



# SPA

## МЕНЮ

КОСМЕТОЛОГИЯ  
для лица и тела



**TerraSPA**  
Wellness-центр

# *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](http://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 укутуют 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 фотостарения. 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 ₺

#### Лечение сосудов

**Крылья носа /Нос, включая крылья** 3000/4000 ₺

**Подбородок /Щёки** 3500/6000 ₺

**Удаление единичного сосудистого образования** 1000 ₺

#### Лечение пигментации

**Щёки /Лоб /Кисти рук/Декольте** 6000/5000/5000/8000/ ₺

**Подбородок, верхняя губа** 4000 ₺

**Пигментное пятно 1-2 см** 1000 ₺

### **Palomar Icon (насадка MAX IR)**

Фракционный термолифтинг - уникальная технология неинвазивного омоложения кожи с помощью световой энергии (мощный термолифтинг тканей). Процедура показана при увядании кожи, снижении тонуса, потере формы овала лица, коже в состоянии стресса (нездоровый цвет лица) и мелких мимических морщинах.

**Лицо** 15000 ₺

### **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** 13500 ₺

**Шея/Декольте** 15000/16000 ₺

**Бёдра/Живот** 16000/16000 ₺

## 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.

<b>Лицо/Лицо + декольте</b> (клеточное омоложение)	<b>4500/6000 ₹</b>
<b>Лицо/Лицо + декольте абонемент</b> (3 процедуры)	<b>11400/15000 ₹</b>
<b>Фототерапия 15 мин</b>	<b>1500 ₹</b>
<b>Фототерапия 30 мин</b>	<b>2500 ₹</b>

## 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** **5500 ₹**

Мощный комплекс из низко- и среднемолекулярной гиалуроновой кислоты. Интенсивно увлажняет кожу, разглаживает поверхностные и глубокие морщины.

**Клеточное восстановление CANABOOST** **7100 ₹**

Премиальная сыворотка с экстрактом масла конопли для глубокого питания и преобразования внешнего вида кожи. Идеальная сыворотка для сухой, поврежденной кожи с признаками старения.

**Омоложение и лифтинг MITOCELL** **6600 ₹**

Обеспечивает мощное восстановительное действие, способствует синтезу молодого коллагена и эластина, убирает отеки. Увеличивает эластичность кожи и заметно сокращает морщины.

**Обновление и сияние POLAR** **6200 ₹**

Койевая кислота и витамин С осветляют гиперпигментацию, выравнивают тон и рельеф кожи.

**Фиксированная блокировка BIOBTX** **7600 ₹**

Антивозрастной двухфазный коктейль на основе пептидов оказывает миорелаксирующее действие, омолаживающее действие, обеспечивает выраженный биоревитализирующий эффект и повышает эластичность.

**Активная борьба со старением FIGHT** **6200 ₹**

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 альфагидрокси-кислот (AHA) из фруктовых и растительных экстрактов. Отшелушивает ороговевшие клетки эпидермиса и способствует обновлению кожи).

**Кислородный пилинг** **2200 ₹**

## Гидропилинг Hydra Peel Plus

Великолепная косметологическая процедура, предназначенная для щадящего бережного отшелушивания эпидермиса и увлажнения кожи. Hydra Peel Plus про-водят 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

4000 ₺

## Инъекционные процедуры

### Мезотерапия кожи головы

Tricholax Россия

2 мл 3000 ₺

Hair Filler Ю. Корея

1 мл 6000 ₺

### Биоревитализация

Bellarti Lift Россия

1 мл 9000 ₺

Hyaluform Deep Booster Россия

2 мл 11500 ₺

Hyaluform Lift Booster Россия

2 мл 10000 ₺

Novacutan S и Y Bio Франция

2 мл 14000 ₺

Viscoderm hydrobooster Италия

1,1 мл 15500 ₺

Hyalrepair-02 (область глаз) Россия

1 мл 6500 ₺

### Биорепарация

Hyalrepair-04 биорепарант Россия

1,5 мл 10000 ₺

Hyalrepair-08 биорепарант Россия

1,5 мл 10000 ₺

Collost micro Россия

5 мл 16000 ₺

Prophilo Италия

2 мл 20000 ₺

### Контурная пластика

Belotero soft Швейцария

1 мл 15000 ₺

Belotero balance Швейцария

1 мл 16000 ₺

Belotero Lips shape Швейцария

0,6 мл 12000 ₺

Belotero Lips contour Швейцария

0,6 мл 12000 ₺

<b>Stylage M</b> Франция	1 мл	<b>16500 ₹</b>
<b>Stylage L</b> Франция	1 мл	<b>18000 ₹</b>
<b>Stylage XL</b> Франция	1 мл	<b>18500 ₹</b>
<b>Radiesse (векторный лифтинг)</b> Германия	1,5 мл	<b>25000 ₹</b>
<b>Аппликационная анестезия Акриол Про Канюля</b>		<b>700 ₹</b>
	1 шт.	<b>800 ₹</b>

