



ZION

SPA

PREMIUM

MENU PROCEDÚR SPA / SPA TREATMENT MENU



CROWNE PLAZA
BRATISLAVA



Wellness & Fitness & Spa

Otvára pre vás nový rozmer starostlivosti o telo i ducha.
Objavte svoj privátny ostrov pokoja uprostred oceánu povinností,
oázu harmónie v srdci pulzujúceho mesta.



Opens a never before seen dimension of body & soul care to you.
Discover your private island of tranquillity amidst the ocean of duties,
your oasis of harmony in the heart of the pulsating city.



ZION SPA LUXURY

Hotel Kempinski River Park
Dvořákovo nábrežie 6, 811 02 Bratislava
receptia: +421 2 3223 8451
zion.krp@zionspa.sk



ZION SPA LUXURY

Grand Hotel Kempinski High Tatras
Kúpeľná 6, 059 85 Štrbské Pleso
receptia: +421 52 3262 450
zion.ghk@zionspa.sk



ZION SPA PREMIUM

Crowne Plaza Bratislava
Hodžovo námestie 2, 816 05 Bratislava
receptia: +421 2 5934 8182
zion.cpb@zionspa.sk

MASÁŽE / MASSAGES

ŠVÉDSKA

45 / 60 min 49 € / 59 €

Klasická európska masáž využíva mierny až stredný tlak a tiež dlhé rytmické ťahy určené na relaxáciu a revitalizáciu vášho organizmu. Technika je vhodná na odstránenie bolesti svalov a celkovú relaxáciu, zrýchľuje krvný obeh a znižuje napätie v tele.

TERAPEUTICKÁ

60 / 90 min 59 € / 85 €

Tradičná masáž používa stredný až hlboký tlak. Uvoľňuje napätie, blokády a uzly a zmierňuje svalové vypätie a kŕče, ktoré vznikajú v dôsledku stresu, z práce alebo po aktívnom športovaní. Využíva sa kompresia a masážne techniky, ktoré pracujú naprieč svalovým vláknom, čím sa vaše svaly zahrejú a uvoľnia.

AROMATERAPEUTICKÁ

90 / 120 min 85 € / 109 €

Aromaterapia je umenie a veda o vytváraní rovnováhy pomocou esenciálnych olejov extrahovaných z rastlín. V tejto terapii spájame vlastnosti aromatických olejov s upokojujúcim tlakom jemnej masáže, čím znižíme stres a dodáme vám novú energiu.

AROMASTONE

60 / 90 min 59 € / 85 €

Vyhriate hladké čadičové kamene sú aplikované na čakry na tele a obnovujú rovnováhu vnútorných energií. Tieto horúce kamene sa používajú na masáž celého tela a teplo z nich vstupuje hlboko do svalov, čím sa navodzuje stav hlbokoj relaxácie, uvoľnenia napätia a stresu.

REFLEXOLÓGIA

45 min 45 €

Prastará východná technika, ktorá sa zameriava na reflexné body chodidiel. Tie majú vplyv na konkrétne orgány a integrované systémy vo vašom tele. Tlak na týchto miestach pomáha zlepšiť krvný obeh a vytvoriť vnútornú rovnováhu.

EXPRESS RELAX

30 min 39 €

Masáž chrbta, šije a ramien zmierňuje neprijemné pocity v miestach, kde stres a napätie najviac vplyva na vaše telo.

SWEDISH

45 / 60 min € 49 / € 59

This classic European massage uses light to medium pressure of long, rhythmic strokes designed to relax and revitalize the body. Best for overall muscle aches and general relaxation while increasing circulation and reducing stress in the body.

THERAPEUTIC

60 / 90 min € 59 / € 85

This traditional massage uses a medium to deep pressure, focusing on releasing tension, blockages and knots and relieving muscular tension and spasms due to stress, work or athletic activities. Compression and cross-fibre friction techniques are used to warm and loosen muscles, along with stretches.

