

PL



COTTONINA  
HOTEL & MINERAL SPA RESORT

MENU  
SPA

# MINERAL SPA

„Najpiękniejsze są te momenty,  
w których zapominasz o całym świecie  
i po prostu cieszysz się chwilą.”

## ZNACZENIE PIKTOGRAMÓW:



zabieg na ciało



zabieg na twarz



zabieg dla skóry wrażliwej



zabieg dla wegetarian



zabieg dla wegan



zabieg dla aktywnych



zabieg dla kobiet w ciąży



zabieg dla dzieci



kąpiel dla dzieci



prysznic

Ceny zabiegów obowiązują od 01.03.2024 r.





## RYTUAŁY NA CIAŁO

### MOC PEELINGU



Odżywczy, cukrowy peeling do ciała dla skóry wymagającej i wrażliwej, który pobudzi do działania i wprawi w dobry nastrój.

Olej makadamia, masło shea, olej kokosowy i drobinki peelingu uelastyczną, wygładzą skórę pozostawiając miłą i aksamitną film.

40 MINUT / 160 PLN

### INDYJSKA PODRÓŻ



Wyjątkowe połączenie peelingu całego ciała na bazie sezamu i awokado z relaksacyjnym masażem na bazie olejku z indyjskimi przyprawami. Delikatny peeling oczyści i odżywi skórę, a odprężający masaż na oleju przywróci równowagę naszego ciała i umysłu.

50 MINUT / 280 PLN

### POMARAŃCZOWE DELICJE



Wyjątkowy rytuał ciała łączący aromatyczną pomarańczę i cudownie pachnące, złuszczające ziarna kakaowca, które aktywizują metabolizm komórkowy. Wyciąg z pomarańczy bogaty w witaminy A i C tonizuje skórę i zapobiega utlenianiu komórek.

Kryształki soli dokładnie oczyszczają, nawilżają oraz uelastycniają skórę, zaś podgrzane wonne olejki zapewnią skórze odświeżenie i aksamitną gładkość.

60 MINUT / 280 PLN

### JAPOŃSKA WIŚNIA Z WANILIĄ



Zabieg z energetycznym peelingsiem całego ciała na bazie masła shea i ekstraktu z wiśni, który przyspieszy regenerację przesuszonej skóry. Masaż na ciepłym maśle waniliowym zmiękczy skórę i wzmocni jej barierę hydrolipidową.

70 MINUT / 310 PLN

### ZŁOTO KRÓLOWEJ GÓR



Rytuał na ciało z peelingsiem, okładem ciała o właściwościach odmładzających oraz relaksującym masażem na odżywczym oleju jojoba, który wyraźnie ujędrni skórę.

80 MINUT / 390 PLN

### MOC MINERAŁÓW



Rytuał z energetycznym peelingsiem całego ciała na bazie soli morskiej i wody termalnej. Odżywczy okład z szafiru ujędrni i aktywnie remineralizuje skórę. Zwieńczeniem zabiegu jest masaż na antyoksydacyjnym olejku z ekstraktem z malachitu.

90 MINUT / 410 PLN



## LIŚĆ HERBATY



Rewitalizujący rytuał ciała z intensywnym peelingiem na bazie soli morskiej, który działa drenująco i nawilżająco. Bogata maska z efektem rozgrzania, zawierająca zieloną herbatę i owoce cytrusowe, odtruwa organizm. Masaż na odżywczym balsamie z ekstraktem z konopi łagodzi najbardziej wymagającą skórę.

90 MINUT / 410 PLN

## MASAŻE AUTORSKIE

### MOC MANGO



Relaksacyjny masaż pleców na bazie oleju mango, który niweluje spięcia mięśni oraz przynosi w stan głębokiego odprężenia.

25 MINUT / 130 PLN

### TORFOWA POLANA



Silnie odprężający masaż pleców w połączeniu z dobroczynnym, ciepłym okładem z torfu. Odżywia skórę oraz działa antyseptycznie.

40 MINUT / 180 PLN

### SIÓDME NIEBO



Masaż pleców i tylnej części nóg na bazie aromatycznych olejków pobudzający mięśnie i układ krążenia oraz niwelujący napięcia mięśniowo-nerwowe.

