



TerraSPA
Wellness-центр

SPA

МЕНЮ

косметология
для лица и тела

парикмахерские услуги
ногтевой сервис массаж

SPA-этикет

ПРЕДЛАГАЕМ ВАМ ОЗНАКОМИТЬСЯ С ПРАВИЛАМИ ЭТИКЕТА, ПРИНЯТЫМИ В НАШЕМ SPA-ЦЕНТРЕ:

- 1.**Рекомендуем Вам всегда заранее записываться на сеанс, чтобы быть уверенными в возможности проведения выбранной Вами процедуры в предпочтительное для Вас время. Записаться на сеанс Вы можете по телефону 8 800 250 3790 или оставив электронную заявку на нашем сайте www.wellness-terraspa.ru. Если по каким-то причинам Вы не можете посетить наш Spa-центр в забронированное время, просим предупредить об отмене визита не менее чем за 2 часа.
- 2.**Просим Вас приходить за 5 минут до назначенного времени, чтобы комфортно подготовиться к началу процедур. Специальная одежда для разных видов процедур, а также тапочки, полотенце и одноразовое белье предлагаются. Указанное в данном прайсе время процедуры включает в себя подготовку к ней (переодевание, приём душа) и непосредственно процедуру.
- 3.**Если вы опаздываете, время процедуры сокращается. Процедуры начинаются и заканчиваются ровно по назначенному времени, чтобы не причинять неудобств следующему клиенту.
- 4.**Перед любыми процедурами нежелательны обильная еда и питье. Специалисты Spa-центра оставляют за собой право отказать в обслуживании лицам в состоянии алкогольного опьянения или при неадекватном поведении.
- 5.**Меры предосторожности: до начала сеанса просим Вас ознакомиться с перечнем возможных противопоказаний, который Вам предоставит администратор, и сообщить специалисту о каких-либо текущих недомоганиях.
- 6.**Напоминаем о необходимости снять украшения и часы, убрав их в свою сумку. Администрация не несет ответственности за вещи, оставленные в кабинетах и местах общего пользования.
- 7.**Для поддержания обстановки релаксации просим Вас отключить мобильные телефоны и другие электронные устройства. Не приветствуются громкие разговоры.
- 8.**Для массажа Вам необходимо будет надеть специальную одежду для тайского массажа или одноразовое нижнее бельё для ойл-массажа и SPA-процедур. В случае дискомфорта во время процедур предупредите специалиста и Вас укроют теплым пледом или выключат кондиционер.
- 9.**В нашем SPA-центре используются натуральные аромамасла, косметика из Малазии, Германии, Греции и Израиля. Если у Вас имеются какие-либо аллергические реакции, сообщите об этом заранее.
- 10.**В нашем SPA-центре эротический массаж, а также услуги интимного характера не оказываются. Массажист имеют право прекратить процедуру.
- 11.**Курение на территории санатория запрещено.
- 12.**Ваше мнение об уровне предоставляемых услуг, замечания или предложения по работе нашего SPA-центра вы можете оставить в Книге отзывов и предложений, которая находится у администратора или на нашем сайте, на странице Отзывы.

**Качество оказываемых услуг и Ваше комфортное состояние -
главные ценности для нас!**

Приём врача-косметолога
(осмотр+консультация)

500 ₹

Аппаратная косметология для лица

Palomar Icon (насадка MAX G)

Фотоомоложение - одна из самых популярнейших процедур в мире, которая применяется против фото-старения. Процедура основана на применении лазера с целевым воздействием на сосуды и пигмент, предназначена для клиентов с эстетическими несовершенствами кожи лица, с целью улучшения её структуры и повышения эластичности.

