

# SPA MENY 2021-2022

Gyldig inntil videre fra 17 desember, med forbehold om endringer.

## PRISER RELAX

**Entre 350,-**  
(Hotellgjester 200,-)

**SPALUKSUS 625,-**  
Inkl. Treat yourself, Morgenkåpe & Smoothie  
(Hotellgjester 525,-)

Ved forsinkelse til booket behandling, vil dette trekkes av din tid. Avbestilling må skje seneste 24 timer før booket behandling. Etter dette må behandlingen betales i sin helhet.

## SPAETIKETT

- Gå langsomt og snakk litt roligere enn vanlig.
- Barn til og med 15 år er velkommen i vårt spa under særskilte barnetider. Vi har tilpassede behandlinger for barn.
- Alle behandlinger inkluderer lån av badekåpe, tøfler og håndkle, samt inngang til SPA-området.
- I spa-avdelingen med badstuer og basseng benytter du ditt eget badetøy.
- Under behandling velger du selv om du vil ha eget undertøy på. Ellers får du en engangs variant av oss.
- Ta alltid en dusj før du går inn i spa-avdelingen.
- I våre omkleddingsrom finnes varme dusjer og såpe.
- Av hygieniske årsaker ønsker vi at du sitter på ditt håndkle når du benytter en av våre trebadstuer.
- I dampbadstuen kan du benytte deg av den lett tilgjengelige vann-slangen for å spyle av din sitteplass.
- Kom 15 minutter før booket tid. Da rekker du å roe ned og komme i stemning før din behandling.
- Produktanbefaling inngår alltid i behandling.
- Informer alltid ved booking om det er noe spesielt vi bør vite om det, sykdom, skader, allergi eller graviditet for at vi skal kunne gi deg best mulig behandling.
- Gjester som er påvirket av alkohol eller andre rusmidler behandles ikke.

# BEHANDLINGER

## KROPP

### Shaping 80 min (1755,- fre-søn 1955,-)

Denne behandlingen er en helhetsopplevelse som opprettholder hudens fasthet og kontur. Vi begynner med en helkroppsskrubb, som etterfulgt av en avslappende helkroppsmassasje.

### Shaping 100 min (1995,- fre-søn 2195,-)

I tillegg till Shaping 80 min får du her en oppstrammende bodywrap. Under tiden wrapen virker på huden, får du en herlig og avslappende ansikts-/hodebunnsmassasje.

### BABOR Ocean experience 80 min (1755,- fre-søn 1955,-)

Opplev friskhet fra havet og skjem bort hele kroppen med en energigivende body treatment. Vi starter med en saltpeeling for kroppen som økar sirkulasjonen og tar bort tørr hud. Behandlingen avsluttes med en energigivende helkroppsmassasje.

### BABOR Ocean experience 100 min (1995,- fre-søn 2195,-)

I tillegg till BABOR ocean experience 80 min får du her en mykgjørende og fuktighetsgivende bodywrap. Under tiden wrapen virker får du en herlig og avslappende ansikts-/hodebunnsmassasje.

### Fjellglød 50 min (1255,- fre-lør 1355,-)

En behandling som gir hele deg ny glød og energi. Vi starter med en helkroppsskrubb som fjerner tørre hudceller. Etterfulgt av rens og peeling av ansiktet som avsluttes med en deilig ansiktsmassasje.

### DUOBEHANDLING 80 min (2195, fre-lør 2295,-)

Delt glede er dobbel glede! I vår duobehandling gir vi deg mulighet til å dele en deilig behandling, sammen med noen du liker ekstra godt. Her tilbyr vi to personer behandling i samme rom, sammen med en terapeut. Vi inkluderer juice og fruktfat.

Her bytter man på mykgjørende og varmende bad, med en avslappende rygg og nakkemassasje.

Ønsker dere et glass prosecco kan det legges til for 120,- per glass

## HENDER & FØTTER

### Soft feet 20 min (695,- fre-lør 795,-)

Du får ett varmt og deilig fotbad, etterfulgt av peeling og massasje for å myke opp føttene og gi ny energi.

### Soft hands 20 min (695,- fre-lør 795,-)

Et håndbad, etterfulgt av peeling og massasje av hendene.

---

## MASSASJE (20/50/80 min: 755,-/1095,-/1595,- Fre-lør: 855,-/1195,-/1795,-)

### Classic Massage

En klassisk massasje som tilpasses etter dine ønskemål, for en mer avslappende eller dypere massasje.

### Therapeutic Massage

En mer dyptgående massasje der man har mulighet for å jobbe med mer spesifikke problemområder.

### Aroma Massage

Lett avslappende massasje med velduftende oljer.

### Shiatsu Massage (Kun 50 & 80 min)

En terapeutisk, japansk massasjeform som gjenoppretter din energistrøm og stimulerer kroppens egen evne til naturlig helbredelse. Behandlingen fås med klær på. Kom i myke og følsomme klær, gjerne i naturlige materialer.

### MANA LOMI® (Kun 50 & 80 min)

Mana Lomi®-teknikken er basert på hawaiianske konsepter om å jobbe med "mana" i kroppen, sinnet og sjelen til et individ. Den sentrale filosofien til Mana Lomi® er at hver person er like gudommelig i alle aspekter: kropp, sinn og sjel. Konseptet med å evaluere konstitusjonen for hele personen og finne balansen, lar lomi-utøveren se på hver pasient som et unikt individ.

## ANSIKT/FACE

### KOBIDO or PATH OF BEAUTY 50 min (1195,- fre-lør 1295,-)

Behandlingen starter med rengjøring av ansiktet etterfulgt av en japansk ansiktsmassasje. Massasjen fungerer som et ansiktsløft og får hele kroppen til å slappe av. Dette er en fantastisk behandling om du ønsker å tilføre glød og spenst til huden.

### Fjellro 50 min (1195,- fre-lør 1295,-)

I denne behandlingen har vi hovedfokus på ansikt og hodebunn. Vi starter med en grundig rens av ansikt, hals og décollete. Etterfulgt av en himmelsk ansiktsmassasje og til slutt en avslappende og rogivende hodebunnsmassasje. En behandling som gir glød och fukt til huden.

---

## MAMMA

### Mamma behandlinger

Vi har flere behandlinger som passer bra for deg som er gravid. Din terapeut vil ta vare på deg og omfavne dine ønsker på beste måte. Behandlinger som nærer, fukter og gjør godt for både kropp og sjel.

Fra uke 13 til fødsel kan vi tilby:

- Klassisk massasje 20/50/80 min
- Fjellro 50 min
- KoBido 50 min

---

## BARNESPA

Våre barnebehandlinger passer for barn i alderen 5-17 år:

### Massasje for de yngste 20 min

Myk og avslappende massasje tilpasset små kropper. Onsdag-torsdag 555,- | Fredag-søndag 655,-