





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



SPOKÓJ

W pakiecie: inhalacja, aromaterapeutyczny masaż ciała, masaż twarzy z ampułką, masaż głowy.

Dla kogo: dla osób pragnących głębokiego wyciszenia i regeneracji.

Sekwencja rozpoczyna się delikatną inhalacją, wprowadzającą w stan odprężenia. Następnie wykonywany jest powolny, otulający masaż całego ciała, który rozluźnia napięcia. Kolejnym etapem jest subtelny masaż twarzy i dekoltu, a kończy go masaż głowy i karku, pozostawiając ciało i umysł w pełnym spokoju.

90 MIN _____ 505 ZŁ

HARMONIA

W pakiecie: peeling, inhalacja, masaż ciała i głowy, zabieg pielęgnacyjny na twarz.

Dla kogo: dla osób szukających pielęgnacji i pełnej równowagi.

Zabieg rozpoczyna oczyszczający peeling ciała, po którym wykonywana jest aromatyczna inhalacja oraz ciepłe kompresy na stopy, wprowadzające głębokie odprężenie. Następnie wykonywany jest spokojny masaż całego ciała oraz dedykowana pielęgnacja twarzy w zestawie, która w pełni regeneruje i nawilża skórę, przywracając jej równowagę. Całość dopełnia masaż głowy i karku, pozostawiający uczucie harmonii i odnowy.

120 MIN _____ 665 ZŁ



DETOX

W pakiecie: peeling AHA, szczotkowanie, masaż całego ciała, nawilżenie.

Dla kogo: dla osób chcących wygładzić ciało, pobudzić krążenie i ujędrnić skórę.

Rytuał rozpoczyna peeling kwasowy wraz ze szczotkowaniem, wspierając detoksykację i poprawiając jędrność skóry. Kolejnym etapem jest masaż całego ciała działający drenująco i przywracający uczucie lekkości. Całość dopełnia odżywcze nawilżenie, pozostawiające skórę miękką, gładką i pełną energii.

90 MIN _____ 505 ZŁ



DLA DWOJGA



SZTUKA RELAKSU

W pakiecie: peeling, sauna, inhalacja, masaż ciała.

Dla kogo: dla osób szukających wspólnego relaksu, odnowy i harmonii.

Rytuał rozpoczyna peeling całego ciała, który delikatnie oczyszcza skórę i pobudza krążenie. Następnie para korzysta z sauny parowej, wprowadzającej ciało w stan głębokiego odprężenia. Po wyjściu wykonywana jest aromatyczna inhalacja oraz ciepłe kompresy na stopy, które potęgują uczucie komfortu i spokoju. Zwieńczeniem rytuału jest wspólny masaż całego ciała, wykonywany równocześnie dla obojga.

90 MIN / PARA _____ 735 ZŁ

AROMATERAPIA

W pakiecie: inhalacja, masaż ciała.

Dla kogo: dla osób pragnących zmysłowego odprężenia i bliskości.

Unikalny masaż aromaterapeutyczny dla dwojga w jednym gabinecie, stworzony, by wspólnie odprężyć ciało i zmysły. Pakiet pozwala cieszyć wspólnym czasem, regenerując ciało i umysł oraz wzmacniając poczucie bliskości.

60 MIN / PARA _____ 629 ZŁ



MASAŻE AROMATERAPEUTYCZNE



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. 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





ODŻYWIENIE

W pakiecie: peeling, nawilżenie ciała.

Godzinny zabieg na ciało łączący peeling z minerałami Morza Martwego i olejem migdałowym z odżywczą pielęgnacją całego ciała. Ciepłe kompresy na stopy dopełniają doświadczenie głębokiego relaksu, a balsam z linii Grounding pozostawia skórę wygładzoną, nawilżoną i otuloną aromatem białych kwiatów, paczuli i drzewa cedrowego.

60 MIN _____ 299 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

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

90 MIN _____ 405 ZŁ

AROMATYCZNYM MASŁEM SHEA

BESTSELLER

Niezwykle przyjemny i odprężający masaż ciepłym, aromatycznym masłem. Dzięki olejkom esencjonalnym i naturalnym składnikom, takim jak воск pszczele 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

Delikatny, relaksujący masaż całego ciała z wykorzystaniem olejku migdałowego, stworzony z myślą o najmłodszych Gościach SPA.

30 MIN _____ 159 ZŁ

CZEKOLADOWY MASAŻ PLECÓW

Delikatny masaż pleców z wykorzystaniem odżywczego masła shea o słodkim aromacie czekolady.

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