Лицо /Лицо + шея	13000/15000 ₹
Лицо + шея + декольте	18000 ₹
<u>Лечение сосудов</u>	
Крылья носа /Нос, включая крылья	3000/4000 ₹
Подбородок /Щёки	3500/6000 ₹
Удаление единичного сосудистого образования	1000 ₹
<u>Лечение пигментации</u>	
Щёки /Лоб /Кисти рук/Декольте	6000/5000/5000/8000/ ₹
Подбородок, верхняя губа	4000 ₹
Пигментное пятно 1-2 см	1000 ₹

Вакуумно-микроигольчатый Rf-лифтинг Inus

Является инновационной косметологической процедурой, главная задача которой - омоложение кожи, повышение ее упругости и эластичности. RF-лифтинг проводится на аппарате Inus, в котором используются радиочастотные волны, проникающие в дерму с помощью специальных микроигл с золотым напылением.

Лицо/Лицо + шея	16000/19000 ₹
Лицо + шея + декольте	22000 ₹
Лицо включая область век	22000 ₹
Область глаз	14000 ₹
Шея/Декольте	15000 ₹

Фотодинамическая терапия Heleo4

Процедура, направленная на очищение (детокс) кожи от старых и поврежденных клеток, наличие которых приводит к внешнему старению и воспалениям, основанная на влиянии световых лучей различной направленности. После курса процедур результаты будут ощутимыми и видимыми - это ровный тон лица и гладкая кожа, сужение пор, разглаживание мелких морщин, отсутствие воспалительных элементов.

Лицо/Лицо + декольте (клеточное омоложение)	4500/6000 ₹
Лицо/Лицо + декольте абонемент (3 процедуры)	11400/15000 ₹
Фототерапия 15 мин	1200 ₹
Фототерапия 30 мин	2500 ₹

Трансдермальная мезотерапия Dermadrop

Уникальная методика, благодаря которой сыворотка проникает в дерму на сверхзвуковой скорости под высоким давлением на глубину до 3,5 мм.

Глубокое увлажнение NYAL №10	6000 ₹
Мощный комплекс из низко- и среднемолекулярной гиалуроновой кислоты. Интенсивно увлажняет кожу, разглаживает поверхностные и глубокие морщины.	

Клеточное восстановление CANABOOST	7800 ₹
Премиальная сыворотка с экстрактом масла конопли для глубокого питания и преобразования внешнего вида кожи. Идеальная сыворотка для сухой, повреждённой кожи с признаками старения.	

Омоложение и лифтинг MITOCELL	7300 ₹
Обеспечивает мощное восстановительное действие, способствует синтезу молодого коллагена и эластина, убирает отёки. Увеличивает эластичность кожи и заметно сокращает морщины.	

Обновление и сияние POLAR	6800 ₹
Койевая кислота и витамин С осветляют гиперпигментацию, выравнивают тон и рельеф кожи.	

Фиксированная блокировка BIOBTX	8000 ₹
Антивозрастной двухфазный коктейль на основе пептидов оказывает миорелаксирующее действие, омолаживающее действие, обеспечивает выраженный биоревитализирующий эффект и повышает эластичность.	

Лечение проблемной кожи PRODERM	7300 ₹
Специальный коктейль природных компонентов для подавления воспалительных реакций в коже. Улучшает процессы регенерации, нормализует работу сальных желез. Идеальная сыворотка для проблемной жирной кожи с тенденцией к чувствительности.	

Активная борьба со старением FIGHT	6800 ₹
Сыворотка с мощной комбинацией активных ингредиентов для борьбы с признаками старения кожи. Способствует уменьшению количества морщин, питает и увлажняет кожу.	

✿ дополнение к процедуре DERMADROP для усиления результата - кислородный пилинг (коктейль на основе натуральных альфагидроксикислот (AHA) из фруктовых и растительных экстрактов. Отшелушивает ороговевшие клетки эпидермиса и способствует обновлению кожи).

Кислородный пилинг	2500 ₹
---------------------------	---------------

Гидропилинг Hydra Peel Plus

Великолепная косметологическая процедура, предназначенная для щадящего бережного отшелушивания эпидермиса и увлажнения кожи. Hydra Peel Plus проводят при помощи разового спирального наконечника и набора полезных сывороток, обеспечивающих тканям питание и оптимальное увлажнение.

