

DABAS SPA



Darba laiks:

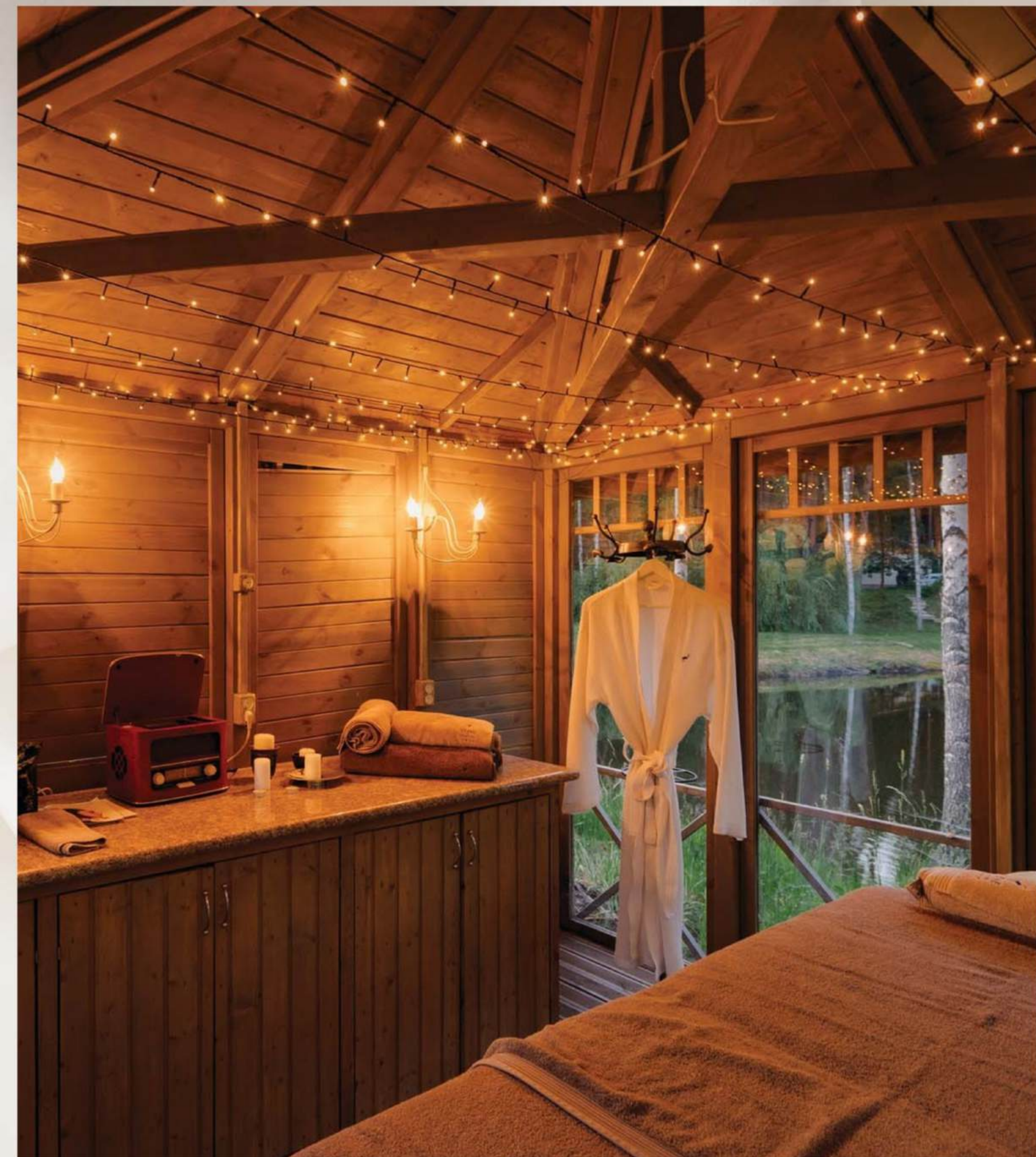
Pirmdiena – Svētdiena

10:00 – 22:00

Tel. rezervācijai: +371 27870037, +371 22013509

Epasts: dabasspa@silene.lv

  @sileneresortandspa



AKTĪVĀS SPA ZONAS APMEKLĒŠANA

(BASEINS SWIM SPA AR HIDROMASĀŽU, SOMU SAUNA UN TURKU PIRTS HAMMAM)



