

# ASPEN

WELLNESS

*Treatments Menu*



# Face Collection:

## Valmont Luxury Anti-Aging Rituals

*Discover a range of luxurious anti-aging treatments within the Face Collection by Valmont. These exquisite rituals are designed to rejuvenate and revitalize your skin, leaving you with a youthful and radiant complexion.*

The first three rituals come in two different variations to suit your preferences:

- For a quick and focused treatment, opt for the [Express version](#) without collagen. **50 MIN / 110€**
- If you desire a more extensive and indulgent experience, choose the [Complete version](#) which includes the application of a Regenerating Collagen sheet mask in addition to the full treatment, enhancing the overall rejuvenating effects. **75 MIN / 200€**

### 1. INTENSE HYDRATION OF THE FACE

This treatment is a must especially after sun exposure. It combines a soothing lymphatic draining face massage with advanced active ingredients like hyaluronic acid and plant extracts from the Alps. The result is skin that feels calm, soothed, and radiantly revitalized.

### 2. LUMINOSITY OF ICE

For those seeking a clear and pure complexion, the new Luminosity range and facial reflexology massage technique clarifies your complexion, enhances skin texture, and delivers a comprehensive anti-aging effect.

### 3. FIRMNESS OF THE HILLS (ELASTICITY AND DENSITY)

This exclusive treatment is designed to lift and firm the skin, revealing a visibly younger and more defined face. It features an original sculpting massage of the dermis, complemented by the use of the V-Firm line of products.

### 4. L'ELIXIR DES GLACIERS TREATMENT

Experience the epitome of skincare refinement with our intensely nourishing, sculpting, and rejuvenating treatment crafted from core Valmont ingredients and the exquisite bounty of beehive products. As part of this experience, you'll also indulge in a lifting and anti-wrinkle massage, expertly performed using the Japanese Ko-Bi-Do technique.

**100 MIN / 350€**

### 5. EYE COLLAGEN LIFT

By harnessing the power of a specialized collagen eye mask and the application of V-Firm Eye gel, our treatment is meticulously designed to target and eliminate concerns such as dark circles, puffiness, fine lines, and wrinkles. This comprehensive approach combines drainage techniques, acupressure, and firming massages, making it a perfect choice for both men and women seeking effective and rejuvenating eye care.

**50 MIN / 120€**

# Massage Collection:

## Full Body Massages By Cinq Mondes

*Step into an exquisite array of treatments distinguished by their quality, authenticity, and ceremonial essence. Experience a harmonious restoration of body and mind through an unforgettable sensory journey.*

### **1. RELAXING MASSAGE RITUAL**

Indulge in the art of living through a truly exquisite massage experience, enriched with the fragrant allure of hot Argan oil. This therapeutic journey extends across the entire body, skillfully addressing the elimination of toxins, soothing muscle pains, and fostering overall wellness.

**30 MIN / 1H - 65€ / 100€**

### **2. TONIFYING ENERGETIC MASSAGE RITUAL**

Drawing inspiration from ancient Indian traditions, this massage method seamlessly melds invigorating strokes to offer a deeply rejuvenating experience. By skillfully combining these time-honored techniques with the soothing scents of vanilla and cardamom, it not only promotes muscle relief but also ensures a tranquil night's rest and leaves your skin feeling irresistibly soft.

**60 MIN / 110€**

### **3. PEAKS OF SLIMNESS**

Featuring anti-cellulite, anti-orange-peel, draining, and firming actions, this transformative massage combines gentle movements tailored for mature skins with specific original palper-rouler motions. Discover the perfect equilibrium between slimming effects and relaxation for a truly rejuvenating session.

**60 MIN / 120€**

### **4. BACK REMEDY**

This specialized treatment centers on the back, nape, and shoulder blades, meticulously targeting and alleviating built-up tension. The ultimate goal is to deliver a profound sense of well-being and complete relaxation.

**30 MIN / 65€**

### **5. PREGNANCY HARMONIA MASSAGE**

Experience a soothing and deeply relaxing massage, expertly tailored to accommodate the needs of expectant mothers, utilizing the gentle and nurturing techniques of the Swedish massage tradition performed with organic Sublime oil.

