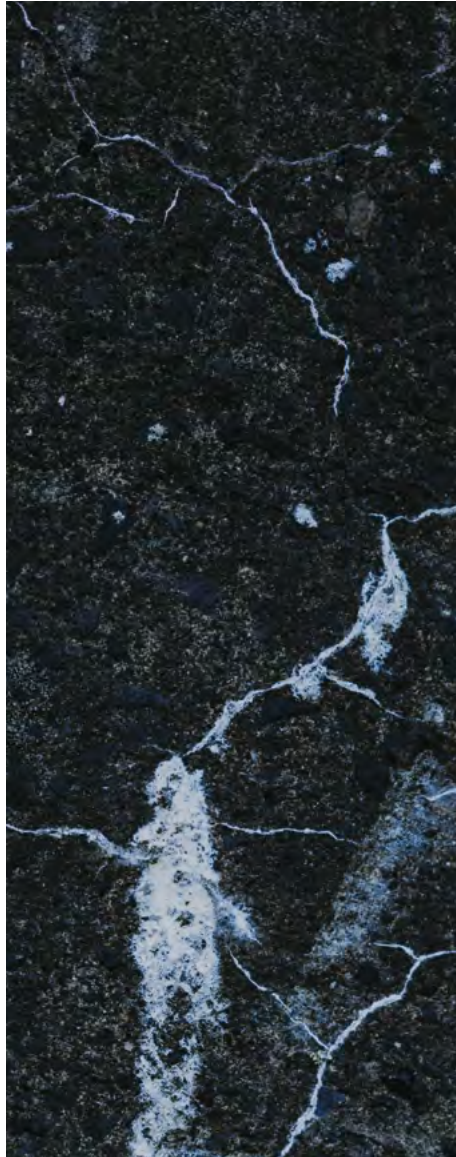

HOTEL MONOPOL WROCŁAW



WELLNESS & SPA



HOTEL MONOPOL WELLNESS & SPA,
ZLOKALIZOWANE NA POZIOMIE -1,
OFERUJE DLA WSZYSTKICH GOŚCI
PRAGNĄCYCH RELAKSU I WYPOCZYNKU:

- SIŁOWNIĘ
- BASEN
- SAUNĘ SUCHĄ Z DOSTĘPNYMI OLEJKAMI ETERYCZNYMI
- ŁAŻNIĘ PAROWĄ Z AROMATERAPIĄ
- GROTE SOLNO-JODOWĄ
- SERWIS RĘCZNIKÓW I SZLAFROKÓW
- WODĘ DO PICIA

STREFA SPA JEST CZYNNA
7 DNI W TYGODNIU W GODZ. 6:00 - 24:00.

SPA w Hotelu Monopol opiera się na założeniu, że woda jest tym dla ciała, czym marzenia dla duszy - może ukoić lub pobudzić do aktywności, może relaksować lub stymulować do działania. Nasze SPA to spokój ciała i ducha - odpowiednie zabiegi pomagają zrelaksować zarówno zmęczone ciało, jak i ukoić zmysły.

Przygotowaliśmy różnorodne zabiegi pielęgnacyjne z wykorzystaniem wiodącej firmy kosmetycznej THALION, której profesjonalne preparaty pomogą uzyskać doskonałą formę i kondycję skóry.

Laboratorium THALION, ekspert morskiej kosmetyki i thalassoterapii, zawarł najcenniejsze skarby morskich głębin w profesjonalnych rytuałach i unikalnych produktach, oferując Twojej skórze zdrowie, relaks i niepowtarzalne piękno.

W gabinetach zabiegowych stworzyliśmy oazę luksusu, spokoju i relaksu. Styl, elegancja i profesjonalna obsługa pozwolą odzyskać dobrą formę dla ciała, piękno i spokój duszy.

HOTEL MONOPOL WELLNESS & SPA,
LOCATED ON -1ST FLOOR, HAS AVARIETY
OF FACILITIES FOR ALL GUESTS LOOKING
FOR RECREATION AND RELAXATION:

- GYM
- SWIMMING POOL
- DRY SAUNA WITH AVAILABLE ESSENTIAL OILS
- AROMATIC STEAM BATH
- SALT CAVE
- TOWELS AND BATHROBES
- WATER TO DRINK

THE SPA IS OPEN 7 DAYS A WEEK,
FROM 6:00 AM TO 12:00 PM.

