

## Θεραπείες προσώπου

### EXPRESS MEDITERRANIAN SKIN (30min)

Το Mediterranean Skin αποτελεί ένα μοναδικό μενού θεραπειών express, που βασίζονται στα θρεπτικά και αντιοξειδωτικά συστατικά της Μεσογειακής διατροφής. Μπορεί να συνδυαστεί με θεραπείες σώματος ή μασάζ. Η εξειδικευμένη θεραπεύτρια που σας έχει αναλάβει θα σας προτείνει την κατάλληλη θεραπεία για εσάς σύμφωνα με τον τύπο της επιδερμίδας σας.

- ❖ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΠΟΤΟΞΙΝΩΣΗ
- ❖ ΡΥΘΜΙΣΗ ΛΙΠΑΡΟΤΗΤΑΣ
- ❖ ΕΝΤΑΤΙΚΗ ΕΝΥΔΑΤΩΣΗ
- ❖ ΕΝΥΔΑΤΩΣΗ & ΤΡΟΦΗ
- ❖ ΛΑΜΨΗ
- ❖ ΑΝΤΙΓΗΡΑΝΣΗ

### ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ ΛΑΜΨΗΣ &

#### ΑΝΑΖΩΟΓΟΝΗΣΗΣ (45min)

Θεραπεία που προσφέρει λάμψη και αναζωογόνηση στην κουρασμένη και θαμπή επιδερμίδα. Η τεχνική μασάζ αναζωογονεί την επιδερμίδα, τονώνοντας την μικροκυκλοφορία, ενώ η μάσκα αναζωογονεί κι ενισχύει την φωτεινότητα της επιδερμίδας χάρη στις βιταμίνες και τα μοναδικά αντιοξειδωτικά συστατικά που περιέχει. Κατάλληλη για όλους τους τύπους επιδερμίδας.

### ΑΝΤΙΡΥΤΙΔΙΚΗ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ (45min)

Θεραπεία αντιγήρανσης και σύσφιξης που αξιοποιεί τις ισχυρές αντιοξειδωτικές ιδιότητες του κόκκινου κρασιού. Ο συνδυασμός διαφορετικών τεχνικών μασάζ ενεργοποιεί το μηχανισμό ανάπλασης της επιδερμίδας. Η μάσκα που ακολουθεί προσφέρει άμεσο lifting στην επιδερμίδα.

### ΑΝΑΖΩΟΓΟΝΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΣΦΙΞΗ ΠΡΟΣΩΠΟΥ (45min)

“Βασιλική περιποίηση” για τη σύσφιξη και επανόρθωση της ώριμης επιδερμίδας. Το μοναδικό μασάζ προσώπου ενεργοποιεί επιλεγμένα ενεργειακά σημεία βοηθώντας την κυτταρική ανανέωση και την ανάπλαση της επιδερμίδας.

### ΑΝΔΡΙΚΗ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ (55min)

Μια χαλαρωτική και αναζωογονητική θεραπεία ειδικά σχεδιασμένη για τις ανάγκες του συγχρόνου άντρα. Το χαλαρωτικό back massage απελευθερώνει τη συσσωρευμένη ένταση σε αυχένα και πλάτη. Η περιποίηση προσώπου που ακολουθεί καθαρίζει σε βάθος, τονώνει κι ενυδατώνει την επιδερμίδα ενώ μειώνει την ένταση των μαύρων κύκλων στην περιοχή των ματιών.

## Θεραπείες σώματος

### EXPRESS BODY SCRUB (30min)

Η απολέπιση του σώματος είναι μία απαραίτητη διαδικασία για την αναζωογόνηση και την ανανέωση της επιδερμίδας. Οι θεραπείες απολέπισης μπορούν να επιλεχθούν μεμονωμένα για την αφαίρεση των νεκρών κυττάρων από την επιδερμίδα ή ως προετοιμασία για ένα μασάζ.

