

## ZABIEGI KOSMETYCZNE SPA TWARZY

<b>NOWOŚĆ</b> - SIŁA NATURY 5 ZBÓŻ   JĘCZMIEŃ, PSZENICA, OWIES, ŻYTO, KUKURYDZA, LUCERNA	60 MINUT / 120 PLN
--	--------------------

Doskonale wygładzający dostarczający skórze stymulujących składników o długotrwałym stopniu nawilżenia, nadający skórze letniego blasku poprzez wzmocnienie bariery naskórkowej

<b>NOWOŚĆ</b> - HYDRO EVOLUTION   GRUSZKA, RABARBAR	60 MINUT / 120 PLN
---	--------------------

Intesywnie aktywujący i regulujący naturalny proces nawilżenia skóry dla każdego rodzaju cery wymagającej ozywienia. Wzmacnia mechanizmy i elementy bariery naskórkowej zapewniając długotrwałe nawilżenie oraz promienny, młody i pełen witalności wygląd

<b>NOWOŚĆ</b> - REGENERATION   MANGO, OPUNCJA FIGOWA, AWOKAD	60 MINUT / 100 PLN
--	--------------------

Głęboko regenerujący z olejem arganowym i masłem shea dla cery suchej błyskawicznie uzupełnia niedobory składników odżywczych w suchej skórze, przywraca równowagę hydrolipidową, zapewnia skórze miękkość i elastyczność oraz łagodzi napiecie skóry spowodowane przesuszeniem

<b>NOWOŚĆ</b> - EXPRESS LIFTING   OLEJ ARGANOWY, MASŁO SHEA	60 MINUT / 150 PLN
---	--------------------

Perfekcyjnie wygładzający i naprężający skórę dojrzałą dla cery dojrzałej. Wyraźnie wygładzający oraz zmniejszający widoczność zmarszczek i linii mimicznych, pobudzający odnowę komórkową oraz poprawiający kondycję skóry

<b>NOWOŚĆ</b> - ARCHITEKT SKÓRY   POMARAŃCZA, KOMÓRKI MACIERZYTE	60 MINUT / 160 PLN
--	--------------------

Odmładzający skórę dojrzałą za pomocą komórek macierzystych oraz pomarańczy dla cery dojrzałej wymagającej pielęgnacji przeciwstarzeniowej intensywnie pobudzający zdolność regeneracji i odbudowy nowych komórek, przywraca właściwą teksturę komórek skóry, zaś skóra odzyskuje jedwabisty dotyk oraz młodzieńczą świeżość i blask

<b>NOWOŚĆ</b> - VITAMIN BALANCE / BIAŁE WINOGRONA, DZIKA RÓŻA, MIŁORZĘB JAPOŃSKI	60 MINUT / 120 PLN
--	--------------------

Winogonowy zabieg rozświetlający dla cery szarej, pozbawionej balsku a zarazem wrażliwej i wymagającej odżywienia. Dostarcza skórze energetyzujący zastrzyk witalności poprzez optymalne nawilżenie i wygładzenie. Pozostawia skórę dobrze odżywioną. Redukuje oznaki zmeczenia, poprawia konycję i dodaje skórze blasku

<b>NOWOŚĆ</b> - ACNE – STOP / CZARNE BŁOTO Z MORZA MARTWEGO, ZIELONA HERBATA, BAMBUS	60 MINUT / 150 PLN
--	--------------------

Oczyszczający zabieg dla cery trądzikowej, tłustej mieszanej i z rozszerzonymi porami. Zapewnia głębokie oczyszczenie i zwiężenie porów skóry poprzez uzupełnienie minerałów w skórze oraz wygładzenie i odświeżenie. Reguluje wydzielanie sebum

<b>NOWOŚĆ</b> - MEN TERAPIS /OLIWKI, MINERAŁY Z MORZA MARTWEGO, LUKRECJA	60 MINUT / 120 PLN
--	--------------------

Zabieg wygładzająco – łagodzący dla mężczyzn dla cery dojrzałej. Poprawia jędrność i elastyczność skóry. Optymalnie nawilża, wygładza i łagodzi podrażnienia.

