



## SPA TREATMENT MENU

תפריט טיפולי ספא יערות הכרמל

מחיר	משך	
הטיפול	הטיפול	
<b>קלאסיים</b>		
415	50 דקות	<b>עיסוי שבדי</b> עיסוי אירופאי קלאסי, נעשה בחוזק בינוני להרגעה ולשחרור השרירים.
435	50 דקות	<b>העיסוי המשולב</b> המטפל משלב מספר טכניקות בתאום עם האורח להשגת תוצאות אופטימליות.
415	50 דקות	<b>רפלקסולוגיה</b> עיסוי ולחיצות בכפות הרגליים לשחרור ולתחושה של הקלה. הטיפול מאזן ומרגיע.
415	50 דקות	<b>עיסוי קצוות</b> חוויה להפגת מתחים המשלב עיסוי קרקפת, כפות ידיים וכפות רגליים לתחושת שחרור בכל הגוף.
595	80 דקות	<b>אבנים חמות</b> הטיפול האינדיאני המקורי המשלב אבני בזלת חמות ואבני שיש קרות, חום האבנים חודר לעומק הרקמה ומרגיע את השרירים, האבנים הקרות, פותחות חסימות משפרות את חילוף החומרים, השילוב בין השניים עוזר בשחרור רעלים מהגוף והחזרת הגוף לאיזונו הטבעי – חוויה בלתי נשכחת.
460	50 דקות	<b>אבנים חמות גב כתפיים</b> הטיפול משלב אבני בזלת חמות ואבני שיש קרות, הטיפול מתמקד באזור הגב והכתפיים. העיסוי מיועד לשחרור של שרירי הגב והכתפיים.
<b>הקצרים</b>		
270	25 דקות	<b>עיסוי גב כתפיים צוואר</b> עיסוי ממוקד בגב ובצוואר, לשחרור ממתחי היום יום.
270	25 דקות	<b>עיסוי ראש צוואר</b> חוויה מרגיעה המשלבת עיסוי קרקפת, לשחרור הצוואר והפנים.
270	25 דקות	<b>עיסוי כפות רגליים</b> 25 דקות של גן עדן, עיסוי בכפות הרגליים עם חמאה מרעננת להרגשה של רגלים קלילות.
<b>קסם מהצומח</b>		
435	50 דקות	<b>עיסוי ארומתרפיה</b> חוויה המשלבת תמציות צמחים ארומתרפיים בתאום ובהתאמה עם האורח לפני הטיפול. השמנים הארומתרפיים עוזרים להפגת עייפות, הרגעה, והמרצה. עיסוי עדין, מרגיע ומשחרר.
435	50 דקות	<b>ורד הבר</b> שמן הורדים היוקרתי, ידוע בתכונותיו כבר אלפי שנים, העיסוי עם ורד הבר הינו עיסוי מרגיע ומשחרר, מעורר את החושים ומועיל לעור.
<b>Deep Forest</b>		
455	50 דקות	<b>רקמות עמוקות</b> טכניקות עיסוי ממוקדות ועמוקות, המתאימות לאנשים העושים עיסוי באופן קבוע, לשחרור שרירים ונקודות מתח באזורים שונים בגוף, מתאים לעוסקים בפעילות גופנית.
540/650	50/75 דקות	<b>מילניום</b> עיסוי חוויתי המשלב מספר טכניקות עמוקות ורכות לשחרור שרירים עמוקים, הטיפול נעשה עם שני מטפלים להעצמת החוויה.

מחיר הטיפול	משך הטיפול	
455	50 דקות	<b>באקוק</b> הבאקוק מתרכז באזור הגב והצוואר. הטיפול ממוקד ועמוק לשחרור שרירים והרגשה כללית טובה.
455	50 דקות	<b>ספורטאים</b> עיסוי המכוון לספורטאים, לפני או אחרי אירוע ספורטיבי. לפני אירוע להכנת השרירים, הגמשתם וחימום לתוצאות טובות יותר. לאחר אירוע, למתיחה, חליבה וניקוז השרירים להחלמה מהירה יותר.