### Lipolysis (60min)

ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΔΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΤΟΠΙΚΟΥ ΠΑΧΟΥΣ  
Μια μοναδική θεραπεία που αξιοποιεί τη δύναμη του κόκκινου και μαύρου πιπεριού για να αντιμετωπίσει της κυτταρίτιδας. Η μάσκα με φύκια εμπλουτισμένη με αιθέρια έλαια, σε συνδυασμό με το μασάζ κυτταρίτιδας ενεργοποιούν το λεμφικό σύστημα, απομακρύνουν τις τοξίνες και μειώνουν την κατακράτηση υγρών. Για καλύτερα αποτελέσματα, συστήνουμε την επανάληψη της θεραπείας τουλάχιστον 3-6 φορές.

### Algotherapy (60min)

ΣΥΣΦΙΞΗ ΣΩΜΑΤΟΣ. Εντατική θεραπεία σύσφιξης και αναζωογόνησης του σώματος. Η θεραπεία ξεκινά με απολέπιση, και στη συνέχεια ακολουθεί μάσκα με φύκια εμπλουτισμένη με αιθέρια έλαια που δρουν συνεργιστικά για την επαναφορά της σφριγηλότητας του δέρματος. Η algotherapy προσδίδει φανερή βελτίωση στην υφή και όψη της επιδερμίδας ιδιαίτερα μετά από περιόδους διαίτας ή εγκυμοσύνης. Για πιο αποτελεσματική δράση συνδυάζεται με τη θεραπεία της λιπόλυσης.

### Revitalization (60min)

ΑΝΑΖΩΟΓΟΝΗΤΙΚΗ, ΠΛΟΥΣΙΑ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΣΩΜΑΤΟΣ  
Η “Βασίλισσα” των θεραπειών, ένα ελιξίριο νεότητας, Το κρυσταλλωμένο μέλι απολεπίζει το σώμα ενώ παράλληλα ενυδατώνει την επιδερμίδα. Το πολύτιμο μασάζ σώματος που ακολουθεί χαλαρώνει τις αισθήσεις. Η θεραπεία περιλαμβάνει μία σύντομη περιποίηση προσώπου με φρέσκο βασιλικό πολτό που αναπλάθει, θρέφει, αναζωογονεί και δίνει λάμψη ακόμα και στην πιο απαιτητική επιδερμίδα. Αυτή η “γλυκιά” περιποίηση βελτιώνει την υφή του δέρματος και προσφέρει αναζωογόνηση και ευεξία στο πνεύμα.

### Hydration (50min)

ΒΑΘΙΑ ΕΝΥΔΑΤΩΣΗ ΣΩΜΑΤΟΣ. Μια δροσιστική θεραπεία που καλύπτει την ανάγκη για βαθιά ενυδάτωση και ανάπλαση του σώματος. Η θεραπεία περιλαμβάνει ένα χαλαρωτικό μασάζ σώματος με ένα συνδυασμό φυτικών ελαίων που ενυδατώνουν, θρέφουν και καταπραύνουν την επιδερμίδα. Μία σύντομη περιποίηση προσώπου με μάσκα αναζωογονεί και χαρίζει δροσιά στην επιδερμίδα. Η θεραπεία ολοκληρώνεται με ένα χαλαρωτικό head massage με το leave-in conditioner που προστατεύει και αναζωογονεί τα μαλλιά. Μία αποτελεσματική περιποίηση για ξηρές, αφυδατωμένες επιδερμίδες, ιδανική μετά από παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο.

## Massages

### Calma Signature Massage (60min)

Το Calma signature massage, μια αποκλειστική θεραπεία αποτελεί ένα μοναδικό συνδυασμό από παραδοσιακές τεχνικές μασάζ από την Ασία αλλά και πιο σύγχρονες μεθόδους του δυτικού πολιτισμού προσφέρουν χαλάρωση και ευεξία στο σώμα και τις αισθήσεις.