Hotel Monopol SPA is based on the assumption, that water is the most important element the human body. It can soothe your senses or activate them. It can relax or stimulate. Our SPA provides peace of mind and soul. Proper treatments can help our guests relax, both mentally and physically.

We have prepared for you a variety of treatments in which use cosmetics from a leading beauty company – THALION. Their high-quality products will help you get in shape and improve the condition of your skin.

THALION Laboratory, an expert in aquatic cosmetic industry and thalassotherapy, uses the most valuable ocean depth treasures in professional rituals and unique products to provide your skin with, health, relaxation, and unique beauty.

Our treatment rooms we are an oasis of luxury, calmness, and relaxation. Style, elegance and professional service will let you regain a good shape of the body, as well as beauty and calmness of the soul.

PIELĘGNACJA TWARZY

ZABIEG NAWILŻAJĄCY

Intensywnie nawilżający zabieg przeznaczony do każdego typu cery, w szczególności suchej i odwodnionej z masażem relaksacyjnym.

60 min

ZABIEG ŁAGODZĄCY

Intensywnie kojący i regenerujący zabieg przeznaczony dla cery wrażliwej, naczyniowej i nadpobudliwej.

60 min

ZABIEG DLA MĘŻCZYZN

Skuteczny zabieg przeznaczony dla mężczyzn to zastrzyk tlenu i minerałów morskich. Cel: nawilżenie skóry i zachowanie jej młodzieńczego wyglądu.

60 min

ZABIEG LIFTINGUJĄCY

Idealny zabieg dla każdej skóry pozbawionej jędrności. Zachowuje młodość skóry dzień po dniu i modeluje objętość twarzy.

60 min

* Podczas zabiegów wykonywany jest peeling kawitacyjny

FACIAL TREATMENTS

HYDRATION TREATMENT

Instant hydration for all skin types, especially dry and dehydrated ones, with a relaxing massage.

60 min

CALMING TREATMENT

An intensely soothing and regenerating treatment intended for sensitive, couperose and hyperactive skin.

60 min

MEN STRENGHT

Effective treatment designed for men is a burst of oxygen and marine minerals. Objective: to hydrate skin and preserve its youthful appearance.

60 min

FIRM & LIFT TREATMENT

Ideal treatment for skin that lacks firmness. It's preserve the skin's youthfulness day after day and sculpts facial volumes.

60 min

* During the treatments we do cavitation peeling

ZABIEG ANTI-AGE PREMIUM

Ten niezwykle zabieg na twarz skupia się wokół ekskluzywnego masażu Face Gym Lift, który modeluje kontur twarzy i podnosi jej rysy. Perły morskie nanoszone są na każdą zmarszczkę, zapewniając natychmiastowy efekt wypełnienia. Twarz zostaje odmłodzona a skóra pełna blasku.

90 min

MIKRODERMABRAZJA

Głębokie złuszczenie zrogowaciałego naskórka w rejonach twarzy, szyi i dekoltu za pomocą specjalnej maszyny z głowicą pokrytą kryształkami naturalnego diamentu. Zabieg wykończony jest maską łagodzącą oraz kremem nawilżającym.

50 min

KOBIDO - LIFTINGUJĄCY MASAŻ TWARZY

Intensywny a zarazem głęboko relaksujący masaż twarzy, szyi i dekoltu. Po zabiegu skóra staje się bardziej napięta, zmarszczki wygładzone, a bruzdy płytsze. Dochodzi do redukcji napięć mięśni szyi i karku. Elementy drenażu wspomagają detoksykację, zmniejszają uczucie obrzmienia i poprawiają kontur twarzy.

