

INNHold

Spa guide	2
Spa etikette	5
Din dag	6
Familie- og vennepakker	7
Kropp	9
Massasje	12
Ansikt	15
Velvære fra topp til tå	16
New Look	18
Våre Spa-produkter	19
Din bestilling + endring	20

SPA GUIDE - VI ØNSKER Å GI DEG DET DU TRENGER

Synes du det er vanskelig å velge hvilke behandlinger som passer best for deg, da vil denne GUIDEN gjøre valget lettere. Et tegn er plassert ved siden av behandlingen i menyen slik at du ser hva du kan velge. Terapeutene tilpasser behandlingen etter ditt ønske.

Mann ♂

Som mann står du fritt til å velge alle behandlinger i vår meny. Men er du usikker vil vi anbefale deg å prøve de utvalgte behandlingene, de vil garantert falle i smak. Benytt anledningen til å spørre oss om gode tips for din hud og barberingsrutiner.

Gravid ●

Trygge valg for deg som er gravid. Vi anbefaler ikke massasje før man er 3 mnd på vei. Velg en ansiktsbehandling eller fotbehandling i starten av ditt svangerskap.
Informér terapeuten om at du er gravid.

Barn ☺

Se egen barnemeny.

Erfaren Spa gjest ☼

For deg som har god erfaring med Spa kan det være inspirerende å prøve noe utover de tradisjonelle Spa behandlingene.

Uerfaren Spa gjest ▼

Har du lite erfaring med Spa kan det være greit å starte med de behandlingene vi anbefaler. Les gjerne Spa etiketten.

Ro ♣

For deg som trenger ro og hvile. Viktig at du setter av god tid før og etter behandlingen. Start gjerne med et bad og badstue. Sett deg ned og nyt en god beroligende te mens du venter. Etter behandlingen kan du gjerne slappe av i relax avdelingen. Bare nyt uten å yte.

Energi/avgiftende ☼

Føler du deg slapp, trøtt og sliten? Disse behandlingene vil rense kroppen og gi deg energi. En god treningsøkt og frisk luft kan gjøre underverker.

Drikk mye vann, rensende te og spis mat som er godt for deg.

Noen av våre behandlinger vil passe godt om du ønsker en kur for å komme i gang med en sunnere livsstil. Spør oss gjerne om råd.

Par/familie/venner ♥

Behandlinger for 2 eller flere. Skreddersydde pakker som gir gode minner dere kan leve lenge på.

Det lille ekstra / kr. 190,- ✨

For deg som ønsker en eksklusiv oppgradering av behandlingen. Ekstremt kjølede og forfriskende. Passer for både han og henne. Inneholder Champagne og er rik på vitaminer. Kan også kjøpes for eget bruk i Velvære Spa. Du har følgende valg:

1. Ansikt: Ice-mask, hudens egen "lykkepille".

Frisk og strålende hud. Perfekt dagen derpå.

2. Øyne: Reduserer poser, mørke ringer og fine linjer.

3. Brystpariet eller hals: Oppstrammende effekt og super for fine linjer.

SPA – ETIKETTE

- Beregn god tid, møt gjerne opp 30 minutter før behandlingstidspunkt.
Sitt ned, finn roen og nyt frukt og te i ventesonen.
 - Du får utdelt badekåpe og tøfler i resepsjonen.
 - Behold eget undertøy på under badekåpen.
- Ved behov får du utdelt engangstruse til din behandling.
- Vi anbefaler en treningsøkt eller badstue før behandling.
 - Dusj før behandling.
- Kommer du for sent vil din behandlingstid bli tilsvarende redusert.
- Fyll alltid ut kundeskjema du får utdelt, dette for din og vår sikkerhet.
 - Skru av mobiltelefonen og legg den i garderobeskapet.
- Om mulig la vær å bade rett etter behandling. Da vil produktene få tid til å trekke inn i huden, før den vaskes av for optimal effekt.
 - Drikk mye vann..

DIN DAG

- behandling for både kropp og ansikt

Spa-opplevelsen / 1t 50 min / kr. 1750,-
Skrubb og kroppsinnpakning - ansiktsbehandling

Dette er et supert valg for deg som ønsker en smak av Spa-opplevelser
– her får både ansikt og kropp pleie. Vi tilpasser produktene i behandlingen
etter dine behov. En total velværeopplevelse for kropp og sjel.



