



SUBTELNY  
*Relaks*  
— SPA ★★★★★

# SUBTELNY RELAKS

## WELLNESS & SPA

---



## ETYKIETA SPA SUBTELNY RELAKS



Na zabiegi prosimy o przybycie z 10-minutowym wyprzedzeniem. Spóźnienie się na zabieg może skutkować odpowiednim skróceniem czasu trwania zabiegu bez możliwości obniżenia jego ceny

W przypadku konieczności zmiany lub anulowania zabiegu prosimy o kontakt 12 godzin przed planowanym zabiegiem. Późniejsza anulacja zabiegu może skutkować pobraniem opłaty w wysokości 100% wartości zabiegu

Niewykorzystanie zarezerwowanego zabiegu w ramach pakietu lub vouchera nie wiąże się ze zwrotem gotówki



Zalecamy pozostawienie biżuterii poza strefą Spa. W przypadku jej posiadania gość może zostać poproszony o jej zdjęcie do zabiegu. Wellness&Spa nie odpowiada za przedmioty wartościowe pozostawione w gabinecie i całej strefie Spa.



Wellness&Spa jest strefą relaksu. Uprasza się o zachowanie ciszy i nieużywanie telefonów komórkowych. Zabrania się głośnego i nieodpowiedniego zachowania wpływającego na zakłócenie przebiegu zabiegów w Spa i Strefie Relaksu



Na terenie strefy obowiązuje całkowity zakaz palenia tytoniu, wyrobów podobnych oraz spożywania napojów alkoholowych. Nieodpowiednie zachowanie, m.in. spowodowane spożyciem alkoholu lub innych środków odurzających, może skutkować prośbą o opuszczenie strefy Spa.



W przypadku posiadania przeciwwskazań zdrowotnych, w tym ciąży, do wykonania zabiegów prosimy o natychmiastowe poinformowanie o tym personel Spa. W przypadku zatajenia, Spa nie ponosi odpowiedzialności za negatywne skutki zabiegu



Bezpośrednio przed zabiegami zalecamy unikania intensywnej kąpieli słonecznych, spożywania obfitych posiłków oraz spożywania alkoholu. Po zabiegach zapraszamy do strefy relaksu w celu odpoczynku, a także do zakupu kosmetyków w celu kontynuacji terapii w domu tak, aby przedłużyć efekty uzyskane po zabiegach.



Do zabiegu proponujemy przebrać się w szlafrok przygotowany dla Państwa przez personel Wellness&Spa.



Hotel zastrzega sobie możliwość zmiany cen i godzin otwarcia Wellness&Spa.

## REGULAMIN ANULACJI ZABIEGÓW

Istnieje możliwość bezkosztowej anulacji zabiegu na 12 godzin przed planowaną godziną jego rozpoczęcia.

Hotel zastrzega sobie prawo do obciążenia Państwa 40% wartości ceny zabiegu w przypadku anulowania zabiegu na 5 godzin przed rozpoczęciem

wizyty oraz 70% ceny wartości zabiegu jeżeli anulacja nastąpi w krótszym czasie niż 5 godzin.

W przypadku nieodwołania zabiegu, do rachunku hotelowego zostanie naliczona Państwu wartość 80% ceny zabiegu.





Zadbaj o swoje dobre samopoczucie i odpręż się z nami.  
Pozwól sobie na chwilę odpoczynku w wyjątkowej  
atmosferze i poczuj niepowtarzalny klimat oraz  
najwyższa jakość usług.

### WELLNESS & SPA W HOTELU POLESIE

zaprasza gości w godzinach:  
od poniedziałku do niedzieli: 12:00-22:00  
Rezerwacje na zabiegi rekomendujemy dokonać  
z wyprzedzeniem kontaktując się z nami:  
telefon do recepcji hotelu: 83-355-98-55  
e-mail: [info@hotelpolesie.pl](mailto:info@hotelpolesie.pl)

### KOSMETYKA TWARZY SKEYNDOR

Tam, gdzie natura spotyka się z najnowszą technologią  
Hiszpańska marka kosmetyków SKEYNDOR już od ponad  
50 lat tworzy przyszłość branży kosmetycznej,  
wprowadzając na rynek produkty wyznaczające kierunki  
rozwoju na całym świecie, kosmetyki o unikalnych,  
zaawansowanych składach. Cechą charakterystyczną  
marki są ekskluzywne receptury oparte o najnowsze  
badania naukowe oraz wyselekcjonowane substancje  
kosmetyczne o szerokim spektrum działania,  
gwarantujące skuteczność pielęgnacji.