**50 MIN / 90€**

# Signature & Rituals

## 1. GRAND FOREST RITUAL

Embark on a transcendent journey with our Grand Forest Ritual, a body massage treatment deeply rooted in the ancient wisdom of healers and infused with the grace of Lomi-Lomi. This exquisite experience harnesses the profound benefits of deep pressure applied with the therapist's forearms and uninterrupted, flowing movements.

The ritual is further elevated with the inclusion of hot stones, an anti-aging Biocellulose mask, and a rejuvenating firming effect, ensuring a truly transformative and revitalizing experience.

75 MIN / 160€

## 2. TRADITIONAL STRETCH HAMMAM RITUAL

The session begins with a 10-min hammam session, followed by soaping with 'Beldi Black Soap' and gentle exfoliation using the Kassa Glove.

Experience the luxury of stretching movements and the application of 'North African Rhassoul cream-wrap.' Opt for the 100-minute version to include a Relaxing Massage for the ultimate rejuvenation.

70 MIN / 100 MIN – 145€ / 190€

## 3. MOUNTAIN CEREMONY

This rejuvenating experience is meticulously crafted to alleviate the discomfort of 'heavy legs' by providing a comprehensive massage that not only relieves but also tones and improves circulation in the leg muscles.

The massage utilizes a body cream that leaves an energetic ice effect, enhanced by the application of cocooning Tender Foot Cream. To complement this treatment, indulge in a Ko-Bi-Do facial session, known for its anti-aging and detoxification benefits.

55 MIN / 120€

# Add-ons Collection:

## Scrubs

*Elevate your well-being by adding a rejuvenating body scrub of your choice to your hydrotherapy session, in order to introduce a detoxifying element to your treatment. . Choose from our exclusive selection:*

**1.  
MOUNTAIN SCRUB  
WITH HERBS FROM METSOVO**

Invigorate your senses with the warming embrace of herbs from Metsovo, reenergizing your muscles and revitalizing your body.

**2.  
SUBLIME SCRUB WITH TIARE OIL**

Embark on a journey to smoother, radiant skin with the touch of Tiare Oil, leaving you with a soft and luminous glow.

**30 MIN / 65€**

## Body Wraps

*Enhance your body treatment by selecting one of the following options:*

**1.  
ALGO CLAY POULTICE  
(DETOX BODY WRAP)**

Elevate your experience with this detoxifying body wrap, harnessing the purifying properties of clay and seaweed to revitalize your skin.

**2.  
ALOE VERA SOOTHING  
AND HYDRATING MASK**

Rejuvenate your skin by choosing this option, designed to restore elasticity and alleviate the effects of cold weather, leaving your skin feeling refreshed and hydrated.

**20 MIN / 55€**

# Organic Pampering:

## By Cinq Mondes

*Immerse yourself in the Organic Pampering experience by Cinq Mondes, where tranquility seamlessly blends with eco-consciousness. Our revitalizing services are thoughtfully crafted to harmoniously align your well-being with the planet. Experience profound relaxation, all the while knowing that our holistic approach places sustainability at the forefront.*

Experience Organic Pampering by Cinq Mondes, where every detail is curated to enhance your well-being while honoring the principles of sustainability.

### 1. ANCIENT GREEK MASSAGE

Embark on a journey guided by the wisdom of Hippocrates with our 80-minute Ancient Greek Massage. This treatment, tailored to alleviate muscular pain and replenish the body's energy, is an ideal choice for athletes. Immerse yourself in the therapeutic touch, enhanced by Valmont's Alpine Echinacea Vitality massage oil. The indulgence extends with our 24-hour Hand Cream, a unique topper for the hands, and the 24-hour Body Cream for feet, delivering an ideal final touch.