## ZABIEGI SPA DŁONIE

GRAPEFRUIT TERAPIS /GRAPEFRUIT, NASIONA LNU, MINERAŁY Z MORZA MARTWEGO	30 MINUT / 80 PLN
--	-------------------

Zabieg wygładzający dłonie dla suchej, szorstkiej i zniszczonej skóry. Wyjątkowa formuła dzięki nasionom lnu oraz grapefruitowi zapewnia długotrwałe odżywienie, regenerację i aksamitną gładkość zaś minerały z Morza Martwego rozjaśniają przebarwienia naskórka oraz doskonale go wygładzają

## ZABIEGI SPA NA STOPY

PLASTER MIODU	60 MINUT / 120 PLN
---------------	--------------------

Doskonale pielęgnujący cukrowy preparat na suchą skórę stóp oparty na oleju słonecznikowym i ekstrakcie z miodu. Skutecznie oczyszcza skórę stóp, wyraxnie wygładza zmiększa i nawilża

FRESH LIME TERAPIS /LIMONKA, LEN, TRAWA CYTRYNOWA, BAMBUS	60 MINUT / 120 PLN
---	--------------------

Zabieg odświeżający do stóp dla suchej, zniszczonej skóry stóp – wymagających nawilżenia i zmiękczenia. Intensywnie zmiękcza i wygładza spierzchniętą skórę stóp dzięki wysokiej koncentracji moczniaka oraz ekstraktu z limonki, trawy cytrynowej i bambusa, zaś przyjemne uczucie świeżości i lekkości przez cały dzień gwarantują minerały z Morza Martwego

RAJ DLA STÓP	45 MINUT / 90 PLN
--------------	-------------------

Zabieg poprzedzony peelingiem oraz maseczką, która likwiduje syndrom ciężkich nóg, następnie rytuał kończy się masażem

## ZABIEGI SPA NA CIAŁO

VITACARE /ŻURAWINA, JABŁKO, OLEJ SŁONECZNIKOWY	60 MINUT / 150 PLN
--	--------------------

Zabieg wygladzający i ujednijający całe ciało dla każdego rodzaju skóry (z wyjątkiem wrażliwej, naczyniowej, z tendencją do żyłaków) dzięki zawartemu ekstraktowi z żurawiny i jabłka która to pobudza odnowę naskórka wyraźnie go wygładzając i odświerzając zaś peeling na bazie papainydelikatnie rozpuszcza martwą zrogowaciałą skórę naskórka

SWEET HONEY BODY /MIÓD, LEN, OLEJ SŁONECZNIKOWY/ - NOWOŚĆ	60 MINUT / 150 PLN
---	--------------------

Intensywne odżywienie i regeneracja ciała. Głęboko oczyszczający peeling na bazie kryształków cukru doskonale usuwa martwe komórki naskórka zaś olej słonecznikowy i len z witaminą A + E skutecznie odżywia, głęboko regeneruje oraz chroni skórę przez wysuszeniem i pozostawia ją nawilżoną przez długi czas

ORANGE TERAPIS /POMARAŃCZA, ANANAS, ZIELONA HERBATA, GUARANA, GRANAT/ - NOWOŚĆ	60 MINUT / 150 PLN
--	--------------------

Zabieg antycellulitowy dla skóry objętej cellulitem i nadmiarem tkanki tłuszczowej odnawiający, stymulujący i wzmacniający napięcie tkanek. Poprawia jędrność i sprężystość skóry wygładzając i zapobiegając nawrotom tak zwanej „skórki pomarańczowej“

SOCZYSTA POKUSA /ARBUZ/	70 MNIUT / 180 PLN
-------------------------	--------------------

Zabieg arbuзовy mocno nawilżający i antycellulitowy przeznaczony dla skóry suchej narażonej na działanie klimatyzacji i ekspozycji na słońce. Zabieg również dla skóry niedotlenionej z dużą ilością toksyn

CZERWONE WINO	70 MINUT / 180 PLN
---------------	--------------------

Zabieg odmładzający i ujednijający ciało dla osób w każdym wieku, narażonych na stres i zmęczenie, doskonały by pozbyć się cellulitu.

PEELING AROMATYCZNY CAŁEGO CIAŁA	30 MINUT / 60 PLN
----------------------------------	-------------------

Zabieg który poprawi ukrwienie i koloryt Twojej skóry

## MASAŻE SPA

MASAŻ KLASYCZNY CAŁEGO CIAŁA	55 MINUT / 120 PLN
------------------------------	--------------------

Indywidualnie dobrany do każdego klienta przez terapeutę techniki masażu powodują rozluźnienie obolałych mięśni, oczyszczają cały organizm wprowadzając w błogi stan relaksu i odprężenia

MASAŻ KLASYCZNY CZĘŚCIOWY	25 MINUT / 70 PLN
---------------------------	-------------------

MASAŻ TWARZY, SZYI I DEKOLTU (U MĘŻCZYZN KL. PIERSIOWEJ)	25 MINUT / 50 PLN
--	-------------------

MASAŻ LECZNICZY KRĘGOSŁUPA	20 MINUT / 50 PLN
----------------------------	-------------------

MASAŻ SPORTOWY WYBRANYCH CZĘŚCI CIAŁA	25 MINUT / 60 PLN
---------------------------------------	-------------------

REFLEKSOLOGIA – MASAŻ Z AKUPRESURĄ STÓP	20 MINUT / 70 PLN
---	-------------------

Refleksologia zwana też terapią zonową, to metoda terapii holistycznej polegająca na uciskaniu odpowiednich punktów zwanych refleksami. Akupresura zaś to metoda leczenia pochodząca z Chin i znana już od 7 tys lat.

