

GRANDHOTEL  
**PUPP**

CARLSBAD  
1701

**СПА  
ФРАНЦИСКА**

**СПА-ПРОЦЕДУРЫ**

# СПА ФРАНЦИСКА

<b>1. Фирменные спа-процедуры</b>	4
Травяная ванна по рецепту Франциски Пупп	5
Приватный спа для двоих	5
Ритуал очищения с коноплей для тела и мысли	6
<b>2. Лечебные процедуры</b>	7
Торфяная ванна и маска для лица с содержанием коллоидного золота	8
Торфяная ванна и маска для лица с содержанием конопляного масла	8
Жемчужная ванна	9
Травяная ванна с маслами	9
Гидромассажная ванна	10
Aquaі терапия – сухая массажная ванна	10
Кислородная терапия	11
Парафиновая маска для рук	11
Андуляционная терапия	12
Соляная пещера	12
<b>3. Уход за лицом</b>	13
Уход с золотом для роскошного укрепления и омоложения кожи	14
Жемчужный уход для сияния	14
Минеральное глубокое очищение кожи лица	15
Уход за лицом согласно индивидуальным потребностям	15
Уход за лицом для беременных	16

# СПА ФРАНЦИСКА

<b>4. Уход за телом</b>	17
Снимающий усталость уход за спиной	18
Минеральный пилинг тела	18
Ритуал возрождения «Жизненная сила»	19
Ручной криолиполиз	19
<b>5. Массажи</b>	20
Расслабляющий CBD массаж	21
Классический шведский массаж	21
Массаж горячими камнями	22
Ароматерапевтический массаж	22
Ручной лимфодренаж	23
Массаж для будущих мам	23
Рефлекторный массаж стоп	24
Массаж для детей и подростков	24
<b>6. Аюрведические процедуры</b>	25
Массаж в 4 руки Абхьянга	26
Массаж Абхьянга	26
Массаж в 4 руки Широухара	27
Массаж Широухара	27
Массаж Пинда Сведы	28
Массаж лица	28
Массаж для детей	29

СПА ФРАНЦИСКА

# ФИРМЕННЫЕ СПА-ПРОЦЕДУРЫ



## ТРАВЯНАЯ ВАННА ПО РЕЦЕПТУ ФРАНЦИСКИ ПУПП

Франциска Пупп более всего любила природу и очень хорошо знала о благотворном действии трав и целебной энергии воды. Она поручила своему аптекарю создать для нее травяной сбор для ванн, который в себе соединит обе силы. В отеле Grandhotel Pupp и вы можете насладиться процедурой по старинному оригинальному рецепту.

*20 минут*

---

## ПРИВАТНЫЙ СПА ДЛЯ ДВОИХ

Отдохните в приватной спа обстановке. Уютный спа для двоих предлагает просторную гидромассажную ванну, ароматическую сухую сауну и место для отдыха. Освежающие напитки и фруктовое канапе сделают ваше пребывание еще более запоминающимся.

*60 минут*

## РИТУАЛ ОЧИЩЕНИЯ С КОНОПЛЕЙ ДЛЯ ТЕЛА И МЫСЛИ

Побалуйте себя холистическим ритуалом соединяющим традиционную карловарскую бальнеологию с подходом и опытом чешского бренда Cannor, который производит продукты с содержанием CBD для ухода за телом и лицом. Сначала вас ждет минеральная ванна, обогащенная вручную собранными травами, которая укрепляет тело, расслабляет мысль и способствует глубокой детоксикации организма. После ванны следует нагрев спины горячими камнями и массаж тела с конопляным маслом, которое облегчает боль и расслабляет мышечное напряжение.

Масло с содержанием каннабидиолов является гипоаллергенным, подходит также для очень чувствительной кожи.

*90 минут*

---



СПА ФРАНЦИСКА

# ЛЕЧЕБНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ



## ТОРФЯНАЯ ВАННА И МАСКА ДЛЯ ЛИЦА С СОДЕРЖАНИЕМ КОЛЛОИДНОГО ЗОЛОТА

Горячая вода и органические вещества содержащиеся в торфе усиливают кровообращение и расслабляют напряженные мышцы тела, улучшают подвижность суставов и снимают воспаления. Торфяная маска для лица с содержанием коллоидного золота повышает эластичность кожи, разглаживает ее, придает сияющий эффект и даже лечит ожоги от солнца. Обе процедуры подходят для зрелой, сухой или чувствительной кожи.

