

ROK XV • NUMER 4-5/19 (124)
CENA 9,90 ZŁ (VAT 8%)



eden

WYGRAJ
POBYT
W LUKSUSOWYM
HOTELU SPA

ŻYJ
wellness

Uroda

Czarny diament
Królowa damskiej
torebki

Apetyt na zdrowie

Gdy jedzenie
staje się wrogiem

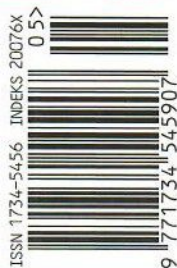
Sztuka życia

Mama w SPA
Masz w sobie moc

Rekomendacje na wakacje

Szczęście, wellness i relaks bliżej niż myślisz
Odnajdziesz je w Brandenburgii, na Malcie i na Pomorzu

| Sztuka łączenia pokarmów | Zmiana czasu niszczy zdrowie | Joga w podróży | Tajemnicze HIF
| Mineralna woda zdrowia doda? | Resort Mark Brandenburg – Czysty relaks! | Nowości S



ISSN 1734-5456 INDEKS 20076X
0 5 >
9 771734 545907



NAJLEPSZE SPA DLA KOBIEC

Quadrille Spa jest doskonałym miejscem do regeneracji zarówno w pojedynkę, jak i z koleżanką. Weekend w SPA to fantastyczny pomysł dla tych pań, które od dawna marzą o całkowitym odprężeniu i relaksie w pałacowym zaciszu, ale w centrum miasta.

Poza strefą Wellness – z saunami, basenem, jacuzzi i słoneczną łąką – SPA dysponuje szeroką ofertą masażu, rytuałów marki [comfort zone] oraz zabiegów na twarz Forlle'd. Wyjątkowym przeżyciem podczas pobytu z pewnością okaże się również koncert gongów tybetańskich organizowany dla gości Hotelu Quadrille. Menu SPA zostało rozbudowane o szereg zabiegów high-tech, w tym zaffiro oraz endermologie. Jako profesjonaliści, terapeuci Quadrille SPA dbają nie tylko o końcowy efekt, ale i o wysoką jakość i kompleksowość usług w trakcie całego pobytu w strefie SPA.

MASAŻ SOLĄ HIMALAJSKĄ

Nowością w Quadrille SPA, a jednocześnie naszą letnią rekomendacją, jest masaż kamieniami solnymi inspirowany dawnymi leczniczymi rytuałami z wykorzystaniem najczystszej na świecie soli himalajskiej. Zabieg Salt Massage by [comfort zone] przeznaczony jest dla osób, które potrzebują oczyszczenia, odchudzenia oraz jednocześnie odpoczynku. Salt Massage, jak każdy zabieg [comfort zone], przynosi gości w świat relaksu i wyciszenia... Koi zmysły i ciało... Sama sól posiada mnóstwo dobroczynnych składników mineralnych, które przedostają się podczas masażu w głąb skóry i, uwalniając organizm od toksyn, wzbogacają go w cenne

składniki pochodzenia naturalnego. Ciepło kamieni solnych w pierwszej fazie zabiegu rozluźnia napięte mięśnie, powodując, że masaż jest wspaniałym relaksacyjnym przeżyciem. Pozostawia on skórę jedwabście gładką, odżywioną i oczyszczoną. Natomiast gruboziarnista sól himalajska, którą posypujemy ciało w kolejnym etapie doskonale sprawdza się jako peeling usuwający martwy naskórek. W tej postaci pomaga ona w walce z cellulitem i sprawia, że skóra staje się bardziej jędrna. Ponadto sól himalajska działa tonizująco i antybakteryjnie. W połączeniu z kosmetykami do pielęgnacji skóry Body Strategist, które nie tylko zawierają konkretne substancje czynne, lecz także charakteryzują się autorską liposomalną technologią, zabieg ten jest idealnym rozwiązaniem dla pielęgnacji każdej skóry.

THE BEST SPA FOR WOMAN

Quadrille SPA is a great place for body regeneration both alone or with a friend.

A weekend in the SPA is a fantastic idea for those ladies who have long dreamed of total relaxation but relaxation in a Palace, and in the city center.

In addition to the Wellness area – with saunas, a swimming pool, a Jacuzzi and a sunny meadow – the SPA offers a wide range of massages, ritual brands [comfort zone] and Forlle'd face treatments. A concert of Tibetan gongs will also be a special experience. The SPA menu has been extended with a number of high-tech treatments, including zaffiro and endermologic. As professionals, Quadrille SPA therapists not only care about the final effect, but also about the high quality and comprehensive services during your entire time you stay in the SPA area.

A novelty in the Quadrille SPA, and at the same time our summer recommendation, is a salt stone massage inspired by ancient healing rituals using the world's purest Himalayan salt. Salt Massage by [comfort zone] is designed for people who need cleansing, slimming and rest. The Salt Massage takes guests to the world of relaxation and tranquility... Soothes the senses and body... Himalayan salt has many beneficial minerals and a toning and antibacterial effect. The heat from salt stones relaxes tense muscles. The coarse salt that we sprinkle on the body in the next stage is perfect as a scrub cleanser, helping in the prevention of cellulite and making the skin firmer.

Hotel Quadrille Relais & Châteaux*****
Gdynia, www.quadrille.pl