60 min 90 min (masaż + maska łagodząca)

* Podczas zabiegów wykonywany jest peeling kawitacyjny

ANTI-AGE PREMIUM TREATMENT

This extraordinary facial treatment focuses on the exclusive Face Gym Lift massage, which shapes the contour of the face and lifts its features. Sea pearls are applied to every wrinkle, providing an immediate filling effect. The face is rejuvenated and the skin glows.

90 min

MICRODERMABRASION

Deep exfoliation of callused epidermis in the areas of the face, neck and neckline using a special machine with a head covered with natural diamond crystals. The treatment is finished with a soothing mask and a moisturizing cream.

50 min

KOBIDO - LIFTING FACE MASSAGE

Intensive and at the same time deeply relaxing face, neck and cleavage massage. After the treatment skin becomes more tense, wrinkles are smoothed and furrows become shallower. There is a reduction in tension in the neck and shoulder muscles. Drainage elements support detoxification, reduce the feeling of swelling and improve the countour of the face.

60 min 90 min (massage + soothing mask)

* During the treatments we do cavitation peeling

PIEŁĘGNACJA CIAŁA

(PEELING, MASKA I MASAŻ)

ZABIEG KOKOSOWY

Remineralizuje oraz relaksuje ciało dzięki wysokiej zawartości lipidów i minerałów.
Wzmacnia i nawilża skórę.

ZABIEG CYTRUSOWY

Pobudza i energetyzuje ciało i umysł. Przywraca miękkość i elastyczność.
To zastrzyk nowej energii dla ciała.

ZABIEG HERBACIANY

Oczyszcza i przywraca świeżość. Pobudza mikrocyrkulację i eliminację toksyn.
Uelastycznia oraz ujędrnia skórę.

ZABIEG MORSKI

Głębokie odprężenie w prawdziwym wydaniu Thalasso. Uzupełnia niedobory
minerałów i przywraca siłę zmęczonym mięśniom.

120 min

RYTUAŁ HAMMAM

Połączenie głębokiego relaksu z oczyszczeniem całego ciała. Zbawienny wpływ piany z czarnego
mydła, którą otulimy Państwa podczas zabiegu oraz peeling rękawicą Kessa sprawi, że skóra stanie
się jedwabiście gładka i miękka. Aby dopełnić rytuał na ciało nałożymy odżywczy olej arganowy.

70 min 100 min (kąpiel z kieliszkiem wina)

BODY TREATMENTS

(BODY PEELING, BODY MASK AND MASSAGE)

COCONUT BODY TREATMENT

Remineralizes and relaxes the body thanks to the high content of lipids and minerals.
Strengthens and moisturizes the skin.

CITRUS BODY TREATMENT

Stimulates and energizes the body and mind. Restores softness and elasticity.
It is an injection of new energy for the body.

GREEN TEA BODY TREATMENT

Cleanses and restores freshness. Stimulates microcirculation and elimination of toxins.
Makes the skin more elastic and firm.

MARINE BODY TREATMENT

Deep relaxation in true Thalasso style. It replenishes mineral deficiencies
and restores strength to tired muscles.

120 min

HAMMAM RITUAL

Combination of deep relaxation with cleansing of the whole body. The beneficial effect of black
soap foam in which we will cover you during the treatment, and peeling with a Kessa glove will
make the skin silky, smooth and soft. To complete the ritual we will moisturize your skin with
nourishing argan oil.

70 min 100 min (bath with glass of wine)

MASAŻE

MASAŻ KLASYCZNY

Celem masażu klasycznego jest pobudzenie krążenia, zmniejszenie napięcia mięśniowego oraz dotlenienie skóry. Podczas masażu wykorzystuje się podstawowe techniki.

30 min / 60 min / 90 min

MASAŻ ODŻYWCZY

Perfekcyjny relaks i rozluźniający masaż ciała w połączeniu z aplikacją ciepłego masła Shea. Twoje ciało okrywa delikatna mgiełka złocistego blasku, mięśnie są rozluźnione i wypoczęte.

60 min / 90 min

MASAŻ RELAKSACYJNY

Rytuał oparty o relaksujące techniki rytmicznego masażu przywraca poczucie lekkości i wewnętrznej harmonii. Uwalnia napięcia, rozluźnia mięśnie, łagodzi ból przenosząc do krainy relaksu i odprężenia.

