



SALUTE PER AQUA

MENIU

HOTEL DOUBLETREE BY HILTON CLUJ-CITY PLAZA

STR. SINDICATELOR NR. 9-13

ALEXANDRA.LUNGU@HILTON.COM

[FACEBOOK.COM/SALUTEPERAQUASPA](https://www.facebook.com/SALUTEPERAQUASPA)

[INSTAGRAM.COM/SALUTEPERAQUA](https://www.instagram.com/SALUTEPERAQUA)

OAZA TA CENTRALĂ

MASAJ SUEDEZ

Masajul suedez are ca rol principal relaxarea organismului și îmbunătățirea circulației.

Acest tip de masaj este destinat oricărei persoane, ajutând-o să se relaxeze. Pe lângă efectele de calmare, masajul este potrivit pentru eliminarea oboselei, îmbunătățirea circulației, reducerea stresului fizic și emoțional.

De asemenea acest tip de masaj ajută la îmbunătățirea sistemului limfatic.

30 MIN – 139 LEI

50 MIN – 209 LEI

90 MIN – 299 LEI





MASAJ LOMI-LOMI

Masajul clasic hawaian este tratamentul intens relaxant, cu mișcări lente și profunde, iar antebrățele sunt folosite la fel de mult ca și mâinile.

Printre beneficiile acestui tip de masaj se numără relaxarea mușchilor și relaxarea minții. Acesta ajută la funcționarea corectă a organelor și detoxifierea organismului, oferă energie și elimină dureri de spate, umeri sau cap. Este ideal pentru persoanele care suferă de insomnie.

Masajul Lomi-Lomi este soluția de relaxare, cu o istorie de mii de ani și o evoluție continuă.

30 MIN – 149 LEI

50 MIN – 219 LEI

90 MIN – 319 LEI

MASAJE

MASAJ AROMATERAPIE

Specialiștii noștri folosesc uleiuri esențiale extrase din plante, flori, fructe și rădăcini care ascund miresme plăcute, iar rezultatul este uimitor. Uleiurile sunt diluate în procent de 1-3% într-un ulei de bază.

Masajul stimulează fluxul limfatic, îmbunătățește circulația și sistemul imunitar, de aceea, masajul cu uleiuri esențiale este benefic pentru relaxarea musculară, hidratarea pielii, reducerea stresului, previne apariția vergeturilor, ameliorează celulita și durerile de spate.

30 MIN – 169 LEI

50 MIN – 239 LEI

90 MIN – 339 LEI





MASAJ DEEP TISSUE

Acest tip de masaj se adresează persoanelor care își petrec mult timp la calculator/birou.

Este recomandat în cazul durerilor cronice sau pentru detensionare musculară. Presiunea acestui tip de masaj este puternică, de aceea poate fi puțin mai dureros, însă beneficiile sunt multiple, de la relaxarea mușchilor foarte încordați, redarea mobilității și până la reechilibrarea sistemului nervos.

30 MIN – 169 LEI

50 MIN – 269 LEI

90 MIN – 369 LEI

MASAJE

MASAJ CERVICAL

Masajul cervical este recomandat persoanelor care petrec mult timp într-o poziție inconfortabilă la birou, iar postura este incorectă. Acest tip de terapie poate fi aplicată preventiv sau atunci când durerea afectează dispoziția zilnică.

Terapia prin masaj cervical ajută la menținerea stării de sănătate a întregului corp, tratamentul fiind concentrat în mod special pe umeri și pe partea superioară a acestora incluzând și scalpul. Prin acest tip de masaj se reduc stresul, durerile de cap și starea de oboseală.

30 MIN – 169 LEI

50 MIN – 239 LEI





MASAJ VENTUSSA

Tratamentul cu ventuze este o tehnică de masaj inițiată de chinezi, care folosește ventuzele în loc de degete, pentru a stimula fluxul de sânge, aducând mai mult oxigen în țesut și eliminând toxinele.

Ventuzele se pot folosi atât în scop terapeutic cât și în remodelare corporală, fiind utilizate în masajul anticelulitic și în masajul general. Având efect de vacuum, acestea acționează în profunzime, iar efectele cuprind drenarea limfei, detensionarea musculară și netezirea pielii.

30 MIN – 149 LEI

50 MIN – 219 LEI

90 MIN – 319 LEI

MASAJE

MASAJ BAMBUS EXOTIC

Masajul cu bețe de bambus este masajul corporal care implică manipularea țesutului cu bețele de bambus exotic. Rularea pe zonele care necesită remodelare favorizează un drenaj limfatic facilitând atât eliminarea toxinelor din organism, cât și surplusul de apă responsabil cu volumul mărit al membrilor și cu aspectul denivelat al pielii.

Terapia cu bețe de bambus exotic reduce celulita și tensiunea acumulată în mușchi oferind o stare de bine întregului corp.