#### חווייה מן המזרח

550/695	2/4 ידיים 75 דקות	<b>איורודה</b> טיפול הודי מסורתי. הכולל ניסוך שמן השומשום החמים נעשה בתנועות ארוכות לאורך הגוף, ולסיום נסך שמן על העין השלישית והמצח, מלווה בעיסוי קרקפת. (העיסוי מתבצע ללא בגדים, עם כיסוי חלק הגוף התחתון).
270	25 דקות	<b>שירודהרה</b> נסך שמן על העין השלישית והמצח, מלווה בעיסוי קרקפת ופנים.
450/550	2/4 ידיים 45 דקות	<b>אביאנה</b> ניסוך שמן שומשום חמים בתנועות ארוכות, לאורך הגוף, מלווה בעיסוי קרקפת ופנים, מרגיע ומשחרר. (העיסוי מתבצע ללא בגדים, עם כיסוי פלג הגוף התחתון)
435	50 דקות	<b>שיאצו</b> אמנות טיפול יפנית הלקוחה מהאקופונקטורה הסינית ומשלבת לחיצות לאורך מסלולי אנרגיה ומתיחות. השיאצו מגביר את חוסנו הטבעי של הגוף ומשחרר את חווית החזרה אל הטבע. (יש להגיע לטיפול בלבוש קל וגמיש)
435/540	50/75 דקות	<b>עיסוי תאילנדי</b> אמנות ריפוי עתיקה, המשלבת לחיצות מתיחות, משפרת את גמישות הגוף ומתמקדת בשחרור חסימות ובוויסות האנרגיה בגוף. (יש להגיע לטיפול בלבוש קל וגמיש)
435	50 דקות	<b>שיתאי</b> השילוב האולטימטיבי בין שתי אומנויות הריפוי העתיקות- העיסוי התאילנדי והשיאצו, טיפול זה מתמקד בשחרור שרירים ושיפור זרימת האנרגיה בגוף. (יש להגיע לטיפול בלבוש קל וגמיש)
435	50 דקות	<b>טווי נא</b> שיטת עיסוי סינית העובדת על אזורים חסומים, על ידי לחיצות, רעידות ועוד. זהו עיסוי עמוק ונעשה ללא שמנים. (יש להגיע לטיפול בלבוש קל וגמיש)

#### אנרגיה מהטבע

415	50 דקות	<b>רייקי</b> חוויה אנרגטית לאיזון ולהרגעה, תוך הנחת ידיים ואיזון מרכזי האנרגיה בגוף (צ'אקרות). (יש להגיע לטיפול בלבוש קל וגמיש).
415	50 דקות	<b>הילינג</b> טיפול אנרגטי לריפוי ואיזון תוך העברת הידיים מעל הגוף ואיזון ההילה (יש להגיע לטיפול בלבוש קל וגמיש)

#### החמאם

350	25 דקות	<b>קסה – פילינג גוף</b> חוויה טורקית מסורתית של עיסוי, ניקוי וצחצוח הגוף בחמאם אותנטי, להרגשה נפלאה של עור רך ונקי ושרירים משוחררים.
-----	---------	--

#### טוהר הגוף – פילינג ועטיפות גוף

415	45 דקות	טיפול חווייתי, לניקוי וחיידוש העור הנעשה בעזרת רסיסי מלח ושמנים או קרם פילינג עדין, מחליק את העור ממריץ את הדם להרגשה של רעננות מתמשכת. לחוויה מושלמת מומלץ לעשות פילינג גוף בתחילת השהייה ולפני טיפולי העיסוי. פילינג מלון מרענן (קרם פילינג) פילינג וניל לבנדר פצ'ולי (מלחים) פילינג תפוז וניל (מלחים) פילינג לגבר (מלחים) פילינג אשכולית – אנטי צלוליט (מלחים)
-----	---------	--

