

SPA ETIKETTE OG SPA REGLAR

Av omsyn til hygiene og trivsel har vi følgjande reglar: GENE-RELLE REGLAR I BADEHUSET

Du trenar med innesko og treningstøy i treningscenteret. Vi må ha fokus på hygiene. Du blir oppmoda om å tørke av apparata etter bruk. Utstyr til dette er i lokalet.

Du kan ikkje gå inn i Badehuset med utesko. Du brukar badebukse/badedrakt. Alle må dusje før ein tek fasilitetane i bruk. Vis omsyn.

Alt inntak av drikke i Badehuset skjer i spesielle plastglas. Medbrakt mat og drikke ikkje tillatt.

- Ei kvilestund

For den optimale SPA-opplevinga anbefaler vi deg å bruke god tid i Badehuset. Unn deg sjølv ei kvilestund i relaxområdet. Is-dusjen er meint som ei avkjøling mellom varmebehandlingar i badstovene. Slik får du kroppen sin temperatur ned på normalt nivå og aukar blodsirkulasjonen. (OBS! ikkje anbefalt dersom du har høgt blodtrykk og/eller har hjarteproblem). I Badehuset bør du drikke mykje vatn, både før, under og etter aktivitetar og behandlingar. Det står alltid isvatn tilgjengelig.

TIMEBESTILLING OG AVBESTILLING

Behandlingar må bestillast på førehand. Dette gjeld også om du har gåvekort. Ta kontakt med resepsjonen. Dersom du har allergi, problem med hjertet, høgt blodtrykk, brukar medisin eller er gravid, ber vi deg opplyse om det ved bestilling slik at vi får tilrettelagt for deg. Avbestilling kan seinast skje 24 timar før behandling. Etter dette må du likevel betale fullpris. Om du ikkje møter og ikkje har gjeve beskjed om dette, må du pårekne å måtte betale for den bestilte behandlinga.

Frammøte:

Vi anbefaler at du møter i god tid før behandlinga di. For maksimal utbytte av SPA-opplevinga kan du bruke dei andre SPA-fasilitetane i forkant av behandlingar. Av hygieniske årsakar ber vi deg alltid å dusje før kroppsbehandlingar og massasjar. Dette gjeld også før bading og opphald i badstove-avdelinga.

Antrekk:

Det er obligatorisk med badetøy i Badehuset. Badekåpe er inkludert i SPAbehandlingar på 50, 80 og 110 minutt.

Dagbesøkande og hotellgjestar kan leige badekåpe i resepsjonen. Under behandlingar anbefalar vi deg å unngå å ligge med vått badetøy. Du får utlevert eingongstruse til bruk under innpakningar

SPA-terapeutane har god kunnskap om kropp, helse og velvære, spør dei gjerne om råd – for best utbytte av di SPA oppleving!

GÅVEKORT kan kjøpast på:
www.nordfjord-hotell.no

NORDFJORD
HOTELL

Anlegget er ope kvar dag frå kl. 07.00–20.00
(22.00 i treningscenteret).
(unnateke enkelte dagar ved høgtider
om hotellet er stengt).

.....

Ta kontakt pr. tlf 57 86 33 33 eller med
epost til booking@nordfjordhotell.no
for å reservere plass for behandlingar
eller for grupper



BAD OG SPA

SPA - MENY

Lån av badekåpe er inkludert på 50, 80, og 110 minutt behandling. Ved tinging av alle typer behandling får du fri tilgang til Badehuset med alle fasilitetar

HUDPLEIEBEHANDLINGAR

Oppfriskande ansiktskur kr. 435,-
Med tilførsel av fukt og mineralar - 25 minutt (dame og herre)

Basis hudpleie kr. 765,-
Med reins, djup peeling med damp, massasje og ansiktsmaske - 50 minutt

Luksus hudpleie kr. 1095,-
Med reins, djup peeling med damp, luksus aromaplasti/dobbeltmaske. Inkluderar Decléors spesial massasje for hand og rygg - 80 minutt

KLASSISK MASSAJE, AROMAMASSAJE ELLER KINESISK MASSAJE

KLASSISK ELLER AROMAMASSASJE

- 25 minutt	kr. 435,-
- 50 minutt	kr. 760,-
- 80 minutt	kr. 1090,-

KINESISK MASSAJE

- 25 minutt	kr. 435,-
- 50 minutt	kr. 760,-
- 80 minutt	kr. 1090,-

Svært effektiv djupvevsmassasje. Terapeut brukar ulike massasjeteknikkar som akupressur, stretching, knaing og stryking.

LYMFEDRENASJE kr. 760,-
Stimulanse av lymfesystemet ved hjelp av massasjeteknikk med lette trykk. Fjerner væskeansamlingar og løyser opp spenningar - 50 minutt.

HOT STONE MASSASJE kr. 1390,-
Massasje med bruk av varme lavasteinar og olje - 80 minutt.

MASSASJE I ANSIKT OG/ELLER HOVUD kr. 435,-
- 25 minutt.

ORGANISK AROMAKUR, AROMAINNPAKNING
Kroppsskrubb og innpakning

Basis 50 minutt	kr. 1090,-
+ Hydrobad 80 minutt	kr. 1390,-
+ Massasje 110 minutt	kr. 1690,-

LAVENDELDREAM, INNPAKNING kr. 1290,-
Kroppsskrubb, lett massasje med lavendelolje, nakke og fotmassasje - 80 minutt.

THALASSO ALGEKUR, INNPAKNING
Detox kur. Verkar stimulerande og rensar kroppen for avfallsstoff

- 50 minutt	kr. 1090,-
- 80 minutt	kr. 1390,-
- 110 minutt	kr. 1690,-

UNGARSK KUR - VARM KROPPSINNPAKNING MED EKTE UNGARSK MOOR MUD
Moor Mud er eit reint naturprodukt frå Ungarn. Leira har peelande effekt, mjukar opp stive musklar og ledd, reingjer huda og tilfører god fukt

- 50 minutt	kr. 990,-
- 80 minutt	kr. 1290,-
- 110 minutt	kr. 1590,-

SAUNA BODY MASK, INNPAKNING kr. 1390,-
Mild eksfolierande kroppsmaske, skrubb, body mask og massasje - 80 minutt.

SNART MAMMA kr. 1190,-
Kroppsskrubb, spesialmassasje av føtter, ansikt og hodebunn, inkludert eksklusiv ansiktsbehandling - 80 minutt.

LUKSUSDAG I BADEHUSET kr. 2500,-
Skrubb, hydroterapi, kroppsmassasje og aromainnpakning. Ansiktsbehandling. Servering av frukt og lunsj.

FOTPLEIE

FOTPLEIE kr. 655,-
Med avslappande fotbad, fjerning av hard hud, filing av neglar, stell av negleband og tilføring av fukt - 50 minutt.

FOTPLEIE LUKSUS kr. 875,-
Med ekstra fot- og leggmassasje i tillegg til skrubb av føtene - 80minutt.

PRISAR OG PAKKAR

Dag-SPA (drop in) inkl. handkle og dusj-såpe	kr.295,-
Med badekåpe	kr. 350,-
Ekstra handkle	kr. 25,-
Leige badekåpe	kr. 60,-
Månadskort	kr. 990,-
Halvårskort	kr. 3500,-
Årskort	kr. 5250,-

(Partner/ektefelle halv pris)

Alle med månadskort og/eller årskort får 15 % på behandlingar over kr. 500,- .

For privat arrangement, grupper m.m. ta kontakt for pristillbod.