40 MINUT / 190 PLN

### AROMATYCZNY RELAKS



Odprężający masaż całego ciała z wykorzystaniem nawilżających, aromatycznych olejków. Zabieg przynosi w stan głębokiego relaksu oraz odprężenia.

50 MINUT / 220 PLN

### JEDWABNE UKOJENIE



Odprężający masaż całego ciała z wykorzystaniem świecy o przyjemnym aromatycznym zapachu, rekomendowany dla osób borykających się z dużą ilością stresu, potrzebujących wyciszenia oraz nawilżenia.

50 MINUT / 240 PLN

### JASPISE W UKOJENIE



Kojący masaż tylnej partii nóg, który przyniesie ulgę, doda lekkości i zapewni uczucie chłodu zmęczonym nogom. Energetyczne właściwości jaspisu zrównoważą pracę gruczołów dokrewnych.

20 MINUT / 100 PLN







## ENERGIA RUBINU



Rozgrzewający i nawilżający masaż całego ciała z wykorzystaniem gorących kamieni. Kojące ciepło przeniesie w świat relaksu, a ciało dozna wzmożonego przepływu energii.

\*w okresie letnim zastrzegamy sobie prawo do odmowy wykonania zabiegu ze względu na wysokie temperatury

50 MINUT / 250 PLN

## ZABIEGI NA TWARZ

### KOJĄCY DOTYK



Relaksujący masaż twarzy z wykorzystaniem intensywnie regenerującego kremu.

Zabieg wygładzający i silnie nawilżający skórę.

25 MINUT / 120 PLN

### SKARBY Z GŁĘBIN



Autorski masaż twarzy oparty na intensywnie nawilżającym kremie i masce, indywidualnie dobranej do potrzeb skóry.

45 MINUT / 180 PLN

### POWER HYALURONIC



Zabieg stworzony w oparciu o mix kwasu hialuronowego o bardzo niskiej i wysokiej masie cząsteczkowej, aby głęboko nawilżyć skórę oraz równocześnie chronić ją przed zbyt szybką utratą wody, spowodowaną przez agresywne czynniki zewnętrzne.

60 MINUT / 300 PLN

### POWER C+



Nowoczesna pielęgnacja skóry zmęczonej nadmiernym działaniem promieni słonecznych oraz zanieczyszczeniem miejskim. Niezwykle skuteczny koktajl składników aktywnych, przeciwdziała suchości skóry, rozjaśnia przebarwienia, zwiększa elastyczność, dodając skórze blasku i podnosząc jej witalność.

60 MINUT / 300 PLN

### POWER OXYGEN



Zabieg, który chroni, wzmacnia i dotlenia skórę ekspozowaną na niekorzystne warunki atmosferyczne oraz zanieczyszczenia miejskie. Kompleks składników aktywnych dobrany z najwyższą starannością, działa dotleniająco na komórki oraz wzmacnia naturalną florę bakteryjną naskórka.

60 MINUT / 300 PLN











## ETERNAL



Regeneruje zmęczoną, pozbawioną jędrności skórę oraz stymuluje produkcję kolagenu i elastyny. Połączenie trzech rodzajów komórek macierzystych oraz maski ceramidowej pozwala przywrócić skórze gęstość i głębokie nawilżenie.

Polecany szczególnie dla skóry odwodnionej, pozbawionej witalności.

60 MINUT / 420 PLN

## CORRECTIVE



Luksusowy zabieg liftingujący nawet głębokie zmarszczki, przywraca skórze jędrność, elastyczność oraz młody wygląd. Stanowi rewelacyjną alternatywę dla zabiegów medycyny estetycznej. Substancje aktywne zawarte w kosmetykach

skutecznie wypełniają zmarszczki i wpływają na mikroskurcze mięśni sprawiając, że skóra jest pięknie wygładzona.

75 MINUT / 500 PLN

# DODATKOWE ZABIEGI

## PEELING KAWITACYJNY\*

Delikatny peeling twarzy przeznaczony dla skóry wrażliwej i naczynkowej.

Zabieg wykonywany przy pomocy urządzenia emitującego ultradźwięki.

\*peeling kawitacyjny wykonywany jest wyłącznie dodatkowo do zabiegu na twarz

15 MINUT / 70 PLN

## OKŁAD BOROWINOWY



Zabieg polegający na obłożeniu bolesnego miejsca borowiną, zawierającą składniki mineralne i organiczne (białka, aminokwasy, bituminy, kwasy huminowe). Okłady działają przeciwbólowo, zmniejszają napięcie mięśni, poprawiają ukrwienie.