60 min / 90 min

MASSAGES

CLASSIC MASSAGE

The purpose of classic massage is to stimulate blood circulation, reduce muscle tension and oxygenate the skin with use of basic techniques.

30 min / 60 min / 90 min

NOURISHING MASSAGE

Perfect relaxation and relaxing body massage in combined with the application of warm Shea butter. Your body cover delicate haze of golden splendor, the muscles are relaxed and rested.

60 min / 90 min

RELAXATION HARMONY

The feeling of lightness and inner harmony returns ritual based on relaxing rhythmic massage techniques. Release tension, relaxes muscles, relieves pain, moving to the land of relaxation.

60 min / 90 min

MASAŻ GORĄCYMI KAMIENIAMI

To masaż relaksacyjny, oaza spokoju dla zestresowanych i zapracowanych osób. Łagodzi napięcia mięśni, likwiduje stres i zmęczenie. Dotyk kamieni działa kojąco na system nerwowy, stymuluje metabolizm, poprawia ukrwienie.

60 min

MASAŻ MAGNEZOWY

Przezskórna terapia magnezem to skuteczna aplikacja najważniejszego minerału, ponieważ wchłania się bezpośrednio do komórek i tkanek organizmu, podnosząc jego poziom w krótkim czasie. Masaż magnezowy wspomaga regenerację tkanek, zmniejsza ból, poprawia elastyczność ścięgien i więzadeł oraz pomaga złagodzić stany zapalne i skurcze mięśni. Olejek magnezowy działa również uspokajająco na układ nerwowy i sprzyja relaksowi.

60 min

PEELING CAŁEGO CIAŁA

30 min

HOT STONES MASSAGE

This relaxing massage, an oasis of peace for stressed and busy people. Relieves muscle tension, eliminates stress and fatigue. Touch of the stone has a calming effect on the nervous system, it stimulates the metabolism, improves blood flow.

60 min

MAGNESIUM MASSAGE

Transdermal (through the skin) magnesium therapy has shown to be effective as it is absorbed straight into the body's cells and tissues and raises magnesium levels in the body over a shorter amount of time. Magnesium massage it enhances tissue recovery, reduces pain, improves tendon and ligament flexibility and helps break down inflammation therefore easing muscle cramps and spasms. Magnesium oil also has the effect of calming the nervous system and promoting relaxation.

60 min

BODY SCRUB

30 min

STYLIZACJA DŁONI I STÓP

MANICURE HYBRYDOWY

Manicure hybrydowy to metoda stylizacji paznokci, w której wykorzystuje się połączenie dwóch kosmetyków – lakieru do paznokci i żelu do manicure. Paznokcie hybrydowe są trwałe i pięknie się prezentują przez dwa-trzy tygodnie, są odporne na uszkodzenia, a lakier nie odpryskuje. Przed nałożeniem wybranego koloru paznokcie są piłowane na odpowiedni kształt a skórki odsuwane lub wycinane.

DŁONIE (60-90 min) STOPY (45-70 min)

MANICURE KLASYCZNY

Manicure klasyczny to pielęgnacyjny zabieg paznokci oraz dłoni. Polega on na nadaniu paznokciom kształtu, wypolerowaniu płytki paznokcia oraz usunięciu skórek. Zakończony jest pomalowaniem lub wypolerowaniem paznokci.

DŁONIE (75-90 min) STOPY (60-75 min)

MASKA NA STOPY LUB DŁONIE

Maska z użyciem rozgrzewających rękawiczek i skarpetek.
Wykonywane jako dodatek do manicuru, pedicuru lub zabiegu na twarz.

15 min

HANDS AND FEET TREATMENTS

HYBRID MANICURE

Hybrid manicure is a combination of two cosmetics – nail polish and gel polish. The layer of hybrid gel polish is hard and durable for 2-3 weeks. It is resistant and doesn't flake. Your nails are filed and shaped and cuticles are removed tidied before color of your choice is applied.

