мышц с освежающим фруктовым соком и ломтиками жареного кокоса
- 30-минутная чистка всего тела
- 90-минутный расслабляющий интуитивный массаж всего тела

Романтический спа-отдых для двоих от ELEMIS

150 минут

Эта программа разработана специально для пар, а значит, вы получите двойное удовольствие. Вместе со своим близким человеком вы снимите напряжение, омолодите тело и укрепите близость.

- 30-минутный скраб с тропическим кокосовым песком
- 30 минут паровой бани с фруктами и пузырьками
- 60 минут глубокого массажа тела от ELEMIS
- 30 минут массажа для лица от ELEMIS

Ранняя пташка - для очищения тела и разума

120 минут

Этот интерактивный ритуал начинается ранним утром с подачи в ваш номер оздоровительного сока – этот день начнется в 6:30 утра. Полчаса спустя мы приглашаем вас на бесплатный урок йоги под руководством нашего собственного инструктора. После этого вас ждёт грязевое обертывание от **TheraNaka** в качестве подготовки к расслабляющему массажу спины, шеи и плеч.

- Оздоровительный сок на вашей вилле в 6:30
- 45-минутное занятие йогой «Приветствие солнцу» в 7:00
- 30-минутное грязевое обертывание **Muscleanse** с посещением парной и освежающего душа
- 45-минутный энергичный массаж спины **TheraNaka**

Чистое тело, чистые чувства

135 минут

Очищающая церемония, призванная оживить тело и поднять дух. Паровая баня и выводящее токсины обертывание всего тела «Тысяча цветов» не оставят от стресса ни следа. Этот завораживающий ритуал завершается травяной ванной и масляным массажем Абхьянга, которые укрепляют иммунную систему.

- 15-минутная паровая баня
- 30-минутное детокс-обертывание «Тысяча цветов» от ELEMIS
- 30-минутная токсинывыводящая ванна от ELEMIS с детокс-напитком
- 60-минутный детокс-массаж Абхьянга с лечебными маслами

СПА НА ЗАКАЗ

составьте свою собственную спа-программу



Создайте свое личную спа-программу и получайте максимум наслаждения, оздоравливаясь. Вы можете выбрать не менее трех ежедневных процедур из меню ниже, чтобы создать свою собственную спа-программу.

Омоложение

30 минут соляного пилинга Salt Glow, 30 минут расслабляющей ванны

Расслабление

15 минут паровой бани, 75 минут тайского, шведского или балийского массажа

Возрождение

60 минут интуитивного массажа для снятия джетлага

Свежесть

15 минут паровой бани, 60 минут обертывания, 15 минут душа, 30 минут массажа спины