Лицо/Лицо + шея	4500/4700 ₹
Лицо + шея + декольте	5500 ₹

RF - лифтинг BTL Exilis ultra 360

Первый неинвазивный аппарат в эстетической медицине, сочетающий в себе клинически протестированные технологии RF и ультразвука для одновременного терапевтического воздействия. Аппарат предназначен для подтяжки кожи лица.

Показания:

- изменение овала лица и шеи
- морщины и потеря упругости кожи

Противопоказания:

онкология, беременность, имплантированные электронные устройства (кардиостимуляторы), металлические имплантаты в зоне воздействия, менструация (противопоказаны процедуры в области живота), дерматологические заболевания.

- Периорбитальная область (вокруг глаз)	5000 ₹
- Лицо/Шея/Декольте	8000/4000/4000 ₹
- Лицо и шея / Шея и декольте	11000/7500 ₹
- Лицо, шея и декольте	14000 ₹
- Кисти рук	4500 ₹

Микротоковая процедура Biogenie visage

Французская методика, включающая в себя три фазы: детоксикацию (глубокая очистка тканей), тонизацию (питание) и лифтинг+сыворотка (подтяжка). Процедура восстанавливает, очищает клетки, дает необходимую энергию, а также способствует глубокому питанию и увлажнению.

Лицо + шея + декольте	4500 ₹
-----------------------	--------

Инъекционные процедуры

Мезотерапия кожи головы

Strong Hair Россия	2 мл	3500 ₹
--------------------	------	--------

Биоревитализация

Hyaluform Deep Booster Россия	2 мл	13000 ₹
Hyaluform Lift Booster Россия	2 мл	12000 ₹
Novacutan S и Y Bio Франция	2 мл	14500 ₹
Hyalrepair-02 (область глаз) Россия	1 мл	8500 ₹
Hyalrepair Lips Россия	1 мл	8000 ₹

Биорепарация

Hyalrepair-04 Россия	1,5 мл	13000 ₹
Hyalrepair-08 Россия	1,5 мл	13000 ₹
Collost Micro Россия	5 мл	18000 ₹
Prophilo Италия	2 мл	22000 ₹

Контурная пластика

Belotero Soft Швейцария	1 мл	17000 ₹
Belotero Balance Швейцария	1 мл	17000 ₹
Belotero Lips shape Швейцария	0,6 мл	13500 ₹
Belotero Lips contour Швейцария	0,6 мл	13500 ₹

Stylage M Франция	1 мл	17000 ₹
Stylage L Франция	1 мл	18000 ₹
Stylage XL Франция	1 мл	19000 ₹
Radiesse (векторный лифтинг) Германия	1,5 мл	27000 ₹
Аппликационная анестезия Акриол Про		800 ₹
Канюля	1 шт.	1000 ₹

Ботулинотерапия

Диспорт (1 ед.) Франция	140 ₹
Новокутан БТА (1 ед.) Франция	300 ₹

Программы по уходу за лицом

Интенсивная энергонасыщающая программа с экстрактом элеутерококка Sothys	5200 ₹
---	---------------

защищает и стимулирует энергетические резервы кожи, происходит глубокая детоксикация и очищение, восстановление оптимального функционирования кожи, раскрытие потенциала молодости кожи и возвращение ей жизненной силы и ослепительного внутреннего сияния. После процедуры кожа выглядит свежей, юной и идеально ухоженной.

СПА-люкс уход «Секреты Сотис» Sothys	8700 ₹
---	---------------

Необыкновенный, роскошный ритуал сочетает в себе новейшие достижения биотехнологий, высокую результативность и нежные текстуры. Кожа становится подтянутой, сияющей и более плотной.