# ZABIEGI PIELEGNACYJNE NA TWARZ

---

## POWER HIALURONIC 290zł

Zabieg intensywnie nawilżający na bazie kwasu hialuronowego. Zabieg stworzony w oparciu o mix kwasu hialuronowego, aby głęboko nawilżyć skórę oraz równocześnie chronić ją przed zbyt wczesną utratą wody, spowodowaną przez agresywne czynniki zewnętrzne.

## POWER C+ 290zł

Zabieg energetyzujący, rozświetlający i antyoksydacyjny. Zabieg wykorzystujący intensywne działanie witaminy C oraz owoców granatu i jagód Acai.

Zabieg przeznaczony jest dla skóry dotkniętej fotostarzeniem, poszarzałej oraz tzw. "skóry palacza". Intensywnie rozjaśnia, uszczelnia rozszerzone naczynia oraz wspomaga wytwarzanie nowego kolagenu, działając przeciw starzeniu.

## CORRECTIVE 420zł

Zabieg z efektem botox-like, a przeprowadza się go bez użycia igły. - Procedura zawiera specjalne składniki aktywne - peptydy dermoliftingujące - substancje zapewniające intensywny i trwały efekt rozkurczający, bo naśladujące działanie botoxu. Zabieg ma wygładzić skórę, delikatnie wypełnić zmarszczki, a także zapewnić skórze nawilżenie i promienny wygląd. Efekty utrzymują się od kilku do kilkunastu dni, ponieważ to zależy od wyjściowego stanu skóry.

## AQUATHERM 310zł

Zabieg nawilżająco-kojący dla skór wrażliwych i naczynkowych. AQUATHERM to gama produktów powstałych na bazie wody termalnej pochodzącej ze źródła Salies-de-Béarn w Pirenejach francuskich. Jej codzienne stosowanie umożliwia normalizację skóry wrażliwej, poprzez przywrócenie równowagi metabolizmu naskórka oraz funkcji obronnych skóry, które chronią ją przed szkodliwym działaniem środowiska. Specjalnie wyselekcjonowane, ze względu na swoją wysoką tolerancję substancje aktywne, pozwalają na poprawę komfortu skóry oraz pomagają zredukować zaczerwienienia i uczucie podrażnienia

Rezerwacja terminów

83-355-98-55



## GLOBAL LIFT 390zł

Intensywny zabieg liftingujący oraz ujędrniający dla każdego rodzaju skóry ze wskazaniem dla skóry z oznakami fotostarzenia oraz skłonnej do wiotczenia. Analiza skóry odbywa się przed zabiegiem, na jej podstawie nasz wykwalifikowany personel dobiera odpowiedni rodzaj programu. Global lift to nowa strategia anti-age, osiągająca niezwykle efekt pełnego liftingu, dzięki któremu przywrócimy prawidłowy kształt owalu twarzy oraz poprawimy strukturę tkanki podskórnej bez używania skalpela.

## ETERNAL 380zł

Intensywna pielęgnacja anti-aging, która wykorzystuje komórki macierzyste ze szwajcarskiej jabłoni Uttwiler Spatlauber, aby regenerować i odnawiać skórę. Działa odżywczo i ujędrniająco, sprawiając, że skóra staje się gęstsza, bardziej nawilżona i elastyczna. Jest przeznaczony dla skóry po 30. roku życia, szczególnie tej odwodnionej i pozbawionej witalności.