80 MIN / 150€

### 2. MOUNTAIN VITALITY

Find rejuvenation in our 60-minute Mountain Vitality massage, inspired by the traditional Lomi-Lomi technique. The therapist employs deep pressure from forearms and continuous, sweeping movements, creating an immersive experience of instant relief. Let the enchanting notes of Tiare flower accompany you throughout this blissful journey. This massage exclusively utilizes 100% organic, Ecocert certified Sublime oil.

60 MIN / 100€

### 3. ORGANIC MOISTURE BOOST FACE EXPERIENCE

Savor the delicate scents of tropical flowers in our "Express Radiance" treatment, a 30-minute Organic Moisture Boost inspired by Balinese Beauty Rituals. Discover the beneficial effects on skin cleansing, well-being, and beauty, all complemented by a detailed skin diagnosis for a personalized experience.

30 MIN / 60€

### 4. FRUITS & FLOWERS FACE EXPERIENCE

Indulge in our Fruits & Flowers Face Experience, a 50-minute treatment seamlessly blending organic cleansing products and a final moisture cream. This unique session incorporates the Dermalpuncture® technique — an innovative method involving finger pressures, akin to acupuncture without needles. Witness the improvement in skin radiance and purification through this perfect fusion of facial care and deep relaxation.

50 MIN / 90€

## **ETIQUETTE**

Aspen Spa is committed to fostering an environment of peace and tranquility. To help us maintain this serene atmosphere, please set your mobile phones to flight mode during your stay at the Spa. Kindly note that smoking, consuming alcohol, and eating are not permitted.

## **DRESS CODE**

Upon arrival at the Spa, you will be provided with a bathrobe, disposable slippers, and a locker set for your personal items. Additionally, we offer undergarments for you to wear during your treatment.

## **RESERVATIONS**

Please contact the Spa reception at extension 22 to book an appointment. We recommend making a reservation in advance to guarantee your preferred treatment and time.

## **CANCELLATIONS**

We understand that schedules can change, and we will do our best to accommodate your needs. However, since our therapists reserve their time specifically for you, we kindly request that you inform our team at least 24 hours in advance to avoid charges. Please note that failure to do so will result in a 100% service charge.

## **PAYMENT**

Services can be charged to your room and settled at the Front Desk upon departure.

## **PRIOR TO ARRIVAL**

Many of our Spa treatments are designed to improve blood circulation and involve special body pressure techniques. Therefore, we advise against eating a heavy meal before your treatment, though a light snack is appropriate. Please note that consuming alcohol prior to any Spa treatment is prohibited. For your convenience, the Spa provides lockers for storing personal items. We recommend not bringing valuables into the treatment room, as the Spa cannot assume responsibility for the loss of personal belongings. Additionally, if your chosen treatment includes water therapy, we request that you wear a bathing suit.

## **UPON ARRIVAL**

Please arrive at least 15 minutes before your scheduled appointment. Any delays may reduce the time available for your treatment, subsequently affecting its effectiveness and your enjoyment. Remember, this is your moment, and you deserve the full experience. Do let us know your preferences regarding room temperature, massage pressure, and music. Your comfort and care are our highest priorities.

## **HEALTH QUESTIONS**

Please inform us of any medical conditions or special needs at the time of booking. This information will enable our Spa team to assist you in choosing the most suitable treatments. Prior to any treatment, you will be asked to complete a medical questionnaire. We fully comply with the EU's General Data Protection Regulation.

## **PREGNANCY**

In our menu, you will find treatments specially formulated for women during pregnancy and for nursing mothers. Please let the Aspen Spa team assist you in selecting the most suitable treatment for this special time.

## **AGE REQUIREMENTS**

The Spa is intended for guests over 18 years of age. Guests under 18 may enjoy hydrotherapy only between 10:00 AM and 12:00 PM, and must be under adult supervision.





