

F O R

Y O U R

W E L L B E I N G

MENU



FOREST
SPA & WELLNESS



HIGHTECH NATURAL COSMETICS
TEAM DR JOSEPH
SÜDTIROL

[comfort zone]
conscious skin science

VITALIS
DR JOSEPH





FOR YOUR WELLBEING

Zabierzemy Cię w podróż,
podczas której odnajdziesz **równowagę, piękno i dobre samopoczucie.**

Wierzymy, że powrót do źródła, jakim jest **geniusz natury**, połączony
z **nowoczesnymi technikami pielęgnacji** przyniesie spektakularne efekty.

Rytuały na twarz i ciało zostały opracowane na bazie naturalnych kosmetyków marki,
która tworząc receptury czerpie inspirację z natury: **górkich roślin, ziół i kwiatów.**

Dzień po dniu odkrywaj swoje piękno w zgodzie z naturą i samym sobą.

FOREST SPA & WELLNESS
Team



Zabiegi dla kobiet podczas i po ciąży



Zabieg dla dzieci i młodzieży

Nie wykonujemy zabiegów podczas pierwszego trymestru ciąży.

DLA RÓWNOWAGI CIAŁA I UMYŚLU

Kolebkami masażu - jednego z najstarszych zabiegów terapeutycznych - są Indie i Chiny. To właśnie z tych miejsc czerpaliśmy inspirację, opracowując unikatowe metody masażu.

W naszych zabiegach wykorzystujemy czyste oleje, aktywne synergie na bazie naturalnych olejków eterycznych oraz ziołowe maści. Dzięki połączeniu naturalnych składników i różnych technik masażu zniwelujemy ból, poprawimy samopoczucie, dodamy energii i ukoimy umysł, aby sen był długi i regenerujący.

Wybierz masaż odpowiedni dla siebie.

Ayurveda, to sztuka życia,

której częścią są zbawienne dla ciała i ducha masaże, wykonywane na bazie dobroczynnego, ciepłego oleju sezamowego.

Nie wykonujemy zabiegów podczas pierwszego trymestru ciąży.



AKUPRES

przynoszący ulgę i rozluźnienie masaż stóp z elementami refleksologii
30 MIN 120 PLN



W PUNKT

przeciwbólowy masaż głowy i obręczy barkowej pałeczkami bazaltowymi
30 MIN 160 PLN

KLASYCZNIE

uwalniający napięcie, bazujący na klasycznych technikach masażu leczniczego masaż całego ciała lub wybranych partii
30 MIN 150 PLN | 50 MIN 250 PLN

BALANS

autorski masaż filipiński
50 MIN 260 PLN

SERCE NATURY

odprężający i aromatyczny masaż naturalnym masłem shea
50 MIN 240 PLN

CZAR KAMIENI

rozluźniający i wyciszający masaż ciepłymi kamieniami
50 MIN 260 PLN

ZIOŁOWA ENERGIA

energizujący i regenerujący masaż ciepłymi stemplami ziołowymi
50 MIN 280 PLN

SHIRODARA

masaż na „oko mądrości”, wyciszający i uspokajający umysł, niwelujący bóle masaż głowy i karku
50 MIN 260 PLN



ABHYANGA

masaż uwalniający siły witalne oraz pobudzający krążenie w kanałach energetycznych

80 MIN 350 PLN

TRANQUILLITY

aromaterapeutyczny masaż na dobry sen. Relaksujący i odprężający masaż oparty na olejkach aromatycznych. Gesty masażu z wykorzystaniem miękkich pędzli oraz relaksujących dźwięków muzyki wyciszą i ukoją zmysły. Idealny wieczorny relaks.

50 MIN 260 PLN

SALT MASSAGE

masaż solnymi kamieniami. Detoksykujący masaż zainspirowany dawnymi leczniczymi rytuałami z wykorzystaniem soli himalajskiej. łagodzi bóle mięśni, zwalcza napięcia, stymuluje metabolizm, poprawia krążenie krwi, oczyszcza organizm. Pomaga przywrócić równowagę ciała i umysłu.

50 MIN 250 PLN

AROMATYCZNE OTULENIE

relaksujący masaż ciepłym olejkami wytapiającym się podczas palenia aromatycznej odżywiającej skórę świecy do masażu.

50 MIN 240 PLN

Odzyskaj piękną, aksamitną i zdrową skórę. Zrelaksuj umysł poprzez aromaterapię, która jest naturalną składową zabiegów.

