

Aquahouse

Health Spa Treatments



ensana

Масажи / Massages *

1	Класически масаж на цяло тяло Classic full body massage	50 мин. / min.	90 лв.
2	Класически частичен масаж Classic partial massage	25 мин. / min.	50 лв.
3	Ароматерапия за цяло тяло с масажна свещ Full body aroma therapy with massage candle	50 мин. / min.	129 лв.
4	Частична ароматерапия с етерично масло Partial aroma therapy with essential oil	25 мин. / min.	60 лв.
5	Релаксиращ масаж Relaxing massage	60 мин. / min.	100 лв.
6	Спортен (дълбокотъканен) масаж Sports (deep tissue) massage	40 мин. / min.	100 лв.
7	Лечебен масаж на цяло тяло с магнезиево олио Healing full body massage with magnesium oil	50 мин. / min.	100 лв.
8	Лечебен частичен масаж с магнезиево олио Healing partial massage with magnesium oil	25 мин. / min.	60 лв.
9	Антицелулитен масаж Anti-cellulite massage	40 мин. / min.	99 лв.
10	Рефлексотерапия Reflexotherapy	25 мин. / min.	50 лв.
11	Билков масаж "Снехана" Herbal massage "Snehana"	60 мин. / min.	130 лв.

12	Масаж с горещи камъни Hot Stones massage	70 мин. / min.	140 лв.
13	Масаж на 4 ръце 4 hands massage	50 мин. / min.	140 лв.
14	Тай масаж Thai massage	70 мин. / min.	129 лв.
15	Индийски масаж на главата (по тригерни точки) Indian head massage (on trigger points)	20 мин. / min.	50 лв.
16	Масаж на лице Facial massage	25 мин. / min.	50 лв.
17	Масажна яка (масаж на врат и раменете) Massage collar (massage on neck and shoulders)	15 мин. / min.	30 лв.
18	Детски масаж на цяло тяло с шоколадово масло Children's full body massage with chocolate oil	30 мин. / min.	60 лв.
19	Масаж с бамбук Bamboo massage	50 мин. / min.	120 лв.
20	Имуностимулиращ масаж с Българска ракия Bulgarian immune-stimulating massage with local rakia	55 мин. / min.	110 лв.
21	Авторски масаж "Fire Sea-cret" Author's massage "Fire Sea-cret"	70 мин. / min.	150 лв.

СПА & Wellness / SPA & Wellness

1	Хамам ритуал Hammam Ritual	70 мин. / min.	180 лв.
2	Авторска терапия "Aqua Sea-cret" Author's therapy "Aqua Sea-cret"	80 мин. / min.	140 лв.
3	Авторска терапия "Pine Sea-cret" Author's therapy "Pine Sea-cret"	80 мин. / min.	140 лв.
4	Терапия за тяло с българска роза Body therapy with Bulgarian rose	80 мин. / min.	140 лв.
5	Антиоксидантна винена терапия (за двойки) Anti-oxidant wine therapy (for couples)	80 мин. / min.	269 лв.
6	Мадеротерапия (тяло) Maderotherapy (body)	80 мин. / min.	140 лв.
7	Мадеротерапия (за лице) Maderotherapy (for face)	40 мин. / min.	90 лв.
8	Юмейхо терапия Yumeiho therapy	60 мин. / min.	130 лв.

Красота & козметика / Beauty & Cosmetics

1	Козметологична консултация (анализ на кожата) Cosmetologic consultation (skin analysis)	20 мин. / min.	30 лв.
2	Класическо почистване Classic cleansing	60 мин. / min.	95 лв.
3	Радиочестота (RF) Radiofrequency (RF)	30 мин. / min.	70 лв.
4	Водно дермабразия Water dermabrasion	30 мин. / min.	60 лв.
5	Кислородна мезотерапия (неинвазивна) Oxygen mesotherapy (non-invasive)	60 мин. / min.	80 лв.
6	Кола маска 1 зона Cola mask 1 zone	25 мин. / min.	30 лв.
7	Кола маска 2 зони Cola mask 2 zones	40 мин. / min.	50 лв.
8	Регенерираща терапия със стволови клетки "Eternal" Regenerating therapy with stem cells "Eternal"	50 мин. / min.	140 лв.