Перестройка

30 минут массажа головы, 30 минут массажа ног

Освобождение

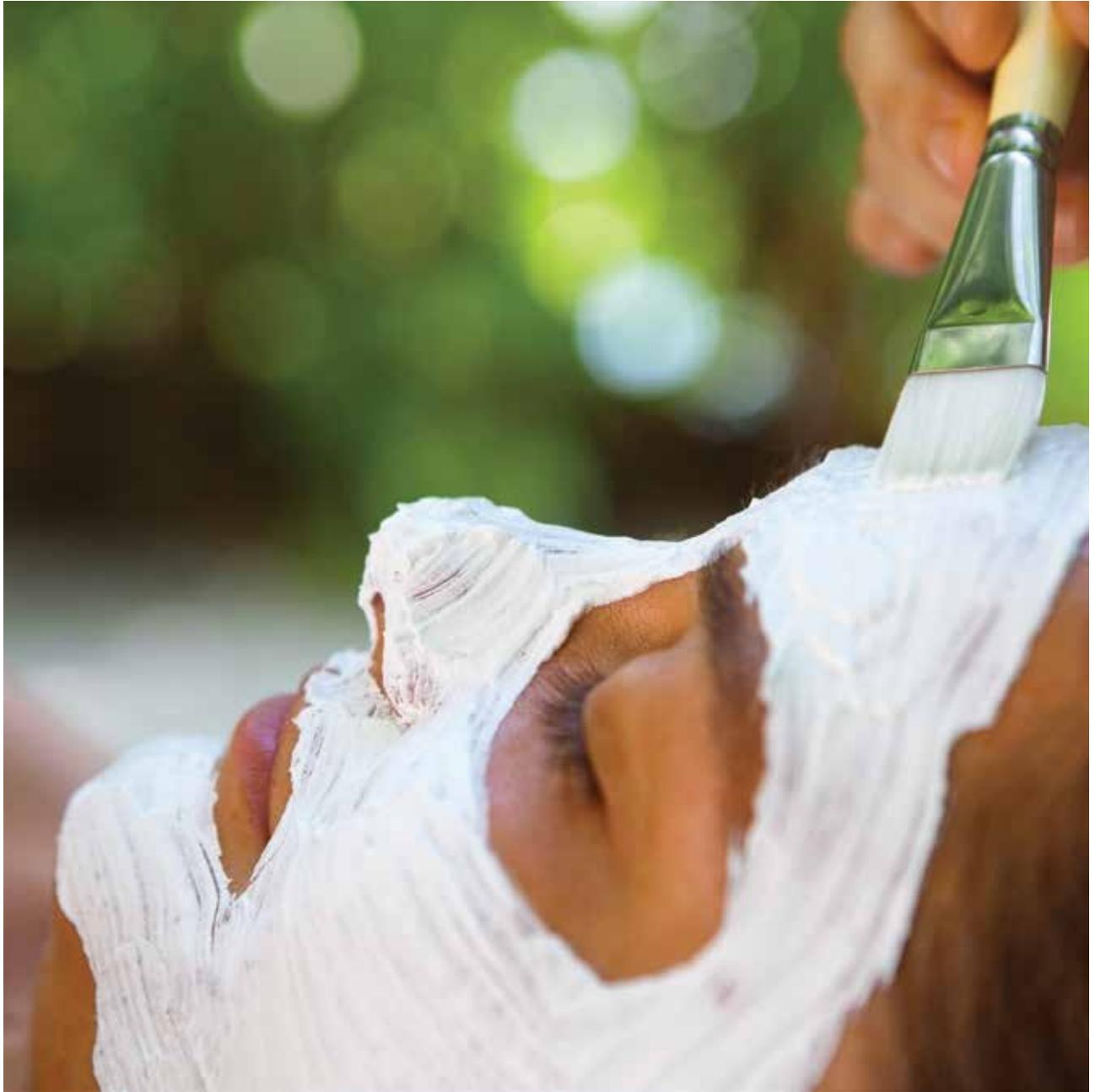
60 минут тайского, шведского или балийского массажа, 30 минут укрепляющей маски для лица Booster Facial

Обновление

30 минут кокосового скраба, 60 минут массажа

УХОД ЗА ЛИЦОМ

красота и омоложение от Varos





ELEMIS Pro Definition - профессиональная контурная подтяжка

75 минут

Тонизирующий мышцы лица массаж поможет создать более подтянутый вид и улучшить структуру кожи от головы до зоны декольте, а маски с экстрактами арджуны и люпина повысят её эластичность. В зоне подбородка и щёк подтянутый и упругий вид достигается благодаря использованию масок с экстрактами эдельвейса и тигровой травы.

ELEMIS Pro Collagen – защита от старения

75 минут

Чтобы избавиться от мелких морщин, мы применяем увлажняющее средство натурального происхождения *Radina pavonica*, также известное как «Павлиний хвост». По данным клинических испытаний, оно обладает антивозрастным действием, а потому входит в состав средств по уходу за кожей ELEMIS. В сочетании с правильно подобранным массажем павлиний хвост способствует обновлению клеток, что дает эффект эластичной, упругой и молодой кожи.

ELEMIS Dynamic Resurfacing – Точечный пилинг

75 минут

Измените свое лицо с помощью этой эффективной процедуры. Независимые клинические испытания показали, что точечный пилинг эффективно воздействует на кожу, убирая признаки старения и выравнивая тон кожи. Это новаторская процедура, которая делает кожу более гладкой и молодой благодаря использованию нескольких слоев энзимов для более мощного отшелушивания.