HANDS (60-90 min) FEET (45-70 min)

CLASSIC MANICURE

Classic manicure is a cosmetic beauty treatment for the fingernails. The manicure consists in shaping and polishing the nails, well as removing cuticles. It's finished with varnishing or polishing.

HANDS (75-90 min) FEET (60-75 min)

FEET OR HANDS MASK

with warming gloves and socks, as a suplement of manicure, pedicure, or facial treatments.

15 min

CENNIK/ PRICE LIST



| PIELĘGNACJA TWARZY | FACIAL TREATMENTS | 60/90 min. |
|-------------------------|----------------------------|-----------------|
| Zabieg nawilżający | Hydratation treatment | 390/- zł/ PLN |
| Zabieg łagodzący | Calming treatment | 390/- zł/ PLN |
| Zabieg dla mężczyzn | Men strenght | 390/- zł/ PLN |
| Zabieg liftingujący | Firm & lift treatment | 390/- zł/ PLN |
| Zabieg Anti-age premium | Anti-age premium treatment | -/490 zł/ PLN |
| Mikrodermabrazja | Microdermabrasion | 320/- zł/ PLN |
| Masaż twarzy Kobido | Kobido face massage | 300/350 zł/ PLN |

| PIELĘGNACJA CIAŁA | BODY TREATMENTS | |
|-------------------|--------------------------|-------------------|
| Zabieg kokosowy | Coconut body treatment | 580 zł/ PLN |
| Zabieg cytrusowy | Citrus body treatment | 580 zł/ PLN |
| Zabieg herbaciany | Green tea body treatment | 580 zł/ PLN |
| Zabieg morski | Marine body treatment | 580 zł/ PLN |
| Rytuał Hammam | Hammam ritual | 530 - 630 zł/ PLN |

| MASAŻE | MASSAGES | 30/60/90 min. |
|---------------------------|--------------------|---------------------|
| Masaż klasyczny | Classic massage | 250/370/470 zł/ PLN |
| Masaż odżywczy | Nourishing massage | -/370/470 zł/ PLN |
| Masaż relaksacyjny | Relaxation harmony | -/370/470 zł/ PLN |
| Masaż gorącymi kamieniami | Hot stones massage | -/390/- zł/ PLN |
| Masaż magnezowy | Magnesium massage | -/370/- zł/ PLN |
| Peeling całego ciała | Body scrub | 180/-/- zł/ PLN |

CENNIK/ PRICE LIST



| STYLIZACJA DŁONI I STÓP | HANDS AND FEET TREATMENTS | |
|-----------------------------|---------------------------|-------------|
| Manicure hybrydowy - dłonie | Hybrid Manicure - hands | 240 zł/ PLN |
| Manicure hybrydowy - stopy | Hybrid Manicure - feet | 270 zł/ PLN |
| Manicure klasyczny - dłonie | Classic manicure - hands | 190 zł/ PLN |
| Manicure klasyczny - stopy | Classic manicure - feet | 220 zł/ PLN |
| Maska na dłonie lub stopy | Feet or hands mask | 70 zł/ PLN |

| WEJŚCIE DO STREFY WELLNESS* | ENTRANCE TO THE WELLNESS ZONE* | |
|--|-----------------------------------|-------------|
| Wejście jednorazowe dorosły | One entrance adult | 150 zł/ PLN |
| Wejście jednorazowe dziecko (do 14 roku życia) | One entrance child (up to 14 y/o) | 90 zł/ PLN |
| 10 wejść (ważne 2 miesiące) | 10 entrances (valid 2 months) | 990 zł/ PLN |

* W ramach wykupionego zabiegu na ciało lub masażu (minimum godzinnego), można także nieodpłatnie korzystać ze Strefy Wellness.
Purchasing body treatment or massage (one hour minimum) entrance to the Wellness Zone is included.