MASAŻ LOMI LOMI	60 MINUT / 120 PLN
-----------------	--------------------

Hawajski, energetyczny masaż całego ciała i duszy. Pobudza krążenie, uelastycznia stawy, zmiękcza mięśnie przynosząc uczucie lekkości i rozluźnienia. Wpływa korzystnie na wszystkie układy wewnętrzne, odmładza i poprawia jędrność skóry.

MASAŻ AJURWEDYJSKI	60 MINUT / 120 PLN
--------------------	--------------------

Ajurweda to starożytny hinduski system medycyny naturalnej, którego celem jest utrzymanie zdrowego ciała i ducha. Masaż ajurwedyjski koncentruje się na specjalnych punktach na ciele podobnych do tych co podczas akupunktury zaś masażyta wykorzystuje różne techniki masażu od tradycyjnych aż do ściskania skóry.

RELAKSUJĄCY – AROMATYCZNY MASAŻ CAŁEGO CIAŁA	55 MINUT / 110 PLN
--	--------------------

To połączenie masażu całego ciała z przyjemną i skuteczną metodą usuwania dolegliwości przy użyciu naturalnych olejków eterycznych na bazie oliwy z oliwek. Już Homer nazwał oliwę złotym płynem bo odmładza, zmniejsza ból, uzdrowia i dodaje sił, zaś jeden z najsłynniejszy lekarzy greckich Gallen spisał ponad 400 środków leczniczych w skład których wchodziła właśnie oliwa z oliwek

## MASAŻE SPA c.d.

MASAŻ CAŁEGO CIAŁA GORĄCYMI KAMIENIAMI7	0 MINUT / 150 PLN
---	-------------------

Połączenie technik masażu szwedzkiego i Shiatsu, z głębokim ciepłem i uciskiem naturalnych kamieni bazaltowych, które poprawiają przepływ energii w organizmie, przywracają równowagę duszy, ciała i umysłu

MASAŻ CZĘŚCIOWY GORĄCYMI KAMIENIAMI	30 MINUT / 80 PLN
-------------------------------------	-------------------

FRESH MASSAGE	60 MINUT / 130 PLN
---------------	--------------------

Masaż całego ciała poprzedzony peelingiem aromatycznym

KOKOSOWY RAJ	60 MINUT / 140 PLN
--------------	--------------------

Relaksacyjny masaż całego ciała na ciepłym olejku kokosowym. Niezastąpiony dla suchej i zmęczonej skóry. Zabieg wspomagany działaniem promieni podczerwonych (Power Slim)

MASAŻ DLA KOBIET W CIĄŻY	25 MINUT / 70 PLN
--------------------------	-------------------

RELAKSACYJNY MASAŻ POPRZECZNY DZIAŁAJĄCY NA SZYINY I ŁĘDŹWIOWY ODCINEK KRĘGOSŁUPA	40 MINUT / 80 PLN
---	-------------------

Antycellulitowy masaż bańką chińską /nogi, uda, pośladki, brzuch/

## ZABIEGI KOSMETYCZNE

## Pielęgnacja dłoni

MANICURE	5 MINUT / 50 PLN
----------	------------------

MALOWANIE PAZNOKCI	15 MINUT / 20 PLN
--------------------	-------------------

MALOWANIE PAZNOKCI (HYBRYDA)	30 MINUT / 50 PLN
------------------------------	-------------------

PARAFINA	30 MINUT / 50 PLN
----------	-------------------

## Pielęgnacja Stóp

MALOWANIE PAZNOKCI	15 MINUT / 20 PLN
--------------------	-------------------

PARAFINA STÓP	30 MINUT / 60 PLN
---------------	-------------------

REGULACJIA BRWI	15 PLN
-----------------	--------

HENNA Z REGULACJĄ BRWI	30 PLN
------------------------	--------

HENNA BRWI	15 PLN
------------	--------

HENNA RZĘS	15 PLN
------------	--------

## MIKRODERMABRAZJA (wiosna, jesień)

To jeden z najnowocześniejszych zabiegów poprawiających funkcjonowanie skóry. Celem zabiegu jest delikatne niwelowanie zmarszczek likwidowanie powierzchniowych blizn oraz opóźnienie procesu starzenia