## Нитевой лифтинг

<b>Нити Mint Fine 15 см (1 упаковка - 4 нити)</b>	<b>29000 ₹</b>
---	----------------

## Ботулинотерапия

<b>Ксеомин (1 ед.)</b> Германия	<b>350 ₹</b>
<b>Диспорт (1 ед.)</b> Франция	<b>140 ₹</b>
<b>Релатокс (1 ед.)</b> Россия	<b>320 ₹</b>

## *Программы по уходу за лицом*

<b>«Коллагеновый уход» Academie</b>	<b>6200 ₹</b>
-------------------------------------	---------------

Процедура с использованием коллагенового листа с ярко выраженным подтягивающим и омолаживающим эффектом.

<b>«Антистресс» для мужчин Germaine de Capuccini</b>	<b>3800 ₹</b>
--	---------------

Программа специально разработана для ухода за мужской кожей. Предназначена для восстановления энергии и жизненной силы кожи. Подходит для любого типа кожи лица.

<b>«Vitalise» Holy Land</b>	<b>4100 ₹</b>
-----------------------------	---------------

Программа на основе гиалуроновой кислоты для увлажнения и восстановления обезвоженной кожи.

<b>SPA-люкс уход «Секреты Сотис» Sothys</b>	<b>6700 ₹</b>
---	---------------

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

<b>Уход за чувствительной кожей Sothys</b>	<b>3900 ₹</b>
--	---------------

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

<b>Интенсивное омоложение Sothys</b>	<b>4700 ₹</b>
--------------------------------------	---------------

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

<b>Механическая чистка кожи HolyLand</b>	<b>3100 ₹</b>
--	---------------

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

<b>Механическая чистка кожи+фототерапия 15 мин</b>	<b>4100 ₹</b>
--	---------------

<b>Удаление милиумов до 7 шт.</b>	<b>500 ₹</b>
-----------------------------------	--------------

<b>Удаление милиумов до 15 шт.</b>	<b>1000 ₹</b>
------------------------------------	---------------

## 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

### Классический массаж + маска

**2500 ₹**

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

### Скульптурный массаж + маска

**2900 ₹**

Формируется овал лица, кожа становится упругой и эластичной, разглаживаются мимические морщины, уменьшаются гусиные лапки, исчезает отечность.

## Маска для лица

### Кремообразная

**700 ₹**

Отличный способ увлажнить и улучшить цвет лица.

### Альгинатная

**700 ₹**

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:**

- уменьшение объёмов;
- 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**

**1000 ₺**

**Абонемент (7 процедур)**

**6300 ₺**

## 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.

**6200 ₺**

\*+маска для лица

**600 ₺**

+ ферментативный пилинг на молочной сыворотке

**2000 ₺**

**SPA-программа «Марокканская сказка» Sothys 60 мин:**

**5300 ₺**

хаммам, скрабирование всего тела марокканским терракотовым камнем ручной работы 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.

\*+эксфолирующий терракотовый камень после процедуры - в подарок!

**Скрабирование**

**2200 ₺**

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

**Обёртывание**

**3100 ₺**

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**

**2700 ₺**

Данный массаж - это прекрасная антистрессовая и мягкая лимфодренажная процедура, которая подарит лёгкость и хорошее настроение.

**Ванна пантовая**

**2500 ₺**

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

**Ванна гидромассажная (подводный душ массаж).**

**1000 ₺**



## Маникюр

Классический обрезной (женский)	1000 ₺
Классический обрезной (мужской)	1200 ₺
Аппаратный (женский)	1000 ₺
Аппаратный (мужской)	1200 ₺
Детский (до 14 лет)	800 ₺
Подпиливание ногтей	200 ₺

## Педикюр

Аппаратный (женский)	1800 ₺
Аппаратный (мужской)	2200 ₺
Частичный (пальцы ног/стопа)	1400 ₺
Обработка ногтевых пластин, пораженных грибком (второй-пятый палец)	200 ₺
Обработка ногтевых пластин, пораженных грибком (первый палец)	300 ₺
Удаление вросшего ногтя	200 ₺
Парафиновое обертывание для ног	800 ₺

## Покрытие ногтей

Гель-лак	850 ₺
Гель-лак «французский маникюр»	1200 ₺
Укрепление ногтей	500 ₺
Снятие гель-лака	250 ₺
Ремонт 1 ногтя (снятие и покрытие гель-лаком)	200 ₺
Покрытие ногтей лаком	300 ₺
Покрытие ногтей сывороткой	200 ₺
Дизайн (стразы/наклейка)	100 ₺
Сушка ногтей	100 ₺
Снятие лака	100 ₺