מחיר הטיפול	משך הטיפול	עטיפות גוף
415	50 דקות	<b>עטיפת בוץ</b> בוץ עשיר במינרלים מים המלח, מסייע בשחרור שרירים ומשפר חילוף חומרים. פילינג טבעי המנקה את העור ומחליק אותו. מומלץ לסובלים מכאבי פרקים, כאבי שרירים ולהרגעה.
415	50 דקות	<b>עטיפת אצות ים</b> עטיפה מן הים, עשירה במינרלים. העוזרת בהזנת העור והחדרת לחות.
415	45 דקות	<b>פילינג מלח + עטיפת דבש וקינמון</b> ניקוי והסרת תאים מתים, חיטוי, ריכוך והזנת העור. שימוש בדבש טבעי הידוע בתכונותיו האנטי בקטריאליות והמבריאות את העור, ובאבקת קינמון טהורה, לתחושת נעם ורוגע.
<b>טיפול יערות הכרמל</b>		
540	75 דקות	<b>עיסוי 'יערות הכרמל'</b> להפגת מתח ולחץ שרירי ונפשי ולשיפור הוויטליות. אורכו של הטיפול מאפשר התמקדות באזורים מתוחים במיוחד.
540	75 דקות	<b>טיפול להרגעת גוף ונפש</b> מסע חווייתי לניקוי הגוף והרגעת הנפש על ידי פילינג לעור הגוף ולאחריו עיסוי עם קרם עשיר להרגעה.
540	75 דקות	<b>BALANCING איזון 75 דקות</b> של חוויה בלתי נשכחת, המתחילה בעיסוי רקמות עמוקות באזור הגב, לשחרור שרירים ולאחר מכן עיסוי כפות רגליים לאיזון ושחרור עמוקים יותר, עיסוי זרועות וכפות ידיים ולסיום מושלם-עיסוי צוואר ופנים.
540	75 דקות	<b>ניקוי ומסע חווייתי הודי</b> מסע הודי חווייתי המתחיל בניקוי הגוף הגשמי באמצעות פילינג על בסיס קרם עשיר ומיד לאחריו אביאנגה, משיכת שמן שומשום חמים, בתנועות ארוכות, לאורך הגוף, להרגעת הגוף והנפש. העיסוי מתבצע ללא בגדים, עם כיסוי לחלק הגוף התחתון.
<b>טיפולים לנשים בהריון החל מהשבוע ה - 14</b>		
415	50 דקות	<b>עיסוי הריון</b> חוויית עיסוי המסייע לאם לעתיד בהקלת תחושת הכבדות, הפגת עייפות ומתחים, ומשחרר שרירים תפוסים ומתוחים.
435	50 דקות	<b>שיאצו הריון</b> טיפול המעניק חוויה מרעננת ומיוחדת לאישה בהריון, שתלווה אותה גם לאחר הטיפול. טיפול מרגיע ומחזק, משחרר מתחים ומשפר גמישות ויכולת תנועה. (יש להגיע לטיפול בלבוש קל וגמיש)
415	50 דקות	<b>עיסוי קצוות</b> עיסוי קרקפת, כפות ידיים וכפות רגליים, לקבלת תחושת שחרור בכל הגוף.
415	45 דקות	<b>פילינג קרם עדין</b> פילינג על בסיס קרם, המנקה ומסיר תאים מתים, ממריץ את מערכת הדם ומותיר את העור נקי וחלק עם הרגשת רעננות נעימה. ניתן לבחור בין: פילינג מלון מרענן (קרם פילינג)   פילינג בניחוח יערות הכרמל (קרם פילינג)
<b>החוויה הזוגית</b>		
865	50 דקות	<b>טיפול 'ביחד'</b> עיסוי שבדי לכל אחד מבני הזוג מסייע להפגת מתחים ובשחרור למשך 50 דקות. העיסוי נעשה בחדר זוגי.
940	70 דקות	<b>חוויה הקלאסית</b> חוויה זוגית מפנקת, המשלבת עיסוי שבדי 50 דקות, לכל אחד מבני הזוג, טבילה בג'קוזי מפנק, משקה מרווה וצונן ופירות העונה.
970	70 דקות	<b>חוויה זוגית רומנטית</b> חוויה ייחודית ורומנטית בחדר טיפולים זוגי, המשלבת עיסוי שבדי 50 דקות, לכל אחד מבני הזוג, ג'קוזי, שמפנייה ופירות העונה.
1270	שעה ו-40 דקות	<b>פינוקי שוקולד זוגי</b> חוויה רומנטית ומתוקה בחדר הזוגי המפואר, הכוללת פילינג לכל אחד, ולאחריו 50 דקות עיסוי גוף עם חמאת שיאה חמימה עשירה במרכיבי השוקולד, ולסיום ג'קוזי, שמפנייה, ושוקולד.
990	70 דקות	<b>אמבר וניל זוגי</b> עיסוי זוגי מרגיע בניחוחות חמים של וניל ואמבר. לאחר העיסוי תתענגו בג'קוזי בניחוח וניל-אמבר. הטיפול מלווה, בשמפנייה ובשוקולד בסוף הטיפול ייתן שי בניחוחות הטיפול.