# Υπηρεσίες Προσώπου:

## Valmont Luxury Anti-Aging Rituals

*Ανακαλύψτε τις πολυτελείς θεραπείες αντιγήρανσης με τη συλλογή "Face Collection" της Valmont. Τα εκλεπτυσμένα προγράμματα και οι θεραπείες σχεδιάστηκαν για να αναζωογονήσουν και να ανανεώσουν το δέρμα σας, αφήνοντάς σας με ένα νεανικό και λαμπερό πρόσωπο.*

Οι τρεις πρώτες θεραπείες είναι διαθέσιμες σε δύο εκδόσεις:

- **Express**, χωρίς κολλαγόνο **50 ΛΕΠΤΑ / 110€**
- **Πλήρης**, η οποία περιλαμβάνει την εφαρμογή μάσκας Regenerating Collagen Sheet Mask **750 ΛΕΠΤΑ / 200€**

### 1. INTENSE HYDRATION OF THE FACE

Μια ιδανική θεραπεία μετά την έκθεση στον ήλιο: αυτό το διορθωτικό ενυδατικό μασάζ προσώπου συνδυάζει ένα αργό λεμφικό μασάζ με τις πιο προηγμένες δραστικές ουσίες, όπως το υαλοουρικό οξύ και φυτικά εκχυλίσματα από τις Άλπεις με αποτέλεσμα το δέρμα να καταπραϊνείται, να ηρεμεί και να ανακάτ τη λάμψη του.

### 2. LUMINOSITY OF ICE

Βασισμένο στη σειρά Luminosity και την τεχνική μασάζ ρεφλεξολογίας προσώπου, αυτή η θεραπεία καθαρίζει την επιδερμίδα και βελτιώνει την υφή της ενώ παράλληλα παρέχει συνολική αντιγηραντική δράση για ένα δέρμα τόσο αγνό και καθαρό όσο ο πάγος.

### 3. FIRMNESS OF THE HILLS (ΕΛΑΣΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΠΥΚΝΟΤΗΤΑ)

Μια αποκλειστική θεραπεία που έχει σχεδιαστεί για να αυξήσει τη σφριγηλότητα της επιδερμίδας, αποκαλύπτοντας ένα ορατά νεότερο και πιο καθορισμένο πρόσωπο. Χρησιμοποιεί ένα πρωτότυπο γλυπτικό μασάζ του δέρματος που εφαρμόζεται με το "Firm C-Boost", μαζί με τη χρήση της σειράς προϊόντων "V-Firm".

### 4. L'ELIXIR DES GLACIERS TREATMENT

Η απόλυτη θεραπεία προσώπου. Πρόκειται για μια έντονα θρεπτική, γλυπτική και αναζωογονητική θεραπεία που βασίζεται σε συστατικά Valmont σε συνδυασμό με κορυφαία προϊόντα από κηρήθρα. Στη θεραπεία περιλαμβάνεται ανορθωτικό και αντιρυτιδικό μασάζ με βάση το παραδοσιακό μασάζ προσώπου από την Ιαπωνία, Κο-Βι-Do.

**100 ΛΕΠΤΑ / 350€**

### 5. EYE COLLAGEN LIFT

Η θεραπεία βασίζεται σε μια ειδική μάσκα ματιών κολλαγόνου και την εφαρμογή του "V-Firm Eye Gel", στοχεύοντας στην εξάλειψη των μαύρων κύκλων, του πρηξίματος, των λεπτών γραμμών και των ρυτίδων. Ο εξαιρετικός συνδυασμός μασάζ αποστράγγισης, πιεσοθεραπείας και σύσφιξης κάνει τη θεραπεία ιδανική για όλους.

**50 ΛΕΠΤΑ / 120€**

# Υπηρεσίες Μασάζ:

## Μασάζ σώματος από την Cinq Mondes

*Καλώς ήρθατε σε μια υπέροχη επιλογή θεραπειών που χαρακτηρίζονται από ποιότητα, αυθεντικότητα και ιεροτελεστία. Αφιερώστε σε ένα αξέχαστο ταξίδι των αισθήσεων και αποκαταστήστε την αρμονία του σώματος και του νου.*

### 1. ΧΑΛΑΡΩΤΙΚΟ

Ένα γνήσιο παραδοσιακό μασάζ που επιδρά σε ολόκληρο το σώμα χρησιμοποιώντας απαλά αρωματισμένο ζεστό λάδι Argan. Τα έμπειρα χέρια του θεραπευτή δουλεύουν τους κόμπους ώστε να φύγει η ένταση με σκοπό την εξάλειψη των τσιμπών και των μυϊκών πόνων, δημιουργώντας μία αίσθηση απόλυτης ευεξίας.