AROMATHERAPY

90 / 120 min € 85 / € 109

Aromatherapy is the art and science of creating wholeness and balance through essential oils extracted from plants. We combine the benefits of aromatherapy oils with the soothing sense of touch to reduce stress and increase energy. This is a light and gentle massage.

AROMASTONE

60 / 90 min € 59 / € 85

Smooth basalt stones are heated and applied to the Chakra points to restore the balance of internal energies. These heated stones are used to massage the entire body, allowing the heat to radiate deep within the muscles to induce a state of deep relaxation, relieving tension and stress.

REFLEXOLOGY

45 min € 45

This ancient Eastern application of pressure point massage focuses on reflex points on the feet that correlate to specific organs and integral body systems. Compressions to these points help enhance circulation and create balance from within.

EXPRESS RELAX

30 min € 39

This back, neck and shoulder massage, relieves discomfort in areas where stress and tension impact our body.

TELOVÉ PROCEDÚRY / BODY TREATMENTS

ZAMATOVÁ POKOŽKA

60 min 69 €

Rozžiarte vaše telo od hlavy až po päty terapiou zameranou na zjemnenie pokožky tela. Procedúra, ktorá za pomoci aktívnych látok poskytuje maximálny efekt z telového pilingu a následnej hydratácie pokožky. Vaše telo a myseľ si navyše oddýchne aj vďaka relaxačnej masáži so zameraním na chrbát, ramená a krk. Ako celok vám táto terapia zabezpečí neuveriteľne rozjasňujúci zážitok.

POLYNÉZSKY RITUÁL

90 / 120 min 95 € / 115 €

Neobyčajná cesta relaxácie a spirituality pre vaše telo a dušu. Exotický piling morskou soľou, kúskami kokosových škrupiniek a vôňou vanilky, olejová masáž lomi - lomi, masáž s nahriatymi balíčkami s pieskom z Bora Bora a záverečná aplikácia perleťového polynézskeho oleja na dekolé a ramená.

DETOX

120 min 115 €

Intenzívne ošetrovanie, ktorého cieľom je spevniť telo a vytvárať ladné krivky. Jediná pilingová technika, tzv. brushing, pomáha odstrániť vrchnú časť pokožky. Stimulujúca lymfodrenáž napomôže jej prekrveniu a pomáha pri vstrebávaní aktívnych spevňujúcich látok. Špeciálna masáž za použitia vysoko výkonného zoštíhľujúceho séra dôkladne tonizuje pokožku a stimuluje odstraňovanie toxínov. Krém na záver hydratuje a rozjasní celé vaše telo.

PLEŤOVÉ OŠETRENIA / FACIALS

OŠETRENIE ZRELEJ PLETI

90 min 89 €

Ide o inovatívne spevňujúce ošetrovanie pokožky, ktoré podporuje regeneráciu buniek a zvyšuje produkciu kolagénu a elastínu. Okrem toho výrazne znižuje viditeľnosť jemných vrások a zároveň vyplňa tie hlbšie.

HYDRATAČNÉ OŠETRENIE PLETI

60 / 90 min € 69 / € 89

Ošetrovanie pleti na niekoľkých úrovniach. Po vyčistení a pilingu je pokožka ošetrovaná krémom s antioxidantmi. Následne sa nanesie upokojujúca maska, ktorá výrazne zvýši hydratáciu vašej pleti. Vďaka tomuto ošetrovaniu bude vaša pokožka posilnená a výživné ingrediencie jej prinavrátia zdravý vzhľad.

SILK SKIN

60 min € 69

Illuminate your body from head to toe with this results driven treatment. A multi-active experience provides the ultimate in body exfoliation. Your skin is afterwards nourished using long, relaxing strokes with a focus on the back, shoulders and neck to complete this truly brightening experience.

POLYNESIAN RITUAL

90 / 120 min 95 € / 115 €

Unusual journey of relaxation and spirituality for your body and soul. Exotic peeling with sea salt, coconut shells and scent of vanilla, Lomi Lomi massage, massage with warm sand pouches from Bora Bora, final application of pearl Polynesian oil.