מחיר	משך
הטיפול	הטיפול

## להשלמת המראה

270	45 דקות	<b>פדיקור</b> אמבט עם פילינג ועיסוי כף הרגל, ניקיון וסידור ציפורניים ומריחת לק.
220	45 דקות	<b>מניקור</b> פילינג לכפות הידיים, הכולל עיסוי, סידור ציפורניים ומריחת לק.
375	70 דקות	<b>פדיקור ופילינג כף הרגל</b> פינוק לכף הרגל פילינג ועיסוי, ניקיון וסידור הציפורניים, אמבט פרפין חם להעשרת העור במינרלים ומריחת לק להשלמת המראה.

## Dermalogica

**דרמלוג'יקה**, מותג הקוסמטיקה המבוקש ביותר על ידי קוסמטיקאיות ברחבי העולם. התכשירים מכילים מרכיבים ידידותיים לעור, אינם מכילים מרכיבים מן החי ולא נוסו על בעלי חיים. אינם מכילים גלוטן ומוגדרים VEGAN. כל הטיפולים מתאימים לגברים ולנשים כאחד.  
\*מסיכות האצות בטיפולי הפנים בתפריט אינן מכילות יוד ומתאימות לכל סוגי ומצבי העור.  
\*שיבולת השועל בכל הטיפולים בתפריט זה אינה מכילה גלוטן.

415	50 דקות	<b>טיפול קלאסי חווייתי</b> <b>טיפול פנים מרגיע ומפנק המתאים לכל סוגי העור.</b> טיפול חווייתי הכולל פילינג, עיסוי פנים מרגיע בשילוב תמציות ארומטיות והחדרה של חומצה היאלורונית, כולל שימוש במסיכה טיפולית המותאמת לסוג ומצב העור. <b>הטיפול מותיר את העור קורן וזוהר לאורך כל היום.</b>
435	50 דקות	<b>טיפול קלאסי מטהר כולל ניקוי עמוק</b> <b>טיפול קלאסי הכולל ניקוי עמוק וטיהור הנקבוביות בעור, אידיאלי לבעלי עור שמן ומעורב.</b> הטיפול כולל פילינג, עיסוי פנים בשילוב תמציות ארומטיות והחדרת חומצה היאלורונית, בתוספת מסיכת פחם פעילה ומטהרת. בטיפול זה משתמשים גם בחומצות פירות להחלקה וחידוש העור ולסיום הטיפול משלבים מסיכת אצות קרה לכיווץ והרגעה של העור. <b>הטיפול מותיר את העור נקי, רגוע, בעל מראה מט ורווי בלחות.</b>
450	50 דקות	<b>טיפול אייג' סמארט</b> <b>טיפול להתחדשות ושיפור גוון ומרקם העור.</b> טיפול זה כולל פילינג חומצות, שימוש בסרום ויטמין C חדשני ויציב במיוחד, החדרה של חומצה היאלורונית ועיסוי פנים מקצועי בשילוב תמציות ארומטיות. הטיפול מסתיים במסיכה ממצקת או מרגיעה בהתאם לסוג ומצב העור. <b>טיפול זה מעניק לעור מראה זוהר ובריא.</b> *טיפול זה אינו מתאים לנשים בהריון ואינו כולל ניקוי עמוק. *מומלץ להרבות בלחות ביומיים שלאחר הטיפול.

## CASMARA

**קסמרה**, מותג דרמו-קוסמטיקה ספרדי חדשני. טיפולי הפנים החווייתיים של קסמרה מתאימים לכל סוגי העור וכוללים את המסיכות המתקלפות האייקוניות המיועדות להחדרה של מרכיבים פעילים, לשיפור הטונוס והאלסטיות של העור.