**30 ΛΕΠΤΑ / 1 ΩΡΑ - 65€ / 100€**

### 2. ΤΟΝΩΤΙΚΟ

Αυτό το τονωτικό μασάζ με ζεστό λάδι προέρχεται από την παράδοση χιλιετιών της Ινδίας. Απολαύστε τα αρώματα βανίλλιας και κάρδαμου που βοηθούν στην ανακούφιση των μυών, ενθαρρύνουν τον υγιή ύπνο και αφήνουν το δέρμα μεταξένιο και απαλό.

**60 ΛΕΠΤΑ / 110€**

### 3. ΑΠΟΤΟΞΙΝΩΣΗ

Μασάζ γλυπτικής σώματος μίας ώρας, κατά της κυτταρίτιδας και της όψης φλοιού πορτοκαλιού, με αποσυμφορητική και συσφικτική δράση χάρη σε έναν συνδυασμό απαλών κινήσεων και roller-rouleau που σέβεται όλες τις επιδερμίδες και χαρίζει τη τέλεια ισορροπία μεταξύ αδυνατίσματος και αποτοξίνωσης.

**60 ΛΕΠΤΑ / 120€**

### 4. ΠΛΑΤΗΣ / ΑΥΧΕΝΑ

Ανακαλύψτε τις ευεργετικές ιδιότητες αυτού του βαθιά χαλαρωτικού μασάζ. Εστιάζοντας στην πλάτη, τον αυχένα και τις ωμοπλάτες, αυτή η θεραπεία απελευθερώνει τη συσσωρευμένη ένταση παρέχοντας μια αίσθηση ευεξίας και απόλυτης χαλάρωσης.

**30 ΛΕΠΤΑ / 65€**

### 5. ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ

Ένα χαλαρωτικό μασάζ για όλο το σώμα βασισμένο στη σουηδική τεχνική του μασάζ που προσφέρει ισορροπία σώματος και νου. Ειδικά προσαρμοσμένο και σχεδιασμένο μασάζ για εγκύους που πραγματοποιείται με βιολογικό "Sublime oil".

**50 ΛΕΠΤΑ / 90€**

# Signature

## 1. GRAND FOREST RITUAL

Μια θεραπεία μασάζ σώματος εμπνευσμένη από το Lomi-Lomi, η οποία χρησιμοποιεί βαθιά πίεση από τους βραχίονες του θεραπευτή και παρατεταμένες κινήσεις. Νότες λουλουδιών σας συνοδεύουν καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της θεραπείας. Ζεστές πέτρες εφαρμόζονται σε συγκεκριμένα σημεία του σώματος και του προσώπου ενθαρρύνοντας την απόλυτη χαλάρωση. Η θεραπεία τελειώνει με την εφαρμογή μιας αντιγηραντικής μάσκας προσώπου Biocellulose γεμάτη ενεργά συστατικά για ένα λαμπερό τελείωμα και ένα συσφικτικό αποτέλεσμα.

75 ΛΕΠΤΑ / 160€

## 2. ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ STRETCH HAMMAM RITUAL

Το τελετουργικό ξεκινά με μια συνεδρία χαμάμ 10 λεπτών και συνεχίζεται με ένα σχολαστικό καθαρισμό σώματος με "Beldi Black Soap". Στη συνέχεια χρησιμοποιείται το γάντι Kassa για την εξάλειψη των νεκρών κυττάρων και ακολουθεί η εφαρμογή της "Crème de Rhassoul" με ανοδικές κινήσεις. Για μια ιδιαίτερα χαλαρωτική εμπειρία μπορείτε να επιλέξετε την έκδοση 100 λεπτών που περιλαμβάνει ένα επιπλέον μασάζ 30 λεπτών.