Myśląc o ciele stworzyliśmy rytuały złożone z peelingu całego ciała, w którym wykorzystywane są m.in. kwiaty siana czy sól morską. Kolejny etap to maski i okłady z dodatkiem alpejskich ziół, alg lub botanicznego kwasu hialuronowego. Na zakończenie zabiegu masaż całego ciała lub wybranych partii. Dopelnieniem rytuałów na ciało jest zabieg oczyszczający skórę głowy lub modelujący masaż twarzy rollerem z różowego kwarcu.

Nie wykonujemy zabiegów podczas pierwszego trymestru ciąży.



RYTUAŁY DLA KOMFORTU CIAŁA



AROMATYCZNY PEELING CAŁEGO CIAŁA

wstęp do wielu zabiegów i masaży

30 MIN 140 PLN



RYTUAŁ NAWILŻENIA

nawilżający i uelastyczniający zabieg z wykorzystaniem ekstraktu z jabłek i kwasu hialuronowego: peeling enzymatyczny, okład, masaż ciała

60 MIN 310 PLN

RYTUAŁ ODŚWIEŻENIA

detoksykujący i pobudzający zabieg z maską z alpejskich ziół: peeling, maska, masaż ciała

75 MIN 350 PLN

TRANQUILLITY FACE & BODY RITUAL

kompleksowy rytuał na twarz i ciało pozwalający na całkowite odprężenie.

Niepowtarzalna kompozycja olejków eterycznych i bogaty masaż twarzy oraz ciała zapewni nie tylko relaks ale też gwarantuje aksamitną, jedwabistą skórę po zabiegu. Przenieś się w krainę esencji i wspaniałych aromatów.

60 MIN 310 PLN

BODY STRATEGIST

termogeniczny zabieg drenująco wyszczuplający. Intensywnie remodelujący zabieg wspomaga walkę z cellulitem oraz miejscowo zlokalizowaną tkanką tłuszczową

60 MIN 300 PLN

ZABIEGI NA TWARZ

Olśniewaj urodą. Bądź wypoczęta, czarująca i zachowaj młodość na długie lata. Wszystko, czego potrzebuje Twoja skóra jest zawarte w naturalnych kosmetykach Hightech.

Zgodnie z filozofią marki, najlepszym laboratorium jest natura, dlatego w naszych zabiegach stosujemy naturalną stymulację skóry poprzez masaże z wykorzystaniem rollerów z różowego kwarcu czy liftingujących szklanych baniek.

Podczas konsultacji nasi terapeuci wybiorą najlepsze rozwiązanie, dostosowane do potrzeb Twojej skóry.

Nie wykonujemy zabiegów podczas pierwszego trymestru ciąży.

RÓŻA MŁODOŚCI

liftingujący masaż twarzy na bazie olejku różanego: demakijaż, peeling, masaż manualny z wykorzystaniem rollera z różowego kwarcu, krem na zakończenie
45 MIN 180 PLN

PIĘKNE SPOJRZENIE

witalizująca kuracja okolic oczu i ust
45 MIN 180 PLN

OCZYSZCZENIE

złuszczący i normalizujący zabieg dla skóry z niedoskonałościami
60 MIN 290 PLN

ENERGIA

antyoksydacyjny zabieg dla cery zmęczonej, szarej i pozbawionej blasku
60 MIN 260 PLN

ŁAGODNOŚĆ

kojący i wyciszający zabieg dla cery szczególnie wrażliwej, młodej i naczynkowej
60 MIN 270 PLN

NAWILŻENIE

bogate nawilżenie i odświeżenie dla wszystkich typów skóry
60 MIN 290 PLN

ODMŁODZENIE

regeneracja i ochrona przed przedwczesnym starzeniem się skóry
75 MIN 350 PLN

BIOLIFT

ujędrnienie, wygładzenie i silna rewitalizacja dojrzałej skóry
90 MIN 450 PLN

REWITALIZACJA



EXPRESS BEAUTY

zabieg podstawowy dobrany adekwatnie do cery - łagodzący, normalizujący lub nawilżający składający się z demakijażu, peelingu, maski oraz kremu końcowego.

30 MIN 150 PLN

EXPRESS PEEL

łagodnie oczyszczający peeling ultradźwiękowy, idealny dla każdego typu cery, poprzedzony demakijażem a zakończony odpowiednio dobranym kremem

30 MIN 170 PLN

EXPRESS RELAX

demakijaż a następnie kosmetyczny masaż twarzy szyi i dekoltu na odżywczym kremie

30 MIN 140 PLN

EXPRESS MASK

maska w płacie lub algowa poprzedzona demakijażem, zakończenie kremem

30 MIN 150 PLN

EXPRESS INTENSE

zabieg oparty na intensywnym eksfoliującym peelingu kwasami owocowymi. Zakończony kremem z filtrem UV

30 MIN 180 PLN

Dla szybkiego efektu

Półgodzinna rewitalizacja- maksimum pielęgnacji w minimalnym czasie by Twoja cera zachwycała pełnią blasku i świeżości każdego dnia.