480	50 דקות	<b>טיפול עיניים וצוואר</b> <b>טיפול קוסמטי המשלב חוויה הוליסטית מרגיעה.</b> בטיפול זה משלבים משקפי עיסוי מיוחדים המבצעים שלושה סוגי עיסוי בשילוב מוסיקה מרגיעה להרפיה של השרירים מסביב לעיניים. הטיפול כולל גם מסיכה טיפולית למיצוק הצוואר. תורם להפחתת סימנים מסביב לקונטור העין המופיעים כתוצאה מסטרס יומיומי ועייפות טבעית של העור. <b>טיפול זה ממצק, מטשטש קמטוטים, מבהיר ומפחית שקיות ונפיחויות מתחת לעיניים.</b>
480	50 דקות	<b>טיפול ANTI WRINKLE</b> <b>טיפול אנטי אייג'ינג למיצוק והפחתה של קמטוטים בעור, מתאים לכל סוגי ומצבי העור.</b> טיפול זה מכיל פילינג חומצות ופפטידים להחלקת קמטוטים, חומצה היאלורונית למיצוק ושיפור האלסטיות של העור ושימוש בקומפלקס עשיר של ויטמינים. טיפול זה מסתיים עם מסיכת אצות פעילה המסייעת לחידוש, הזנה והחיאה של העור. <b>הטיפול מעניק לעור מראה זוהר, בוהק ומופחת קמטוטים.</b>