70 / 100 ΛΕΠΤΑ – 145€/190€

## 3. ΤΕΛΕΤΗ ΤΟΥ ΒΟΥΝΟΥ

Μια συνδυαστική θεραπεία σχεδιασμένη για να απαλλαγείτε από την αίσθηση των «κουρασμένων άκρων» με βάση ένα λεμφικό μασάζ που αποσκοπεί στην τόνωση και βελτίωση του κυκλοφορικού συστήματος των ποδιών προκειμένου να ανακτήσετε ζωτικότητα και αίσθηση ελαφρότητας. Η θεραπεία περιλαμβάνει μια κρέμα σώματος που αφήνει μια αναζωογονητική αίσθηση κρύου, που εντείνεται με την εφαρμογή της κρέμας ποδιών "Tender Foot Cream". Ακολουθεί μια σύντομη θεραπεία προσώπου Ko-Bi-Do για αναζωογόνηση και λάμψη. Το Ko-Bi-Do είναι ένα παραδοσιακό μασάζ προσώπου από την Ιαπωνία, το οποίο μεταφράζεται ως «η τέχνη της ομορφιάς» και έχει αντιγηραντικές και αποτοξινωτικές ιδιότητες.

55 ΛΕΠΤΑ / 120€

# Απολέπιση & Περιποίηση Σώματος

## Απολέπιση

Συνοδέψτε τη συνεδρία υδροθεραπείας σας με μια αναζωογονητική θεραπεία απολέπισης (scrub) σώματος της επιλογής σας:

**1. MOUNTAIN SCRUB  
ΜΕ ΒΟΤΑΝΑ ΑΠΟ ΤΟ ΜΕΤΣΟΒΟ**

Για μυϊκό ζέσταμα και ανάκτηση της χαμένης ενέργειας.

**2. SUBLIME SCRUB ΜΕ ΕΛΑΙΟ "TIARE"**

Για απόλυτα λεία και λαμπερή επιδερμίδα.

**30 ΛΕΠΤΑ / 65€**

## Μάσκες Σώματος

Ολοκληρώστε ένα μασάζ ή θεραπεία σώματος με μία από τις παρακάτω επιλογές:

**1. ALGO CLAY POULTICE  
(DETOX BODY WRAP)**

Μια μάσκα σώματος ιαματικής λάσπης σε συνδυασμό με φύκια για την αποβολή των τοξινών και την αναζωογόνηση του δέρματος.

**2. ALOE VERA ΚΑΤΑΠΡΑΪΝΤΙΚΗ  
ΚΑΙ ΕΝΥΔΑΤΙΚΗ ΜΑΣΚΑ**

Μια μάσκα που έχει σχεδιαστεί για να αποκαθιστήσει την ελαστικότητα και να ανακουφίζει τις επιπτώσεις του κρύου καιρού, αφήνοντας το δέρμα σας αναζωογονημένο και ενυδατωμένο.

**20 ΛΕΠΤΑ / 55€**

# Organic Pampering:

## By Cinq Mondes

*Αφεθείτε σε μια αναζωογονητική εμπειρία με βαθιά οικολογική συνείδηση από την Cinq Mondes. Οι θεραπείες είναι σχεδιασμένες για να εναρμονίσουν την ευεξία με την ευημερία του πλανήτη. Απολαύστε βαθιά χαλάρωση με σεβασμό στη βιωσιμότητα και το περιβάλλον.*

Organic Pampering by Cinq Mondes για τη βελτίωση της λάμψης της επιδερμίδας και τον καθαρισμό της. Ο τέλειος συνδυασμός περιποίησης προσώπου και βαθιάς χαλάρωσης.

### 1. ΑΡΧΑΙΟΕΛΛΗΝΙΚΟ ΜΑΣΑΖ

Εμπνευσμένο από τα γραπτά του Ιπποκράτη, αυτό το μασάζ βαθιάς πίεσης είναι ιδανικό για τη θεραπεία του μυϊκού πόνου, την αναπλήρωση της ενέργειας, ενώ συνιστάται και για αθλητές. Το μασάζ συνδυάζει το αναζωογονητικό λάδι μασάζ Echinacea της Valmont από τις Άλπεις με την 24ωρη Κρέμα Χεριών και την 24ωρη Κρέμα Σώματος για τα πόδια για μια ολοκληρωτική χαλάρωση.