## Парикмахерские услуги

Стрижка корот./сред./длин. волосы	1100/1300/1700 ₺
Стрижка челки	400 ₺
Подравнивание волос одним срезом	1000 ₺
Стрижка мужская модельная /двумя насадками/окантовка	1000/600/500 ₺
Стрижка «Барбер»	1400 ₺
Оформление бороды машинкой	700 ₺
Стрижка детская	650 ₺
Полировка волос корот./сред./длин. волосы	800/1000/1100 ₺
Укладка волос феном корот./сред./длин. волосы	1200/1500/2000 ₺
Укладка горячим инструментом сред./длин. волосы	1700/2200 ₺

### Окрашивание волос в один тон

короткие волосы	2800 ₺
средние волосы	3900 ₺
длинные волосы	5500 ₺
окрашивание корней до 3 см	2500 ₺
камуфляж седины (мужское окрашивание)	1800 ₺

### Тонирование волос (краситель)

короткие волосы	1700 ₺
средние волосы	2200 ₺
длинные волосы	2800 ₺

### Тонирование волос (прямым пигментом)

короткие волосы	2200 ₺
средние волосы	2800 ₺
длинные волосы	3300 ₺

### Мелирование волос

короткие волосы	1800 ₺
средние волосы	3000 ₺
длинные волосы	4500 ₺

### Сложное окрашивание волос

средние волосы	5500 ₺
длинные волосы	7200 ₺

### Блондирование волос

короткие волосы	1800 ₺
средние волосы	2300 ₺

## *SPA-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	3000 ₺
средние волосы	3800 ₺
длинные волосы	4700 ₺
длинные волосы свыше 40 см	5600 ₺
очищение кожи головы	800 ₺

### Био-восстановление волос (Insight, Италия)

любая длина	1800 ₺
во время окрашивания	1200 ₺

### Контроль выпадения волос (Insight, Италия)

1800 ₺

### Против перхоти (Insight, Италия)

1800 ₺

## *Массаж тела*

Общий (классический) 60/90 мин	2700/3700 ₺
Общий детский (с 7 до 10 лет) 30 мин	1500 ₺
Общий детский (с 11 до 14 лет) 40 мин	2000 ₺
Массаж спины (классический) 30 мин	1500 ₺
Общий лимфодренажный 60 мин	2900 ₺
Классический антицеллюлитный 60 мин	2900 ₺
Воротниковой и плечевой зоны 20 мин	1300 ₺
Миофасциальный с обработкой триггеров 40 мин	2200 ₺
Дренаж верхних конечностей 30 мин	1500 ₺
Дренаж нижних конечностей 30 мин	1500 ₺

<b>Массаж стоп 30 мин</b>	<b>1500 ₹</b>
<b>Массаж кистей 30 мин</b>	<b>1500 ₹</b>
<b>Массаж шейно-грудного отдела позвоночника 30 мин</b>	<b>1500 ₹</b>
<b>Массаж пояснично-крестцовой области 30 мин</b>	<b>1500 ₹</b>
<b>Массаж грудной клетки 30 мин</b>	<b>1500 ₹</b>
<b>Антистрессовый массаж головы 20 мин</b>	<b>1300 ₹</b>
<b>Массаж в 4 руки с поющими чашами 60/90мин</b>	<b>4700/6200 ₹</b>
<b>Интегративная система мануальной эстетической коррекции фигуры «Лепка»</b>	
Общее воздействие 90 мин.	<b>4200 ₹</b>
Локальное воздействие бедра/живот 60 мин	<b>3000 ₹</b>

