





NASZA FILOZOFIA

M-SPA to kraina piękna, stworzona z myślą o wszystkich, którzy poszukują miejsca na odnowę ciała, zregenerowanie sił i ukojenie zmysłów w zgodzie z naturą. Tutaj przeżyjesz prawdziwe chwile uniesień, ukoisz zmysły i zapomnisz o codzienności.

Do dyspozycji naszych Gości przygotowaliśmy osiem gabinetów zabiegowych, w tym gabinet dla dwojga. Dzięki manualnej pracy naszych terapeutów każdy z zabiegów wykonywany jest w harmonii z ciałem i umysłem. Profesjonalna i wyszkolona kadra dobierze odpowiedni dla Ciebie program pielęgnacyjny tak, by zapewnić Ci najwyższy komfort wypoczynku w M-SPA.

WITAMY W M-SPA



WYCISZENIE I ODPRĘŻENIE

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY CHCĄ WYCISZYĆ ZMYŚŁY I ZREDUKOWAĆ STRES.

Rytuał składający się z dwóch etapów. Pierwszym jest masaż całego ciała wykorzystujący starannie dobrane ruchy wprowadzające w stan głębokiego relaksu dzięki nucie zapachowej drzewa iglastego oraz słodkiej wanilii i owoców cytrusowych. Drugi etap to nawilżająca pielęgnacja twarzy (demakijaż, peeling, maska, serum, krem na zakończenie). Ponadto zawiera elementy inhalacji, masażu głowy oraz masażu stóp.

90 MIN _____ 505 ZŁ

DETOX I WYGŁADZENIE

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY POTRZEBUJĄ WYGŁADZENIA I UJĘDRNIENIA CIAŁA.

W czasie zabiegu wykonywany jest peeling enzymatyczny z naturalną gąbką morską oraz nakładana jest pobudzająca alpejska maska błotna. W połączeniu z masażem ujędrniającym na detoksykującym oleju, będącym mieszanką olejków eterycznych: szałwii, imbiru, eukaliptusa, oregano uzyskujemy odnowione i rozbudzone do życia ciało. Ponadto rytuał zawiera elementy inhalacji, masażu głowy oraz masażu stóp.

90 MIN _____ 505 ZŁ



REWITALIZACJA I ODŻYWIENIE

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY
POTRZEBUJĄ KOMPLEKSOWEJ ODNOWY
TWARZY I CIAŁA.

Kompleksowy rytuał składający się z trzech etapów. Orzeźwiający peeling z kwiatami siana i pestkami moreli. Aromatyczny masaż ciała na oleju o niepowtarzalnym zapachu rozmarynu, cyprysu oraz nutą cytryny i grejpfruta. Nawilżająca pielęgnacja twarzy (demakijaż, peeling, maska, serum, krem na zakończenie). Ponadto zawiera elementy inhalacji, masażu głowy oraz masażu stóp.

120 MIN _____ 665 ZŁ

VITALIS

DR JOSEPH



SZTUKA RELAKSU DLA DWOJGA BY TEAM DR. JOSEPH

Wyciszająca wyprawa do świata pełnego niesamowitych zapachów oraz błęgiego relaksu w blasku świec. Ceremonia rozpoczyna się energetycznym i pobudzającym peelingiem całego ciała.

Kolejny etap to seans w saunie parowej tylko dla dwojga. Dopełnieniem całości jest masaż ciała wykonany przy pomocy niezwykle aromatycznego oleju, starannie dopasowanego do Waszego aktualnego samopoczucia. Zabieg oczyści Wasze myśli i wprowadzi w stan głębokiego relaksu.

90 MIN / PARA _____ 735 ZŁ





MASAŻ AROMATERAPEUTYCZNY **BESTSELLER**

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY PRAGNĄ SIĘ OTULIĆ ZAPACHEM.

Aromatyczny masaż całego ciała z wykorzystaniem kilku technik na indywidualnie dobranym do aktualnego samopoczucia naszych Gości oleju esencjonalnym. Niezwykle kompleksowy, rytualny zabieg zawierający elementy inhalacji, olejowania włosów, refleksoterapii stóp oraz ajurwedyjskiego masażu głowy.