Уход за чувствительной кожей Sothys	4500 ₹
--	---------------

Программа на основе термальной воды направлена на снятие раздражения и профилактику его возникновения на коже, склонной к чрезмерной чувствительности.

Интенсивное омоложение Sothys	5500 ₹
--------------------------------------	---------------

Изысканный уход, направленный на борьбу с причинами и признаками старения кожи на основе пептидного комплекса.

Осветление и выравнивание Sothys	5500 ₹
---	---------------

интенсивный уход для выравнивания цвета лица и устранения нежелательной гиперпигментации. Программа, разработанная для любого типа кожи женщин и мужчин с 25 лет, состоит из 7-ми этапов. Комплексное воздействие активных ингредиентов, массажа кистей рук, а также дополнительного аксессуара Ridoki, повышающего результативность профессиональных продуктов, глубоко обновляет и увлажняет кожу, осветляет тон, контролирует гиперпигментацию.

Механическая чистка кожи HolyLand	3850 ₹
--	---------------

Наиболее эффективная процедура очистки пор, после которой кожа максимально готова к любым эстетическим и омолаживающим процедурам.

Механическая чистка кожи+фототерапия 15 мин	4500 ₹
--	---------------

Удаление милиумов до 7 шт.	500 ₹
-----------------------------------	--------------

Удаление милиумов до 15 шт.	1000 ₹
------------------------------------	---------------

Пилинг

BioRePeelC13

Двухфазная технология включает в себя действие уникальной смеси кислот. Выполняет функции глубокого биостимулирования и биоревитализации.

Лицо+шея/Лицо+шея+декольте

4600/7200 ₹

Alpha-Complex 8-12% Holy Land

Поверхностный кислотный пилинг на основе фруктовых кислот. Очищает, выравнивает цвет и текстуру кожи, способствует обновлению эпидермиса.

Лицо+шея/Лицо+шея+декольте

2200/2800 ₹

Lactolan Holy Land

В состав пилинга входит молочная сыворотка, способствующая отшелушиванию ороговевшего слоя кожи.

Лицо+шея/Лицо+шея+декольте

2000/2600 ₹

Массаж, маска для лица

Классический массаж + маска

2500 ₹

Это отличная зарядка для мышц лица. Именно при помощи этой процедуры можно сделать кожу лица свежей и молодой.

Маска кремообразная

800 ₹

Отличный способ увлажнить и улучшить цвет лица.

Маска альгинатная

800 ₹

Создана на основе бурых морских водорослей, обладает уникальным составом и идеальна для любого типа кожи. Укрепляет, подтягивает кожу и сужает поры.

Аппаратная косметология для тела

Rf - лифтинг BTL Exilis ultra 360

Первый неинвазивный аппарат в эстетической медицине, сочетающий в себе клинически протестированные технологии RF и ультразвука для одновременного терапевтического воздействия. Аппарат предназначен для контурной коррекции тела.

Показания:

- локальные жировые отложения на животе, бедрах, ягодицах
- дряблость кожи-возрастная или возникающая после потери веса.

Живот/Бока

6000/5000 ₹

Внутренняя/Внешняя поверхность бёдер

6500/6500 ₹

Передняя/Задняя поверхность бёдер

6500/6500 ₹

Ягодичная область/Спина (зона «бра»)

6000/5000 ₹

Внутренняя поверхность плеч

4000 ₹

Виброкомпрессионный массаж

RSL-Sculpting

Аппаратная процедура, направленная на скульптурирование фигуры и уменьшение целлюлита. Методика представляет собой комбинированное воздействие виброкомпрессии сферами и светодиодной LED-терапии. Красный свет проникает в слои кожи на глубину 4-5мм и ускоряет обмен веществ и циркуляцию крови, насыщая клетки кислородом и питательными компонентами; стимулирует выработку коллагена и эластина.