PAKIETY DAY SPA

MĘSKA STREFA

Współczesny mężczyzna to mężczyzna, który nie boi się dbać o siebie.

- masaż dłoni
 - przeciwbólowy masaż głowy i obręczy barkowej
 - Power Lift – energizujący zabieg na twarz
- 430 PLN

KOBIECOŚĆ W ROZKWICIE

Zadbane ciało, zrelaksowany umysł i promienna cera to wszystko, czego Ci potrzeba.

- autorski, liftingujący masaż twarzy
 - jedwabisty peeling całego ciała
 - aromatyczny i odżywczy masaż masłem karite
- 450 PLN



MŁODZIEŃCZY BLASK DLA CHŁOPAKA LUB DZIEWCZYNY*

Oferta dla nastoletnich Gości chcących dowiedzieć się, jak pielęgnować skórę twarzy oraz pozbyć się napięcia w okolicach obręczy barkowej.

- kójący, przeciwbólowy masaż pleców
 - konsultacja z kosmologiem
 - oczyszczający i normalizujący zabieg na twarz
- 330 PLN

* Od 13. roku życia.

Nie wykonujemy zabiegów podczas pierwszego trymestru ciąży.

SPA DLA DWOJGA

Dla każdej z osób w pakiecie:

- relaksujący masaż aromaterapeutyczny
- zabieg na twarz dobrany adekwatnie do typu cery i jej potrzeb
- nielimitowany dostęp do strefy wellness (baseny, sauny, jacuzzi)
- lampka Prosecco

400 PLN / OSOBA

ŹRÓDŁO MŁODOŚCI

- odmładzający zabieg na twarz ze stymulującym masażem twarzy i pielęgnacją okolic oczu
- aromatyczny peeling całego ciała
- masaż dłoni

450 PLN / OSOBA

INFORMACJE I ETYKIETA WELLNESS

VOUCHER

Voucher to otwarty bilet do oazy spokoju i relaksu. Wybierz kwotę lub zabieg z naszej oferty i spraw wyjątkowy prezent bliskim, współpracownikom lub partnerom biznesowym. O szczegóły zapytaj w recepcji Forest Spa & Wellness.

REZERWACJA I METODY PŁATNOŚCI

Zalecamy zarezerwowanie zabiegów z wyprzedzeniem, aby uniknąć rozczarowania z powodu braku dostępności terminów.

Aby umówić się na wizytę, zadzwoń do nas:

+48 75 62 99 520 (z pokoju: 9520) lub wyślij e-mail:

forestspa.szklarskaporeba@radisson.com

Podane ceny są cenami brutto w walucie PLN. Forest Spa & Wellness zastrzega sobie prawo do zmiany cen.

WIZYTA

Chcąc zapewnić sobie komfort podczas wizyty w Forest Spa & Wellness, zalecamy przybycie do recepcji od 10 do 15 minut przed umówionym terminem zabiegu. Jeżeli przybędziesz z opóźnieniem, zabieg może zostać skrócony bez możliwości obniżenia jego ceny.

UBIÓR

Prosimy o przybycie do Forest SPA & Wellness w szlafroku, który znajduje się w pokoju. W przypadku Gości spoza hotelu, recepcja Forest SPA & Wellness wyda kłapki zabiegowe oraz szlafrok, a także udzieli wszelkich niezbędnych informacji dotyczących przygotowania się do zabiegu. Prosimy przyjść na zabieg bez biżuterii.

STAN ZDROWIA

Przed zabiegiem prosimy o wypełnienie poufnego kwestionariusza, dotyczącego zdrowia i trybu życia. Jeżeli nie masz pewności co do przeciwwskazań zdrowotnych, należy skonsultować się z lekarzem oraz zabrać ze sobą zaświadczenie lekarskie. Podczas konsultacji z terapeutą, prosimy poinformować go o wszelkich dolegliwościach i problemach zdrowotnych w celu dobrania odpowiedniego zabiegu.

CIĄŻA I OKRES POŁOGU

Podczas rezerwacji, prosimy o dostarczenie wszelkich niezbędnych informacji dotyczących ciąży, abyśmy mogli dobrać odpowiedni zabieg.