60 MIN (BEZ MASAŻU GŁOWY) _____ 329 zł

90 MIN _____ 399 zł

MASAŻ NIWELUJĄCY NAPIĘCIA **BESTSELLER**

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY CHCĄ UWOLNIĆ SIĘ OD STRESU I DOLEGLIWOŚCI MIĘŚNIOWYCH.

Intensywny masaż, który działa głęboko w spiętych i obolałych partiach ciała. Zastosowanie maści z arniki i dziurawca oraz głęboko relaksującego olejku do masażu błyskawicznie rozluźnia napięcia mięśniowe oraz przyjemnie rozgrzewa. Zabieg natychmiast łagodzi ból i odpręża.

60 MIN _____ 359 zł

MASAŻ KOBIDO

BESTSELLER

Głęboki masaż twarzy, szyi i dekoltu na specjalnie dobranym olejku. Wywodzi się on z tradycyjnych chińskich założeń medycznych. Wykonywane podczas zabiegu powolne ruchy, mają za zadanie zrelaksować i odprężyć, natomiast szybkie, zdecydowane i głębokie, mają pobudzić skórę oraz produkcję składników niezbędnych do uzyskania efektu liftingu. Po masażu poczujesz odprężenie i ulgę.

60 MIN _____ 299 ZŁ





HERBALOWE NAWILŻENIE

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY POSZUKUJĄ ROZPIESZCZENIA CIAŁA I POPRAWY SAMOPOCZUCIA.

Intensywnie nawilżająca pielęgnacja, składająca się z naturalnego peelingu z kwiatami siana i pestkami moreli oraz maski bogatej w wyciągi z rumianku i nagietka, która na długo pozostawi Twoją skórę promienną i miękką. To prawdziwa rozkosz dla Ciebie i Twojego ciała.

60 MIN _____ 320 ZŁ

ROKITNIKOWE ODMŁODZENIE

DLA KOGO: DLA TYCH, KTÓRZY PRAGNĄ ODŻYWIĆ I WYGŁADZIĆ CIAŁO.

Odmładzająca pielęgnacja ciała z peelingiem solnym oraz maską zawierającą przeciwutleniacze tj. ekstrakt z winorośli, rokitnika i baobabu sprawi, że Twoja skóra zyska jedwabistą gładkość i odżywienie.

60 MIN _____ 320 ZŁ



PEELING ZIOŁOWY

Naturalny peeling całego ciała na bazie ekologicznych kwiatów siana i mielonych pestek moreli o właściwościach oczyszczających i wygładzających.

30 MIN _____ 160 ZŁ

PEELING SOLNY

Intensywny peeling całego ciała na bazie soli z Morza Martwego i ekologicznych olejów o właściwościach detoksykujących.

30 MIN _____ 160 ZŁ



LUKSUSOWA PIELĘGNACJA TWARZY

Odkryj nowy wymiar pielęgnacji Twojej cery! Komponując nasze zabiegi, mamy na uwadze wiele czynników, które sprawiają, że w pełni zaspokoimy Twoje potrzeby. Ważna jest dla nas indywidualność, dbałość o szczegóły oraz cenne składniki aktywne zawarte w kosmetykach, które czynią z pielęgnacji odprężający rytuał.

Nasze zabiegi na twarz zostały stworzone z myślą o konkretnych potrzebach Twojej skóry. Podczas wszystkich zabiegów wykonywane są: demakijaż, peeling, maska pielęgnacyjna, ampułka/serum dopasowane do potrzeb skóry, masaż twarzy, szyi i dekoltu oraz odpowiednio dobrane kremy na zakończenie pielęgnacji.

HSR LIFTING

Złoty standard pielęgnacji przeciwzmarszczkowej, połączenie luksusu i skuteczności. Kompleksowy efekt liftingu przywraca młodość nawet najbardziej wymagającej skórze. Precyzyjnie dobrane wysokiej jakości składniki wyraźnie redukują zmarszczki. Ten zabieg sprawi, że cofniesz się w czasie o kilka lat.

75 MIN _____ 655 ZŁ

COLLAGEN BOOSTER

BESTSELLER

Intensywna, nieinwazyjna pielęgnacja, likwidująca oznaki starzenia się i przywracająca skórze jędrność. Odbudowuje i wzmacnia jej strukturę, dzięki wypełniającemu kompleksowi lipopeptydów.