9	Терапия за изглаждане на бръчки "Corrective" Wrinkle smoothing therapy "Corrective"	70 мин. / min.	190 лв.
10	Интензивна подхранваща терапия Harley Street Harley Street Intensive Nourishing Therapy	50 мин. / min.	200 лв.
11	Дренираща и енергизираща терапия против подпухване Draining and energizing anti-puff therapy	50 мин. / min.	190 лв.
12	Озаряваща и успокояваща розова терапия Brightening and soothing rose therapy	80 мин. / min.	200 лв.

SKEYNDOR
SCIENCE creates BEAUTY®

111SKIN
HARLEY ST. LONDON



Медикъл СПА / Medical SPA

1	Медицински преглед Medical examination	20 мин. / min.	50 лв.
2	Сърдечно-съдов анализ Cardio-vascular analysis	15 мин. / min.	39 лв.
3	Анализ на тялото (телесен сегментен анализ) Body-scan analysis	20 мин. / min.	49 лв.
4	TENS (транс-електроннервна стимулация) TENS (trans-electronerve stimulation)	15 мин. / min.	40 лв.
5	Електростимулация Electric stimulation	15 мин. / min.	40 лв.
6	Ултразвукова терапия (фонофореза) Ultrasound therapy (phonophoresis)	10 мин. / min.	40 лв.
7	Магнитотерапия Magnetotherapy	25 мин. / min.	40 лв.
8	Пресотерапия (апаратен лимфен дренаж) Pressotherapy (apparatus lymphatic drainage)	30 мин. / min.	40 лв.
9	Вихрова вана с термални соли Whirlpool bath with thermal salts	25 мин. / min.	40 лв.
10	Хидромасаж (тангентор) Hydro massage (tangentor)	25 мин. / min.	50 лв.

11	Водна аеробика в лечебен басейн Water aerobics in the therapeutic pool	25 мин. / min.	40 лв.
12	Лечебна гимнастика (ЛФК) Therapeutic gymnastics (with physiotherapist)	25 мин. / min.	40 лв.
13	Цялостно калолечение Complete mud treatment	30 мин. / min.	55 лв.
14	Частично калолечение (тип яке/панталон) Partial mud therapy (jacket/pants type)	25 мин. / min.	30 лв.
15	Пелоидотерапия (за ръце и предмишници) Peloid therapy (for hands and forearms)	25 мин. / min.	55 лв.
16	Луготерапия Lugotherapy	25 мин. / min.	30 лв.
17	Кислородна терапия Oxygen therapy	25 мин. / min.	40 лв.
18	Инхалационна терапия Inhalation therapy	25 мин. / min.	40 лв.
19	Карбонова вана (мокра карбокси терапия) Carbon bath (wet carboxy therapy)	40 мин. / min.	60 лв.
20	Диатермия (TECAR терапия) Diathermy (TECAR therapy)	20 мин. / min.	45 лв.
21	Душ на Шарко (хидроконтрастна терапия) Charcot shower (hydrocontrast therapy)	20 мин. / min.	30 лв.
22	Високо-интензивна магнитотерапия (HIFEM) High-intensity magnetic (HIFEM) therapy	30 мин. / min.	60 лв.

СПА пакети / SPA packages

1	СПА пакет S SPA package S	100 мин. / min.	185 лв.
2	СПА пакет M SPA package M	200 мин. / min.	295 лв.
3	СПА пакет L SPA package L	300 мин. / min.	405 лв.
4	СПА пакет XL SPA package XL	500 мин. / min.	675 лв.

* Създайте свое персонализирано изживяване с масаж. При закупуване на СПА пакети минутите могат да се използват само за услуги от категория "Масажи". Услуги от всички останали категории не могат да бъдат избрани. СПА пакетите могат да бъдат използвани до 6-ия месец от закупуването им.

* Create your personalized massage experience. When purchasing SPA packages, the minutes can only be used for services from the "Massages" category. Services from all other categories cannot be selected. The SPA packages can be redeemed until the 6th month of their purchase.



Медицински пакети / Medical Packages

МЕДИЦИНСКИ ПАКЕТ С / MEDICAL PACKAGE S

При закупуване на 5 процедури от категория “Медикъл СПА” получавате 5% отстъпка от общата цена.

Purchasing 5 treatments from “Medical SPA” category gives you 5% discount of the total price.