Livsnhyteren / 3t 50 min / kr. 3450,-
Bad - skrubb og kroppsinnpakning - lunsj
kroppsmassasje - ansiktsbehandling

En optimal sammensetning av behandlinger for deg som ønsker pleie for hele
kroppen. Kom gjerne i god tid før behandlingen for å benytte deg av Spa-fasilitetene.
Forbered kroppen for pleie ved å ta en lett svømmetur og badstue. Etter flere timer
i terapeutens pleiende hender vil du føle deg som et "nytt" menneske.

Behandlingen selges ikke lørdag og søndag.



FAMILIE- OG VENNEPAKKER

After-ski / 80 min / 2 pers kr. 2400,-

Etter en lang dag i frisk fjell luft kan du synke ned i et varmt bad med et lite glass musserende "on the side". Etter et mykgjørende bad får du en saltskrubb før kroppen masseres med norske oljer etter eget ønske.



Mor og datter / 80 min / kr. 2400,-

En smak av luksus for mor og datter. Dere begynner med aromabad i vår flotte spasuite, før dere får en deilig avslappende massasje med oljer basert på mynte og gran fra norsk natur.

Etter massasjen velger dere mellom en ekspress-ansiktsbehandling eller håndpleie. Avslutningsvis kan dere slappe av med forfriskende smoothies i vår rolige badesone.



Familie-spa

50 min / max 5 pers kr. 2995,-

Ta med hele familien på en behagelig spa-opplevelse. I vår spa-suite får både små og store et deilig mykgjørende bad og massasje.

Etter behandlingen tilbyr vi forfriskende smoothies.

PS! Passer også fint for 3-4 gode venner.



Fjellkos i suite

80 min / max 4 pers kr. 3190,-

Skjem deg bort med noen du er glad i. Begynn med et deilig bad med salter.

Etterpå smøres kroppen inn med finsk myrtoiv som lindrer smerter i ledd og muskler, virker vanddrivende og fjerner slaggstoffer.

Frisk frukt og leskende smoothies venter når behandlingen er ferdig.



KROPP

Kroppsskrubb / 25 min / kr. 490,-

Hele kroppen skrubbes og etterlater huden myk og god.



Kroppsinnpakning / 50 min / kr. 890,-

Ønsker du en rensende eller en mykgjørende og fuktighetsgivende behandling?

Hvit te, wasabi, alger og honning er noen av de fantastiske ingrediensene.

Vi blander kroppsmasken tilpasset ditt behov.



Skrubb og kroppsinnpakning / 80 min / kr. 1290,-

Den optimale spa-opplevelsen. Kroppen skrubbes etterfulgt av en kroppsmaske. Mens masken virker masseres hodebunnen.

En behandling du kommer til å ønske at aldri skal ende.



For den ekte viking / 50 min / kr. 950,-

Nyt et varmt bad med den naturlige fjellkvann urten mens vi serverer deg en kraftfull vikingdrikk. Deretter masseres rygg og nakke.

Her benyttes ingredienser som henter fram ur kreftene i deg.



Fjellmyr – Norefjell signaturbehandling!

80 min / kr. 1690,-

Den optimale fjell spa-opplevelsen, basert på naturens egen kraft. Hele kroppen svøpes inn i finsk myr som gjør underverker for muskulaturen. Virker kraftfullt avgiftende og er effektiv på cellulitter. Hodebunn og kropp masseres med lavasteiner i kombinasjon med

norske naturlige oljer -velvære og varme som sender deg inn i drømmeland.

En overraskelse vil bli servert. Anbefaler 30 minutter hvile i vår relax avdeling etter endt behandling.



Barn i magen / 80 min / kr. 1290,-

Denne kroppsbehandlingen gir deg som venter barn en mild eksfoliering og en herlig kroppsmaske. Tilfører mye fuktighet og styrker hudens elastisitet.

I tillegg får du en deilig fotmaske for trette og hovne føtter.



Leiremassasje / 50 min / kr. 950,-

En eksotisk behandling der vi kombinerer avgiftende og rensende leire med den nærende effekten av aromatiske oljer fra oliven og druekjerne.

Hele kroppen masseres lett med leire, deretter pakkes du inn i et varmeteppe slik at leiren får virke mens vi utfører deilig hodebunnsmassasje.