| W RECEPCJI SPA DOSTĘPNE SĄ: | IN SPA RECEPTION WE HAVE ALSO: | |
|----------------------------------|--|-------------|
| Stroje kąpielowe damskie | Ladies swimming suits | 150 zł/ PLN |
| Spodenki kąpielowe męskie | Mens trunks | 120 zł/ PLN |
| Czepki kąpielowe | Swimming cap | 30 zł/ PLN |
| Pampersy do pływania dla dzieci | Diapers for swimming | 30 zł/ PLN |
| Kosmetyki firmy THALION | Variety of THALION cosmetics | - zł/ PLN |
| Kosmetyki do ciała firmy BioOleo | Variety of BioOleo available to purchase | - zł/ PLN |

ETYKIETA SPA

- Prosimy o przybycie do Recepcji SPA co najmniej 5 minut przed planowanym zabiegiem. W razie spóźnienia zabieg zostanie odpowiednio skrócony bez prawa do zastosowania zniżki.
- Goście mający problemy zdrowotne (wysokie ciśnienie, choroby serca) oraz kobiety w ciąży powinni zgłosić to w Recepcji SPA.
- Wszystkie zmiany dotyczące zabiegów prosimy zgłaszać najpóźniej 4 godziny przed terminem zabiegu. Za usługi odwołane później niż 4 godziny przed ich planowanym rozpoczęciem pobierana będzie opłata w wysokości 50% wartości zamówionych usług.
- Zabiegi wkomponowane w pakiety nie ulegają wymianie na inne. Od pakietów nie udzielamy rabatu. Pakiety i promocje nie sumują się.
- Panom planującym skorzystanie z zabiegów zaleca się ogolenie twarzy nie później niż na 2 godziny przed planowaną wizytą, aby uniknąć podrażnienia skóry.
- Panie, które zaplanowały zabieg na ciało nie powinny poddawać się depilacji w dniu zabiegu.
- Na terenie Wellness & SPA obowiązuje bezwzględny zakaz wnoszenia i spożywania alkoholu oraz palenia wyrobów tytoniowych.
- W Wellness & SPA Hotelu Monopol nie ma strefy nagości. Strefa Wellness & SPA jest wspólna dla kobiet, mężczyzn i dzieci. Na basenie obowiązuje strój kąpielowy. Podczas korzystania z sauny należy okryć się ręcznikiem.
- Strefa SPA to miejsce relaksu i wyciszenia, proponujemy więc zrezygnować z używania telefonów komórkowych podczas pobytu w Wellness. Obowiązkowe jest wyciszenie telefonów.
- Prosimy o zachowanie ciszy, aby nie zakłócać pobytu pozostałym Gościom.
- W przypadku niewłaściwego zachowania (agresja, zakłócanie spokoju innym Gościom, itp.) Hotel zastrzega sobie prawo do poproszenia o opuszczenie Wellness & SPA. W takiej sytuacji opłata za wstęp nie podlega zwrotowi.

SPA RULES

- Please arrive at the SPA Reception at least 5 minutes before the scheduled treatment. In the event of late arrival the time of treatment will be reduced accordingly, without the right to the discount.
- Guest having health problems (high blood pressure, heart disease), and pregnant women should report it at the SPA Reception.
- All changes regarding the treatments should be reported not later than 4 hours before the treatment. For services canceled later than 4 hours before the scheduled start, a 50% fee will be charged.
- Treatments included in service packages may not be exchanged for other services. Packages and discounts may not be combined.
- It is recommended that gentlemen planning treatments shave their the face at least 2 hours in advance the planned visit to avoid skin irritation.
- Ladies who booked a body treatment should not attend any hair removal treatments on the day of the body treatment.
- Bringing and drinking alcohol as well as smoking are strictly forbidden.
- There is no nudity zone in Hotel Monopol Wellness & SPA. The whole area of Wellness & SPA is available for women, men, and children. A swimming suit is obligatory in the swimming pool. You must be covered with a towel in the sauna.
- The SPA zone is a place of relaxation and tranquillity, so please refrain from using mobile phones during wellness treatments. The silent mode must be switched on.
- Be quiet and do not disturb other guests.
- In case of misbehavior (aggression, disturbing the peace, etc.), the SPA personnel has the right ask the guest to leave the SPA area. The entrance fee is not refundable in such cases.



HOTEL MONOPOŁ
WROCŁAW