



DHARMA

AYURVEDIC ■ TIFFI SPA



TIFFI ■ SPA DHARMA

Tiffi ■ Spa Dharma to więcej niż Spa. To, czego doświadczą Państwo w Tiffi ■ Spa Dharma to kompendium wiedzy i doświadczeń kultury Dalekiego Wschodu w dbałości o symbiozę zdrowego ciała i umysłu. Nasi wykwalifikowani terapeuci z Tybetu, Indii, Tajlandii i Bali przygotowali dla Państwa paletę zabiegów orientalnych i ajurwedyjskich, wprowadzających w świat głębokiego relaksu i wyjątkowych doznań. Wyjątkowości tego miejsca nadają zabiegi ajurwedyjskie, wykonywane zgodnie ze staroindyjskimi technikami przy użyciu oryginalnych olei ajurwedyjskich. Ajurweda to wiedza o życiu i długowieczności, a nasi terapeuci czerpią ją z sanktuarium Ananda w Himalajach. Do wykonania zabiegów orientalnych używamy światowej klasy kosmetyków organicznych ILA, a o piękno kobiet zadbałimy przy użyciu kosmetyków marki Elemis i Klapp. W trakcie zabiegów towarzyszy Państwu specjalnie dobrana muzyka do medytacji i relaksu.

TIFFI ■ AYURVEDA

Abhyanga 75 min – 390 PLN

Podczas masażu Twoje ciało jest intensywnie masowane ciepłym olejem ajurwedyjskim od stóp do głów, aby doprowadzić je do pełnej równowagi. Terapeuta stosuje różny stopień nacisku, przebiegający w różnych kierunkach, co ma na celu balansowanie Twoich trzech energii, znanych jako dosze. Zabieg ten głęboko odpręży, wyeliminuje zmęczenie i zbalansuje przepływ energii między ciałem i umysłem.

Abhyanga + Shirodhara 90 min – 490 PLN

Oddaj się poczuciu błogości i relaksu. Metoda polega na łagodnym przepływie oleju ajurwedyjskiego po czole, w szczególności po „trzecim oku” - punkcie czakry, znajdującym się między brwiami. Podczas terapii olej napływa na skórę głowy i włosy, wprawiając Cię w stan błogości. Zabieg rozpoczyna się 60-minutowym masażem relaksacyjnym Abhyanga, który w połączeniu z zabiegiem Shirodhara, pozwoli Ci poczuć pełną harmonię ciała, duszy i umysłu.

Crown Chakra 60 min – 330 PLN

Ta tradycyjna starożytna terapia, polega na masowaniu głowy, ramion oraz pleców ze średnim uciskiem, co pozwoli zrelaksować Twoje mięśnie i uwolnić Cię od stresu. Masaż receptorów głowy, ma na celu pobudzenie Twojej nadrzędnej czakry, co prowadzi do osiągnięcia stanu duchowego wzrostu. Na koniec okład ciepłym, wilgotnym ręcznikiem, który wprowadzi Twoje ciało w stan pełnego wyciszenia i relaksu.



TIFFI ■ MASSAGE

Masaże: Balijski, Lomi, Gorącymi Kamieniami są wykonywane orientalnymi olejkami marki ILA. Dla Państwa komfortu proponujemy do wyboru olejki:

- Relaksacyjny na bazie olejków eterycznych z wanilii, geranium oraz kwiatów ylang ylang
- Energetyzujący na bazie olejków eterycznych z trawy cytrynowej, wetywerii i paczuli
- Ujędrniający na bazie olejków eterycznych z lawendy, bazylii i paczuli

Balinese Massage 60/90 min – 290/390 PLN

Masaż relaksacyjny, wywodzący się z tradycyjnej terapii wykonywanej na wyspie Bali. Technika ta wykorzystuje ugniatanie skóry, gładzenie, rozcieranie, akupresurę, refleksoterapię i aromaterapię z użyciem olejków eterycznych. Masaż balijski poprawia krążenie krwi oraz limfy, tym samym pozytywnie wpływając na cały organizm.

Lomi Massage 60/90 min – 330/390 PLN

Mocny, energetyczny masaż całego ciała. Pobudza krążenie, uelastycznia stawy, relaksuje mięśnie przynosząc uczucie lekkości i rozluźnienia. Wpływa korzystnie na wszystkie układy wewnętrzne, odmładza i poprawia jędrność skóry. Charakterystyczne dla tej techniki jest masowanie przedramionami.