Результат, который вы получаете:

- улучшение тургора и упругости кожи;
- восстановление мышечного тонуса,
- моделирование фигуры;
- уменьшение видимых признаков целлюлита;
- ускорение метаболизма;
- вывод лишней жидкости и токсинов.

1 процедура/6 процедур (абонемент)

4200/22600 ₹

Прессотерапия Impress

Выполняется при помощи специального оборудования, которое создает эффект «волны давления», улучшая при этом кровообращение и способствуя снятию отечности. Рекомендуемый курс от 7 процедур, ежедневно.

1 процедура	1500 ₹
Абонемент (7 процедур)	8400 ₹

SPA-процедуры для тела

Комплексная программа «SPA терапия» 120 мин: хаммам, скрабирование, обёртывание, бесконтактная ванна «Soft Pack», расслабляющий массаж с элементами стоун терапии, отдых в SPA зоне, чаепитие.	7200 ₹
---	--------

✳️+маска для лица	800 ₹
+ ферментативный пилинг на молочной сыворотке	2000 ₹

SPA-программа «Марокканская сказка» Sothys 60 мин: хаммам, скрабирование всего тела по специальному сиропу для очищения и детоксикации кожи, расслабляющий массаж всего тела по обогащённому маслу фиников и янтаря, благодаря которому кожа получает питание и истинное удовольствие, отдых в SPA-зоне, чаепитие .	5700 ₹
--	--------

SPA-программа «Ханакасуми» Sothys 60 мин: роскошный ритуал, вдохновляющий японскими традициями. На все тело наносится теплый ароматный пилинг «Цветок сакуры». Далее проводится расслабляющий массаж стоп и тела на ароматизированном масле Shea.	5700 ₹
--	--------

Скрабирование	2700 ₹
В результате выравнивается рельеф, улучшается кровоток, что способствует тонизации кожи и ее обновлению.	

Обёртывание	3500 ₹
После процедуры Ваша кожа увлажнится и наполнится энергией, а Вы испытаете истинное удовольствие от приятных ароматов.	
✳️ +в завершении процедуры наносится ароматное масло для тела.	

Массаж травяными мешочками/ горячими камнями 60 мин	2900 ₹
Данный массаж - это прекрасная антистрессовая и мягкая лимфодренажная процедура, которая подарит лёгкость и хорошее настроение.	

Ванна пантовая	2700 ₹
Ванна с добавлением свежемороженой крови марала. Укрепляет иммунитет, повышает работоспособность, выносливость, дарит бодрость и силу.	

Ванна гидромассажная (подводный душ массаж).	1500 ₹
---	--------

Маникюр

Классический обрезной (женский)	1300 ₺
Классический обрезной (мужской)	1500 ₺
Аппаратный (женский)	1300 ₺
Аппаратный (мужской)	1500 ₺
Детский (до 14 лет)	1000 ₺
Подпиливание ногтей	200 ₺

Педикюр

Аппаратный (женский)	2000 ₺
Аппаратный (мужской)	2500 ₺
Частичный (пальцы ног/стопа)	1600 ₺
Обработка ногтевых пластин, пораженных грибком (второй-пятый палец)	200 ₺
Обработка ногтевых пластин, пораженных грибком (первый палец)	300 ₺
Удаление вросшего ногтя	300 ₺
Парафиновое обертывание для ног	1000 ₺

Покрывтие ногтей

Гель-лак	900 ₺
Укрепление ногтей	550 ₺
Снятие гель-лака	300 ₺
Ремонт 1 ногтя (снятие и покрытие гель-лаком)	200 ₺
Покрытие ногтей лаком	300 ₺
Покрытие ногтей сывороткой	200 ₺
Сушка ногтей	100 ₺
Снятие лака	100 ₺