80 ΛΕΠΤΑ - 150€

### 2. ΜΑΣΑΖ ΒΟΥΝΟΥ ΣΕ ΟΛΟ ΤΟ ΣΩΜΑ

Μια θεραπεία μασάζ σώματος εμπνευσμένη από το Lomi-Lomi, στο οποίο ο θεραπευτής χρησιμοποιεί βαθιά πίεση από τους βραχίονες και συνεχόμενες κινήσεις. Το μασάζ γίνεται με 100% βιολογικό έλαιο "Sublime oil", πιστοποιημένο από τον Ecocert. Η θεραπεία συνοδεύεται από νότες λουλουδιών "Tiare".

60 ΛΕΠΤΑ / 100€

### 3. ORGANIC MOISTURE BOOST

Απολαύστε τα λεπτά αρώματα των τροπικών λουλουδιών σε αυτή τη θεραπεία "express radiance" εμπνευσμένη από τις Μπαλινέζικες τελετουργίες ομορφιάς και ανακαλύψτε την ευεργετική δράση τους στον καθαρισμό, την ευεξία και την ομορφιά του δέρματος. Περιλαμβάνει διαγνωστική εξέταση δέρματος.

30 ΛΕΠΤΑ / 60€

### 4. FRUITS & FLOWERS

Αυτή η θεραπεία προσώπου συνδυάζει τη χρήση οργανικών προϊόντων καθαρισμού και ενυδατικής κρέμας με μια πρωτότυπη τεχνική μασάζ πίεσης δακτύλων, τη Dermapuncture®, η οποία έχει το αποτέλεσμα βελονισμού αλλά χωρίς τη χρήση βελόνων.

50 ΛΕΠΤΑ / 90€

## ΕΘΙΜΟΤΥΠΙΑ

Στο Aspen Spa στόχος μας είναι η διατήρηση μιας ατμόσφαιρας γαλήνης και ηρεμίας. Βοηθήστε μας να τη διατηρήσουμε βάζοντας τα κινητά σας τηλέφωνα σε λειτουργία πτήσης κατά τη διάρκεια της διαμονής σας στο Spa. Το κάπνισμα, το αλκοόλ και το φαγητό δεν επιτρέπονται.

## ΕΝΔΥΜΑΤΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΩΔΙΚΑΣ

Κατά την άφιξη στο Spa παρέχονται μπουρνούζι, παντόφλες μιας χρήσης και πρόσβαση σε ντουλάπι που κλειδώνει όποιο μπορείτε να τοποθετήσετε τα προσωπικά σας αντικείμενα. Επιπλέον, παρέχουμε εσώρουχα μιας χρήσης που μπορείτε να φοράτε κατά τη διάρκεια της θεραπείας σας.

## ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ

Επικοινωνήστε με την υποδοχή του Spa στο εσωτερικό τηλέφωνο με αριθμό 22 για να κλείσετε ραντεβού. Σας συνιστούμε να κάνετε κράτηση εκ των προτέρων για να εξασφαλίσετε τη θεραπεία και τον χρόνο που προτιμάτε.

## ΑΚΥΡΩΣΕΙΣ

Κατανοώντας ότι το πρόγραμμά σας μπορεί να διαφοροποιηθεί, θα κάνουμε το καλύτερο δυνατό για να καλύψουμε τις ανάγκες σας. Ωστόσο, καθώς ο χρόνος του θεραπευτή έχει δεσμευτεί για εσάς, ενημερώστε την ομάδα μας 24 ώρες νωρίτερα για να αποφύγετε τη χρέωση. Σε διαφορετική περίπτωση, θα χρεωθείτε με το 100% των υπηρεσιών.