Успокаивающий крем для кожи от COOLA

45 минут

Напитайте и защитите кожу от воздействия стресса и солнечной радиации с помощью этого средства с охлаждающим, противовоспалительным эффектом средством для лица, которое увлажняет и защищает лицо от токсичных загрязнителей и других вредных воздействий окружающей среды. Естественная защитная система вашей кожи усиливается за счет улучшения выработки коллагена и обновления клеток.

Энергетик для мужской кожи лица от ELEMIS

75 минут

Усиленная процедура для лица для мужчин, не желающих мириться с признаками старения. Кожа и глаза станут выглядеть значительно лучше за счет регенерации клеток, достигаемой с помощью пропаривания и глубокого очищения. Динамический массаж лица улучшает кровообращение, в то время как основательное расслабление достигается за счет глубокого массажа кожи головы и ног.

МАССАЖИ

для здоровья тела



Классический тайский массаж

60 минут / 90 минут

Традиционный тайский массаж — это лечебная процедура, основанная на аюрведических принципах и сочетающая в себе точечный массаж и позы йоги.

Данный массаж без применения масла наполняет ваше тело энергией, снимает боли и дарит истинное наслаждение. Одежда для массажа предоставляется в спа-центре, но вы также можете надеть любую свободную одежду для йоги

Классический балийский массаж

60 минут / 90 минут

Балийский массаж — это прекрасная смесь растяжки, акупрессуры и ароматерапии. Питательный и глубокий массаж всего тела приносит ощущение внутреннего спокойствия и длительного удовлетворения.

Классический шведский массаж

60 минут / 90 минут

Классический шведский массаж помогает вывести скопившиеся в мышцах токсины, улучшить микроциркуляцию и гибкость, а также снять мышечное напряжение. Эта классическая процедура сочетает в себе пять различных техник массажа для глубокого расслабления всего тела.

Традиционный восточно-африканский массаж деревянными палочками от TheraNaka

60 минут / 90 минут

Источником вдохновения данного расслабляющего и очень приятного массажа стали традиционные африканские танцы, отличающиеся очень узнаваемыми ритмами. Массаж сочетает в себе элементы легкой растяжки и точечный массаж с использованием деревянных инструментов для успокоения и восстановления уставшего тела. Терапевт нанесет на ваше тело теплый бальзам из оливкового масла и масла ши, чтобы напитать и оздоровить сухую кожу.

Массаж с тремя ароматами и лаймом от TheraNaka

60 минут / 90 минут

Чтобы укрепить нашу связь с природой и круговоротом жизни в ней, наши опытные профессионалы придумали этот уникальный ритуал. Небольшое количества масла ши с добавлением цитрусовых аккуратно наносится на ваше тело, чтобы улучшить кровообращение. Расслабляющий эффект достигается благодаря успокаивающему теплу масла, которое буквально тает в руках терапевта, и вы чувствуете, как по мере увлажнения и насыщения влагой вашей кожи повышается и ваше настроение.



Глубокий фристайл-массаж от ELEMIS

60 минут / 90 минут

Это энергичная тренировка для вашего тела, предназначенная для снижения повышенного уровня стресса, полностью адаптирована к вашим индивидуальным потребностям. В результате вы чувствуете себя в тонусе и в фокусе.

Пробуждающий массаж от TheraNaka

60 минут / 90 минут

Это глубокий расслабляющий массаж всего тела, вдохновленный священным африканским фруктом марулой, источником питания на протяжении тысячелетий. Сочетание дыхательных техник с завораживающим ритмичным массажем пробудит ваши чувства и оживит ваше тело.

Энергичный массаж спины от TheraNaka

30 минут / 45 минут

Теплая ароматическая смесь с эфирными маслами, улучшающими кровообращение, в сочетании с глубоким массажем спины снимает напряжение в спине и пояснице. После массажа наносится освежающий гель, вызывающий легкое покалывание и придающий жизненную силу всему телу.



Очень глубокий массаж горячими камнями от ELEMIS

60 минут / 90 минут

Нагретые камни, смоченные в масле для тела с невероятным ароматом *Frangipani Monoï*, оказывают мягкое, но достаточно сильное давление на ваши мышцы. Это избавляет от глубокого напряжения и стресса, накопившихся за долгое время. Результат — жизненная сила и интенсивно увлажненная кожа.