## *Тайский массаж тела*

<b>Традиционный 60 мин</b> Прорабатываются ноги, живот, руки, спина.	<b>2600 ₹</b>
<b>Традиционный 90 мин</b> Прорабатываются ноги, живот, руки, спина, голова.	<b>3700 ₹</b>
<b>Традиционный 120 мин</b> Прорабатываются ноги, живот, руки, спина, голова. Активация потока энергии по системе SENSIB.	<b>4700 ₹</b>
<b>Традиционный детский (от 11 до 14 лет) 40 мин</b>	<b>2300 ₹</b>
<b>Традиционный нижних конечностей 45 мин</b>	<b>2300 ₹</b>
<b>Традиционный верхнего плечевого пояса и головы 30 мин</b>	<b>1800 ₹</b>
<b>Традиционный спины 30 мин</b>	<b>1800 ₹</b>
<b>Тайский масляный стретч-массаж на мате 60/90 мин</b>	<b>2600/3700 ₹</b>
<b>Тайский маслянный арома-массаж 60/90 мин</b> Прорабатываются спина, ноги, стопы, руки, живот, плечи, шея и голова. Эффективный способ релаксации для тех, кто испытывает стрессы и страдает от бессонницы.	<b>2600/3700 ₹</b>
<b>Тайский маслянный арома-массаж с травяными мешочками 90 мин</b>	<b>3700 ₹</b>
<b>Тайский маслянный арома-массаж детский (11-14 лет) 40 мин</b>	<b>2300 ₹</b>
<b>Тайский массаж стоп (Foot - массаж) 60 мин</b> Комфортная, расслабляющая, оздоравливающая процедура, при помощи специальной массажной выполняется при помощи палочки, которая обеспечивает более глубокое воздействие на рефлекторные точки стопы.	<b>2600 ₹</b>
<b>Тайский массаж стоп детский (от 11 до 14 лет) 40 мин</b>	<b>2300 ₹</b>
<b>Трансовый массаж головы (Бирманский) 30 мин</b> Мягкая техника массажа головы, шейно-воротниковой зоны и паравертебральных зон. Устраняет усталость, мышечное напряжение, снимает головную боль, нейтрализует стрессовые состояния.	<b>1800 ₹</b>
<b>Трансовый массаж головы + Foot - массаж 90 мин</b>	<b>3900 ₹</b>
<b>Тайский абдоминальный массаж живота 60/90 мин</b> Мягкая и глубокая техника работы с внутренними органами в сочетании с прогреванием горячими травяными мешочками.	<b>2600/3700 ₹</b>
<b>Абдоминальная акупрессура живота 60 мин</b> Массаж внутренних органов через переднюю брюшную стенку, используя приемы обдавливания и сдвигения.	<b>2600 ₹</b>
<b>Relax-массаж с поющими китайскими шарами 60 мин</b> Благодаря 48 тональным вибрациям поющие шары проходят по меридианам тела и биологически активным точкам, доставляя ни с чем несравнимые ощущения.	<b>2600 ₹</b>

## Мини-сауна

### Мини-сауна Фито-паровая

800 ₹

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

### Мини-сауна Панто-паровая

1000 ₹

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°C, 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°C. 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°C. Тепло сауны благоприятно воздействует на сердечно-сосудистую, дыхательную и эндокринную системы.

### Хаммам - традиционная турецкая баня

Это отличная альтернатива для тех, кто плохо переносят 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°C.

**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 экозвука

Сеансы экозвука – 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, которую вы проходите в санатории, чтобы восстановление вашего здоровья происходило быстрее и приятнее!

## СЕАНСЫ ВЫПОЛНЯЮТСЯ БЕСКОНТАКТНЫМ И КОНТАКТНЫМ МЕТОДОМ:

·**Бесконтактный метод** «звучовая ванна» - это релакс-сеанс, во время которого с помощью звукотерапевтических инструментов 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 дополнение к «звучовой 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. Также могут применяться телесные камертоны и другие инструменты. Эта методика эффективно балансирует энергетику, расслабляет мышцы и внутренние органы, мягко воздействует на акупунктурные точки, активирует 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):

<b>«Звучовая ванна»</b> (бесконтактный метод)	20/45 мин	2000/3000 ₺
<b>Звуковибрационный «массаж»</b> (контактный метод)	45/60 мин	3000/4000 ₺
<b>VIP-сеанс «Звуковибрационный тюнинг»</b> (контактный метод), проводят одновременно 2 мастера в 4 руки; включает компьютерную пульсовую диагностику чакр на АПК «ВедаПульс»	90 мин	5500 ₺
<b>Курс «Антистресс» из 3 сеансов «Звучовая ванна»</b>	3x30 мин	5400 ₺
<b>Курс «Полный резонанс» из 3 сеансов звуковибрационного «массажа»</b>	3x45 мин	8100 ₺

## ГРУППОВЫЕ СЕАНСЫ (от 2 до 7 человек):

<b>Парный сеанс «Гармония»</b> (бесконтактный метод, по желанию дополняется элементом контактного «массажа» большой поющей чашей на животе) - для 2х человек, стоимость указана за пару.	30/45 мин	3000/4000 ₺
<b>Семейный сеанс</b> (бесконтактный метод) - для 3х человек (родители, 1-2 ребенка до 12 лет), стоимость указана за семью.	30 мин	3000 ₺
<b>Групповой сеанс «На волнах звука»</b> (бесконтактный метод), проводят одновременно 2 мастера в 4 руки, - проходит каждую субботу в 19:30, - для группы 4-7 человек	60 мин	1500 ₺

Заранее запишитесь на сеанс!



Благодарим,  
что выбрали нас!



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



Алтайский край, г. Белокуриха,  
ул. Славского, 34  
[www.wellness-terraspa.ru](http://www.wellness-terraspa.ru)

Имеются противопоказания,  
необходимо проконсультироваться  
со специалистом.