## ΠΛΗΡΩΜΗ

Η πληρωμή μπορεί να διευθετηθεί στη ρεσεψιόν κατά την αναχώρηση, υπογράφοντας τη χρέωση του δωματίου σας.

## ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΑΦΙΞΗ

Καθώς πολλές θεραπείες περιλαμβάνουν ειδικές τεχνικές πίεσης σώματος που βελτιώνουν την κυκλοφορία του αίματος, σας συμβουλεύουμε να μην τρώτε ένα βαρύ γεύμα πριν από τη θεραπεία σας. Ενδείκνυται ωστόσο ένα ελαφρύ σνακ. Απαγορεύεται το αλκοόλ πριν από οποιαδήποτε θεραπεία. Το Spa διαθέτει ντουλάπια για να αποθηκεύετε τα προσωπικά σας αντικείμενα σας συνιστούμε όμως να μην φέρετε πολύτιμα προσωπικά αντικείμενα στο χώρο. Το Spa δεν φέρει καμία ευθύνη για τυχόν απώλεια προσωπικών αντικειμένων. Εάν η θεραπεία που θα επιλέξετε περιλαμβάνει επεξεργασία νερού, φορέστε μαγιό.

## ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΦΙΞΗ

Παρακαλούμε ελάτε τουλάχιστον 15 λεπτά πριν το ραντεβού σας. Η άφιξη με καθυστέρηση θα μειώσει τον διαθέσιμο χρόνο για τη θεραπεία σας και ως εκ τούτου θα μειώσει την αποτελεσματικότητά της και την ευχαρίστηση και χαλάρωσή σας. Αυτή είναι η στιγμή σας και σας αξίζει να απολαύσετε την εμπειρία στο έπακρο. Ενημερώστε μας για οποιαδήποτε προτίμηση σχετικά με τη θερμοκρασία δωματίου, την πίεση και τη μουσική. Η φροντίδα σας είναι η ύψιστη προτεραιότητά μας.

## ΙΑΤΡΙΚΟ ΙΣΤΟΡΙΚΟ

Παρακαλέστε να μας ενημερώσετε κατά τη στιγμή της κράτησης για οποιαδήποτε ιατρική πάθηση ή ειδική ανάγκη. Αυτό θα επιτρέψει στην ομάδα του Aspen Spa να σας καθοδηγήσει στην επιλογή των σωστών θεραπειών. Πριν από οποιαδήποτε θεραπεία, η ομάδα μας θα σας ζητήσει να συμπληρώσετε ένα ιατρικό ερωτηματολόγιο. Συμμορφωνόμαστε πλήρως με τον Γενικό Κανονισμό Προστασίας Δεδομένων της ΕΕ.

## ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ

Στο μενού μας, θα βρείτε ειδικά διαμορφωμένες θεραπείες για γυναίκες κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και θηλασμού. Επιτρέψτε στην ομάδα του Aspen Spa να σας καθοδηγήσει, επιλέγοντας ποια θεραπεία είναι η καταλληλότερη κατά τη διάρκεια αυτής της όμορφης περιόδου.

## ΗΛΙΚΙΑΚΟΙ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ

Το Aspen spa είναι κατάλληλο για επισκέπτες άνω των 18 ετών. Οι επισκέπτες ηλικίας κάτω των 18 ετών μπορούν να απολαύσουν υδροθεραπεία μόνο από τις 10:00 έως τις 12:00 υπό την επίβλεψη ενήλικου.



# GRAND FOREST

METSOVO

\* \* \* \* \*

**SPA OPENING HOURS:**

10:00 - 21:00

**INTERNAL LINE FOR THE SPA:**

22

+30 26560 29001 - 4 • [INFO@GRAND-FOREST.GR](mailto:INFO@GRAND-FOREST.GR)  
E90, EXIT 7A, 44200 METSOVO, EPIRUS, GREECE

[WWW.GRAND-FOREST.GR](http://WWW.GRAND-FOREST.GR) • [@GRANDFORESTMETSOVO](https://www.instagram.com/grandforestmetsovo)