Huden blir glattere, antioksidanter beskytter mot skader fra miljøet, og en unik blanding av asiatiske urter stimulerer sirkulasjonen.

Hud og muskler revitaliseres!



Termal Stempelterapi / 80 min / kr. 1350,-

En thailandsk behandlingsform fra 1400-tallet. Etter en kroppsskrubb masseres du både med og uten ”stempel”. Stempelet er et spesielt tøyestykke fylt blant annet med naturlig leire, ingefær og hvit te. Fjerner avfallsstoffer og øker sirkulasjonen. *Våre gjesters favoritt.*



Kom i form

Ultratone - biostimulering for både kropp og ansikt. Stimulerer og trener opp slappe muskelgrupper. Styrker og former kroppen samt øker sirkulasjonen.

Gir velvære og raske resultater. Du velger selv ditt fokusområde.

Kan bestilles som enkeltbehandling, men anbefaler kur eller et opphold ved hotellet for best resultat. Velger du å overnatte på hotellet inneholder dette også fokus på kost, trening og individuell veiledning og motivasjon.

Se vår nettside for mer informasjon eller kontakt oss.

Pris:

45 min / kr. 550,-

90 min / kr. 850,-

Kur 5 stk 45 min behandling / kr. 2500,-

Kur 5 stk 90 min behandling / kr. 4000,-

Pr. døgn m/ fullpensjon, 1 stk behandling og gratis inngang til velvære-SPA / kr. 2690,-

MASSASJE

Stress-ned-spesial / 80 min / kr. 1290,-

La oss fjerne stivhet, stølhet og stressbelastninger på rygg, nakke og ben. Denne spesialbehandlingen griper fatt i stress-symptomer og ikke minst stive og støle muskler. Vi benytter bl.a. eteriske oljer, leire og varme. En rekke problemer tas tak i med forskjellige massasjeteknikker.



Steinterapi / 70 min / kr. 1290,-

Fantastisk massasje med varme lavasteiner, steinene jobber dypere i muskulaturen enn en vanlig massasje. De sorte lavasteinene har i tillegg en helende effekt. Massasjen er en unik nytelse og velværeopplevelse. Har du først blitt massert med varme lavasteiner, vil du alltid ønske deg muligheten igjen.



Aromamassasje / 25 min / kr. 490,-

Aromamassasje / 50 min / kr. 850,-

Aromamassasje er en myk form for massasje.

Vi arbeider med eteriske oljer under behandlingen for optimalt avstressende og beroligende effekt.



Rygg+nakkemassasje / 25 min / kr. 490,-

Rygg+nakkemassasje / 50 min / kr. 850,-

Vi masserer nakke og rygg. En vidunderlig opplevelse for kropp og sjel. Blod- og lymfesirkulasjonen stimuleres og bidrar til avgiftning og ny næringstilførsel i celler og vev.

Velger man 50 minutter masseres i tillegg hodebunn.



Klassisk massasje / 50 min / kr. 850,-

Hel kroppsmassasje. Kjentetegnes som behagelig og samtidig dyp, kraftfull og med mange varierte grep. Super for stive og ømme muskler.



Fotmassasje / 25 min / kr. 490,-

Behagelig massasje for trette føtter og legger.



Hodebunn- og fotmassasje / 25 min / kr. 490,-

En enklere hodebunn- og fotmassasje som passer den travle.



Myke fjellføtter / 50 min / kr. 850,-

Mens føttene mykes opp i et fotbad med einer og sibiredelgran masseres spenninger i hodebunnen.

Etter fotbadet blir føttene skrubbet før vi avslutter med en behagelig fotmassasje.



ANSIKT

Husk å bestille ekstra tid dersom du ønsker napping av bryn.

Ekspress ansikt / 25 min / kr. 490,-

Vi renser huden, gir deg en god eksfoliering og avslutter med ansiktsmassasje.



Hudpleiebehandling / 50 min / kr. 850,-

Klassisk dyprens som gjør huden din klar og ren.

Vi gir også hendene dine litt ekstra pleie.



Spesialbehandling med ansiktsmassasje

/ 80 min / kr. 1250,-

Etter en grundig hudanalyse (FaceMapping) tilpasser vi spesialprodukter til din hudtilstand. Unner du din hud det beste er dette det rette valget.

Ansiktsmassasjen topper hele opplevelsen.