МЕДИЦИНСКИ ПАКЕТ М / MEDICAL PACKAGE M

При закупуване на 10 процедури от категория “Медикъл СПА” получавате 10% отстъпка от общата цена.

Purchasing 10 treatments from “Medical SPA” category gives you 10% discount of the total price.

МЕДИЦИНСКИ ПАКЕТ Л / MEDICAL PACKAGE L

При закупуване на 20 процедури от категория “Медикъл СПА” получавате 15% отстъпка от общата цена.

Purchasing 20 treatments from “Medical SPA” category gives you 15% discount of the total price.

МЕДИЦИНСКИ ПАКЕТ XL / MEDICAL PACKAGE XL

При закупуване на 30 процедури от категория “Медикъл СПА” получавате 20% отстъпка от общата цена.

Purchasing 30 treatments from “Medical SPA” category gives you 20% discount of the total price.

МЕДИЦИНСКИ ПАКЕТ XXL / MEDICAL PACKAGE XXL

При закупуване на 40 процедури от категория “Медикъл СПА” получавате 25% отстъпка от общата цена.

Purchasing 40 treatments from “Medical SPA” category gives you 25% discount of the total price.

Създайте своя собствена персонализирана здравна програма. При закупуване на медицински пакети отстъпките са валидни за всички процедури от категория “Медикъл СПА” и частичен лечебен масаж от категория “Масажи”. Услуги от всички останали категории не могат да бъдат избрани. Всеки медицински пакет включва безплатен медицински преглед. Медицинските пакети могат да бъдат използвани до 6-ия месец от закупуването им.

* Create your own personalized health program. When purchasing medical packages, the discounts are valid for all treatments from “Medical SPA” category and partial healing massage from “Massages” category. Services from all other categories cannot be selected. Every medical package includes a free medical examination. The medical packages can be redeemed until the 6th month of their purchase.



СПА Програми SPA Programs

ВЪЗСТАНОВИТЕЛНО-ЕНЕРГИЗИРАЩА ПРОГРАМА / RESTORATIVE-ENERGIZING PROGRAM

Програмата е насочена към лечение на заболявания на опорно-двигателния апарат и периферната нервна система. Има силно възстановяващо и укрепващо действие. Подходяща е както при начален, така и при напреднал стадий на ставно-дегенеративни заболявания, както и има превантивен ефект срещу тяхната поява. Програмата се основава на комплексното въздействие на хипертермалната минерална вода, уникалният микроклимат на курорта "Св. Св. Константин и Елена" и преформирания физикални фактори и постижения на физикалната и рехабилитационна медицина. Състои се от 5, 7 или 10 процедурни дни по 4 процедури на ден. Програмата започва след първичен медицински преглед от специалист по физикална и рехабилитационна медицина и съставяне на индивидуален план за лечение.

The program is aimed at treating diseases of the musculoskeletal system and peripheral nervous system. It has a strong restorative and strengthening effect. It is suitable for both the initial and advanced stages of joint degenerative diseases, as well as having a preventive effect against their occurrence. The program is based on the complex effect of the hyperthermal mineral water, the unique microclimate of the resort "St. St. Constantine and Helena" and the reshaped physical factors and achievements of physical and rehabilitation medicine. It consists of 5, 7 or 10 procedure days with 4 procedures per day. The program begins after an initial medical examination by a specialist in physical and rehabilitation medicine and the creation of an individual treatment plan.

5 дни / days **567 лв.**

7 дни / days **779 лв.**

10 дни / days **1060 лв.**

ИМУНОСТИМУЛИРАЩА ПРОГРАМА / IMMUNE-STIMULATING PROGRAM

Имуностимулираща програма: Програмата е насочена към повишаване на общия и локален имунитет. Действието ѝ е както превантивно-стимулиращо, така и възстановително-укрепващо. Тя съчетава комбинацията и синергията на западните научни методологии с източните холистични терапии. Подходяща е не само за хора с отслабен имунитет, но и за здрави хора с профилактична цел.

The program is aimed at increasing general and local immunity. Its effect is both preventive-stimulating and restorative-strengthening. It combines the combination and synergy of Western scientific methodologies with Eastern holistic therapies. It is suitable not only for people with compromised immunity, but also for healthy people for preventive purposes.