## ZABIEG ROZŚWIETLĄCY Z MASKĄ ALGOWĄ 210zł

Odpoczynek pod taką maską to wyjątkowa uczta dla suchej i wrażliwej skóry, regeneruje ją oraz zapobiegająca procesom starzenia. Algi zawierają niezwykle bogactwo potrzebnych do prawidłowego funkcjonowania skóry substancji organicznych: aminokwasów, protein, węglowodanów oraz składników nieorganicznych, w postaci niezbędnych pierwiastków. Dzięki wzbogaconej o witaminę C formule, maska algowa skutecznie zwalcza zmarszczki i zmiany naczyniowe. Przeciwzapalne, przeciwbakteryjne i przeciwwirusowe właściwości alg sprawiają, że dobrze sprawdzają się one w pielęgnacji cer problematycznych, trądzikowych, z atopowym zapaleniem skóry, łuszczycą, trądzikiem różowatym. Efekty działania takich produktów są szybkie a co najważniejsze naturalne i bezpieczne dla naszego zdrowia.

Rezerwacja terminów

83-355-98-55



## ZABIEGI PIELEGNACYJNE NA DŁONIE

---

### JEDWABISTE DŁONIE 110zł

Zabieg Jedwabiste dłonie jest kilkietapowym seansem pielęgnacyjnym, znacznie poprawiającym stan skóry dłoni, która codziennie poddawana jest szkodliwemu działaniu środków chemicznych oraz działaniu czynników atmosferycznych. Połączenie odżywczego masła shea z mieszanką oleju macadamia z olejem z pestek winogron pozostawia skórę dłoni miękką, rozświetloną i aksamitnie gładką. Efekty zabiegu: Nawilżenie i wygładzenie skóry, pobudzenie skóry do regeneracji, przywrócenie skórze świeżości, elastyczności i jędrności, wyrównanie kolorytu.

## ZABIEGI PIELEGNACYJNE NA STOPY

---

### RAJ DLA STÓP 180zł

Stopy niosą nas przez całe życie, dlatego należy im się chwila wytchnienia. Orzeźwiająco-regenerujący zabieg polega na zrelaksowaniu mięśni, poprawie krążenia, a przede wszystkim doskonałym odżywieniu skóry stóp. Rozpoczyna się kąpielą stóp z dodatkiem orzeźwiającej soli morskiej. Użycie peelingu w wybranej nucie zapachowej oczyści i wygładzi skórę, pozostawiając ją miękką i delikatną. Nałożenie głęboko regenerującego masła przyniesie uczucie odświeżenia, a masaż rozluźniający zredukuje napięcie mięśniowe.

### MAVEX 220zł

Profesjonalny zabieg dla pięknych stóp. Calluspeeling to ekspresowy zabieg kosmetyczny, który w przyjemny sposób pozwala na nowo odryć piękno stóp i zapewnić im wyjątkową miękkość. Polecane osobom, pragnącym całkowitej eliminacji zrogowaceń, pęknięć i odcisków.

Rezerwacja terminów

83-355-98-55



# MASAŻE

---

## MASAŻ RELAKSACYJNY CAŁOŚCIOWY 320zł

Wykorzystywany w celu rozluźnienia mięśni, poprawienia ukrwienia skóry, zwiększa elastyczność i sprężystość mięśni.

## MASAŻ RELAKSACYJNY CZĘŚCIOWY 150zł

Proponujemy Państwu masaż wykonywany specjalną techniką z użyciem czułych dłoni terapeuty. Zabieg ten działa kojąco na zmysły, łagodzi napięcia mięśniowe, likwiduje stres i niepokój, uelastycznia i poprawia krążenie krwi.

## MASAŻ CZEKOLADOWY 340zł

Silnie odprężający i regenerujący zabieg, wykonywany przy użyciu czekolady, która odpowiada za poprawę krążenia krwi, redukcję nadmiaru tkanki tłuszczowej oraz zmniejszenie widoczności cellulitu. Ponadto czekolada zawiera wiele cennych składników, wśród których należy wymienić witaminy B, A i E, magnez czy polifenole, które są silnymi przeciwutleniaczami. Polecamy osobom poszukującym pełnego odprężenia i relaksu.

