

АВТОРСКИЕ РИТУАЛЫ

Ароматерапия

60 минут > 20 000 ₽ 90 минут > 25 000 ₽

Ритуал ольфактотерапии с ароматом чарующего тиаге или искрящегося цитруса на ваш выбор для достижения глубокого расслабления. Ритуал 90 минут включает нежное очищение кожи, сверхмедленный гипно-слоу массаж, который снижает беспокойство, и завершается нанесением эмульсии с концентратом морской воды.

Аюрведическая терапия

90 минут > 25 000 ₽ 150 минут > 33 000 ₽

Сила натуральных масел — основа аюрведического ритуала. Включает глубокое очищение кожи скрабом с гималайской солью, массаж по маслу горького абрикоса и питание кожи баттером с сырыми маслами мандарина, гималайского кедра, ладана, корицы и семян какао. Может быть дополнен комплексным уходом за кожей лица с массажем гуаша.

Активная минерализация

90 минут > 25 000 ₽ 120 минут > 30 000 ₽

В основе ухода запатентованная натуральная морская вода из Бретани, содержащая более 90 природных минералов. Уход успокаивает нервную систему, рекомендован даже детям и будущим мамам. Включает пилинг-массаж мелким эксфолиантом, обертывание морской водой в шелковистую пленку и завершающий массаж с увлажняющим молочком.

ДЛЯ ДВОИХ

Проведите время вдвоем в одном из наших спа-сьютов для пар, где мы создадим для вас максимально уединенную атмосферу. Просторные пространства, созданные для наслаждения роскошью и романтикой, будут в вашем полном распоряжении на время процедуры. Выберите один из пакетов ниже или создайте свой собственный. При создании собственного пакета процедур, стоимость бронирования спа-сьюта составит 6000 ₽, которые будут добавлены к стоимости; в стоимость также входят сладкие комплименты от шеф-кондитера.

Путешествие в атмосферу леса

150 минут > 70 000 ₽

Вдохновленная идеей отдыха на природе, одинаково полезного для перезагрузки как разума, так и тела, эта процедура перенесет вас в самое сердце леса за счет использования ароматических масел. Вы познакомитесь с традиционными русскими методами восстановления, такими как прогревание в сауне с ароматами трав, принятие горячей ванны, обертывание с теплой грязью и глубоким массажем тела, направленным на снятие напряжения, вызывающего дискомфорт.

Возрождение чувства гармонии

120 минут > 60 000 ₽

Погрузитесь в спокойствие и глубокую релаксацию. Процедура начинается с пилинга всего тела, после чего вас ждет роскошная ванна, которая позволит мышцам расслабиться и подготовиться к приятному сенсорному массажу всего тела с лечебными теплыми аромамаслами. Церемония позволит вам отвлечься от суеты жизни и восстановить гармоничное состояние, напитать кожу и, в то же время, переключить сознание.

 бронирование на двоих

 бронирование в номере

 рекомендация от спа

МАССАЖИ

Расслабляющий

60 минут > 20 000 ₽ 90 минут > 26 000 ₽ 120 минут > 30 000 ₽

- релакс с теплым маслом
- массаж кисточками
- холистический палсинг

Глубокой проработки мышц и триггерных точек

60 минут > 20 000 ₽ 90 минут > 26 000 ₽

Дренаж и снятие отечности

60 минут > 20 000 ₽ 90 минут > 26 000 ₽

- лимфодренаж с успокаивающим эффектом
- дренаж и восстановление энергии

Восточный

60 минут > 20 000 ₽ 90 минут > 26 000 ₽ 120 минут > 30 000 ₽

- в балийской технике
- в тайской технике с использованием масла

Экспресс

30 минут > 12 000 ₽

- спина
- голова и шея
- ноги
- ступни

Скульптурирующий

60 минут > 22 000 ₽ 90 минут > 28 000 ₽

Для будущих мам

60 минут > 20 000 ₽ 90 минут > 26 000 ₽

Терапевт разрабатывает массаж, соответствующий Вашим индивидуальным потребностям, который облегчит боль в спине, шее, плечах и голенях, запустит процесс лимфодренажа и поможет снять дискомфорт, вызванный избытком жидкости в организме. Доступен для бронирования только при отсутствии противопоказаний.