DETOX

120 min 115 €

Experience this intensive treatment designed to refine and firm body contours. An exclusive dry brush technique helps to exfoliate the skin, stimulate lymphatic drainage, increased blood flow and assist in the absorption of firming, active ingredients. A thorough toning massage using a high performance slimming serum helps to stimulate circulation, tone the skin and remove toxins. The finishing lotion hydrates and brightens the body.

ANTI AGEING

90 min € 89

This innovative skin firming treatment promotes cell regeneration, boosts elastin and collagen, and significantly reduces fine lines, whilst also filling deep wrinkles.

HYDRATING

60 / 90 min € 69 / € 89

A multi-level approach to a healthier complexion. After exfoliation the skin is then with antioxidants and layered with a soothing masque to dramatically increase moisture. This facial fortifies and revives the skin with beneficial ingredients to bring it back to health.

PLEŤOVÉ OŠETRENIA / FACIALS

ČISTIACE OŠETRENIE PLETI

60 min 69 €

Toto čistiace ošetrovanie vhodné pre všetky typy pleti zahŕňa jemný exfoliačný piling, ktorý slúži na odstránenie vrchnej vrstvy pokožky a luxusnú masáž. Následná hĺbkovo čistiaca maska s rastlinnými alebo morskými extraktmi omladí a vyživí pokožku. Vysoko koncentrované ampulky sú finálnou čerešničkou na torte.

LEN PRE MUŽOV

60 min 69 €

Mužská pleť sa líši od ženskej, okrem iného aj tým, že trpí každodenným holením. Toto ošetrovanie preto zahŕňa špeciálne produkty pre mužov a tiež masáž podporujúcu funkciu pokožky a zlepšenie kvality pleti.

EXPRESNÉ PLEŤOVÉ OŠETRENIE

30 min 39 €

Perfektné mini ošetrovanie tváre určené práve pre vás je na mieru prispôsobené vášmu typu pleti. Zahŕňa čistenie, piling, upokojujúcu masku a masáž tváre, krku a ramien. Tonikum a hydratačný krém na záver zanechá vašu pleť hydratovanú a omladenú.

CLEANSING

60 min € 69

This purifying treatment for all skin types includes a gentle exfoliating peel to remove dull surface skin cells, a luxurious massage, and a deep-cleanse masque with botanical or marine extracts to rejuvenate and nourish the skin. A highly concentrated ampoule is the final touch.

JUST FOR MEN

60 min € 69

Men's skin is different to women's skin – and it suffers from everyday shaving. This treatment includes special products for men and massage supporting the skin function and improving skin quality.

REFRESH FACIAL

30 min € 39

The perfect mini facial designed just for you. It is customized to your skin type, providing you with cleansing, exfoliation, soothing masque, neck and shoulder massage. Concludes with a toner and moisturizer, which will leave the skin feeling hydrated and rejuvenated.

PRÍDAVNÉ PROCEDÚRY / ADD ON

TELOVÝ PEELING

30 min 35 €

Jemné ošetrovanie tela navrhnuté tak, aby dôkladne vyčistilo, hydratovalo a revitalizovalo pokožku.

JEMNÉ RUKY

30 min 35 €

Relaxačné a omladzujúce ošetrovanie pre unavenú, dehydratovanú, či namáhanú pokožku rúk.

OBNOVA OČNÉHO OKOLIA

15 min 19 €

Upokojujúce ošetrovanie očného okolia vyživí pokožku, znižuje opuchy, remineralizuje a rozjasňuje očné okolie.

BODY PEELING

30 min € 35

Gentle body treatment designed to exfoliate, moisturize and revitalize your skin.

HANDS PAMPERING

30 min € 35

Relaxing and rejuvenating treatment for tired, dehydrated, dull and aging hands.

EYE RECOVERY

15 min € 19

A soothing eye treatment to nourish, reduce puffiness, remineralize and brighten the eye area.