## MASAŻ DLA KOBIEC W CIĄŻY CZĘŚCIOWY 190zł

Masaż dla Kobiet w ciąży w zabiegu mogą uczestniczyć Panie pomiędzy 3, a 9 miesiącem ciąży (od 13 do 36 tygodnia), ciąża musi przebiegać prawidłowo, nie może być przeciwwskazań medycznych do masażu. Intensywny, głęboki masaż nastawiony na rozluźnienie mięśni krzyżowo-lędźwiowych i przykręgosłupowych wzdłuż całego kręgosłupa oraz mięśni karku i szyi. Doskonały na bolące, napięte mięśnie oraz jako relaks po ciężkim dniu.

Rezerwacja terminów

83-355-98-55



# KĄPIELE

---

## KĄPIEL PIWNA Z HYDROMASAŻEM 160zł

Połączenie wanny do hydromasażu i mieszanki na bazie drożdży, chmielu i słodu, w odpowiedniej temperaturze traktowane jest jako terapia. Kąpiel w piwie pobudza krążenie krwi, obniża jej ciśnienie i powoduje zachowanie energii i witalności.

## NAILŻAJĄCA KĄPIEL Z AUTOPEELINGIEM 170zł

Zabieg na całe ciało ma działanie odżywczo-regenerujące. Peeling oczyści skórę czyniąc ją gładką, miękką i nawilżoną.

## ZABIEGI LECZNICZE I WYSZCZUPLAJĄCE NA CIAŁO

---

### SLIM DRONE DRENAŻ 300zł

Profesjonalny zabieg drenujący na ciało. Zawiera technologię drona kosmetycznego, dla skoncentrowanego działania i widocznych rezultatów. Ma działanie drenujące i ujędrniające oraz redukuje cellulit twardy.

### TERAPIA MANUALNA FIZJOTERAPEUTY 230zł

(konsultacja+ terapia) – Godzinne spotkanie z fizjoterapeutą wraz z doborem odpowiedniej terapii i wykonaniem jej.

### ZIOŁOWA KĄPIEL DLA ZMĘCZONYCH I ZESTRESOWANYCH 150zł

Zabieg oczyszczająco-wygładzający na bazie białej glinki, bogaty w krzemionkę, sole mineralne i mikroelementy. Doskonale regeneruje, łagodzi podrażnienia, stymuluje odnowę komórkową a jednocześnie odświeża skórę.

### SLIM DRONE UJĘDRNIAJĄCY 300zł

Profesjonalny zabieg ujędrniający na ciało. Zawiera technologię drona kosmetycznego, dla skoncentrowanego działania i widocznych rezultatów. Ma działanie ujędrniające skórę oraz redukuje cellulit miękki.

Rezerwacja terminów

83-355-98-55



# ZABIEGI NA CIAŁO NA LEŻANCIE SOFT-PACK

---

## BALSAM NA LEŻANCIE SOFT-PACK 120zł

Relaksujący wyjątkowo luksusowy zabieg z balsamem posiadającym substancje biologiczne czynne pozostawiając na skórze długotrwałe nawilżenie. Skóra stanie się jędrna i elastyczna dzięki tworzącej się okluzji. Maska odżywi ciało oraz ukoi skórę od napięć.

## PEELING CIAŁA Z ODŻYWCZĄ MASKĄ SOFT-PACK JAPONIA, KARAIBY, WŁOCHY 240zł

Relaksujący zabieg z peelingiem i balsamem posiadającym bardzo dużo substancji biologicznie czynnych, pozostawi na skórze długotrwałe nawilżenie. Skóra stanie się jędrna i elastyczna dzięki tworzącej się okluzji. Maska odżywi ciało oraz ukoi skórę od napięć.

## SZAFIROWY DOTYK ODNOWY 340zł

Zabieg rozpoczyna się powitalnym rytuałem połączonym z aromaterapią, usuwając negatywną energię i dającą natychmiastowe poczucie odprężenia. W dalszej kolejności wykonywany jest peeling solny, wykazujący działanie eksfoliacyjne, odświeżające i energizujące. Peeling ten zawiera wodę termalną ze źródła Salies de Bearn, słynącą z wysokiej zawartości składników mineralnych i regenerujących skórę.

Następnie na ciało aplikowana jest energizująca maska do ciała z pyłem szafirowym. Ta delikatna maska o aksamitnej teksturze przywraca witalność i tonizuje skórę, a także uwalnia napięcie mięśni.