Masaż Gorącymi Kamieniami 75 min – 390 PLN

Połączenie techniki masażu relaksacyjnego i shiatsu, z głębokim ciepłem i uciskiem naturalnych kamieni bazaltowych, które poprawiają przepływ energii w organizmie, przywracając równowagę duszy, ciała i umysłu. Masaż kamieniami ma szerokie spektrum działania. Wpływa dobroczynnie na skórę, tkankę mięśniową, układ krążenia oraz układ nerwowy. Łagodzi wszelkiego rodzaju bóle mięśniowe, zmniejsza napięcia nerwowe, relaksuje i wprawia w doskonały nastrój.

Masaż Tajski Tradycyjny 60/90 min – 330/390 PLN

Tradycyjny masaż tajski to holistyczna terapia, będąca połączeniem akupresury, refleksologii, jogi i stretchingu, często nazywana “jogą dla leniwych”. Szczególnie polecana dla osób zestresowanych i przemęczonych. Do masażu nie stosuje się olejku, a gość ubrany jest w luźny, nie krępujący ruchów strój. Terapeuta używa nie tylko dłoni i kciuków, lecz także łokci, przedramion, kolan oraz stóp. Zabieg poprawia krążenie krwi i limfy, energetyzuje, utrzymuje prawidłowe napięcie mięśniowe, zwiększa ruchliwość w stawach, likwiduje drętwienie i zmęczenie nóg, redukuje bóle migrenowe.

Kojący Masaż Stóp 45 min – 270 PLN

Każda para spracowanych stop zasługuje na bardzo szczególne traktowanie. Masaż stóp pobudzi krążenie i złagodzi zmęczenie. Masaż wykonywany jest przy użyciu technik akupresury z olejkiem relaksacyjnym na bazie olejków eterycznych z wanilii, geranium oraz kwiatów Ylang Ylang.

TIFFI ■ KIDS

Czekoladowy Masaż 30 min – 190 PLN

Masaż przygotowany z myślą o najmłodszych, którzy chcieliby przeżyć czekoladową przygodę w Tiffi Spa Dharma. Podczas zabiegu skóra otulona jest czekoladową maską, która gruntownie nawilża, odżywia i wygładza skórę. Smakowity aromat czekolady unoszący się w powietrzu, wspaniale wpływa na samopoczucie dziecka oraz rozbudza jego dziecięcą fantazję.





TIFFI ■ BODY

Masaż Pleców Odżywczym Masłem Shea 45 min – 270 PLN

Uwolnij swoje ciało od stresu, dzięki relaksacyjnemu masażowi pleców, ramion oraz karku. Intensywnie nawilżające masło Shea, zastosowane podczas masażu, pozostawi Twoje ciało miękkie i odżywione, a sam masaż wprowadzi Cię w stan głębokiego odprężenia.

Oczyszczający Peeling Frangipani 60 min – 330 PLN

Głęboko oczyszczający peeling solny regeneruje, odżywia i wygładza skórę. Niezwykła, oczyszczająca moc soli uwalnia ciało od toksyn, złuszcza martwe komórki skóry, zapewniając jej miękkość aksamitu i odżywczy blask. Zabieg wzbogacony jest o peeling oraz masaż twarzy odstresowującym olejkiem lawendowym.

Ujędrniający Migdałowy Peeling z Masażem 90 min – 450 PLN

Zabieg rozpoczyna się 30-minutowym peelingiem. Drobinki migdałów i kryształki cukru zatopione w odżywczym oleju i maśle migdałowym, stymulują pracę komórek i łagodnie złuszczają Twoją skórę już po pierwszej aplikacji. Zwieńczeniem tej migdałowej rozkoszy, będzie 60-minutowy relaksacyjny masaż ujędrniającym olejkiem do ciała. Całość otulona nutą migdałów, kojąco wpłynie na Twoje zmysły, pozostawiając dogłębnie odżywione ciało.