Массаж для детей от Nougatine Paris

30 минут > 12 000 ₽ 60 минут > 16 000 ₽

При покупке пакета массажей продолжительностью 60 минут предоставляются следующие скидки:

- 5 массажей - скидка 10%
- 7 массажей - скидка 15%
- 10 массажей - скидка 20%

В случае вашего проживания в отеле Four Seasons Moscow, процедуру можно провести в гостевом номере при условии дополнительной оплаты в размере 100% от ее стоимости.

С 9:00 до 10:00 или с 22:00 до 23:00 процедуру можно забронировать за дополнительную плату в размере 50% от ее стоимости. Пожалуйста, уточните наличие возможности у администратора Amnis Spa.

ТЕЛО

Очищение тела

30 минут > 12 000 ₺

Очищение и восстановление кожи от Dr. Burgener

120 минут > 32 000 ₺

Швейцарский люкс-уход для тела, направленный на глубокое обновление и питание кожи. Мягкий пилинг в сочетании с виноградным или шоколадным обертыванием (на выбор гостя) обеспечивают интенсивное восстановление, тонизируют и возвращают коже гладкость, упругость и шелковистость.

Гармонизирующее обертывание тела от Thalion

60 минут > 20 000 ₺

Морской ритуал восстановления баланса и энергии, основанный на богатстве активных микроэлементов. Процедура сочетает пилинг и обертывание с целебной грязью Геранды или олиго-гелем (на выбор гостя) и завершается нанесением питательных средств. Кожа становится гладкой, увлажнённой и мягкой, а тело ощущает лёгкость, гармонию и внутреннее обновление.

Скульптуризация от Biologique Recherche

90 минут > 28 000 ₺

Дренажный, укрепляющий и тонизирующий уход, который выравнивает текстуру кожи и скульптурирует тело. Включает мягкое отшелушивание, проработку всего тела с бустером на основе экстракта водорослей и завершающее нанесение крема.

Улучшение тонуса от Biologique Recherche

90 минут > 28 000 ₺

Очищающий и детоксицирующий уход, который способствует выведению токсинов и улучшает микроциркуляцию. Включает мягкое отшелушивание, массаж живота, обертывание, проработку проблемных зон и завершающее нанесение крема.

Система клеточного обновления от Plathlone

90 минут > 25 000 ₺ 120 минут > 30 000 ₺

Процедура основана на уникальной формуле плаценты, обогащенной гиалуроновой кислотой, аминокислотами и пептидами. Включает мыльный пилинг с золотой детокс-маской, массаж всего тела и завершающее нанесение косметической эссенции для тела.

ЛИЦО

Базовый экспресс-уход

30 минут > 12 000 ₺

Базовый массаж лица

60 минут > 20 000 ₺

Мгновенное сияние от Biologique Recherche

90 минут > 30 000 ₺

Процедура мгновенно насыщает кожу кислородом. Цвет лица приобретает сияние, кожа становится более здоровой и выглядит отдохнувшей. Уход идеален как экспресс-процедура для кожи перед важным событием.

Швейцарский антивозрастной люкс-уход от Dr. Burgener

90 минут > 30 000 ₺

Процедура «haute couture» подбирается специалистом под потребности вашей кожи. Она сочетает в себе передовые технологии, продукты с драгоценным экстрактом зеленой икры. Уход наиболее эффективен в формате комплекса из нескольких сеансов.

Японская система клеточного обновления от Plathlone

90 минут > 27 000 ₺

Омолаживающая процедура с плацентарным животным комплексом, обогащенным гиалуроновой кислотой, аминокислотами и пептидами, поможет вашим клеткам вновь научиться вырабатывать в нужном объеме те полезные элементы, от которых зависит ваша молодость.

Эстетика здоровья кожи от Biologique Recherche

60 минут > 21 000 ₺

Процедура «haute couture» подбирается специалистом под потребности вашей кожи. Biologique Recherche выпускает продукты с высокой концентрацией активных ингредиентов, которые помогают в восстановлении эпидермиса и повышении его потенциала к саморегенерации. Уход наиболее эффективен в формате комплекса из нескольких сеансов.