Na zakończenie wykonywany jest masaż tyłu ciała, wzbogacony o oliwkę z malachitem, która przywraca energię i harmonię umysłu, oraz nadaje skórze blasku.

## SŁODKA POMARAŃCZA - PEELING I MASAŻ ŚWIECĄ 320zł

To idealny rytuał dla głębokiego relaksu i regeneracji ciała. Zabieg rozpoczyna się peelingiem całego ciała o zapachu słodkiej pomarańczy, który delikatnie złuszcza naskórek, wygładza skórę i poprawia jej koloryt. Następnie wykonywany jest masaż ciepłym woskiem ze świecy, bogatym w naturalne olejki i masła roślinne.

Ciepło rozluźnia mięśnie, a skóra staje się miękka, nawilżona i promienna.

Rezerwacja terminów

83-355-98-55



# ZABIEGI RELAKSACYJNE NA TWARZ I GŁOWĘ

---

## RELAKSACYJNY MASAŻ TWARZY, SZYI I DEKOLTU 140zł

Odprężający masaż twarzy ma na celu pobudzenie krążenia oraz rozluźnienie napięć. Dodatkowo przygotowuje skórę do dalszych terapii. Zawartość wosku pszczelego oraz olejków roślinnych.

# ZABIEGI DLA MEŹCZYŹN

---

## PEELING PIWNY z maską 200zł

Podczas wykonywania zabiegu łagodnie usuwany jest szorstki i suchy naskórek. Dzięki wykorzystaniu kompozycji witamin, minerałów oraz pestek moreli skóra nabiera jędrności i gładkości. Pantenol i gliceryna użyta podczas zabiegu ma regeneracyjny wpływ na skórę. Peeling jest idealnym zabiegiem przygotowującym ciało do innych zabiegów.

## MEŃSKI RELAKS 250zł

Połączenie odżywczej i mocno nawilżającej mocy masła Shea z regenerującym masażem. Receptura, jego zastosowanie daje efekt odżywienia i uelastycznienia męskiej skóry. Dodatkowo koi zmysły męskim zapachem.

# ZABIEGI DLA DZIECI

---

## MASAŻ PLECÓW DLA DZIECI 140zł

Lekki odprężający masaż pleców z użyciem masełka o niesamowitym zapachu. Zabieg przede wszystkim sprawi małemu Gościowi frajdę, nada miękkości jego ciału, odżywi, nawilży i natłuści skórę. Poprawi samopoczucie, odpręży napięte mięśnie.

## CZEKOLADOWE MARZENIE 160zł

Dzieci i czekolada to niepowtarzalne połączenie, kojarzące się z dobrą zabawą. Apetyczny i aromatyczny masaż pleców na bazie naturalnej gorzkiej czekolady to podróż do dziecięcych marzeń o świecie z czekolady.

Rezerwacja terminów

83-355-98-55



# NOWOŚĆ

---

## MASAŻ CAŁOŚCIOWY DLA DWOJGA 610zł

Ten rytuał to idealny sposób, aby zatrzymać się na moment, odnaleźć harmonię oraz zadbać o ciało i umysł w towarzystwie bliskiej osoby.

Zabieg wykonywany jest równocześnie w jednym gabinecie, w kameralnej atmosferze, przy nastrojowej muzyce i subtelnym aromacie olejków. Do masażu wykorzystujemy odżywcze, naturalne oleje, które nawilżają i wygładzają skórę, a odpowiednio dobrane techniki pomagają rozluźnić mięśnie, poprawić krążenie i głęboko odprężyć całe ciało.

## KĄPIEL NAWILŻAJĄCA DLA DWOJGA 290 zł

Zanurczcie się w wyjątkowym rytuale nawilżającej kąpieli stworzonej z myślą o dwojgu. To idealny sposób, aby wspólnie odpocząć, zrelaksować się i otoczyć ciało pielęgnującą, aromatyczną esencją naturalnych ekstraktów.

Kąpiel odbywa się w kameralnym, przytulnym wnętrzu, przy blasku świec oraz subtelnej muzyce, sprzyjającej całkowitemu odprężeniu. Specjalnie dobrane składniki kąpielowe intensywnie nawilżają skórę, łagodzą napięcia i pozostawiają ciało jedwabiście gładkie, a zmysły otulone kojącym zapachem.