TIFFI ■ FACIAL

Masaż Twarzy Kobido 60 min – 350 PLN

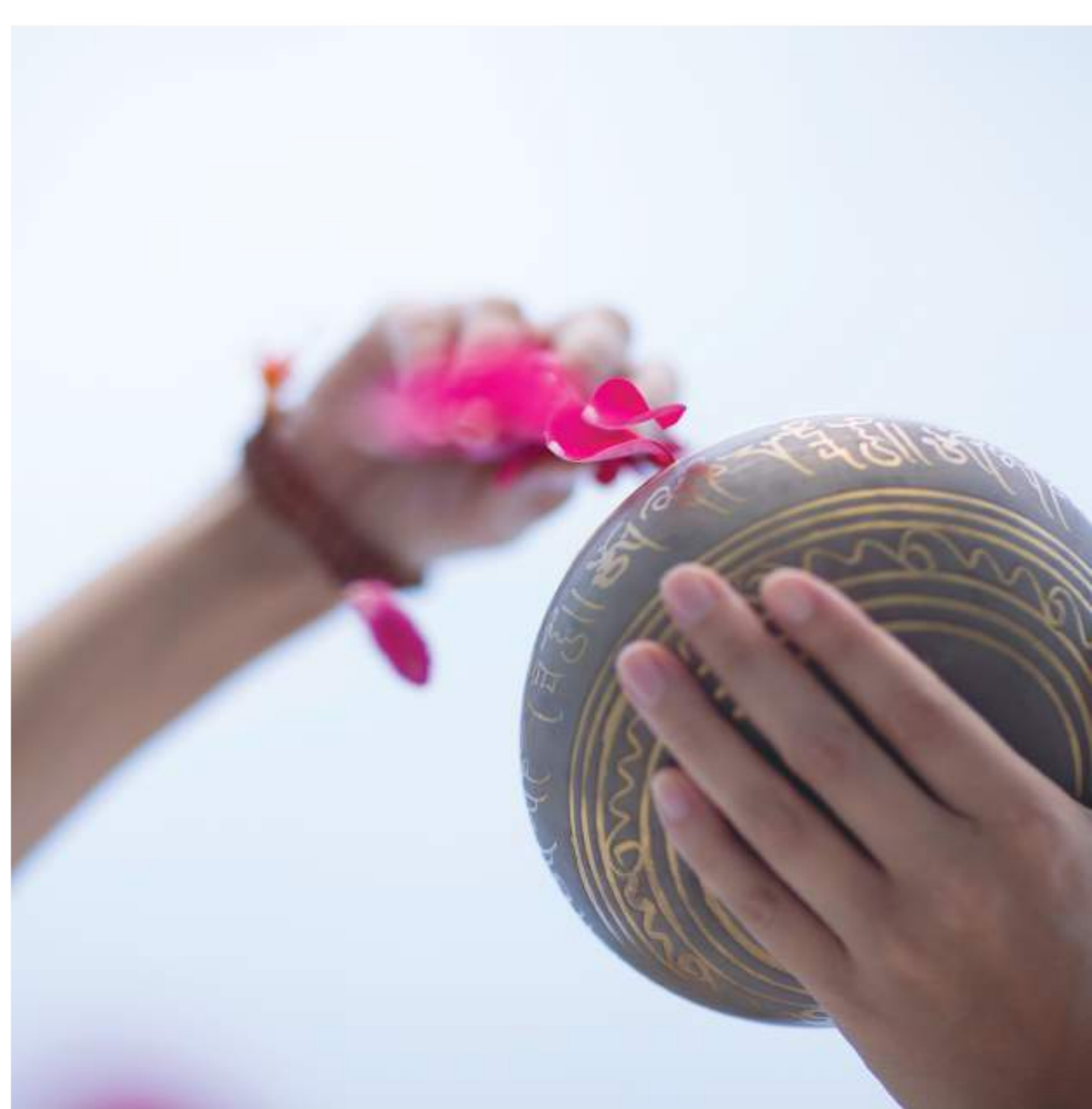
Sztuka masażu wywodząca się z japońskiej tradycji, odmładzająca skórę twarzy, szyi i dekoltu. Określana jest także jako nieinwazyjny lifting twarzy, alternatywa dla medycyny estetycznej. Specjalnie opracowana technika masażu, intensywnie wpływa na struktury mięśni, czego efektem jest jędrna, jednolita skóra twarzy, redukcja zmarszczek i bruzd, poprawienie owalu twarzy, otwarcie oka oraz ujędrnienie ust.

Kolagenowy Zabieg Przeciwzmarszczkowy 60 min – 290 PLN

Staw czoło delikatnym i głębszym zmarszczkom za pomocą klinicznie przetestowanych alg morskich Padlina Pavonica oraz czerwonych koralowców, podczas, gdy skoncentrowany, sprzyjający optymalnym funkcjom komórkowym masaż, odżywi Twoją skórę oraz nada jej młodzieńczy wygląd.

Regenerująca Terapia twarzy dla mężczyzn 60 min – 290 PLN

Zabieg specjalnie opracowany dla potrzeb skóry mężczyzn. Przywraca witalność skórze osłabionej przez częste golenie i narażonej na czynniki zewnętrzne. Stymulujący masaż twarzy, uwalnia mięśnie od napięcia, pozostawiając skórę rozjaśnioną, pełną energii i głęboko nawilżoną.





GODZINY OTWARCIA SPA
13:00 - 21:00

Rezygnację z zabiegu należy zgłosić najpóźniej 3 godziny przed jego rozpoczęciem,
aby uniknąć ponoszenia kosztów zabiegu.