BALÍČKY / PACKAGES

BUSINESS BREAK

Švédka masáž 45 min + Expressné ošetrovanie pleti 30 min + káva 79 €

Doplňte si energiu masážou zameranou na uvoľnenie napätia v oblastiach, ktoré vás najviac trápia. Ideálny balíček v rámci poludňajšieho odpočinku alebo na uvoľnenie napätia v oblasti krku, chrbta a ramien.

CHVÍLKA LEN PRE VÁS

120 min ošetrovanie podľa výberu + nealkoholický nápoj podľa výberu 119 €

Spravte si svoj deň v Spa jedinečným a výnimočným. Vytvorte si vlastný kúpeľný zážitok.

PREMIUM

Telový piling 30 min + Aromaterapeutická masáž 60 min + čerstvá šťava + ovocná misa + Hydratačné ošetrovanie pleti 60 min 125 €

Dajte stresu Zbohom s naším balíčkom Premium a nechajte sa rozmaznávať od hlavy až po päty.

BUSINESS BREAK

Swedish Massage 45 min + Refresh Facial 30 min + coffee € 79

Recharge with our focus massage geared to release tension in the areas you specify. Perfect for mid-day relaxation or for relieving stress in your neck, back and shoulders.

TIME FOR YOU

120 min treatment of the choice + non-alco drink of the choice € 119

Extend your spa day beyond a single spa treatment. Create your own spa experience.

PREMIUM

Body peeling 30 min + Aromatherapy Massage 60 min + Fresh juice + Fruit plate + Hydrating Facial 60 min € 125

Give your stress goodbye with our blissful package and let yourself pamper from head to toe.

SPA ETIKETA / HOW TO SPA FOR YOUR PLEASURE AND COMFORT

PRÍCHOD

Príďte prosím minimálne 30 minút pred začiatkom procedúry, aby ste mali dostatok času na pohodlnú registráciu a prípravu na vaše procedúry. V prípade, že meškáte, majte na pamäti, že vaša procedúra skončí v pôvodne plánovanom čase, aby sa zabránilo obmedzeniu ostatných hostí. Rešpektujte, prosím, pokoj a ticho v Spa tým, že obmedzíte v priestoroch Spa telefonické rozhovory. Pre zdravie a bezpečnosť je využívanie parnej sprchy, sauny a jacuzzi kontraindikované u detí do 16 rokov.

MALOLETÍ

Všetky osoby mladšie ako osemnásť rokov musia mať písomný súhlas o využívaní priestorov od rodičov alebo zákonného zástupcu. Okrem toho je potrebná prítomnosť rodiča alebo zákonného zástupcu počas celého času prítomnosti maloletého v Spa.

OBLÉČENIE

Je nevyhnutné používať plavky vo všetkých priestoroch wellness ZION SPA. Pre vaše pohodlie budete mať k dispozícii župan a papuče. Naši tréningoví terapeuti sú vyskolení v správnom zakrývaní a vy si môžete byť istí, že bude vždy zachované a rešpektované vaše primerané súkromie počas terapie. Ak sa tak cítite pohodlnejšie, môžete počas terapie použiť svoje spodné prádlo.

ZDRAVOTNÉ PROBLÉMY

Pri registrácii na procedúru, vyplňte prosím krátky zdravotný dotazník. Uveďte, prosím, akékoľvek zdravotné obmedzenia, ktoré by mohli byť ovplyvnené procedúrou, ako je napr. vysoký krvný tlak, alergie, srdcové ochorenia alebo tehotenstvo. Prosíme, informujte nás o každej alergii alebo citlivosti pri rezervácii vašej procedúry.

CENNOSTI

Prosíme, nenoste šperky alebo iné cennosti do Spa. ZION SPA nenesie žiadnu zodpovednosť za stratu osobných vecí.

DPH A OSTATNÉ

Ceny uvedené v cenníku sú vrátane 20% DPH. Odmeny sú na vašom uvážení.