Парикмахерские услуги

Стрижка корот./сред./длин. волосы	1500/1700/2200 ₺
Стрижка челки	450 ₺
Стрижка мужская модельная /двумя насадками/окантовка	1200/800/600 ₺
Стрижка «Барбер»	1700 ₺
Оформление бороды машинкой	500 ₺
Стрижка детская	700 ₺
Полировка волос корот./сред./длин. волосы	900/1100/1200 ₺
Укладка волос феном корот./сред./длин. волосы	1500/1800/2400 ₺
Укладка горячим инструментом сред./длин. волосы	2000/2500 ₺



Окрашивание волос в один тон

короткие волосы	3200 ₹
средние волосы	4300 ₹
длинные волосы	6100 ₹
окрашивание корней до 3 см	2900 ₹
камуфляж седины (мужское окрашивание)	2500 ₹

Тонирование волос (краситель)

короткие волосы	2300 ₹
средние волосы	2800 ₹
длинные волосы	3500 ₹

Мелирование волос

короткие волосы	2300 ₹
средние волосы	3500 ₹
длинные волосы	5300 ₹

Сложное окрашивание волос

средние волосы	6300 ₹
длинные волосы	8000 ₹

Блондирование волос

короткие волосы	2500 ₹
средние волосы	3000 ₹

СПА-уход за кожей головы

«Абсолютное счастье для волос» (Lebel, Япония)
Программа для восстановления волос и кожи головы на молекулярном уровне. Позволяет восстановить окрашенные, химически завитые или выпрямленные волосы, устраняет сухость, ломкость и истонченность.

короткие волосы	3500 ₹
средние волосы	4300 ₹
длинные волосы	5500 ₹
длинные волосы свыше 40 см	6500 ₹
очищение кожи головы	1000 ₹

Контроль выпадения волос (Insight, Италия)

Против перхоти (Insight, Италия)	1200 ₹
	1200 ₹

Массаж тела

Общий (классический) 60/90 мин	3000/4200 ₹
Общий детский (с 7 до 10 лет) 30 мин	2000 ₹
Общий детский (с 11 до 14 лет) 40 мин	2500 ₹
Массаж спины (классический) 30 мин	1700 ₹
Общий лимфодренажный 60 мин	3000 ₹
Классический антицеллюлитный 60 мин	3000 ₹
Воротниковой и плечевой зоны 20 мин	1500 ₹
Миофасциальный с обработкой триггеров 40 мин	2500 ₹
Дренаж верхних конечностей 30 мин	1700 ₹
Дренаж нижних конечностей 30 мин	1700 ₹
Массаж стоп 30 мин	1700 ₹
Массаж кистей 30 мин	1700 ₹
Массаж шейно-грудного отдела позвоночника 30 мин	1700 ₹
Массаж пояснично-крестцовой области 30 мин	1700 ₹
Массаж грудной клетки 30 мин	1700 ₹
Антистрессовый массаж головы 20 мин	1500 ₹
Массаж в 4 руки с поющими чашами 60/90мин	4700/6200 ₹
Интегративная система мануальной эстетической коррекции фигуры «Лепка»	
Общее / 90 мин. Бёдра/живот 60 мин	4400 ₹/3200 ₹

