

*Zainspirowani natura*



# HANZA PAŁAC

Wellness & SPA



MENU SPA

# MASAŻE (MASSAGES)

## MASAŻ KLASYCZNY

Masaż mający na celu rozluźnienie mięśni oraz obniżenie ich napięcia.

- całego ciała 55 min - 250 | - częściowy 25 min - 150

## CLASSIC MASSAGE

*Massage aimed at relaxing muscles and reducing their tension.*

- whole body 55 min - 250 | - partial 25 min - 150

## MASAŻ RELAKSACYJNY, 60 MIN - 260

Głęboko relaksacyjny masaż z zastosowaniem aromaterapii. Masaż rozpoczyna się wyborem odpowiedniego do potrzeb olejku aromaterapeutycznego. Po przywitaniu z zapachem czas na głębokie odprężenie.

## RELAXING MASSAGE, 60 MIN - 260

*A deeply relaxing massage with the use of aromatherapy. The massage begins with a choice appropriate to your needs aromatherapy oil. After greeting with fragrance, time for deep relaxation.*

## MASAŻ GORĄCYMI KAMIENIAMI

Relaksacyjny masaż połączony z masażem leczniczym, pozwalający na lepszy przepływ energii w zmęczonym organizmie.

- całego ciała 50 min – 250

- całego ciała wraz z dłońmi i stopami 80 min - 290

## HOT STONES MASSAGE

*Relaxing massage combined with therapeutic massage, allowing for a better flow of energy through a tired body.*

- whole body 50 min - 250

- the whole body with hands and feet 80 min - 290

## MASAŻ TAJSKI KLASYCZNY 75 MIN – 310 NOWOŚĆ!

Technika głębokiego masażu, która jest skuteczną metoda terapii manualnej. Zabieg jest kompilacją akupresury z elementami jogi pasywnej, stretchingu oraz refleksologii. Głównym jego celem jest rozluźnienie mięśni, więzadeł, stawów, torebek stawowych i powięzi. Idealny dla osób uprawiających sport. Wykonywany jest na macie bez użycia olejków i w ubraniu. Najlepszą formą ubioru jest przylegająca do ciała koszulka z krótkim lub długim rękawem, legginsy lub krótkie spodenki.

## CLASSIC THAI MASSAGE 75 MIN - 310 NEW!

*The technique of deep massage, which is an effective method of manual therapy. The treatment is a compilation of acupressure with elements of passive yoga, stretching and reflexology. Its main purpose is to relax muscles, ligaments, joints, joint capsules and fascia. Perfect for people who practice sports. It is performed on a mat without the use of oils and with clothes on. The best form of clothing is a close-fitting short- or long-sleeved T-shirt, leggings or shorts.*

## MASAŻ LECZNICZY

Różne techniki dopasowane do potrzeb Twojego ciała, które pomogą w zniwelowaniu bólu i odzyskaniu komfortu życia.

- częściowy 30 min - 160

- okład aromatycznym, rozgrzewającym torfem - 60

### **MEDICAL MASSAGE**

*Different techniques tailored to the needs of your body, which will help in reducing pain and regaining the comfort of life.*

*- partial 30 min - 160*

*- aromatic, warming peat wrap – 60*

### **MASAŻ CZEKOLADOWY, 60 MIN – 290**

*Odżywcza, zmysłowo pachnąca, ciepła czekolada w połączeniu ze starannie dobranymi technikami masażu otuli, zrelaksuje i odpręży ciało i umysł, pozostawiając skórę doskonale nawilżoną i gładką.*

### **CHOCOLATE MASSAGE, 60 MIN - 290**

*Nourishing, sensually fragrant, warm chocolate combined with carefully selected massage techniques will wrap, relax and relax the body and mind, leaving the skin perfectly moisturized and smooth.*

### **RELAKSACYJNY MASAŻ TWARZY, SZYI I DEKOLTU Z NAWILŻAJĄCĄ MASKĄ, 35 MIN - 190**

*Głęboka relaksacja i nawilżenie skóry.*

### **RELAXING FACE, NECK AND NECKLINE MASSAGE WITH A MOISTURIZING MASK, 35 MIN - 190**

*Deep relaxation and hydration of the skin.*

### **MASAŻ AUTORSKI HANZA PAŁAC, 80 MIN- 290**

*Głęboko odprężający masaż, obejmujący masaż stóp z użyciem olejku miętowego, połączony z masażem całego ciała na olejku jałowcowym.*