SPA ZONAS APMEKLĒJUMS INDIVIDUĀLS

Pieaugušajiem: 1h - 24€ /pers.;

1,5 h - 36€ /pers.;

2 h - 45€ /pers.;

Bērniem no 4 līdz 12 gadiem:
(līdz 4 gadiem BEZMAKSAS)

1 h - 12€ / pers.;

1,5 h - 18€ /pers.;

2 h - 24€ / pers.

**Bērniem līdz 15 gadu vecumam aktīvās SPA
zonas apmeklējums tikai vecāku pavadībā*

MASĀŽAS

Jaunums! Sejas masāža ādas atjaunošanai
(sejas skrubēšana un dekolte zonas masāža) - 50 € /40 min.

Sejas masāža ādas atjaunošanai apvieno maigu ādas attīrīšanu ar skrubi un relaksējošu masāžu sejai un dekolte zonai, kas uzlabo asinsriti un veicina ādas atjaunošanās procesus. Tā palīdz ādai kļūt gludākai, elastīgākai un piešķir veselīgu mirdzumu

Jaunums! Relaksējoša procedūra mugurai un kājām,
pēdu maska - 70 € /65 min.

Relaksējoša procedūra ietver maigu masāžu, kas mazina muskuļu spriedzi, nogurumu un uzlabo asinsriti. Pēdu maska baro un mīkstina ādu, radot pilnīgas atslābuma un komforta sajūtu visam ķermenim

Jaunums! Ietīšana + sejas masāža - 70 € /75 min

Kopjoša procedūra, kas baro un mitrina ādu, vienlaikus sniedzot dziļu relaksāciju visam ķermenim. Sejas masāža uzlabo ādas tonusu, stimulē asinsriti un piešķir sejai svaigu, starojošu izskatu.

Skrubēšana (skrubi + masāža) - 80 € /85 min.

Procedūra apvieno ādas virsējā slāņa attīrīšanu ar skrubi un stimulējošu ķermeņa masāžu. Tā veicina ādas atjaunošanos, uzlabo asinsriti un padara ādu gludu, mīkstu un starojošu.

Dziļo audu masāža - 75 € /60 min.

Intensīva terapijas tehnika, kas iedarbojas uz dziļākajiem muskuļu un saistaudu slāņiem, atbrīvojot hronisku spriedzi un saspringumu. Tā samazina sāpes un veicina muskuļu atjaunošanos pēc fiziskas slodzes.

Aromamasāža ķermenim ar ēteriskajām eļļām - 65 € /60 min.

Maiga un relaksējoša masāža, kas apvieno pieskāriena terapiju ar aromterapijas iedarbību. Tā mazina stresu, uzlabo emocionālo labsajūtu un baro ādu ar dabīgām, ārstnieciskām vielām.

Relaksējošā kopēja ķermeņa masāža - 60 € /60 min.

Maiga masāža, kas aptver visu ķermeni, palīdzot atbrīvoties no ikdienas stresa un spriedzes. Tā uzlabo asinsriti, veicina dziļu atslābumu un uzlabo miega kvalitāti.

MASĀŽAS

Limfadrenāžas masāža - 60 € /60 min.

Masāžas veids, kas stimulē limfas plūsmu un veicina limfātiskās sistēmas darbību. Tā palīdz samazināt tūsku, attīra organismu no toksīniem un uzlabo ādas veselību.