30 MIN – 149 LEI

50 MIN – 219 LEI

90 MIN – 319 LEI





MASAJ CU PIETRE VULCANICE

Denumit și terapia geotermală, este una din cele mai moderne tehnici de relaxare și reechilibrare energetică a corpului.

Prin așezarea pietrelor încălzite pe existența unor puncte energetice numite chakre, combinate cu tehnici de masaj, se reduc nivelul de stres, anxietatea, durerile musculare, durerile de spate și de cap.

70 MIN – 269 LEI

100 MIN – 339 LEI

MASAJ COMBINAT

Este masajul personalizat în funcție de nevoile fiecăruia. Potrivit pentru dureri de spate, lombare sau pur și simplu când vrei să combini masajul lomi-lomi cu anticelulitic sau cel terapeutic cu hot stone, specialiștii noștri îți vin în ajutor.

Alege masajul potrivit discutând cu terapeutul nostru despre nevoile și problemele pe care le ai și te vei bucura de magia masajului și relaxarea profundă.

110 MIN – 499 LEI

MASAJE

REFLEXOLOGIE PLANTARA

Masajul reflexogen plantar presupune masarea anumitor puncte, urmând o anumită schemă și într-o anumită ordine, cu intenția de a stimula transmiterea impulsurilor nervoase către organele țintă.

Reflexoterapia stimulează eliminarea toxinelor, îmbunătățește circulația și susține sistemul imunitar, restabilind echilibrul corpului între yin și yang, încurajând autovindecarea și întărind sistemul imunitar.

Este terapia ideală pentru persoanele care au nevoie de reîncărcare fizică. Beneficiile reflexoterapiei sunt multiple, acestea ameliorând cu succes durerile de cap, migrenele, insomnia, nervozitatea, stresul și anumite perturbări funcționale ale organelor interne.

Recomandăm ca înainte cu 1 ora de terapie și după terapie, încă 30 min, să nu se consume alimente, doar apă. Apa se poate consuma chiar și în timpul sesiunii de masaj.

50 MIN – 199 LEI





DRENAJ LIMFATIC MANUAL

Este una din cele mai eficiente metode de tratare a edemului, o metoda relaxantă și foarte eficientă cu efect de slăbire și detoxifiere, reduce celulita și cantitățile de apă acumulate în exces.

Drenajul limfatic este ideal pentru tratamentul așa-numitului sindrom de picioare oboseite și umflate care apare în deosebi la femeile care petrec mult timp stând în picioare.

Acest tip de masaj oferă numeroase beneficii pentru sănătate. Curăță organismul de toxine, reduce limfedemul și ameliorează insuficiența venoasă. De asemenea, ajută la relaxare, elimină depunerile de grăsime și celulita, și stimulează sistemul imunitar, îmbunătățind calitatea somnului.

PARȚIAL 30 MIN – 159 LEI

GENERAL 50 MIN – 229 LEI

GENERAL 90 MIN – 289 LEI

MASAJE

ABONAMENTE

TOTAL ESCAPE FULL 1

(1 lună, acces nelimitat la piscină, saună și fitness)

650 LEI

TOTAL ESCAPE FULL 3

(3 luni, acces nelimitat la piscină, saună și fitness)

1550 LEI

TOTAL ESCAPE FULL 6

(6 luni, acces nelimitat la piscină, saună și fitness)

2450 LEI

TOTAL ESCAPE FULL 12

(12 luni, acces nelimitat la piscină, saună și fitness)

4000 LEI

Happy Hours: 20% discount pentru abonamentele TOTAL ESCAPE FULL utilizate în intervalul orar

9:00 - 15:00, Luni - Vineri

Corporate 50 intrări, valabile 4 luni, acces la piscină, saună și fitness 2500 lei

Corporate 100 intrări, valabile 6 luni, acces la piscină, saună și fitness 4400 lei

ACCES INDIVIDUAL PISCINĂ - ADULȚI 150 LEI
(PROSOP INCLUS)
ACCES INDIVIDUAL PISCINĂ - ADULȚI 200 LEI (HALAT,
PROSOP & PAPUCI INCLUSE)
ACCES INDIVIDUAL PISCINĂ - COPII PÂNĂ ÎN 12 ANI 80 LEI

ÎNCHIRIERE HALAT 40 LEI
ÎNCHIRIERE PROSOP 20 LEI
PAPUCI UNICĂ FOLOSINȚĂ 10 LEI

APĂ MINERALĂ/PLATĂ 11 LEI
SUC COCA-COLA 14 LEI

DIVERSE

SALUTE PER AQUA

HOTEL DOUBLETREE BY HILTON CLUJ-CITY PLAZA

STR. SINDICATELOR NR. 9-13

ALEXANDRA.LUNGU@HILTON.COM

FACEBOOK.COM/SALUTEPERAQUASPA

INSTAGRAM.COM/SALUTEPERAQUA