ETYKIETA FOREST SPA & WELLNESS

W Forest SPA & Wellness obowiązuje zakaz używania telefonów komórkowych i innych urządzeń elektronicznych. Na terenie Forest SPA & Wellness obowiązuje zakaz palenia. Szlafrok i klapki są wymagane we wszystkich pomieszczeniach przez cały okres pobytu w Forest SPA & Wellness. Z szacunku dla innych Gości, prosimy o zachowanie ciszy i ograniczenie hałasu do minimum.

ANULACJA

Rozumiemy, że plany mogą się zmienić, dlatego istnieje możliwość odwołania rezerwacji do 12 godzin przed zaplanowanym zabiegiem bez żadnych kosztów. W przypadku odwołania zabiegu na 12 lub mniej godzin przed planowaną wizytą, recepcja Forest SPA & Wellness zastrzega sobie prawo do obciążenia rachunku Gościa w wysokości 50% wartości zabiegu.

DZIECI I MŁODZIEŻ W SPA & WELLNESS

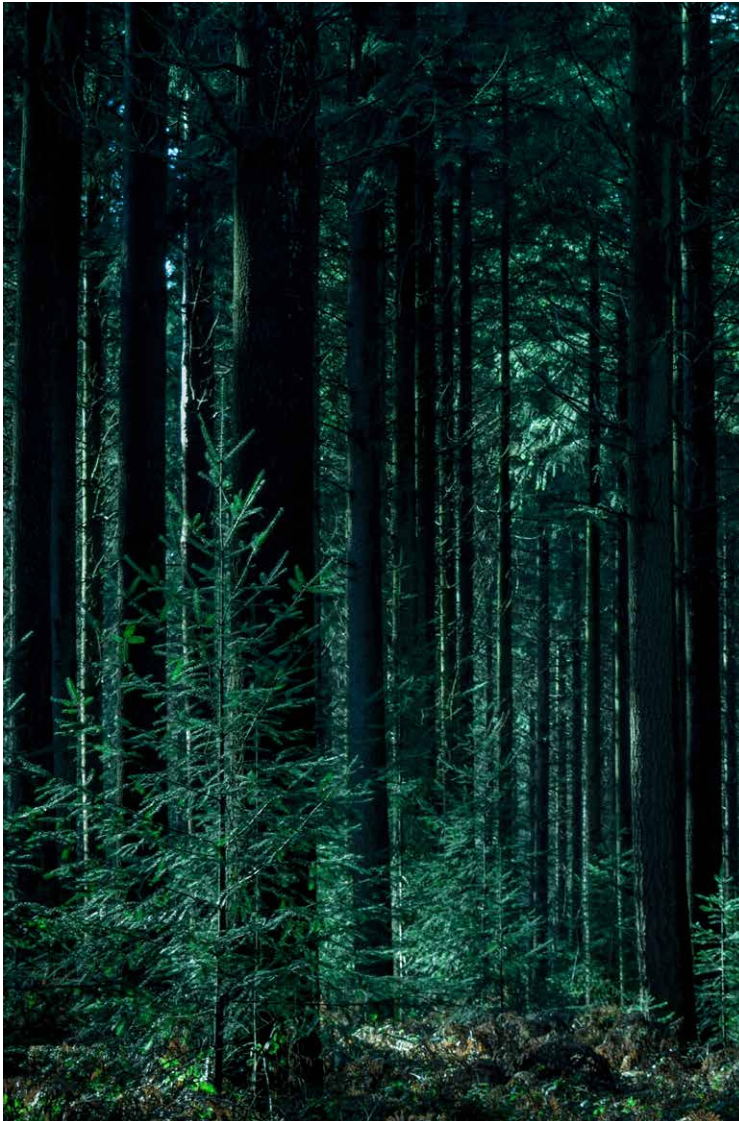
Zabiegi dla dzieci w wieku 8–13 lat są wykonywane w obecności opiekunów prawnych.

Skorzystanie z usług Forest Spa & Wellness jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu.

PRODUKTY DO KUPIENIA

Aby przedłużyć i dopełnić efekt pielęgnacji, oferujemy możliwość zakupu produktów, dzięki którym terapię można kontynuować w domu.
O szczegóły zapytaj recepcję Forest Spa & Wellness.





SPA

9:00 - 21:00

WELLNESS

9:00 - 21:00



FOREST SPA & WELLNESS

Radisson Hotel Szklarska Poręba

Osiedle Podgórze 1F, 58-580 Szklarska Poręba

forestspa.szklarskaporeba@radisson.com

WELLNESS

+48 75 62 99 520

z pokoju: 9530