*20 минут*

---

## ТОРФЯНАЯ ВАННА И МАСКА ДЛЯ ЛИЦА С СОДЕРЖАНИЕМ КОНОПЛЯНОГО МАСЛА

Данная ванна сочетает полезный эффект горячей воды и органических веществ из торфа, она усиливает кровообращение и расслабляет мышцы, улучшает подвижность суставов и снимает воспаления. Торфяная маска для лица с содержанием конопляного масла помогает восстановить природный баланс влажности кожи, идеально подходит для жирной или комбинированной кожи.

*20 минут*

## ЖЕМЧУЖНАЯ ВАННА

Погрузитесь в просторную массажную ванну и насладитесь миллионом маленьких пузырьков возникающих в воде с солью из горячих источников. Жемчужная ванна усиливает кровообращение и расслабляет напряжение мышц.  
Температура воды: 36–37 °С.

*20 минут*

---

## ТРАВЯНАЯ ВАННА С МАСЛАМИ

Ванна для расслабления с содержанием экстрактов высокой концентрации из смеси трав и диких цветов, собранных в окрестностях Карловых Вар. Ванна эффективно успокаивает нервную систему и снижает душевное и физическое напряжение.  
Температура воды: 34–37 °С.

*20 минут*

## ГИДРОМАССАЖНАЯ ВАННА

Гидромассаж приносит полное расслабление мысли и тела. Действие пузырьков на тело активизирует лимфатическую систему, стимулирует отток жидкостей из тканей и имеет положительный эффект на целлюлит и другие возможные проблемы, вызванные накоплением жиров.

Температура воды: 37 °С.

*20 минут*

---

## AQUAI ТЕРАПИЯ СУХАЯ МАССАЖНАЯ ВАННА

Водный массаж, при котором вы останетесь абсолютно сухим, подходит для расслабления и реабилитации. Терапия снимает мышечное напряжение, уменьшает боль, улучшает кровообращение и снижает эмоциональное напряжение.

*20 минут*

## КИСЛОРОДНАЯ ТЕРАПИЯ

Восстанавливающая процедура, которая основана на вдыхании концентрированного влажного кислорода. Кислород оказывает воздействие на весь организм, восстанавливает его и повышает физическое и психическое состояние. Чистый кислород повысит вашу активность и подвижность. Регулярное посещение кислородной терапии улучшает качество жизни.

*60 минут*

---

## ПАРАФИНОВАЯ МАСКА ДЛЯ РУК

Это интенсивная тепловая терапия, которая улучшает кровообращение, расслабляет застывшие мышцы и снимает боль в суставах. Застывающий воск образует твердую оболочку, которая держит тепло и открывает поры. Используемые кремы проникают глубже в кожу, что повышает эффект процедуры.

*20 минут*

## АНДУЛЯЦИОННАЯ ТЕРАПИЯ

Процедура усиливает кровообращение и обмен веществ. Она рекомендуется при хронических заболеваниях, как например артроз, мигрень или остеохондроз, людям с признаками выгорания. Основой андуляционной терапии является комбинация пульсирующих вибраций с инфракрасным теплом, которое способствует их прониканию более глубоко в ткани, что стимулирует биофизические процессы в организме.

*20 минут*

---

## СОЛЯНАЯ ПЕЩЕРА

Галотерапия, лечение основанное на вдыхании соленого воздуха, помогает лечить респираторные заболевания, как например астма, хронический бронхит, а также аллергию. Сухой метод галотерапии осуществляется в искусственной «соляной пещере» с нулевой влажностью.

*20 минут*

СПА ФРАНЦИСКА

# УХОД ЗА ЛИЦОМ

## УХОД С ЗОЛОТОМ ДЛЯ РОСКОШНОГО УКРЕПЛЕНИЯ И ОМОЛОЖЕНИЯ КОЖИ

Инновационный уход за лицом с продвинутой Anti-Age технологией. Укрепляющий и лифтинг уход использует восстановительные свойства 24 каратного золота и лифтинг эффект гиалуроновой кислоты. Уход разглаживает морщины, очищает поры и повышает естественную выработку коллагена, и тем улучшает структуру кожи, ее прочность и эластичность. Одновременно усиливает кровообращение и увлажняющий эффект. Частицы золота впитываются в кожу и способствуют ее оздоровлению, свежести и сияющему виду.

*90 минут*

---

## ЖЕМЧУЖНЫЙ УХОД ДЛЯ СИЯНИЯ

Быстро действующий уход на основе криотерапии мгновенно укрепляет и разглаживает кожу, оставляя ее нежной и сияющей. Уже долгое время криотерапия является эффективным методом для снижения отеков, снятия раздражения на коже или для укрепления ее прочности и состояния.