מחיר	משך
הטיפול	הטיפול

## טיפולים משולבים - Dermalogica + Casmara

450	50 דקות	<p><b>טיפול אורגני בשילוב מסיכת גודג'י ברי אדומה וקינואה</b></p> <p><b>טיפול אנטיאוקסידנטי רב עוצמה המתאים לכל סוגי העור.</b> הטיפול משלב תמצית פרי ה-GOJI מהרי ההימלאיה ומרכיבים טבעיים נוספים שגודלו בחקלאות אקולוגית. הטיפול כולל פילינג חמצן מיוחד, עיסוי והחדרה של חומצה היאלורונית וסרום ויטמין C. לסיום משתמשים במסיכה מתקלפת ממצקת ומרגיעה. הטיפול מפחית את נזקי הרדיקלים החופשיים ומגן על העור מפני פגיעה סביבתית.</p> <p><b>טיפול זה מעניק לעור מראה זוהר ובריא יותר.</b></p>
450	50 דקות	<p><b>טיפול אנטי סטרס טבעוני</b></p> <p><b>טיפול עשיר להחדרת לחות והרגעה של עור רגיש ומיובש.</b> הטיפול כולל פילינג חדשני משיבולת שועל וחלב קוקוס טבעוני בשילוב מסיכת חמצן מיוחדת להגברת האנרגיה התאית בעור. בטיפול זה מתבצע עיסוי פנים מרגיע והחדרה של חומצה היאלורונית והוא מסתיים עם מסיכת שיבולת שועל מתקלפת ומרגיעה. <b>להחזרת החיוניות והאלסטיות לעור.</b></p> <p>*טיפול זה מתאים ומומלץ מאוד לנשים בהריון.</p>
		<p><b>כריסטינה טיפולי פנים – זה פשוט עובד!</b></p> <p>תכשירי הטיפוח של מותג הקוסמטיקה «כריסטינה» הם פרי פיתוח של חברת קוסמטיקה ישראלית-בינלאומית, הפועלת מעל 30 שנים בארץ ובעולם. מוצרי החברה, שהם המילה האחרונה בתחום, מבוססים על מחקרים מדעיים ומיוצרים בטכנולוגיה מתקדמת, במטרה לספק פתרונות לטווח רחב ביותר של מצבים וסוגי עור. «כריסטינה» מציעה מגוון טיפולים, המתאימים לנשים ולגברים כאחד, להשגת תוצאות, הן לטווח המיידי והן לטווח הארוך. מדעני «כריסטינה» משלבים בעבודתם רכיבים מסורתיים ממקור צמחי, לצד מרכיבים ייחודיים, אשר פותחו באופן בלעדי במעבדות החברה. הפורמולות מדויקות והוכחו כמובן קלינית כטוחים לשימוש. את מוצרי «כריסטינה» ניתן למצוא כיום בכל העולם, והם זוכים למוניטין ולביקוש רב בזכות איכותם הגבוהה.</p>
415	50 דקות	<p><b>טיפול פנים מטפח ומרענן</b> טיפול המתאים לכל סוגי העור. משלב ניקוי ראשוני, פילינג, עיסוי ומסיכה, לשיפור כללי של מרקם העור וגמישותו. הטיפול עשיר בוויטמינים ובמינרלים, והתוצאה: עור רענן, בריא וזוהר.</p>
415	50 דקות	<p><b>UNSTRESS</b> – טיפול פנים מרגיע ומפנק טיפול מיוחד ומרגיע, המשלב חומרים טבעיים כגון תה ירוק, תה אדום ותה לבן, המפחיתים אדמומיות של עור מגורה, הסובל מנזקי מתח. הטיפול משלב אומגה 3 ואומגה 6, המאזנים ומסייעים לתהליכי התחדשות העור. שילוב מרכיבים פרו ביוטיים אלה תורם לסירקולציה טובה יותר ולאיזון וגמישות העור.</p>
415	50 דקות	<p><b>SILK</b> – טיפול יופי אנטי אייג'ינג טיפול יופי אנטי אייג'ינג ייחודי, המבוסס על סיבי משי ביולוגיים טהורים, להפחתה משמעותית של קמטים, קמטוטים ועור רפוי. הטיפול משלב שימוש באנזימים המסירים תאי עור מתים, עשיר בוויטמינים E, A, C ובפירות אקזוטיים, המעניקים לעור מרקם חלק ומשיי.</p>
415	50 דקות	<p><b>טיפול פנים מיוחד לגבר</b> טיפול ייחודי לעור הגברי. מעכב תהליכי הזדקנות, ומחזק ומטהר את העור ביסודיות. הטיפול משלב פילינג של חומצת יין, עיסוי עם ג'ל המכיל ויטמינים ופפטידים* בניחוח מנטה רענן, המסייעים לשיפור מראה העור.</p>
540	75 דקות	<p><b>FOREVER YOUNG</b> – טיפול פנים אנטי אייג'ינג למיצוק העור טיפול פנים אנטי אייג'ינג, עשיר בחלבונים, ויטמינים, רכיבי לחות, חומצות פירות, אצות ופפטידים*. במהלך הטיפול מתבצעים שני סוגי פילינג על בסיס חומצות אלפא הידרוקסיות, שתי מסיכות עשירות בוויטמינים, ומסיכת אצות, טיפול עיניים, הכולל עיסוי עם אצבעות קריסטל ומסיכת עיניים מפנקת המבוססת על אצות.</p>
415	50 דקות	<p><b>WISH</b> – טיפול פנים אנטי אייג'ינג לעור בוגר טיפול ייחודי לעור בוגר, המעניק חיות וזוהר מיידי. הטיפול במוצרי WISH משפיעים ישירות על כל שכבות העור באמצעות פפטידים* מתקדמים ורבי עוצמה, ג'ינסינג, תמצית רימונים ועוד... המשפרים את זרימת הדם, מוצקות העור, ומעשירים את העור באנטי אוקסידנטים, המעניקים לעור גוון אחיד ובריא.</p>
415	50 דקות	<p><b>MUSE</b> – טיפול יופי חדשני ואפקטיבי לחידוש העור ולהגנתו המרבית. הטיפול מגביר ומחזק את פעילות המחסום הטבעי של העור באמצעות תמציות המופקות מתאי גזע של זני וורדים ייחודיים. בכך שומר הטיפול על עור צעיר יותר, בריא יותר לאורך זמן. Muse, טיפול מפנק ומהנה המתאים לכולם, מותיר את העור עם חיוניות בולטת וזוהר נעורים מחודש</p>