Тайский массаж тела

Традиционный 60 мин Прорабатываются ноги, живот, руки, спина.	2900 ₹
Традиционный 90 мин Прорабатываются ноги, живот, руки, спина, голова.	4000 ₹
Традиционный 120 мин Прорабатываются ноги, живот, руки, спина, голова. Активация потока энергии по системе SENSIB.	5300 ₹
Традиционный детский (от 11 до 14 лет) 40 мин	2500 ₹
Традиционный нижних конечностей 45 мин	2500 ₹
Традиционный верхнего плечевого пояса и головы 30 мин	2000 ₹
Традиционный спины 30 мин	2000 ₹
Тайский масляный стретч-массаж на мате 60/90 мин	2900/4000 ₹
Тайский маслянный арома-массаж 60/90 мин Прорабатываются спина, ноги, стопы, руки, живот, плечи, шея и голова. Эффективный способ релаксации для тех, кто испытывает стрессы и страдает от бессонницы.	2900/4000 ₹
Тайский масляный арома-массаж с травяными мешочками/с бамбуковыми вениками/с поющей чашей 90 мин	4000 ₹
Тайский маслянный арома-массаж детский (11-14 лет) 40 мин	2500 ₹
Тайский массаж стоп (Foot - массаж) 60 мин Комфортная, расслабляющая, оздоравливающая процедура, при помощи специальной массажной выполняется при помощи палочки, которая обеспечивает более глубокое воздействие на рефлексорные точки стопы.	2900 ₹
Тайский массаж стоп детский (от 11 до 14 лет) 40 мин	2500 ₹
Трансовый массаж головы (Бирманский) 30 мин Мягкая техника массажа головы, шейно-воротниковой зоны и паравертебральных зон. Устраняет усталость, мышечное напряжение, снимает головную боль, нейтрализует стрессовые состояния.	2000 ₹
Трансовый массаж головы + Foot - массаж 90 мин	4200 ₹
Тайский абдоминальный массаж живота 60/90 мин Мягкая и глубокая техника работы с внутренними органами в сочетании с прогреванием горячими травяными мешочками.	2900/4000 ₹
Абдоминальная акупрессура живота 60 мин Массаж внутренних органов через переднюю брюшную стенку, используя приемы обдавливания и сдвигания.	2900 ₹
Relax-массаж с поющими китайскими шарами 60 мин Благодаря 48 тональным вибрациям поющие шары проходят по меридианам тела и биологически активным точкам, доставляя ни с чем несравнимые ощущения.	2900 ₹
Ребозо-массаж 45 мин Безконтактный вибрационный массаж с помощью Rebozo шарфа. Помогает расслабиться, улучшает кровообращение и лимфоток. Запускает механизмы самовосстановления организма.	2900 ₹
Тайский структурный массаж кистей 60/90 мин Оказывает глубокое расслабление на организм, снимает усталость рук, застойные явления, накопившееся напряжение.	2900/4000 ₹

Мини-сауна

Мини-сауна Фито-паровая

1000 ₹

Обладает противовоспалительным, успокаивающим действием. Способствует выведению шлаков и токсинов. Стимулирует и укрепляет обмен веществ.

Мини-сауна Панто-паровая

1300 ₹

Повышает физическую работоспособность, выносливость, укрепляет иммунитет, восстанавливает половую функцию, оказывает укрепляющее воздействие на сердечно-сосудистую систему. В мини-сауне используется свежемороженые панты алтайского марала.

Плавательный бассейн с термальным комплексом

Это водно-оздоровительный комплекс с чистой водой, средней температурой 27 °С, включающий в себя две 27-ми метровые плавательные дорожки, каскадный душ, гидро- и аэромассажные зоны, термальную зону, фито-бар, а также место для занятий аква-аэробикой. Всё это подарит Вам заряд положительных эмоций, а так же прекрасное настроение и самочувствие.

Финская сауна

Классическая суховоздушная баня с температурой от 80° до 110°С. Сочетание сухого горячего воздуха и тепло нагретых камней способствует выведению вредных веществ, тренирует сосуды, очищает кожу, уменьшает утомление, расслабляет мышцы и вызывает приятное чувство свежести и бодрости.

Римская сауна

Представляет собой парильное помещение с подогреваемыми мраморными лежаками и полом, декорированные мозаичным орнаментом. Римская сауна заполнена влажным (100%) паром, при температуре воздуха 45°С. Тепло сауны благоприятно воздействует на сердечно-сосудистую, дыхательную и эндокринную системы.

Хаммам - традиционная турецкая баня

Это отличная альтернатива для тех, кто плохо переносит сухой пар. Паровая «комната» имеет влажную, расслабляющую «атмосферу», тело нагревается медленно, что «мягко» усиливает кровообращение и ускоряет вывод токсинов и очищение организма. Температура в хаммаме 45°С.