60 MIN _____ 409 ZŁ

HYDRA BOOST INTENSIVE

Rozpieszczająca kąpiel skóry pozbawionej nawilżenia. Błyskawicznie i długotrwale uzupełnia niedobory wody. Rewitalizuje i regeneruje skórę, odbudowuje i wzmacnia jej strukturę, poprawia gęstość a także opóźnia proces starzenia. Pamiętaj, że odpowiednie nawilżenie to podstawa pięknej cery. Pozwól nam spełnić oczekiwania Twoje i Twojej skóry.

60 MIN _____ 365 ZŁ

COMPLEX C

Odżywczy koktajl dla Twojej skóry, bogaty w witaminy C, A i E, prowitaminy B5 oraz biotyny, przywraca skórze jednolity koloryt i blask. Dzięki temu Twoja cera zyska zdrowy i młody wygląd.

60 MIN _____ 355 ZŁ

CALMING

Opatrunek dla skóry nadwrażliwej, silnie podrażnionej i suchej. Przywraca równowagę, wzmacnia barierę ochronną i wycisza skórę. Zadbaj o zdrowie swojej cery – podaruj jej ukojenie.

60 MIN _____ 335 ZŁ

DOCTOR BABOR CLEANFORMANCE

Linia wegańska oparta na działaniu pre i probiotyków. Idealna dla skóry, która narażona jest na działanie stresu i szkodliwego wpływu środowiska. Odzyskaj naturalną równowagę bariery ochronnej Twojej skóry.

60 MIN _____ 325 ZŁ





RELAKSACYJNY Z PEELINGIEM

Połączenie aromatycznego peelingu z relaksacyjnym masażem ciała, doskonale pobudzi mikrokrążenie, co poprawi wygląd Twojej skóry i wspomogę regenerację. Masaż na ciepłym oleju dodatkowo przyniesie ulgę zmęczonym mięśniom, a Ciebie wprowadzi w stan głębokiego relaksu.

85 MIN _____ 405 ZŁ

AROMATYCZNYM MASŁEM SHEA

BESTSELLER

Niezwykle przyjemny i odprężający masaż ciepłym, aromatycznym masłem. Dzięki olejkom esencjonalnym i naturalnym składnikom, takim jak воск pszczeli czy olej kokosowy, poczujesz jak Twoja skóra staje się delikatna w dotyku i otulona przyjemnym zapachem. Doświadczysz prawdziwej rozkoszy dla zmysłów i ciała.

60 MIN _____ 309 ZŁ

ABHYANGA

Masaż „od stóp do głów” ciepłym olejem zapewni Tobie niesamowity efekt odprężenia. Idealnie zsynchronizowane pod względem tempa i siły nacisku ruchy sprawiają, że poczujesz pełnię relaksu. Rytuał łączy w sobie techniki masażu wywodzącego się z Indii. Mają one za zadanie usunięcie toksyn oraz wprowadzenie nowej zdrowej energii w całym organizmie. Pozwól sobie na oczyszczenie, odnowę i regenerację.

90 MIN _____ 405 ZŁ

KLASYCZNY

45 MIN _____ 265 zł

RELAKSACYJNY

BESTSELLER

60 MIN _____ 299 zł

TWARZY, SZYI I DEKOLTU

30 MIN _____ 180 zł

PLECÓW

30 MIN _____ 185 zł

STÓP

25 MIN _____ 140 zł

GŁOWY

20 MIN _____ 100 zł





ZABIEGI DLA DZIECI

MIGDAŁOWY MASAŻ CIAŁA

Delikatna skóra naszych dzieci wymaga specjalnej pielęgnacji. ALQVIMIA oferuje idealne rozwiązanie: masaż na olejku migdałowym z nutą cytryny, pomarańczy, grapefruita petitgrain oraz lawendy.

30 MIN _____ 159 ZŁ

CZEKOLADOWY MASAŻ PLECKÓW

Czekoladowy masaż plecków, który każdego malucha wprowadzi w dobry nastrój.