## KRYTUAŁ DLA DWOJGA, AUTOPEELING W SAUNIE + KĄPIEL Z LAMPKĄ WINA 500zł

Rytuał rozpoczyna się w saunie, gdzie ciepło otula ciało i przygotowuje skórę do autopeelingu. Otrzymacie naturalne, aromatyczne peelingi, które delikatnie złuszczą naskórek, wygładzają skórę i pobudzają krążenie. Wspólna pielęgnacja w saunie to nie tylko przyjemność, ale także wyjątkowy sposób na spędzenie relaksujących chwil.

Po saunie czeka na Was odprężająca kąpiel — aromatyczna, ciepła i pełna odżywiających składników. W połączeniu z lampką wina tworzy atmosferę luksusu i romantycznego relaksu, pozwalając cieszyć się spokojem i bliskością.

Rezerwacja terminów

83-355-98-55



# ZABIEGI POPRAWY JAKOŚCI SKÓRY

---

## RADIOFREKWENCJA MIKROIGŁOWA + VACUUM

TWARZ 1000zł    TWARZ+SZYJA 1200zł    TWARZ+SZYJA+DEKOLT 1500zł

Zabieg polega na odbudowie skóry poprzez mikronakłucia. Kuracja ma działanie silnie odmładzające, zagęszczające skórę właściwą i liftingujące. Efekt widoczny jest od razu po wykonaniu zabiegu. Zabieg pomaga w redukcji blizn, przebarwień, rozstępów. Poprawia kontur twarzy, ujędrnia skórę, redukuje zmarszczki.

## RADIOFREKWENCJA BEZIGŁOWA

TWARZ 360 ZŁ    PODBRÓDEK 250ZŁ    OKOLICE OCZU 210ZŁ

Zabieg polega na wykorzystaniu działania fal radiowych, które przyczyniają się do głębokiego rozgrzania skóry właściwej, a w konsekwencji produkcji nowych włókien kolagenowych. Efekty to ujędrnienie skóry, redukcja worków pod oczami i zmarszczek, poprawa konturu twarzy, zamyka pory.

## KRIOLIPOLIZA Z ELEKTROSTYMULACJĄ

1 GŁOWICA 500zł    2 GŁOWICE 900zł

Zabieg polega na zamrażaniu tłuszczu i wydaleniu go w naturalnym procesie organizmu. Poprzez zastosowanie temperatury  $-10^{\circ}\text{C}$  w obszarze poddanym zabiegowi usuwane są trwale komórki tłuszczowe nawet do 30% w jednym zabiegu. Dodatkowo, elektrostymulacja stosowana w trakcie zabiegu poprawia napięcie skóry i ułatwia rozpad połączeń między komórkami tłuszczowymi.

## SONOTERMOLIPOLIZA + VACUUM/DRENAŻ

SERIA 5+1 ZABIEG GRATIS 750zł    1 ZABIEG 200zł

Zbieg polega na wykorzystaniu działania fal radiowych i ultradźwiękowych i vacuum do liftingu i redukcji tkanki tłuszczowej. Energia fali radiowej doprowadza do równomiernego nagrzania głębokich warstw skóry powodując pobudzenie warstw do produkcji nowych włókien kolagenowych, pobudzając produkcję kwasu hialuronowego i elastyny. System vacuum zapewnia rozbięcie tkanki tłuszczowej, drenaż limfatyczny, redukcję obrzęków. Efektem zabiegu jest redukcja tkanki tłuszczowej, likwidacja cellulitu oraz lifting skóry.

Rezerwacja terminów

83-355-98-55







A photograph of a spa treatment room. The walls are made of light-colored wood. In the foreground, there are two massage tables with white linens and rolled-up towels. In the background, there is a fireplace with a small fire, a framed picture of a spa area, and several large glass pendant lights hanging from the ceiling. Green plants are visible on the left and right sides.

Hotel & Spa Polesie \*\*\*

Białka

ul. Słoneczna 36

21-211 Dębowa Kłoda

tel. 83-355-98-55

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