20 MINUT / 60 PLN

## DRENAŻ LIMFATYCZNY



Mechaniczna terapia uciskowa kończyn dolnych stymulująca przepływ krwi i limfy w celu zmniejszenia obręzków powysiękowych.

25 MINUT / 70 PLN



## ZABIEGI DLA DZIECI\* I KOBIET W CIĄŻY\*\*

\*zabiegi dla dzieci od 12 miesiąca życia do 11 roku życia

\*\*zabiegi dla kobiet w ciąży od II trymestru

### SKRZYDŁA MOTYLA



Relaksacyjny masaż na owocowym maselku shea dla najmłodszych.

Masto shea jest bogatym źródłem witaminy A i E, idealnie natłuszcza oraz odżywia delikatną skórę dziecka przywracając jej komfort i nawilżenie.

20 MINUT / 110 PLN

### S.O.S. KIDS SPA



Zabieg S.O.S. Kids SPA to specjalistyczny zabieg mający na celu ukojenie i regenerację suchej, wrażliwej, a także alergicznej i atopowej skóry dziecka. Łagodny masaż z wykorzystaniem ziołowego maselka pielęgnacyjnego oraz masła shea ochroni i wzmocni skórę przed czynnikami zewnętrznymi.

40 MINUT / 220 PLN

### WSPANIAŁE OCZEKIWANIE



Relaksacyjny masaż wykonywany na naturalnym, ciepłym maśle shea, które przywraca skórze równowagę hydro lipidową i wprowadza organizm w stan błęgiego ukojenia.

Zrelaksowana mama to także spokojne małżeństwo.

50 MINUT / 220 PLN

### RAJ DLA PRZYSZŁYCH MAM



Subtelna ceremonia dla przyszłych mam rozpoczynająca się delikatnym peelingiem całego ciała w połączeniu z relaksacyjnym masażem na bazie naturalnego oleju migdałowego.

Dziata odprężająco i silnie nawilżająco.

60 MINUT / 290 PLN









## ZABIEGI DLA NASTOLATKÓW\*

\*zabiegi dla dzieci od 12 do 16 roku życia,  
każdy zabieg poprzedza konsultacja kosmetyczna

### ZABIEGI NA TWARZ

#### PURIFYING



Zabieg do cery problematycznej na bazie białej glinki i tlenku cynku skutecznie równoważący wydzielanie sebum. Zawartość kompleksu na bazie bakuchiolu oraz kwasu ursolowego redukuje niedoskonałości.

40 MINUT / 240 PLN

#### SENSITIVE



Regenerujący zabieg stworzony dla cery bardzo wrażliwej i skłonnej do nadreaktywności, wzbogacony neuropeptydami antypodrażnieniowymi i równoważącymi układ obronny. Zawiera witaminę E i F oraz ceramidy.

40 MINUT / 280 PLN

#### SKIN MICROBIOME



Kojący zabieg ratunkowy o niezwykłej mocy nawilżenia, odżywienia i regeneracji dla skóry suchej, wrażliwej. Dzięki zastosowaniu kompleksu prebiotyku i probiotyku oraz kompozycji perfekcyjnie dobranych składników, przywraca skórę fizjologiczną równowagę i wzmacnia naturalne mechanizmy obronne i odporność skóry.

40 MINUT / 230 PLN

### ZABIEGI NA CIAŁO

#### POMARAŃCZOWE LATO



Relaksacyjny masaż pleców na bazie oleju ze słonecznika o wyjątkowym owocowym zapachu.

20 MINUT / 110 PLN

#### OWOCOWY RAJ



Relaksujący masaż tylnej partii ciała na bazie owocowego masła shea rozluźnia mięśnie i niweluje stres. Masło shea jest bogatym źródłem witaminy A i E, idealnie nawilża skórę i pozostawia przyjemny owocowy zapach.