### **AUTHOR'S MASSAGE HANZA PALAC, 80 MIN- 290**

*A deeply relaxing massage, including foot massage with the use of peppermint oil, combined with full body massage with juniper oil.*

### **MASAŻ STÓP, 25 MIN – 140**

*Techniki uciskania stymulują receptory odpowiedzialne za pracę odpowiednich organów, wpływając na poprawę ich funkcjonowania.*

### **FOOT MASSAGE, 25 MIN - 140**

*Compression techniques stimulate the receptors responsible for the work of appropriate organs, improving their functioning.*

### **PEELING PRZED MASAŻEM, 20 MIN – 120**

*Peeling całego ciała złuszcza martwy naskórek, dzięki czemu oleje podczas masażu jeszcze intensywniej nawilżą skórę, pozostawiając ją odżywioną i idealnie gładką.*

### **PEELING BEFORE MASSAGE, 20 MIN - 120**

*The whole body peeling exfoliates dead epidermis, thanks to which the oils during the massage moisturize the skin even more, leaving it nourished and perfectly smooth.*

### **ANTYSTRESOWY MASAŻ KARKU I OBRĘCZY BARKOWEJ, 25 MIN – 140**

Głęboko odprężające techniki niwelują skutki odłożonego stresu, rozluźniają i przynoszą ulgę zmęczonym barkom.

### **ANTI-STRESS MASSAGE OF THE NECK AND SHOULDERS, 25 MIN - 140**

*Deeply relaxing techniques reduce the effects of postponed stress, relax and bring relief to tired shoulders.*

### **UJĘDRNIAJĄCY MASAŻ TWARZY, SZYI I DEKOLTU, 25 MIN - 140**

Odpowiednio dobrane techniki z wykorzystaniem naturalnego olejku, silnie nawilżą, pobudzą i pozostawią skórę doskonale napiętą, odżywioną i rozświetloną.

*\*Masaże i zabiegi lecznicze*

### **FIRMING FACE, NECK AND NECKLINE MASSAGE, 25 MIN - 140**

*Properly selected techniques with the use of natural oil will strongly moisturize, stimulate and leave the skin perfectly taut, nourished and illuminated.*

### **RELAKSUJĄCY MASAŻ GŁOWY Z ELEMENTAMI SHIATSU, 25 MIN – 140**

Punktowe uciski zniwelują wszelkie napięcia powstałe wskutek stresu i przemęczenia. Ukoją napięciowe bóle głowy oraz bóle migrenowe zapobiegając ich nawrotom.

### **RELAXING HEAD MASSAGE WITH SHIATSU ELEMENTS 25 MIN - 140**

*Spot compressions will reduce any tensions caused by stress and exhaustion. They will soothe tension headaches and migraine headaches, preventing their recurrence.*

## **DLA MĘŻCZYŹN (FOR MAN)**

### **MASAŻ DRWALA, 40 MIN – 220**

Masaż dla prawdziwych mężczyzn. Wykonywany drewnianymi kulami masaż pleców, który daje niepowtarzalne odczucia podczas masażu. Ekologiczne oleje makadamia o zapachu whisky i tabaco.

### **LUMBERJACK MASSAGE, 40 MIN - 220**

*Massage for real men. Made with wooden balls that give a unique feeling during the massage. Organic macadamia oils with the scent of whiskey and tabaco.*

### **ZABIEG NA TWARZ DETOKSYKUJĄCO – OCZYSZCZAJĄCY, 60 MIN – 290 NOWOŚĆ!**

Doskonale oczyszczający zabieg dla skóry męskiej, zmęczonej oraz pozbawionej blasku. Z użyciem maski oczyszczającej pozostawi skórę dotlenioną i dogłębnie nawilżoną.