*90 минут*

## МИНЕРАЛЬНОЕ ГЛУБОКОЕ ОЧИЩЕНИЕ КОЖИ ЛИЦА

Уход за кожей лица с помощью действующих косметических продуктов, которые очищают поры и оставляют кожу нежной и здоровой. Естественная сила морских минералов выводит токсины из кожи, которая подвержена действием городской среды и образа жизни: загрязнением, дымом, светом из дисплеев, стрессом, что ведет к преждевременному старению кожи. По вашему желанию в процедуру можно включить специальную технику интенсивного очищения.

*75 минут*

---

## УХОД ЗА ЛИЦОМ СОГЛАСНО ИНДИВИДУАЛЬНЫМ ПОТРЕБНОСТЯМ

Данный уход создан, чтобы действовать именно таким способом, какой нужен вашей кожи, и чтобы его результаты были видны с первого взгляда. Для этого используется индивидуально подготовленная смесь растительных активных сывороток, масок и ароматических интенсивных комплексов. Выберите такой уход, какой вам нужен всего больше – для зрелой кожи, увлажняющий и успокаивающий, очищающий или разглаживающий.

*60 минут*

## УХОД ЗА ЛИЦОМ ДЛЯ БЕРЕМЕННЫХ

Успокаивающая разглаживающая терапия с содержанием питательного масла возвращает сияние вашей кожи. Особое внимание уделено расслаблению шеи и плеч с помощью нежного массажа. Вся процедура помогает снизить усталость кожи из-за гормональных изменений во время беременности и заметно улучшает ее вид и структуру.

*60 минут*

---



СПА ФРАНЦИСКА

# УХОД ЗА ТЕЛОМ

## СНИМАЮЩИЙ УСТАЛОСТЬ УХОД ЗА СПИНОЙ

Чудесная терапия разработанная для снижения напряжения мышц спины, шеи и плеч вам позволит забыть об ежедневных заботах. Самонагревающееся грязевое обертывание расслабляет застывшие мышцы спины, далее следует массаж, который вас введет в состояние полного блаженства. Энергетический и релаксационный уход также снижает стресс и пробуждает в вас чувство полного спокойствия.

*60 минут*

---

## МИНЕРАЛЬНЫЙ ПИЛИНГ ТЕЛА

Ухаживающая и успокаивающая процедура начинается с применения масла для тела согласно вашему выбору. Далее следует интенсивный пилинг всего тела морской солью. Он устраняет ороговевшие клетки кожи для ускорения роста новых молодых клеток, что делает кожу шелковистой, гладкой и сияющей.

*60 минут*

## РИТУАЛ ВОЗРОЖДЕНИЯ «ЖИЗНЕННАЯ СИЛА»

Специальный уход, который начинается с успокаивающего мягкого пилинга тела. За ним следует детоксикационное обертывание тела, которое вас приведет к физическому и психическому балансу. Сочетание ухода за телом и лицом пополняет энергию, приносит чувство омоложения и расслабления всего тела. Терапевт слегка массирует конкретные области лица и тела, чтобы стимулировать детоксикацию, расслабление и восстановление. Видимые результаты достигаются посредством сочетания лимфодренажа, который избавляет тело от токсинов и стимулирует лимфатическую систему, с современными и эффективными методами, как например криотерапия лица.

*105 минут*

---

## РУЧНОЙ КРИОЛИПОЛИЗ

Трехэтапный детоксикационный уход за проблемными зонами с благотворным влиянием на состояние и разглаживание кожи страдающей от целлюлита. Массаж ледяными шариками быстро избавит от чувства усталых ног, он укрепит контуры кожи, оставляя ее свежей и гладкой. Затем следует массаж, основанный на природной силе морских водорослей, который избавит тело от токсинов. Наконец следует маска для тела, которая укрепит конкретные проблемные зоны.

*90 минут*

СПА ФРАНЦИСКА

# МАССАЖИ

## РАССЛАБЛЯЮЩИЙ СВД МАССАЖ

Оздоровительный массаж всего тела с противовоспалительным маслом с содержанием каннабидиола. Сочетание действия масла уменьшающего боль, нагретых камней положенных вдоль позвоночника и проверенных техник массажа благотворно влияют на тело и настроение.

*60/90 минут*

---

## КЛАССИЧЕСКИЙ ШВЕДСКИЙ МАССАЖ

Массаж всего тела направлен на расслабление напряженных мышц и снятие боли. Успокаивает нервную систему и способствует достижению душевного равновесия. Терапевт массирует тело длинными непрерывными движениями с помощью локтей и предплечий, интенсивность движений приспосабливает и корректирует по вашему желанию.

*45/60/90 минут*

## МАССАЖ ГОРЯЧИМИ КАМНЯМИ

Успокаивающий массаж основан на сочетании эфирных масел, силы прикосновения и энергии Земли. Успокаивающее тепло горячих камней помогает расслабить мышцы и снять эмоциональное напряжение.