MIKRODERMABRAZJA TWARZY Z AMPUŁKĄ	60 MINUT / 180 PLN
-----------------------------------	--------------------

MIKRODERMABRAZJA TWARZY, SZYI, DEKOLTU Z AMPUŁKĄ	70 MINUT / 270 PLN
--	--------------------

SONOFEREZA DO ZABIEGU	15 MINUT / 30 PLN
-----------------------	-------------------

PEELING KAWITACYJNY DO ZABIEGU	15 MINUT / 30 PLN
--------------------------------	-------------------

## HYDROTERAPIA

Jest metodą niwelowania stresu, poprzez masaż podwodny, działający odprężająco z dodatkiem różnego rodzaju substancji aktywnych

KĄPIEL PEREŁKOWA	15 MINUT / 40 PLN
KĄPIEL PEREŁKOWA Z PIĘCIOMINUTOWYM PODWODNYM MASAŻEM POWIETRZNYM	20 MINUT / 50 PLN
KĄPIEL PEREŁKOWO – AROMATYCZNA	5 MINUT / 50 PLN
KĄPIEL ALGOWA	15 MINUT / 60 PLN

## KAPSUŁA SPA OCEANIA (zabiegi w kapsule)

DO WYBORU U OBSŁUGI /TROPICALNY DESZCZ, DETOKSYKACJA, REDUKCJA STRESU, AQUATICA I INNE/	30 MINUT / 45 PLN
DETOX SPA	50 MINUT / 190 PLN

Zabieg połączony z peelingiem ciała, owijaniem antycellulitowym bandażem i sauną parową.

## MASAŻE MECHANICZNE

HYDRO – JET	20 MINUT / 30 PLN
-------------	-------------------

Mechaniczny masaż na ciepłym łóżku wodnym

GROTA POLNA	20 PLN
-------------	--------

Komfortowe pomieszczenie z muzyką i światło terapią wyposażone w fotele do masażu

## KOMPLEKS SAUN I JACUZZI

FIŃSKA, PAROWA I JACUZZI (KOEDUKACYJNE)	1H / 1 OS. - 35PLN   2 OS. - 50 PLN   3 OS. - 65 PLN   4 OS. 70 PLN
ZEWNĘTRZNE JACUZZI	30 MIN/1OS. – 20 PLN
SOLARIUM	4MIN / 5 PLN

## ZABIEGI DLA DZIECI

RELAKSACYJNY MASAŻ PLECÓW	20 MINUT / 50 PLN
MALOWANIE PAZNOKCI + MASAŻ DŁONI	30 MINUT / 30 PLN



To czego doświadczą Państwo w SPA & NATURA Hotelu Niedźwiadek to kompedium wieluset lat doświadczenia kultury Dalekiego Wschodu w dbałości o symbiozę zdrowego ciała z umysłem, w połączeniu z rezultatem wielu lat badań prowadzonych przez renomowanych producentów kosmetyków, aby zapewnić najwyższej jakości kosmetyki do naszych zabiegów.

SPA & NATURA Hotelu Niedźwiadek to więcej niż SPA. To niezwykła przygoda dla ciała i duszy. Zapraszamy do korzystania z całorocznego jacuzzi zewnętrznego, do kąpieli w basenie oraz do naszej sauny fińskiej i praowej. Do Państwa dyspozycji oddajemy też salę gym oraz salę do zajęć joggi, fitnessu jak również pomieszczenie do wyciszenia Grotę Polną.

**Ze Strefy Spa można korzystać codziennie w godzinach od 10:00 do 20:00 (zabiegi od 10:00 – 20:00)**

**Rezygnację z zabiegu należy zgłosić najpóźniej 4 godziny przed jego rozpoczęciem, aby uniknąć ponoszenia kosztów zabiegu.**



## Hotel Niedźwiadek

ul. Stolema 2, 83-406 Wdzydze

Recepcja (24h) - tel. +48 58 686 13 13 | kom. +48 691 99 13 33 | [recepcja@hotelniedzwiadek.pl](mailto:recepcja@hotelniedzwiadek.pl)

Centrum SPA - tel. +48 58 686 13 15 | [spa@hotelniedzwiadek.pl](mailto:spa@hotelniedzwiadek.pl)

<https://www.facebook.com/NiedzwiadekSpaNatura>

[www.hotelniedzwiadek.pl](http://www.hotelniedzwiadek.pl)

**&SPA  
WELLNESS**