### **DETOXIFYING AND CLEANSING FACIAL TREATMENT, 60 MIN - 290 NEW!**

*A perfectly cleansing treatment for masculine, tired and dull skin with the use of a cleansing mask, it will leave the skin oxygenated and deeply moisturised.*

### **OCZYSZCZAJĄCO - REMINERALIZUJĄCY ZABIEG NA PLECY, 40 MIN - 220 NOWOŚĆ!**

Morski, złuszczeniowy peeling pleców wraz z masażem pleców, stóp oraz głowy z rozgrzewająco-detoksykującą maską błotną.

### **CLEANSING AND REMINERALISING BACK TREATMENT, 40 MIN - 220 NEW!**

*Marine, exfoliating back scrub with back, foot and head massage with a warming and detoxifying mud mask.*

### **AUTORSKI RYTUAŁ SPA – SIŁA MĘŻCZYŹNY, 80 MIN - 390**

Orzeźwiający peeling cukrowy o morskich nutach zapachowych z akcentem kwiatów gorzkiej pomarańczy intensywnie złuszcza i nawilży skórę pozostawiając ją gładką. Masaż autorski całego ciała o zmysłowych nutach zapachowych pobudzi i ujędrni skórę pozostawiając na niej uwodzący zapach perfum utrzymujący się na ciele przez wiele godzin. Masaż twarzy na wykończenie wyciszy, zrelaksuje i silnie nawilży wrażliwą i delikatną skórę.

### **ORIGINAL SPA RITUAL - MALE STRENGTH, 80 MINUTES - 390**

*Refreshing sugar scrub with sea scent notes and a touch of bitter orange flowers will intensely exfoliate and moisturize the skin, leaving it smooth. The original full-body massage with sensual fragrance notes will stimulate and firm the skin, leaving it with a seductive scent of perfume that lingers on the body for many hours. Finishing face massage will calm down, relax and strongly moisturize sensitive and delicate skin.*

## **ZABIEGI NA TWARZ (FACIAL TREATMENTS)**

### **KOBIDO – JAPOŃSKI MASAŻ TWARZY, 75 MIN - 310**

Lifting twarzy bez skalpela składający się z kombinacji tradycyjnych japońskich koncepcji medycznych oraz różnych technik manipulacji na tkankach głębokich z zastosowaniem drenażu, relaksacji, liftingu i akupresury. Skutecznie poprawia owal twarzy, widocznie niweluje zmarszczki mimiczne oraz napięcia mięśniowe okolicy szyi, głowy i twarzy już po pierwszym zabiegu.

### **KOBIDO - JAPANESE FACE MASSAGE, 75 MIN - 310**

*A scalpel-free face lift consisting of a combination of traditional Japanese medical concepts and various techniques of deep tissue manipulation with the use of drainage, relaxation, lifting and acupressure. Effectively improves the oval of the face, visibly reduces mimic wrinkles and muscle tension around the neck, head and face after the first treatment.*

### **ZABIEG GŁĘBOKO NAWILŻAJĄCY I ODŻYWIAJĄCY SKÓRĘ TWARZY, SZYI I DEKOLTU 60 MIN – 280**

**A DEEPLY MOISTURIZING AND NOURISHING TREATMENT FOR THE FACE, NECK AND CLEAVAGE  
60 MIN – 280**

### **ZABIEG REDUKUJĄCY ZMARSZCZKI I WZMACNIAJĄCY TEKSTURĘ SKÓRY, 60 MIN – 310**

Intensywna pielęgnacja z efektem uelastycznienia i rozpromienienia cery.

### **A TREATMENT THAT REDUCES WRINKLES AND STRENGTHENS THE TEXTURE OF THE SKIN, 60 MIN - 310**

*Intensive care with the effect of elasticity and radiant skin.*

### **ZABIEG NAWADNIAJĄCO – ODŻYWCZY HYDRA ORIGINAL 60 MIN – 320 NOWOŚĆ!**

Działa odżywczo, przeciwutleniająco i ochronnie.

### **HYDRATING AND NOURISHING TREATMENT HYDRA ORIGINAL 60 MIN - 320 NEW!**

*It works nourishing, antioxidant and protective.*

## **ZABIEG LIFTINGUJĄCO – ROZŚWIETLAJĄCY CYFOLIA, 60 MIN – 340 NOWOŚĆ!**

Poprawia kontury twarzy, rewitalizuje i stymuluje regenerację tkanek, wygładza.