1 посещение (взрослые)

600 ₹

1 посещение (дети с 4 до 12 лет)

500 ₹

1 посещение (дети до 4х лет)

0 ₹

Абонемент (5 часов)

2700 ₹

В фито-баре бассейна вы можете насладиться ароматным чаем из алтайских трав и горным медом.

Сеансы экзозвука

Рекомендованы при: накопленном стрессе, постковидной реабилитации, хронической усталости, состоянии тревожности, повышенной возбудимости, плохом сне или бессоннице, сниженном жизненном тонусе, психосоматических заболеваниях.

Сеансы Экзозвука – это мягкий, безопасный и эффективный способ расслабления, отдыха, гармонизации и психогигиены, восполнения уровня микровибраций, поэтому они станут хорошим дополнением к любой лечебной или оздоровительной программе, чтобы восстановление вашего здоровья происходило быстрее и приятнее!

Для вас будут вживую звучать уникальные инструменты: тибетские и кварцевые поющие чаши, гонги, ханг, трубчатая афра, плоские колокола-била, гусли, монохорд и др. Они обладают определенной гармоничной настройкой, обертоновой насыщенностью и полезными вибрациями.

Сеансы выполняются бесконтактным и контактным методом:

Бесконтактный метод - «звуковая ванна» - это релакс-сеанс, во время которого вокруг слушателя создается звуко-резонансное пространство, насыщенное живительными вибрациями, обертонами, ритмами и мелодиями для достижения глубинного расслабления, перезагрузки и обновления.

Контактный метод - звуковибрационный «массаж» - в дополнении к «звуковой ванне» специальные «массажные» поющие чаши, телесные камертоны и другие инструменты устанавливаются на разные участки тела и звучат. Они плавно перемещаются по телу, напитывая каждую клеточку полезными микровибрациями. Эта методика эффективно балансирует энергетику, расслабляет мышцы и внутренние органы, мягко воздействует на акупунктурные точки, активизирует очистительные и восстановительные процессы, успокаивает ум, нормализует эмоциональное состояние, настраивает на полную гармонию и целостность. И это очень приятная процедура! Её особенность в том, что слушатель тактильно чувствует исцеляющий Звук всем своим телом, в каждой клеточке!

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ СЕАНСЫ (для 1 человека):

«Звуковая ванна» (бесконтактный метод) 20/45 мин 2000/3000 ₽

«Звуковибрационный «массаж» (контактный метод) 45/60 мин 3000/4000 ₽

VIP-сеанс «Звуковибрационный тюнинг» 90 мин 5500 ₽

(контактный метод), проводят одновременно 2 мастера в 4 руки; включает компьютерную пульсовую диагностику чакр на АПК «ВедаПульс»

Курс «Антистресс» из 3 сеансов «Звуковая ванна» 3x30 мин 5400 ₽

Курс «Полный резонанс» из 3 сеансов звуковибрационного «массажа» 3x45 мин 8100 ₽

ГРУППОВЫЕ СЕАНСЫ (от 2 до 7 человек):

Парный сеанс «Гармония» (бесконтактный метод, 30/45 мин 3000/4000 ₽

по желанию дополняется элементом контактного

«массажа» большой поющей чашей на животе)

- для 2х человек, стоимость указана за пару.

Семейный сеанс (бесконтактный метод) 30 мин 1000 ₽

- для 2-4 человек (родители с детьми до 12 лет),

стоимость указана за человека.

Групповой сеанс «На волнах звука» 60 мин 1500 ₽

(бесконтактный метод)

- проходит по субботам в 19:30,

- для группы 3-7 человек, стоимость указана человека.

Заранее запишитесь на сеанс!

В продаже имеются
подарочные сертификаты
на 2000, 3000, 5000, 10000₽

Алтайский край, г. Белокуриха,
ул. Славского, 34
www.wellness-terraspa.ru

Имеются противопоказания,
необходимо проконсультироваться
со специалистом.