REZERVÁCIA

Ohľadom rezervácie, prosím kontaktujte recepciu Spa na čísle: +421 2 5934 8182. Odporúčame rezerváciu s dostatočným predstihom. Pri rezervácii je ako garanciu potrebné uviesť číslo kreditnej karty alebo uviesť číslo hotelovej izby. Pokiaľ máte špecifickú požiadavku na terapeuta/ku môžete si byť istý, že sa budeme snažiť plne vyhovieť vašim požiadavkám, nie je však možné to vždy zaručiť.

ZRUŠENIE REZERVÁCIE

Prosíme vás o dodržiavanie našich storno podmienok. Zmeny alebo zrušenie rezervácie je potrebné urobiť minimálne 12 hodín pred plánovaným termínom procedúry. V prípade zrušenia procedúry v čase kratšom ako 12 hodín, vám bude účtovaných 50% z ceny procedúry. Pri nedostavení sa na procedúru vám bude účtovaný 100% storno poplatok.

ODPORÚČANIA

Horúca sprcha, či parný kúpeľ najlepšie pripraví vaše telo na spracovanie aktívnych látok používaných počas procedúr. Odporúčame vám, aby ste sa neholili pred telovými procedúrami alebo pred ošetrovaním pleti u pánov. Kávu alebo alkohol vám pred terapiami konzumovať neodporúčame. Po procedúrach odporúčame vypiť zodpovedajúce množstvo vody.

DARČEKY

Darčkové karty alebo Darčkové certifikáty sú skvelým spôsobom, ako potešiť svojich blízkych. Darčkové karty sú krásne balené a sú k dispozícii na recepcii Spa. Rovnako sú k dispozícii firmné darčkové balíčky.

ARRIVAL

Please arrive at least 30 minutes prior to your treatment to allow time for check-in and preparation for your service. If you are delayed in your arrival, please remember that your service will end at its original time to avoid inconveniencing other guests. Please respect the tranquility of the spa by not talking on your cell phone while in the spa. For the health and safety use of the steam room, sauna and Jacuzzi is contraindicated for children under 16 years of age.

MINORS

All individuals under the age of eighteen (18) years must have a Waiver and Release of Liability signed by a parent or legal guardian. In addition to having this Waiver and Release of Liability signed, parent or legal guardian must accompany minor in Spa facilities at all time.

CLOTHING

We suggest you to bring a bathing suit to enjoy our co-ed sauna and whirlpool. You will be provided a robe and slippers for your day use at the spa. Our licensed therapists are trained in proper draping to assure you are properly covered during the treatment and your privacy will always be respected. If you feel more comfortable, you may wear your undergarments.

MEDICAL CONDITIONS

A brief medical questionnaire will be given to you at the time of check-in. Please indicate any medical conditions or disabilities that may be affected by your treatment, such as high blood pressure, allergies, heart ailments or pregnancy. Please inform us of any allergies or sensitivities when scheduling your spa services.

VALUABLES

Please do not bring jewellery or other valuables to the spa. ZION SPA does not assume any liability for the loss of personal items.

VAT and GRATUITIES

20% VAT is included in all services. Gratuities are upon your discretion.

RESERVATIONS

Appointments may be scheduled any time during operational hours at +421 2 5934 8182. We suggest scheduling appointments in advance. A credit card or room reservation is necessary to hold a reservation. If you have a specific gender request please note that at time of reservation, we will do our best to accommodate your preference, however, it cannot be guaranteed.

CANCELLATIONS

We strongly adhere to our cancellation policy. Please make appointment changes or cancellations 12 hours prior to your scheduled appointment. Cancellations not made within 12 hours of your treatment time will be charged at 50% of the treatment rate. No shows are charged 100%.

SUGGESTIONS

The use of shower or steam best prepares your body for its treatment. We suggest you do not shave prior to any scrub, pedicure or prior to a men's facial. It is suggested that no coffee or alcohol be consumed prior to your treatment. Adequate amounts of water should be consumed following.

GIFTS

A spa Gift Card or Gift Certificate is a wonderful way to extend gratitude. Gift Cards are beautifully packaged and are available in any denomination. Corporate gift packages are also available.