Спокойная беременность от ELEMIS

60 минут / 90 минут

Будущим мамам будет приятно почувствовать заботу и насыщение своей кожи после этого глубокого расслабляющего и интуитивного массажа, который мягко увлажняет и питает кожу. Не подходит для первого триместра беременности.

Масляный массаж Абхьянга

60 минут / 90 минут

Аюрведическая процедура для всего тела с использованием массажных масел и трав, помогающая снизить усталость и повышая энергию в теле и концентрацию внимания.



Солнечный массаж от COOLA

60 минут / 90 минут

Расслабляющий массаж, который помогает вашей коже напитаться, пока вы находитесь на улице и наслаждаетесь сияющим солнцем. Успокаивающие противовоспалительные и увлажняющие ингредиенты подбираются индивидуально для типа кожи каждого гостя.

ПРОЦЕДУРЫ ДЛЯ ВСЕГО ТЕЛА

захватывающие спа-церемонии



Грязевое обертывание от TheraNaka для расслабления мышц

75 минут

Это путешествие начнется с удаления омертвевших клеток с помощью натурального скраба для тела, затем вас ждет восстанавливающий массаж спины с травяным экстрактом, а также разогревающее обертывание, которое полностью вернет все ваши ощущения. Мягкое грязевое обертывание снимает мышечные боли и зажимы, благодаря чему по окончании процедуры вы почувствуете свежесть и бодрость.

- Скраб для тела из сандалового дерева с грязевыми аппликациями для мышечного расслабления
- Индийский массаж головы и плеч
- Освежающий тропический душ
- Приятный массаж спины, шеи и плеч

Мягкий уход за телом и лицом от COOLA

60 минут

Ультраувлажняющая и успокаивающая процедура для всего тела с использованием органической агавы, которая содержит натуральные влагосвязывающие химические вещества для защиты и восстановления поврежденной солнцем кожи. Способствует обновлению кожи, а также защищает вас от вредных ультрафиолетовых лучей, пока вы наслаждаетесь пребыванием в Baros.

- Охлаждающий душ
- Нанесение охлаждающего и восстанавливающего геля
- Охлаждающая и успокаивающая процедура для лица
- Расслабляющий индийский массаж головы





Питательное обертывание тела с нектаром от ELEMIS

75 минут

Начнём с очищающего от токсинов скраба, а затем нанесём питательное и увлажняющее масло монои, чтобы успокоить загорелую кожу. Во время увлажняющего обертывания в кокон терапевты проведут сеанс массажа шеи, головы и плеч, чтобы еще глубже расслабить ваши мышцы. Ароматические средства поднимут ваше настроение.

- Очищающий солевой скраб ELEMIS
- Дождевой душ
- Нанесение питательного масла и обертывание
- Расслабляющий и тонизирующий массаж лица
- Индийский массаж головы и плеч

Детокс-обертывание «Тысяча цветов» от ELEMIS

75 минут

Подарите своей коже гладкость и эластичность с помощью этого богатого питательными веществами детокс-обертывания, дополненного глубоко очищающим и питательным бальзамом из зеленого чая. Нежно очистите кожу специальной щеткой для тела, детокс-пара и обертывания «Тысяча цветов». Индийский массаж головы и плеч завершает этот комплекс.

- Нежная чистка всего тела
- Детокс-процедура на пару
- Нанесение детокс-масла и обертывание
- Расслабляющий и тонизирующий массаж лица
- Индийский массаж головы и плеч

Антицеллюлитная процедура от ELEMIS

75 минут

Подчеркните свою красоту с помощью мощной комбинации массажа и детокс-глины, которая тонизирует и подтягивает бедра, живот и предплечья. Независимые клинические испытания доказали уменьшение целлюлита уже после первой процедуры.