5 дни / days **567 лв.**

7 дни / days **779 лв.**

10 дни / days **1060 лв.**



ПРОГРАМА ЗА ТАЛАСОТЕРАПИЯ / THALASSOTHERAPY PROGRAM

Таласотерапията с микронизирани водорасли и специфичните терапии с богати на йод таласи имат мощен детоксикиращ ефект. Енергизиращото действие на морските растения елиминира токсините, стимулира метаболизма и има много благоприятен и регенериращ ефект върху тялото. Пречиства организма от токсини. Балансира, стимулира и нормализира метаболизма. Озарява и омекотява кожата. Програмата започва след първичен медицински преглед от специалист по физикална и рехабилитационна медицина. Може да бъде 5, 7 или 10 дни и се състои от 4 процедури на ден.

Thalassotherapy with micronized algae and a specific mask with iodine-rich thalasses has a powerful detoxifying effect. The energizing action of marine plants eliminates toxins, stimulates metabolism and has a very beneficial and regenerating effect on the body. Purifies the body from toxins. Balances, stimulates and normalizes metabolism. Brightens and softens the skin. The program begins after an initial medical examination by a specialist in physical and rehabilitation medicine. It can be 5, 7 or 10 days and consists of 4 treatments per day.

5 дни / days **567 лв.**

7 дни / days **779 лв.**

10 дни / days **1060 лв.**

ПРОГРАМА ЗА ДЕТОКСИКАЦИЯ И БЛАГОСЪСТОЯНИЕ / DETOX AND WELLBEING PROGRAM

Целта на програмата е постигане на общ баланс, синхрон и хармония между физиологичните и психичните процеси в тялото чрез съчетаване на физиотерапевтични, уелнес и холистични методики. Благоприятно се повлияват кръвното налягане, сънят, храносмилателната, нервната и ендокринната системи. Програмата започва след първичен преглед от лекар по физикална и рехабилитационна медицина. Може да бъде 5, 7 или 10 дни и се състои от 4 процедури на ден. Програмата е насочена към хора с хормонален дисбаланс и автоимунни заболявания.

The aim of the program is to achieve a general balancing, synchronization and harmony between the physiological and mental processes in the body through combined physiotherapeutic, wellness and holistic methodologies. Under its influence, blood pressure, sleep, digestive, nervous and endocrine systems are favourably affected. The program begins after an initial examination by a doctor of physical and rehabilitation medicine. It can be 5, 7 or 10 days and consists of 4 treatments per day. The program is aimed at people with hormonal imbalances and auto-immune diseases.

5 дни / days **567 лв.**

7 дни / days **779 лв.**

10 дни / days **1060 лв.**

ПРОГРАМА SCULPTAURA / SCULPTAURA PROGRAM

Програмата има многостранен ефект върху тялото, като най-важните са - укрепване на мускулите, тонизиране и стягане, намаляване на телесните мазнини и подобряване на сърдечно-съдовата система. Програмата е подходяща както за физически здрави хора, които искат да подобрят телесния си състав и кондиция, така и за тези, които имат проблеми с отслабването и имат метаболитни заболявания (затлъстяване, метаболитен синдром и диабет). След стриктно спазване на програмните протоколи могат да се открият забележими подобрения в здравните показатели - понижено кръвно налягане, намаляване на мастната тъкан, подобряване на мускулната сила и функция, намаляване на сърдечната честота в покой. Програмата започва след първоначален преглед от лекар по физикална и рехабилитационна медицина и сканиране на тялото с медицинско устройство за анализ на тялото InBody 770. Може да бъде 5, 7 или 10 дни и се състои от 3 и 4 процедури на ден.

The program has all around effect on the body, with most prominent being - muscle strenghtening, toning and definition, fatloss and cardio-vascular improvement. The program is suitable for both fit and healthy people who want to improve their bodily composition and codition, but also for those who have issues with weightloss and have metabolic diseases (obesity, metabolltic syndrome and diabetes). After strict following of the program protocols noticeable improvements can be found in the health markers - lowered blood pressure, reduction of the adipose (fat) tissue, improvement of the muscle strength and function, lowering of the resting hearth rate. The program begins after an initial examination by a doctor of physical and rehabilitation medicine and body scan with InBody 770 body analysis medical device. It can be 5, 7 or 10 days and consists of 3 and 4 treatments per day.