ТРЕНИРОВКИ

60 минут > 20 000 ₽

В тренажерном зале

Силовая тренировка · Функциональная тренировка · Стрейчинг · Пилатес мат · Миофасциальный релиз

Практика йоги

Хатха · Аштанга · Виньяса · Инь-йога · Медитативная практика · Саундхилинг · Дыхательная практика

В бассейне

Тренировка по плаванию · Кардиотренировка в воде · Фридайвинг: дыхательная гимнастика и урок погружения · Тренировка или сопровождение ребенка в бассейне

При покупке 5 тренировок скидка 10%, при покупке 10 тренировок скидка 20%

ОБЩИЕ ЗОНЫ СПА

Сауна

Температура > 80 · 100 °C | Влажность > 10 · 20 %

Максимальное время > 8 · 12 минут

Возрастные ограничения: гости до 14 лет должны быть в сопровождении взрослых.

Паровая комната

Температура > 44 · 48 °C | Влажность > 98 %

Максимальное время > 10 · 15 минут

Возрастные ограничения: гости до 14 лет должны быть в сопровождении взрослых.

Крытый бассейн

Температура > 28 · 30 °C

Глубина > 90 · 130 см | Длина > 18 м | Ширина > 9 м

Чаша гидротерапии

Температура > 36-38 °C | Глубина > 90 см

Максимальное время > 15 · 20 минут

Возрастные ограничения: к использованию не допускаются гости младше 3 лет.

Купель с холодной водой

Температура > 18 · 20 °C | Глубина > 90 см

Максимальное время > 1 · 3 минуты

Возрастные ограничения: к использованию не допускаются гости младше 3 лет.

Часы работы

Спа > 07:00 · 23:00 | Часы для детей > 10:00 · 16:00

Спа-процедуры > 10:00 · 22:00 | Салон красоты > 09:00 · 21:00

Фитнес-центр > 24 часа

Подарочные сертификаты

Подарочные сертификаты станут идеальным сюрпризом для любителей спа. Их можно приобрести на стойке регистрации в спа или на сайте thelegendofmoscow.com/certificate. Подарочные сертификаты возврату и передаче другим лицам не подлежат.

Брендирующая продукция Four Seasons Hotel Moscow

Чтобы продлить эффект от наших спа-процедур, вы можете приобрести средства для домашнего ухода на стойке регистрации в спа. Также возможно приобретение брендирующей постельных принадлежностей, парфюмов для дома и купальных костюмов.

Клубные карты

Для получения дополнительной информации о возможностях приобретения клубных карт и тарифах, пожалуйста, обратитесь на стойку регистрации в спа.

Спа-этикет

Рекомендуем прибыть в спа за 30 минут до назначенного времени. Посещение сауны перед процедурой способствует расслаблению и усиливает эффект. В случае отмены или переноса Вашего визита, пожалуйста, сообщите нам об этом не менее чем за 4 часа до назначенного времени во избежание 100% штрафа за позднюю отмену бронирования. В случае опоздания продолжительность услуги может быть сокращена без изменения стоимости.

Терапевты

Наши процедуры проводятся высококвалифицированными опытными терапевтами, обладающими медицинским образованием, с полным уважением к конфиденциальности гостей.

Смартфоны и планшеты

Спа — это место тишины и спокойствия. Для удобства других гостей, пожалуйста, переклучите свои устройства в беззвучный режим или выключите их на время пребывания в спа. Пожалуйста, уважайте конфиденциальность других гостей во время фото- и видеосъемки.

Беременность

В целях безопасности будущих мам и малышей процедуры по уходу за лицом являются единственной процедурой, доступной до 15 недели беременности. Скрабы для тела и обертывания недоступны на любом этапе беременности. Определенные виды массажа можно проводить с 15 до 35 недели беременности, если нет противопоказаний.

Возрастные ограничения

Взрослый должен сопровождать детей в возрасте до 14 лет. Детям в возрасте до 3 лет не разрешается посещать гидромассажные ванны, сауны. Детям в возрасте до 12 лет не разрешается посещать фитнес-центр. Взрослый должен заполнить заявление от отказа от претензий для детей до 14 лет. Для детей от 3 лет представлены специальные спа-процедуры. Во время их проведения в процедурном кабинете должен присутствовать взрослый.