### **LIFTING AND BRIGHTENING CYFOLIA TREATMENT, 60 MIN – 340 NEW!**

*It improves the contours of the face, revitalizes and stimulates tissue regeneration, smoothes.*

## **ZABIEG NA OKOLICE OCZU, 40 MIN - 210 NOWOŚĆ!**

Zabieg odmładzający kontur oczu z niebieską mikroalgą. Łączy relaks oczu z pielęgnacją i masażem mającym na celu rozświetlenie, zmniejszenie obrzęków i zasinień pod oczami.

### **EYE CONTOUR TREATMENT, 40 MIN - 210 NEW!**

*Eye contour rejuvenation treatment with blue microalgae. Combines eye relaxation with care and massage to brighten, reduce puffiness and bruising under the eyes.*

## **ZABIEGI UZUPEŁNIAJĄCE DO ZABIEGÓW NA TWARZ:**

- mikrodermabrazja diamentowa 25 min – 120
- peeling kawitacyjny twarzy, szyi i dekoltu 15 min – 70

### **COMPLEMENTARY TREATMENTS FOR FACIAL TREATMENTS:**

- *diamond microdermabrasion 25 min - 120*
- *cavitation peeling of the face, neck and cleavage 15 min - 70*

## **ZABIEGI NA CIAŁO- RYTUAŁY SPA (ORIGINAL RITUAL)**

### **AUTORSKI RYTUAŁ SPA – ZMYSŁOWOŚĆ KOBIETY, 80 MIN - 390**

Zmysłowy peeling cukrowy z uwodzającymi zapachami ambry i piżma, delikatnie złuszcza skórę nadając jej blasku. Masaż całego ciała ujędrni, nawilży i wygładzi skórę pozostawiając zmysłową woń aksamitnych otulających perfum, kojących stan umysłu podczas odprężającego masażu twarzy, szyi i dekoltu na wykończenie.

### **ORIGINAL SPA RITUAL - WOMAN'S SENSUALITY, 80 MIN - 390**

*Sensual sugar scrub with seductive scents of ambergris and musk, gently exfoliates the skin, giving it glow. A full-body massage will firm, moisturize and smooth the skin, leaving a sensual scent of velvety, enveloping perfumes, soothing the state of mind during a relaxing massage of the face, neck and neckline to finish.*

### **SZAMPAŃSKI RYTUAŁ W BORACH TUCHOLSKICH, 90 MIN - 410 / DLA PAR – 790**

Szczotkowanie całego ciała, z okładem ujędrniającym na ciało oraz samo rozgrzewającą się maską błotną wzdłuż kręgosłupa, która niczym „morski szampan” wytwarza musujące pęcherzyki, dając efekt odprężenia i detoksykacji z relaksującym masażem całego ciała na wykończenie.

### **CHAMPAGNE RITUAL IN BORY TUCHOLSKIE, 90 MIN - 410 / FOR COUPLES - 790**

*Full body brushing, with a firming body wrap and a self-heating mud mask along the spine that, like "champagne of the sea", produces sparkling bubbles, giving a relaxing and detoxifying effect with a relaxing full body massage to finish.*

### **ULTRA SLIM – ALGOWY ZABIEG WYSZCZUPLAJĄCY, 70 MIN - 380 NOWOŚĆ!**

Intensywny peeling, ukierunkowany masaż na okolice ud, pośladków i brzucha z innowacyjnym rozgrzewającym okładem termo-modelującym, który w rekordowo krótkim czasie redukuje cellulit. Efekt: ponad 1 cm mniej w obwodzie talii, po 4 zabiegach.

### **ULTRA SLIM - ALGAE SLIMMING TREATMENT, 70 MIN - 380 NEW!**

*Intensive peeling, targeted massage on the thighs, buttocks and abdomen with an innovative warming thermo-modelling wrap, which reduces curves in record time reduces cellulite in record time. The result: more than 1 cm less waist circumference, after 4 treatments.*

### **NEW SHAPE– ZABIEG MODELUJĄCO-DETOKSYKUJĄCY, 75 MIN - 390 NOWOŚĆ!**

Połączenie peelingu całego ciała z masażem drenująco-modelującym oraz żelowym okładem algowym o działaniu silnie detoksykującym. Dla wzmocnienia rezultatów polecamy zabiegi w 4 seriach.