5 дни / days **799 лв.**

7 дни / days **999 лв.**

10 дни / days **1379 лв.**



ЙОГА АНТИСТРЕС / ANTI-STRESS YOGA

отпуска психиката, ума и тялото, премахва напрежението. Упражненията са лесноизпълними, с движения, дишане, статични позиции, концентрация на вниманието, мантри, Гонг.

relaxes the psyche, mind and body, removes tension. The exercises are easy to perform, with movements, breathing, static positions, concentration of attention, mantras, Gong.

индивидуална / individual

89 лв.

групова / group

30 лв.



ЙОГА ЗА ОПОРНО-ДВИГАТЕЛНИЯ АПАРАТ / YOGA FOR THE SPINE

коригират се проблеми с гръбнака, болки, изкривявания. Упражненията са статични или двигателни, съчетани с дишане, за по-добър ефект. Активират се гръбначно-мозъчните течности, укрепва се нервната система, активира се кръвоснабдяването, болното място се подхранва и заздравява.

problems with the spine, pain, distortions are eliminated. Exercises are static or in motion, combined with breathing for better effect. Cerebrospinal fluids are activated, the nervous system is strengthened, the blood supply is activated, the sore area is nourished and healed.

индивидуална / individual

89 лв.

групова / group

30 лв.



ЙОГА ЗА ХОРМОНАЛЕН БАЛАНС / YOGA FOR HORMONAL BALANCE

цялостно активиране на ендокринната система, също и на определени жлези с вътрешна секреция, имащи отношение към цялостния баланс на организма. Хармонизира работата на всички системи и органи, както и балансира психо-емоционалното състояние.

complete activation of the endocrine system, also of certain glands with internal secretion, related to the overall balance of the body. Harmonizes the work of all systems and organs, as well as balances the psycho-emotional state.

индивидуална / individual **89 лв.**

групова / group **30 лв.**

ЙОГА ЗА РАЗТЯГАНЕ / YOGA FOR STRETCHING

отпускане на мускулните групи, които са в стрес от ежедневното напрежение, силов фитнес, активен спорт и т.н. Разтягането и отпускането премахват болките в стави и мускули, оптимизират работата им и поддържат здравето им.

relaxation of muscle groups that are under stress from daily stress, strength fitness, active sports, etc. Stretching and relaxing relieve pain in joints and muscles, optimize their work and maintain their health.

индивидуална / individual **89 лв.**

групова / group **30 лв.**

ЙОГА ЗА ДИШАНЕ / YOGA FOR BREATHING

усвояване на основни дихателни техники, неразделна част от Йога практиките, имащи мощно въздействие върху цялостния жизнен тонус и здравословно психическо и физическо състояние

mastering basic breathing techniques, an integral part of Yoga practices, having a powerful impact on the overall vital tone and healthy mental and physical condition.

индивидуална / individual **89 лв.**

групова / group **30 лв.**

МЕДИТАЦИИ ОТ КУНДАЛИНИ ЙОГА / KUNDALINI YOGA MEDITATIONS

трениране на ума и концентрацията на вниманието. Работа за овладяване на ментала и достигане състоянието на медитация, просперитет и благоденствие на всички нива. Разгръщане на пълния потенциал от способности на индивида.

training the mind and concentration of attention. Work to master the mind and reach the state of meditation, prosperity and well-being on all levels. Unfolding the full potential of an individual's abilities.

индивидуална / individual **89 лв.**

групова / group **30 лв.**

КРАНИО-САКРАЛНА ТЕРАПИЯ / CRANIO-SACRAL THERAPY

е медицинска методика, част от остеопатията, с акцент върху главата и гръбначния стълб. Чрез леки докосвания и релакс, се отстраняват травмите и в организма се възстановява баланса и функционирането на органите и системите. Терапията протича едновременно на три нива: физическо, енергийно и психо-соматично.

is a medical methodology, part of osteopathy, with an emphasis on the head and spine. Through light touches and relaxation, traumas are removed and the balance and functioning of the organs and systems are restored in the body. The therapy takes place simultaneously on three levels: physical, energetic and psycho-somatic.

индивидуална / individual

89 лв.