20 MIN _____ 89 ZŁ

**Oferta skierowana jest dla dzieci od 4 roku życia. W przypadku dzieci do 16 roku życia, rodzic lub opiekun prawny powinien osobiście przyprowadzić dziecko do M-SPA i podpisać zgodę na przeprowadzenie zabiegu, a po skończonym zabiegu odebrać dziecko. Rodzic może być obecny podczas trwania zabiegu w gabinecie.*



OGÓLNE ZASADY KORZYSTANIA ZE SPA

WARUNKI REZERWACJI

Aby zarezerwować swoje chwile pełne relaksu należy skontaktować się z Recepcją M-SPA niedziela – czwartek w godzinach od 8:00 do 21:00 oraz piątek – sobota w godzinach od 8:00 do 22:00.

Telefon: +48 (33) 873 40 82 lub wybierając numer wewnętrzny z pokoju hotelowego: 444

E-mail: spa@hotelmj.pl

PRZYBYCIE DO SPA

Prosimy o przybycie na zabiegi z 10-minutowym wyprzedzeniem.

SPÓŹNIENIE

Rezerwacja usługi w M-SPA jest ważna maksymalnie do 10 minut po umówionym terminie. W przypadku spóźnienia się Gościa powyżej 10 minut od umówionego terminu rezerwacji, M-SPA zastrzega sobie prawo anulowania rezerwacji lub skrócenia czasu zabiegu bez możliwości obniżenia jego ceny.

REZYGNACJA

Rozumiemy, że Państwa plany mogą ulec zmianie, dlatego istnieje możliwość anulacji terminu na 12 godzin przed planowaną godziną zabiegu bez ponoszenia kosztów. W przypadku anulowania zabiegu na 6 godzin przed planowaną wizytą, M-SPA zastrzega sobie prawo do pobrania 50% kosztów wartości zabiegu. Jeżeli anulacja nastąpi w czasie krótszym niż 6 godzin do momentu planowanego zabiegu, M-SPA zastrzega sobie prawo do obciążenia 100% wartości zabiegu. W przypadku anulacji rezerwacji grupowej (5 i więcej osób), bezpłatna anulacja jest możliwa na 24 godziny przed planowanym zabiegiem. Po tym czasie konieczne jest uregulowanie 100% wartości zarezerwowanych zabiegów.

STREFA CISZY

M-SPA jest miejscem relaksu i wyciszenia. Prosimy o zachowanie ciszy i o nieużywanie telefonów. W strefie SPA obejmuje całkowity zakaz palenia papierosów oraz spożywania napojów alkoholowych.

ZDROWIE

Prosimy o poinformowanie nas o wszelakich przeciwwskazaniach lub urazach, które mogą mieć wpływ na wykonywany zabieg lub korzystanie ze Strefy SPA.

ZALECENIA

Bezpośrednio przed zabiegami zalecamy: unikanie kąpieli słonecznych, unikanie obfitych posiłków i spożywania alkoholu. Po zabiegach zalecamy wypoczynek.

** M-SPA zastrzega sobie prawo do zmiany godzin otwarcia, grafiku zajęć odbywających się w M-SPA z przyczyn niezależnych.*

GODZINY OTWARCIA STREFY SPA & WELLNESS

STREFA WELLNESS, SAUNY

Niedziela – czwartek

08:00 – 21:00

(strefa saun 16:00 – 20:30)

Piątek – sobota

08:00 – 22:00

(strefa saun 16:00 – 21:30)

M-SPA (ZABIEGI)

Niedziela – czwartek

10:00 – 20:00

Piątek – sobota

10:00 – 21:00

RUSKA BALIA

Piątek – sobota

17:00 – 21:30

**Saunarium jest strefą nietekstylną, obowiązuje poprawne saunowanie*

ZAPRASZAMY DO KONTAKTU Z RECEPCJĄ SPA

STREFA WELLNESS OBEJMUJE

Basen z przeciwpływem, kaskadami, hydromasażem

Gejzer powietrzny

Brodzik ze zjeżdżalnią dla dzieci

Jacuzzi dla 16 osób

Saunę fińską, biosaunę oraz rzymską łaźnię parową

Ruską balię

Prysznic wrażeń

Strefę schładzania





MEYN
JACKA
★★★★
HOTEL
& SPA

UL. ZAKOPIAŃSKA 64
34-100 JAROSZOWICE

TEL. +48 33 873 40 82
E-MAIL: SPA@HOTELMJ.PL
WWW.HOTELMJ.PL