- ❖ Relaxing – Distress massage
- ❖ Revitalizing – Energizing massage
- ❖ Detox – Muscle Relief massage

### Θεραπευτικό/Χαλαρωτικό Μασάζ (20min, 30min, 50min)

### Μασάζ Πλάτης/ Αυχένα/ Ωμων (30min)

### Foot Massage (30min)

## Ημερήσιες Συνδρομές

(σάουνα, χαμάμ, υδρομασάζ)

Αποτελεί ιδιωτική δέσμευση του χώρου για μία ώρα.

## Επιπρόσθετες παροχές

Μακιγιάζ απλό / Βραδινό

Βάψιμο νυχιών απλό / με περιποίηση άκρων / ημι-μόνιμο

Φρύδια περιποίηση / σχήμα

Αποτρίχωση

Ζητήστε μας επίσης να σας παραπέμψουμε σε συνεργαζόμενα κομμωτήρια εφόσον το επιθυμείτε.



# ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

## ΓΙΑ ΤΗ ΔΙΚΗ ΣΑΣ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ

- ❖ Σας προτείνουμε να προγραμματίσετε το ραντεβού σας όσο το δυνατόν πιο νωρίς, ώστε να εξασφαλίζεται η διαθεσιμότητα του θεραπευτή και της επιθυμητής ώρας.
- ❖ Σε περίπτωση που επιθυμείτε να αναβάλλεται ή να ακυρώσετε το ραντεβού σας, παρακαλούμε ειδοποιήστε την υποδοχή τουλάχιστον 3 ώρες νωρίτερα. Σε διαφορετική περίπτωση είμαστε υποχρεωμένοι να σας επιβαρύνουμε με το ήμισυ του κόστους της θεραπείας.
- ❖ Παρακαλούμε να βρίσκεστε στο χώρο του Spa 5 λεπτά νωρίτερα από το προγραμματισμένο ραντεβού σας, ώστε να έχετε τον ανάλογο χρόνο προετοιμασίας. Σε περίπτωση που προσέλθετε με καθυστέρηση έως και 10 λεπτά η θεραπεία σας θα μειωθεί, ενώ για καθυστέρηση μεγαλύτερη των 10 λεπτών το ραντεβού σας θα ακυρωθεί και η διεύθυνση έχει το δικαίωμα να το μεταφέρει για την επόμενη διαθέσιμη ώρα. Τηρείται σειρά προτεραιότητας.
- ❖ Ενημερώστε μας για τυχόν προβλήματα υγείας που αντιμετωπίζετε (υψηλή αρτηριακή πίεση, αλλεργίες, κ.α.). Σε εγκυμονούσες γυναίκες δεν επιτρέπεται καμία θεραπεία σώματος και μασάζ, εκτός από κάποιες θεραπείες προσώπου που θα σας υποδείξει το προσωπικό μας.
- ❖ Δεν επιτρέπεται η κατανάλωση φαγητού ή ποτού στους χώρους κατά τη διάρκεια της επίσκεψης σας. Η κατανάλωση αλκοόλ δεν επιτρέπεται πριν και κατά τη διάρκεια των θεραπειών.
- ❖ Χρησιμοποιήστε τα μπουρνούζια που βρίσκονται στο δωμάτιο σας. Εμείς θα σας παρέχουμε παντόφλες και πετσέτες. Να φοράτε παντόφλες στους κοινόχρηστους χώρους, ενώ είναι υποχρεωτικό να φοράτε μαγιό κατά την χρήση της σάουνας, του χαμάμ και του υδρομασάζ. Εάν δεν διαθέτετε μαγιό, δυστυχώς δεν είμαστε σε θέση να σας εξυπηρετήσουμε και η είσοδος σας στον χώρο δεν είναι εφικτή.
- ❖ Παρακαλούμε αφαιρέστε τα κοσμήματα και τα ρούχα σας, εκτός από τα μαγιό σας, πριν την θεραπεία. Κλειδώστε τα προσωπικά σας αντικείμενα στο ντουλαπάκι των αποδυτηρίων ή αφήστε τα στο δωμάτιο σας. Το ξενοδοχείο δεν φέρει καμία ευθύνη για τυχόν απώλεια ή φθορά των προσωπικών σας αντικειμένων.
- ❖ Πριν την χρήση του υδρομασάζ είναι απαραίτητο το ντους στο ειδικά διαμορφωμένο χώρο που θα σας υποδείξουμε. Επίσης, για λόγους υγιεινής θα σας παρακαλούσαμε να μην κάνετε χρήση του υδρομασάζ μετά από πρόγραμμα περιποίησης διότι το νερό θα επιβαρυνθεί με κατάλοιπα αιθέριων ελαίων που θα έχουν χρησιμοποιηθεί για την περιποίησή σας.
- ❖ Μην χρησιμοποιείτε το κινητό σας κατά την επίσκεψη σας στο SPA. Επίσης, οι συνομιλίες να πραγματοποιούνται σε τόνους που αρμόζουν σε ένα χώρο χαλάρωσης. Σε αντίθετη περίπτωση η διεύθυνση έχει το δικαίωμα να απομακρύνει τους παραβάτες από τον χώρο ανά πάσα στιγμή.
- ❖ Η προσέλευση στις εγκαταστάσεις του SPA επιτρέπεται σε άτομα άνω των 18 ετών. Σε περίπτωση ανηλίκων με συνοδεία γονέων-κηδεμόνων, επιβάλλεται έγγραφη επιβεβαίωση.



## ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ SPA & ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ

Καθημερινά 10:00 – 22:00

## Facial treatments

### MEDITERRANEAN SKIN EXPRESS (30min)

Mediterranean Skin is a unique menu of express treatments, based on the nutritional and antioxidant components of the Mediterranean diet. It can be combined with body treatments or massages. The specialized therapist assigned to you will recommend the appropriate treatment for you according to your skin type.

- ❖ CLEANSING AND DETOXIFICATION
- ❖ GREASE ADJUSTMENT
- ❖ INTENSIVE MOISTURIZATION
- ❖ MOISTURIZATION & NOURISHMENT
- ❖ SHINE
- ❖ ANTI-AGING

### SHINE & REJUVENATION FACE TREATMENT (45min)

Treatment that provides radiance and rejuvenation to tired and dull skin. The massage technique rejuvenates the skin, stimulating microcirculation, while the mask rejuvenates and enhances the brightness of the skin thanks to the vitamins and unique antioxidant ingredients it contains. Suitable for all skin types.

### ANTI-WRINKLE FACIAL TREATMENT (45min)

Antiaging and firming treatment that utilizes the powerful antioxidant properties of red wine. The combination of different massage techniques activates the regeneration mechanism of the bandage. The following mask offers immediate lifting to the skin.

### FACE REJUVENATION AND TIGHTENING (45min)

"Royal treatment" for the tightening and repair of mature skin. The unique facial massage activates selected energy points helping cell renewal and skin regeneration.

### MEN'S TREATMENT (55min)

A relaxing and rejuvenating treatment specially designed for the needs of the modern man. The relaxing back massage releases the accumulated tension in the neck and back. The facial treatment that follows deeply cleanses, tones and hydrates the skin while reducing the intensity of dark circles around the eyes.

## Body treatments

### EXPRESS BODY SCRUB (30min)

Exfoliating the body is a necessary process for the rejuvenation and renewal of the skin. Exfoliating treatments can be chosen individually to remove dead skin cells or in preparation for a massage.

### Lipolysis (60min)

TREATMENT AGAINST CELLULITIS AND LOCAL OBESITY  
A unique treatment that harnesses the power of red and black pepper to treat cellulite. The algae mask enriched with essential oils, combined with the cellulite massage, activates the lymphatic system, removes toxins and reduces fluid retention. For best results, we recommend repeating the treatment at least 3-6 times.

### Algotherapy (60min)

BODY TIGHTENING. Intensive body tightening and revitalization treatment. The treatment begins with exfoliation, followed by a seaweed mask enriched with essential oils that work synergistically to restore skin firmness. Algotherapy provides a clear improvement in the texture and appearance of the skin, especially after periods of dieting or pregnancy. For more effective action it is combined with lipolysis treatment.