Vienas zonas masāža - 35 € /30 min.

Koncentrēta masāža, kas tiek veikta tikai vienā ķermeņa daļā, lai mērķtiecīgi mazinātu sāpes vai spriedzi konkrētajā vietā. Tā palīdz uzlabot asinsriti, mazināt muskuļu sasprindzinājumu un paātrināt reģenerāciju izvēlētajā zonā.

Bērnu masāža (4–12 gadiem) - 30 € /30 min.

Maigs un saudzīgs masāžas veids, kas pielāgots bērnu vajadzībām, veicinot viņu relaksāciju un labsajūtu. Tā palīdz stiprināt imūnsistēmu, uzlabo miega kvalitāti un veicina pozitīvu noskaņojumu.





SPA RITUĀLI

SPA rituāls «Pilnīga atjaunošanās» - 100 € /100 min.

SPA rituāls apvieno dažādas masāžas tehnikas un sniedz visaptverošu relaksāciju – no galvas līdz pat kājām. Palīdz atslābināt ķermeni, mazināt spriedzi un atbrīvot prātu no ikdienas rūpēm. Rituāls sākas ar maigu ķermeņa pīlingu, kas attīra ādu un sagatavo to turpmākajām procedūrām. Tam seko dziļi relaksējoša masāža, kas atbrīvo muskuļu saspringumu un veicina iekšējo līdzsvaru. Noslēgumā - ietīšanas procedūra ar barojošiem līdzekļiem, kuras laikā tiek veikta arī nomierinoša sejas vai galvas masāža. Šī ir ne tikai atpūta – tā ir pilnvērtīga atjaunošanās gan ķermenim, gan sajūtām"



DABAS SPA SALA

IGLU SAUNA-2 stundas - 70€ (Līdz 6 pers.)

**tiek piedāvātas pirtsslotas un atpūta tējas namiņā ar svaigi uzvārītu tēju*

DABAS SPA SALA DIVĀM personām - 135 € (katra nākamā persona 40€)

Jūsu atpūtaieklauts:

- Iglu saunas apmeklējums + pirtsslotas pāršanai - 120 min
- Vienas zonas masāža ar losjonu divām personām - 30 min
- Atpūta tējas namiņā
- Alus, uz kodu plate
- Halāts, dvielis, čības
- Wi-Fi

SPA ETIĶETE

- Dabas SPA kompleksa administrācija iesaka savlaicīgi rezervēt SPA procedūras, SPA zonas apmeklēšanu vai citus Dabas SPA pakalpojumus. Ja Jūs nevarat apmeklēt procedūru rezervētajā dienā un laikā, lūdzam savlaicīgi (vismaz 24 stundas iepriekš) informēt par to administratoru telefoniski vai rakstot elektroniski. Mēs laipni piedāvāsim Jums citu dienu un laiku. Nesavlaicīgas atcelšanas gadījumā (mazāk par 3 stundām līdz procedūras sākumam), administrācijai ir tiesības piemērot soda naudu 100% apmērā no rezervācijas vērtības. Mēs iesakām ierasties 10 min pirms rezervētā procedūru laika. Nokavējot SPA procedūras vai pakalpojuma sākuma laiku, tās kopējais ilgums tiek saīsināts uz kavējuma laiku bez jebkādas kompensācijas. Smēķēšana un alkohola lietošana ir stingri aizliegta. Mēs vienmēr priecāsimies redzēt ģimenes ar bērniem, bet aicinām neatstāt bērnus līdz 15 gadiem vienus SPA atpūtas zonā. Par bērniem jaunākiem par 15 gadiem atbild bērnu vecāki vai viņu likumiskie pārstāvji. Dabas SPA procedūras var tikt veiktas bērniem līdz 15 gadiem tikai ar bērnu vecāku vai viņu likumisko pārstāvju piekrišanu.

Gaidām Jūs ciemos Dabas SPA