30 MINUT / 140 PLN



## ETYKIETA SPA

1. Prosimy o przyście do Recepcji SPA co najmniej 10 minut przed planowanym zabiegiem, aby mieć czas na przebranie się, wypełnienie ankiety oraz rozmowę z terapeutą. Spóźnienie spowoduje skrócenie czasu zabiegu bez prawa do zniżki.
2. Przed przystąpieniem do zabiegu należy zapoznać się z przeciwwskazaniami. W przypadku braku przeciwwskazań należy podpisać zgodę na wykonanie zabiegu oraz poinformować o wszystkich chorobach i ingerencjach chirurgicznych. W przypadku zatajenia informacji o chorobach stanowiących przeciwwskazanie do zabiegu zastrzegamy sobie prawo do przerwania zabiegu i obciążenia Gościa pełną odpłatnością za zabieg.
3. Goście mający problemy zdrowotne (wysokie ciśnienie, choroby serca) oraz kobiety w ciąży powinny zgłosić ten fakt w Recepcji SPA.
4. Pierwszy trymestr ciąży jest przeciwwskazaniem do wykonywania zabiegów.
5. Wszystkie zmiany dotyczące zabiegów prosimy zgłaszać (mailowo lub osobiście w SPA) najpóźniej 4 godziny przed umówionym terminem zabiegu. Za usługi odwołane później niż 4 godziny przed ich planowanym rozpoczęciem pobierana będzie opłata w wysokości 50% wartości zamówionych usług. W przypadku rezerwacji czasowej (bez wybrania zabiegu) brak odwołania wiąże się z płatnością 150 PLN doliczoną do pokoju.
6. Osoby poniżej 18 roku życia mogą korzystać z zabiegów wyłącznie za pisemnym pozwoleniem rodziców lub opiekunów.
7. Dzieci do 12 roku życia w Recepcji SPA oraz podczas zabiegu muszą być w towarzystwie opiekuna. SPA zastrzega sobie prawo do przerwania zabiegu dla dziecka w przypadku płacchliwości, niechęci dziecka lub jego złego samopoczucia.
8. SPA nie jest obiektem sanatoryjnym, a wykonywane zabiegi są zabiegami pielęgnacyjnymi.
9. Zabiegi wkomponowane w pakiety nie podlegają wymianie na inne. Od pakietu nie udzielamy rabatu. Pakiety i promocje nie sumują się.
10. Czas zabiegów podawany jest z uwzględnieniem czasu przygotowania Gościa do zabiegu oraz prysznicem po zabiegu (jeżeli dany zabieg tego wymaga).
11. Strefa SPA jest strefą ciszy, miejscem relaksu oraz wyciszenia. Prosimy zrezygnować z używania telefonów komórkowych podczas zabiegów oraz zachowania ciszy w Recepcji SPA.
12. Wnoszenie urządzeń rejestrujących dźwięk i obraz oraz rejestrowanie dźwięku lub obrazu na terenie Strefy SPA jest zabronione.
13. W SPA nie podajemy alkoholu - obowiązuje zakaz jego spożywania. Zastrzegamy sobie prawo do odmowy wykonania zabiegu w przypadku, gdy Gość jest pod wpływem alkoholu, narkotyków bądź innych używek lub jest agresywny. W przypadku niewłaściwego zachowania zastrzegamy sobie prawo do przerwania zabiegu i obciążenia Gościa pełną odpłatnością.
14. Panom planującym skorzystanie z zabiegów zaleca się ogolenie twarzy co najmniej 2 godziny przed planowaną wizytą, aby uniknąć podrażnienia skóry.
15. Panie, które zaplanowały zabiegi na całe ciało powinny poddać się depilacji najpóźniej dobę przed umówionym zabiegiem.
16. Większość zabiegów na ciało wykonywana jest bez ubrania. Przed zabiegiem Goście otrzymają jednorazową bieliznę.
17. Ciepły prysznic przed zabiegiem zapewni całkowite odprężenie i zwiększy komfort podczas zabiegu.
18. Zabiegi w SPA wykonywane są przez terapeutów i terapeutki.







**COTTONINA**  
HOTEL & MINERAL SPA RESORT



ul. Sanatoryjna 7  
59-850 Świeradów-Zdrój  
Recepcja Hotelu: +48 75 78 45 500  
[info@cottonina.pl](mailto:info@cottonina.pl)

Recepcja Mineral SPA: +48 75 73 49 659  
0509 nr wew. z pokoju hotelowego  
[spa@cottonina.pl](mailto:spa@cottonina.pl)

[WWW.COTTONINA.PL](http://WWW.COTTONINA.PL)