Vitaminbombe / 80 min / kr. 1590,-

"Age smart" behandling er spesielt laget for deg som er opptatt av for tidlig hudaldning. Dette er den optimale hudterapi laget spesielt for å stramme opp, nære, regenerere og gi ny energi til huden. Du får en behagelig ansiktsmassasje og gode råd for hjemmerutine.



VELVÆRE FRA TOPP TIL TÅ

Skin bar / 3-5 stk / kr. 195 pr. stk

Denne baren serverer kremer istedenfor drinker. Her kan du selv rense din hud med veiledning av dyktige hudterapeuter. Dette er en morsom og uhyøytidlig aktivitet du vil lære mye av. For eks tips om gode barberingsrutiner for mannen. Hva passer din hud?

Tips og råd for hjemmepleie og bruk av produkter tilpasset din hudtilstand.



Spa ritualet / kr. 650,-

Spa-ritualet er et selv-spa-konsept som gir mulighet for en optimal opplevelse og utbytte av vårt badeområde. Man får utdelt en pakke inneholdende naturlige spa-produkter sammen med en "step by step"-informasjon.

Godt for kropp og sjel - en velvære du sent vil glemme.



Manikyr / 50 min / kr. 650,-

Manikyr / 70 min / kr. 750,-

Vi steller neglebånd, filer og polerer neglene samt gir en behagelig eksfoliering og massasje. Gir hender og negler næring og styrke.

70 minutter inkluderer lakk av negler.



Silkehender / 25 min / kr. 490,-

Fantastisk effektiv termalbehandling med bruk av parafinvoks.
Gir glatt og klar hud på hender og armer.



Silkeføtter / 25 min / kr. 490,-

Gi dine ben en pleiende oppmerksomhet. Deilig skrubb og revitalisering
av hud og muskler. Merk at dette er en behagelig skjønnhetspleie
for dine føtter, men ingen medisinsk fotbehandling.



Voks legger / 25 min / kr. 450,-

Voks hele ben / 50 min / kr. 650,-

Voks under armer / 20 min / kr. 300,-

Voks bikinilinje / 25 min / kr. 400,-

Voks overleppe / 20 min / kr. 200,-

Voks rygg / 25 min / kr. 450,-

Ikke bad eller benytt badstue før en voksbehandling.



NEW LOOK

Make-up / 50 min / kr. 650,-

Farger tilpasses ditt uttrykk eller antrekk for anledningen.

Permanentfarge bryn / 15 min / kr. 170,-

Permanentfarge vipper / 20 min / kr. 200,-

Farge vipper+bryn / 25 min / kr. 350,-

Farge vipper+bryn+nappe bryn / 40 min / kr. 450,-

Nappe bryn / 25 min / kr. 200,-

Farge+nappe bryn / 25 min / kr. 350,-

VÅRE SPA-PRODUKTER

DERMALOGICA

Dermalogica er et hud- og kroppspleiesystem utviklet av The International Dermal Institute, verdens ledende etterutdanningsinstitutt for hud- og kroppsterapeuter. Deres mål er å sikre deg en optimal opplevelse gjennom høyt utdannede terapeuter, innovative produkter og fullt fokus på deg og dine behov.

Face Mappingsm og Body Mappingsm utføres kun av profesjonelle terapeuter. Ved å kombinere det nyeste innen klinisk hudanalyse med østlig filosofi og analysere huden sone for sone, får du en behandling tilpasset din hud og dine individuelle behov. Denne dybdeanalysen gir også et godt grunnlag for nøyaktig rådgivning og tips til din hjemmebehandling, for en langvarig og optimal effekt. På denne måten tar du den gode opplevelsen med deg hjem.

neo

neo – Norske Eteriske Oljer. En norsk produktserie basert på naturens råvarer og gamle tradisjoner. Einer, gran, furu, fjellkvann, gamle norske urter og medisinsplanter er noen av råvarene. **neo** – naturens egen kraft – byr på det beste norsk natur kan frembringe.

DIN BESTILLING + ENDRING

Dersom du ikke har anledning til å møte til behandlingen må vi få beskjed minimum 24 timer før. Senere avbestilling blir belastet med hele prisen. Vi gjør oppmerksom på at priser og behandlinger kan endre seg. Sjekk at du har siste utgave av brosjyren. Våre hjemmesider skal alltid være oppdatert.

Quality Spa & Resort Norefjell
booking@estatia.no 815 30 080
www.norefjellsparesort.no