### **NEW SHAPE- MODELLING AND DETOXIFYING TREATMENT, 75 MIN - 390 NEW!**

*Combination of a full body peeling with a draining and modelling massage and a detoxifying algae gel pack. In order to strengthen the results we recommend treatment in 4 series.*

### **HYDRA PRO - ZABIEG PEELINGUJĄCO – NAWILŻAJĄCY, 75 MIN - 360 NOWOŚĆ!**

Peeling całego ciała silnie złuszczejący z kryształkami OLIGOMER z odżywczą maską intensywnie nawilżającą oraz relaksującym masażem całego ciała.

### **HYDRA PRO - PEELING AND MOISTURIZING TREATMENT, 75 MIN - 360 NEW!**

*Full body peeling with strongly exfoliating OLIGOMER crystals with a nourishing and a relaxing full body massage.*

### **MORSKI ZABIEG TONIZUJĄCO-REGENERUJĄCY, 60 MIN - 310 NOWOŚĆ!**

Żelowy okład na całe ciało wraz z masażem poprawiającym napięcie i sprężystość tkanki, zapobiegając jej wiotczeniu.

### **MARINE TONING AND REGENERATING TREATMENT, 60 MIN - 310 NEW!**

*A gel pack for the entire body with a massage that improves the tension and elasticity of the tissue, preventing it from flaccidity.*

### **MASKA ROZGRZEWAJĄCA Z MORSKIMI MINERAŁAMI, 90 - NOWOŚĆ!**

wytwarzająca musujące pęcherzyki otulające ciało wzdłuż linii kręgosłupa, jako dodatek do zabiegów na twarz i ciało.

### **WARMING MASK WITH MARINE MINERALS, 90 - NEW!**

*Producing effervescent bubbles that envelop the body along the spine line, as an addition to facial and body treatments.*

## DLA KOBIET W CIAŻY (FOR PREGNANT WOMEN)

### **HIPOALERGICZNY MASAŻ TWARZY, SZYI I DEKOLTU, 25 MIN - 140**

Aksamitny masaż z udziałem hipoalergicznego olejku.

### **HYPOALLERGENIC FACE, NECK AND CLEAVAGE MASSAGE, 25 MIN - 140**

*A velvet massage with hypoallergenic oil.*

### **MASAŻ PLECÓW W POZYCJI BOCZNEJ, 25 MIN - 140**

Głęboko uspokajający masaż, który łagodzi dolegliwości bólowe kręgosłupa.

### **BACK MASSAGE IN LATERAL POSITION, 25 MIN - 140**

*A deeply calming massage that relieves spinal pain.*

## DLA DZIECI I NASTOLATKÓW (FOR CHILDREN AND TEENAGERS)

### **CZEKOLADOWY / OWOCOWY MASAŻ PLECÓW, 25 MIN - 100**

Delikatny masaż pleców dla najmłodszych.

### **FRUITY BACK MASSAGE, 25 MIN - 100**

*Gentle back massage for the little ones, also sweet treat.*

### **ZABIEG CZEKOLADOWY, 40 MIN – 150**

Masaż ciepłą czekoladą z owinięciem w folię oraz masażem głowy.

### **CHOCOLATE TREATMENT, 40 MIN - 150**

*Massage with foil wrapped massage and head massage.*

### **SORBET TRUSKAWKOWY, 15 MIN – 90**

Peeling o zapachu soczystej pachnącej truskawki.

### **STRAWBERRY SORBET, 15 MIN - 90**

*A scrub with the scent of juicy fragrant strawberry.*



**PHYTOMER**

**HANZA PAŁAC WELLNESS & SPA\*\*\*\***

RULEWO 13, 86-160 WARLUBIE

TEL. +48 52 38 152 34

E-MAIL: SPA@HANZAPALAC.PL

FACEBOOK.COM/HANZAPALAC