### Revitalization (60min)

REJUVENATING, RICH BODY TREATMENT  
The "Queen" of treatments, an elixir of youth, Crystallized honey exfoliates the body while simultaneously moisturizing the skin. The valuable body massage that follows relaxes the senses. The treatment includes a short facial treatment with fresh royal jelly that regenerates, nourishes, revitalizes and gives radiance to even the most demanding skin. This "sweet" treatment improves the texture of the skin and offers rejuvenation and well-being to the spirit.

### Hydration (50min)

DEEP BODY MOISTURIZATION. A refreshing treatment that meets the need for deep hydration and regeneration of the body. The treatment includes a relaxing body massage with a combination of herbal oils that hydrate, nourish and soothe the skin. A short treatment facial with a mask rejuvenates and cools the skin. The treatment is completed with a relaxing head massage with the leave-in conditioner that protects and revitalizes the hair. A effective treatment for dry, dehydrated skin, ideal after prolonged exposure to the sun.

## Massages

### Calma Signature Massage (60min)

Calma signature massage, an exclusive treatment is a unique combination of traditional massage techniques from Asia but also more modern methods of Western culture offer relaxation and well-being to the body and senses.

- ❖ Relaxing – Distress massage
- ❖ Revitalizing – Energizing massage
- ❖ Detox – Muscle Relief massage

### Therapeutic/Relaxing Massage (20min, 30min, 50min)

### Back/Neck/Shoulder Massage (30min)

### Foot Massage (30min)

## Daily Subscriptions

(sauna, hammam, hydromassage)

It is a private reservation of the space for one hour.

Additional benefits

Simple / Evening make-up

Nail painting simple / with edge care / semi-permanent

Eyebrow care / shape

Hair removal

Also ask us to refer you to partner salons if you wish.



# OPERATING REGULATIONS

## FOR YOUR SERVICE

- ❖ We suggest you schedule your appointment as long as as early as possible to ensure its availability therapist and desired time.
- ❖ In case you wish to postpone or cancel it your appointment, please notify reception at least 3 hours earlier. Otherwise, we are obliged to we charge you half the cost of the treatment.
- ❖ Please be at the Spa area 5 minutes earlier than your scheduled appointment so that you have the equivalent preparation time. In case you arrive late up to 10 minutes your healing will be reduced, while for delay longer than 10 minutes, your appointment will be canceled and address has the right to transfer it to the next one available time. Priority order is followed.
- ❖ Let us know about any health problems you are experiencing (high blood pressure, allergies, etc.). In pregnant women nobody treatments and massages allowed, except some facial treatments that the staff will suggest to you us.
- ❖ No food or drink is allowed on the premises during your visit. Alcohol consumption does not allowed before and during treatments.
- ❖ Use the bathrobes in your room. We will provide you with slippers and towels. To wear slippers in the common areas, while it is mandatory to wear a swimsuit when using the sauna, hammam and hydromassage. If you don't have a swimsuit, unfortunately we are unable to to serve you and your entry to the site is not possible.
- ❖ Please remove your jewelry and clothing, except your swimwear, before the treatment. Lock your personal items in the locker room or leave them in your room. The hotel bears no responsibility for any loss or damage to your personal belongings;
- ❖ Before using the hydromassage, it is necessary to shower in the specially designed area that we will indicate to you. Also, for reasons of hygiene, we would ask you not to use the hydromassage after a treatment program because the water will be burdened with residues of essential oils that have been used for your treatment.
- ❖ Do not use your mobile phone during your visit to the SPA. Also, conversations should be held in appropriate tones in a relaxation area. Otherwise, the address has the right to remove violators from the premises at any time dot.
- ❖ Access to the SPA facilities is permitted to persons over 18 years of age. In the case of minors accompanied by parents-guardians, written confirmation is required.



## SPA & GYM HOURS

Daily 10:00 – 22:00