- Очищающая и выводящая токсины очистка всего тела специальной щеткой
- Детокс-баня
- Антицеллюлитный массаж
- Нанесение антицеллюлитной сыворотки и маски
- Индийский массаж головы и плеч
- Нанесение сыворотки против целлюлита

ДЛЯ РУК И НОГ

Нежные прикосновения Baros



Маникюр от TheraNaka

60 минут

Первым этапом этого спа-маникюра в африканском стиле станет нежное отшелушивание кожи рук и предплечий.

Далее вас ожидает снимающий напряжение фьюжн-массаж рук, во время которого особое внимание будет уделено ногтям и кутикуле, после чего изысканный лак для ногтей OPI украсит ваши заметно помолодевшие пальчики.

Педикюр от TheraNaka

60 минут

Побалуйте свои уставшие ножки педикюром в африканском стиле. Процедура начинается с отшелушивания огрубевшей кожи, за которой следует индивидуальный массаж специальными гантелями с африканским маслом ши, который увлажняет и питает, одновременно снимая напряжение. После аккуратной обработки ногтей и кутикул будет нанесен лак для ногтей от OPI.

По запросу вы также можете заказать:

- Лечение мозолей
- Экспресс-маникюр или педикюр
- Повторная полировка рук или ног
- Восковая эпиляция
- Удаление волос



МАЛЕНЬКИЕ РАДОСТИ

но очень приятные





Продлите свое спа-блаженство, приобретя одну из следующих услуг, которые можно забронировать в дополнение к существующей спа-программе.

*Уход за зоной вокруг глаз от
ELEMIS*

15 минут

Бустеры для лица от ELEMIS

30 минут

Тонизирующий массаж лица

15 минут

Индийский массаж головы и плеч

30 минут





Питание и уход за волосами

30 минут

Дополнительный сеанс массажа

30 минут

Точечный антицеллюлитный массаж

15 минут

Скраб для всего тела

30 минут

Широдхара (обливание маслом)