מחיר הטיפול	משך הטיפול	
415/540	50/75 דקות	<p>על תמציות עצי האורן והאיקליפטוס, שילוב נדיר של קומפלקס מרכיבים, המחממים ומקררים, בו בזמן, ומגבירים את חילוף החומרים בעור. בנוסף לכך מוחדרים לעור במהלך הטיפול וויטמינים מקבוצת A, B, המזרזים את התחדשות התאית. הטיפול משלב פילינג מטהר, ניקוי עמוק, עיסוי עם קרם עשיר בוויטמינים ובחומצה הילרונית* ומסיכת 'היער הירוק' BIO PHYTO*. הטיפול מעשיר את העור בחמצן ומשפר את זרימת הדם.</p> <p>התוצאה: תחושת טיהור, חיות ואיזון אופטימאלי לעור.</p> <p>*פפטיד – חלבון מוקטן החודר לעומק העור</p> <p>*BIO PHYTO – צמחים המשיבים חיות לעור</p> <p>*חומצה הילרונית – לחותן הסופח ומשפר לחות לאורך זמן.</p>

## תזונה נכונה

תזונה נכונה בהתאמה אישית אחוזת הבריאות והספא יערות הכרמל מציעה ייעוץ תזונתי הניתן על ידי דיאטנית האחוזת שהיא דיאטנית קלינית: התאמת תפריט אישי מאוזן וייחודי. אבחון אישי באמצעותמדידת היקפים, משקל, BMI, אחוזי שומן, מסת שריר ונוזלים. שיפור איכות החיים, הגברת הערנות והחיוניות. התייחסות למצב בריאותי. טיפול בעודף שומנים בדם, סוכרת, בעיות מערכת העיכול ועוד. התמודדות עם אכילה מחוץ לבית, מסעדות ואירועים. ייעוץ מיוחד לעוסקים בספורט והמלצות לפעילות גופנית. המלצות לתזונה במצבים שונים כמו הריון והנקה. ייעוץ לגבי תוספי תזונה. לתאום ייעוץ – ניתן לפנות לקבלת הספא בקומה 2 או בשלוחה 2211/2210.

415	50 דקות	<b>ייעוץ תזונתי אישי</b> הייעוץ כולל בדיקה ממוחשבת של הרכב הגוף והתאמת תפריט אישי, בהתאם להרכב הגוף, אורח חיים והעדפות אישיות
270	25 דקות	<b>מדידת הרכב הגוף</b> בדיקה ממוחשבת המספקת פלט מפורט של: אחוזי שומן, שרירים ומים בגוף.
415	50 דקות	<b>תזונת ספורט</b> ייעוץ תזונתי לספורטאים, לעוסקים ולמעוניינים לעסוק בפעילות גופנית. הייעוץ כולל הערכה תזונתית ומדידת הרכב הגוף, בניית תפריט והמלצה לנטילת תוספים תזונתיים בעת הצורך, בהתאם לסוג הפעילות ולתדירות ביצועה. *מומלץ להצטייד בבדיקת דם עדכנית.

## חבילות טיפולים

**Tailor Made** – במיוחד בשבילך הרכיבו את החבילה המושלמת עבורכם, הכוללת בין 4-5 טיפולים לאדם, במחיר מיוחד (רכישת החבילה מאפשרת הנחה בת 15% על הטיפולים)

## תשומת ליבכם:

- דמי ביטול בגובה 50% יחולו על ביטול כל טיפול החל מ 6- שעות טרם מועד הטיפול.
- כל הטיפולים נעשים עם תחתון למעט הטיפולים שמצויין אחרת.
- הודעה על שינוי, החלפה, דחייה או הקדמת טיפול תתקבל עד שלוש שעות לפני מועד הטיפול.
- במידה ולא ניתן לבצע את הטיפול שהוזמן, עקב מגבלה רפואית, יתואם טיפול חילופי.
- ספא 'יערות הכרמל' שומר לעצמו את הזכות לבטל או לשנות את מחירון ותפריט הטיפולים הנ"ל בכל עת.
- נא להגיע לטיפול ולמתקני הספא ללא תכשיטים וחפצים יקרי ערך. ההנהלה אינה אחראית לכל אובדן או נזק שייגרם.
- אין כפל מבצעים או הנחות על חבילות טיפולים (לחברי חוג השמש-עד 10% הנחה).