ВИБРАЦИОННО-ЗВУКОВ МАСАЖ с Тибетски купи / VIBRATION-SOUND MASSAGE with Tibetan bowls

звукът им е вибрация, резонираща с душата и усещана във всяка клетка. Има силата да успокоява, хармонизира и възстановява на физическо, ментално, емоционално и духовно ниво. Масажът е толкова дълбок, но без каквото и да е притискане. Усещането е за тотално удоволствие и отпускане.

their sound is a vibration that resonates with the soul and is felt in every cell. It has the power to soothe, harmonize and restore on a physical, mental, emotional and spiritual level. The massage is so deep but without any pressure. The feeling is one of total pleasure and relaxation.

индивидуална / individual

89 лв.

ГОНГ БАНЯ / GONG BATH

звукът на гонг помага на мозъка, следван от тялото, да достигне дълбока релаксация – по-специално състоянията на делта и тета мозъчни вълни, които са най-бавните мозъчни вълни при хората. Това са състоянията по време на сънуване или дълбок сън и е известно, че те помагат за тотална релаксация, креативност и естествено лечение.

the sound of the gong helps the brain, followed by the body, to reach deep relaxation – specifically the delta and theta brainwave states, which are the slowest brainwaves in humans. These are the states during dreaming or deep sleep and are known to help with total relaxation, creativity and natural healing.

групова / group

30 лв.



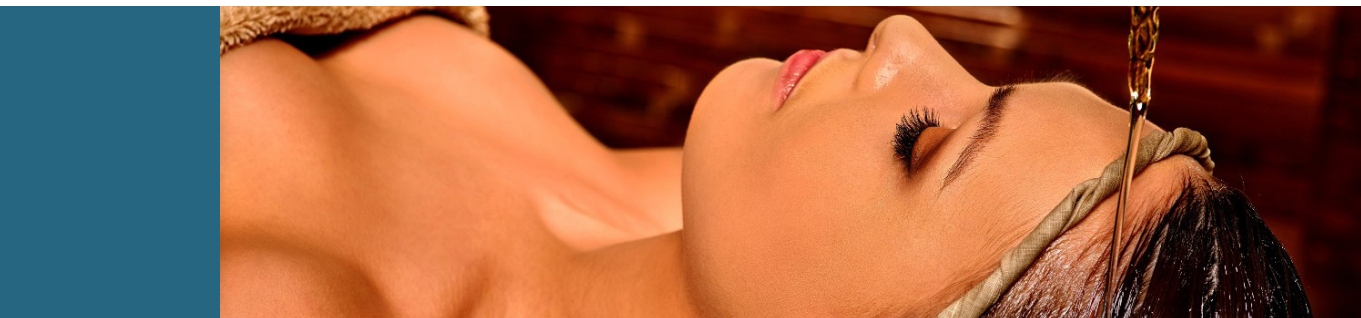
АЮРВЕДИЧНА ТЕРАПИЯ ШИРОДАРА / SHIRODHARA AYURVEDIC THERAPY

Нежен масаж на врата и главата, последван от разливане на топло, лечебно масло върху челото, премахва стрес, тревожност, успокоява ума и емоциите. Настъпва лекота. Възвръща се яснотата и ефективността на мислене. Подобрява се мозъчната дейност, възстановява се нервната система. Сетивата се изострят. Подобрения при хипертония, тревожност, страх, главоболие, лоша памет.

A gentle massage of the neck and head, followed by the pouring warm healing oil on the forehead, removes stress, anxiety, calms the mind and emotions. Lightness sets in. Clarity and efficiency of thinking are restored. Brain activity improves, the nervous system is restored. The senses are heightened. Improvement in hypertension, anxiety, fear, headache, poor memory.

индивидуална / individual

145 лв.



Моля да ни уведомите предварително, ако сте възпрепятствани и не можете да бъдете навреме за вашата процедура. При закъснение до 15 минути - общото времетраене на процедурата се намалява. При закъснение над 15 минути - процедурата се отменя. При непоявяване без предизвестие платени суми не се възстановяват. Ако не се явите при резервирана процедура без предварително уведомление ще имате начислена глоба в размер от 50% от стойността на процедурата.

Please let us know in advance if you are unable to be on time for your procedure. If you fail to notify us at least 1 hour before your treatment 50% from the cost of the booked procedure will be charged on your room number. No refunds will be given for no-shows without notice."



ensana

+359 52 812 030

spa.aquahouse@ensanahotels.com

ensanahotels.com