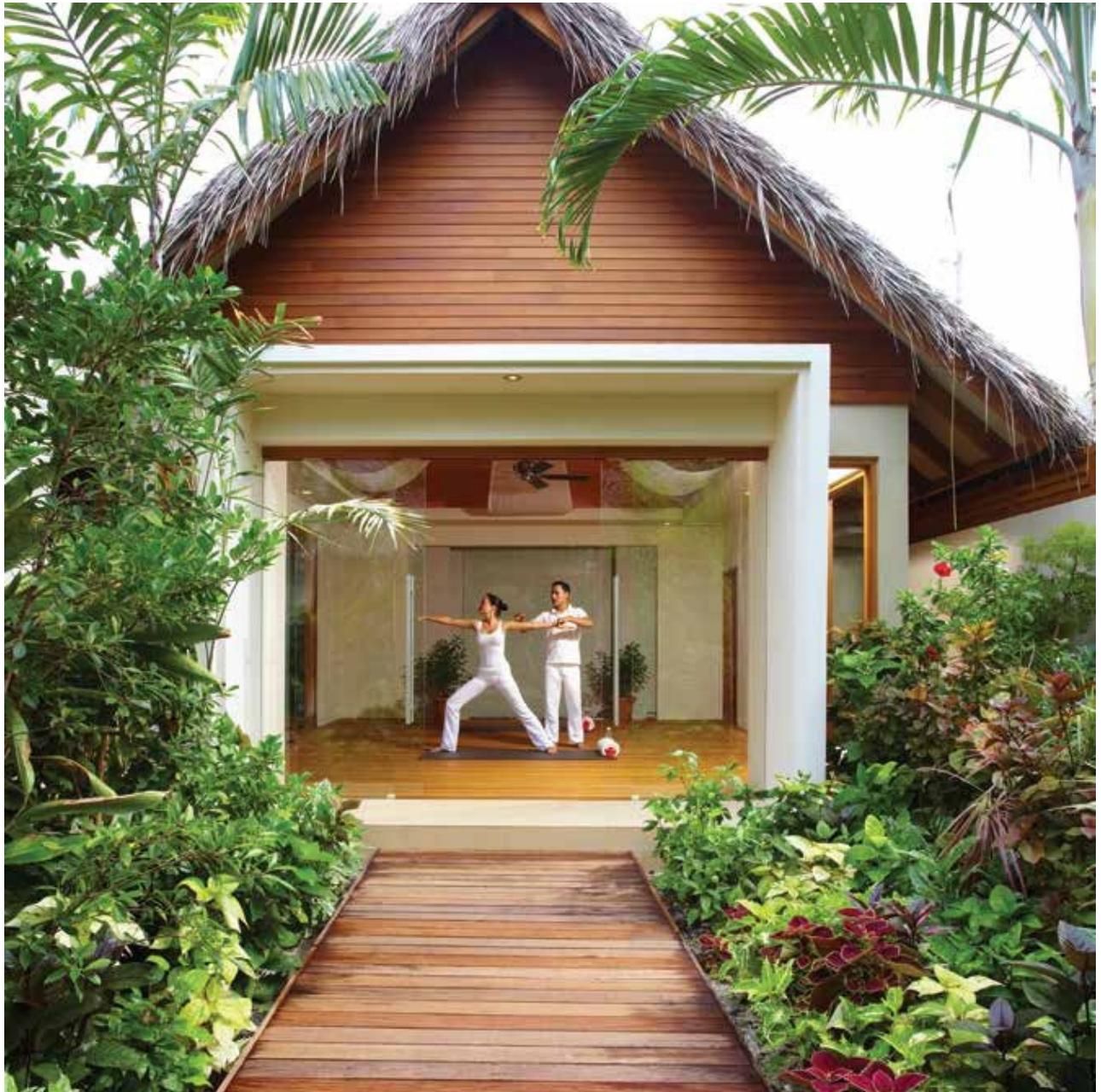
30 минут

Парная комната

15 минут

ЙОГА

гибкость и правильное дыхание





Групповые занятия

- 30 минут
- 45 минут
- 60 минут

Йога

- Продвинутая йога (60 минут)
- Сбалансированная йога (60 минут)
- Мягкая йога (60 минут)
- Виньяса Флоу (60 минут)
- Продвинутое приветствие солнцу (60 минут)
- Растяжка от стресса (60 минут)
- Асаны йоги для живота (60 минут)
- Йога осознанности (60 минут)

Медитация

- Медитация йога-нидра (45 минут)
- Дыхательная медитация Сохам (45 минут)
- Тратка или медитация пламени свечи (45 минут)
- Исцеляющая звуковая медитация (30 минут)

Пранаяма

- Искусство дыхания (45 минут)





Правила посещения спа-центра

- Спа-салон Serenity – это оазис тишины и спокойствия. Пожалуйста, не нарушайте спокойствия нашего заведения, не берите с собой мобильные телефоны или любые другие предметы, которые могут беспокоить других гостей.
- В спа-салоне в процедурных павильонах есть отдельные раздевалки и душевые.
- При необходимости гостям курорта будет предоставлено одноразовое нижнее белье.
- Пожалуйста, приходите как минимум за 15 минут до назначенного времени, чтобы расслабиться, выпить чай и зарегистрироваться перед началом процедуры.
- Как правило, следом за вами ожидают другие гости. По этой причине в случае позднего прибытия время процедуры может быть сокращено, или же процедура может быть отменена.
- В случае отмены за 24 часа до процедуры штраф за отмену не взимается. В случае отмены за 12 часов до записи взимается 50% от стоимости забронированной процедуры. В случае отмены с уведомлением менее чем за 12 часов с вас будет взиматься оплата 100% стоимости заказанной процедуры.
- Если у вас имеются проблемы со здоровьем, не стесняйтесь и обсудите их с нами за чашкой имбирного чая. Наши высококвалифицированные и опытные терапевты всегда рады проконсультировать вас о возможных вариантах лечения до того, как назначить процедуру. В некоторых случаях может потребоваться справка от вашего врача, в которой будет сказано, что выполнение желаемых процедур безопасно для вашего здоровья.
- Некоторые спа-процедуры, к сожалению, не подходят для беременных в первом триместре. Если вы ожидаете ребенка, просим вас сообщить об имеющихся проблемах со здоровьем.



BAROS

MALDIVES

PO Box 2015, Malé 20-02, Republic of Maldives
T +960 664 26 72 F +960 664 34 97
info@baros.com www.baros.com