*60/90 минут*

---

## АРОМАТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ МАССАЖ

Массаж, при котором терапевт использует легкое или среднее давление, приносит расслабление мысли и позволяет хоть на мгновение забыть об окружающем мире. Вся процедура приспособлена к вашим индивидуальным требованиям и желаниям. Предлагаем на выбор ароматические масла для поднятия настроения, с действием антиоксидантов, для снятия напряжения или для спокойного сна. Традиционные массажные техники при этой процедуре продуманно сочетаются с современными трендами и инновационными подходами к массажу.

*60/90 минут*

## РУЧНОЙ ЛИМФОДРЕНАЖ

Техника процедуры основана на легком давлении и медленных движениях. Лимфодренаж улучшает функционирование лимфатической системы, способствует очищению тела от токсинов и выводит лишнюю воду из организма.

*60/90 минут*

---

## МАССАЖ ДЛЯ БУДУЩИХ МАМ

Массаж всего тела, который слабым давлением устраняет боль, снижает стресс и напряжение мышц. Используемые масла питают и эффективно увлажняют кожу. Процедура предназначена для женщин во втором или третьем триместре.

*60 минут*

## РЕФЛЕКТОРНЫЙ МАССАЖ СТОП

Успокойте свои усталые ноги и восстановите естественный уровень энергии. Терапия основана на комбинации слабого и сильного давления на рефлекторные точки на ваших стопах. Массаж идеален после длительных прогулок, интенсивных спортивных упражнений или при усталости ног после ношения каблуков.

*45 минут*

---

## МАССАЖ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Терапия, подходящая для детей с 5 лет, помогает достичь равновесия энергии, стимулирует нервную систему и укрепляет иммунитет. Также имеет положительный эффект на качество сна.

*30/60 минут*

СПА ФРАНЦИСКА

# АЮРВЕДИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ

## МАССАЖ В 4 РУКИ АБХЬЯНГА

Испытайте полное расслабление благодаря интенсивному массажу всего тела в 4 руки, когда два терапевта синхронными движениями умножают эффект процедуры. Абхьянга – это превосходная терапия, которая приносит психологическое расслабление, избавление от стресса и позволяет забыть об окружающем мире.

*60/90 минут*

---

## МАССАЖ АБХЬЯНГА

Самый известный аюрведический массаж всего тела расслабляет напряжение мышц, сухожилий и суставов, благотворно влияет на лимфатическую систему, иммунитет и кровообращение. Травяное масло из диффузора, используемое во время массажа, помогает расслабиться и улучшает сон.

*60/90 минут*

## МАССАЖ В 4 РУКИ ШИРОДХАРА

Массаж всего тела в 4 руки представляет собой превосходный уход, который доводит до грани глубокого расслабления. Два терапевта делают массаж синхронными движениями, которые направлены на расслабление мышц, успокоение мысли и снижение стресса, преодоление тревоги и пробуждение интуиции. Чувство полного успокоения умножает тепло травяного масла, которое терапевт медленно льёт на лоб в точку так называемого третьего глаза.

*90 минут*

---

## МАССАЖ ШИРОДХАРА

Самая таинственная процедура аюрведической терапии вас введет в полную блаженность и душевное равновесие. После расслабляющего массажа всего тела приходит время успокоения и психологического расслабления. Теплое травяное масло стекает на лоб в точку так называемого третьего глаза и разливается до темени головы. Его непрерывное течение приводит к чувству абсолютной гармонии и совершенного расслабления. Масло одновременно питает и восстанавливает кожу головы и придает волосам здоровый вид и блеск.

*90 минут*

## МАССАЖ ПИНДА СВЕДА

Традиционная терапия, которая сочетает аюрведический массаж всего тела с использованием нагретых мешочков, наполненных смесью трав и риса. Она значительно улучшает кровообращение, разогревает мышцы и расслабляет их напряжение. Это прекрасный выбор для тех, кто постоянно испытывает чувство холода.

*90 минут*

---

## МАССАЖ ЛИЦА

Данный аюрведический массаж ухаживает за кожей, снижает стресс и значительно способствует душевному покою. Он повышает естественную выработку коллагена и подтягивает кожу. Розовая вода и травяная маска, которые во время массажа используются, обладают успокаивающим и противовоспалительным эффектом. В массаж входит также массаж шеи и плеч, который расслабляет мышцы шеи и шейный отдел позвоночника.

*60 минут*

## МАССАЖ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Аюрведический массаж для детей с 6 месячного возраста способствует правильному развитию и спокойному сну. Используемое масло выбрано с учетом чувствительной детской кожи.

*20 минут*

---

