

Masaże

MASAŻ BALIJSKI 60/90 MIN 250/320 PLN

masaż rewitalizujący organizm, redukujący dolegliwości stawowo-mięśniowe, łagodzący stres i stany depresyjne

MASAŻ RELAKSACYJNY Z AROMATERAPIĄ 60/90 MIN 250/320 PLN

masaż poprawiający samopoczucie dzięki aromaterapii, głęboko relaksujący, pobudzający siły witalne

MASAŻ SHIATSU 60/90 MIN 250/320 PLN

masaż uciskowy zwany akupunkturą bez igieł, odblokowujący punkty energetyczne, likwidujący napięcia mięśni, przeciwdziałający bólom głowy i kręgosłupa, bezolejowy

MASAŻ LOMI LOMI 60/90 MIN 250/320 PLN

hawajski masaż wykonywany dłońmi i łokciami, usuwający napięcia mięśni i postresowe

MASAŻ GORĄCYMI KAMIENIAMI 60/90 MIN 250/320 PLN

masaż oddziałujący na termoreceptory, zwiększający przepływ krwi przez mięśnie, głęboko odstresowujący

MASAŻ ŚWIECĄ 60/90 MIN 270/340 PLN

masaż głęboko nawilżająco-odżywczy, odpężający, wykonywany ciepłym olejem ze świecy z masłem Shea

MASAŻ CIĄŻOWY 60 MIN 250 PLN

masaż łagodzący dolegliwości towarzyszące ciąży, rozluźniający napięte mięśnie okolicy lędźwiowej i przeciwdziałający obrzękom nóg

MASAŻ PLECÓW, KARKU I SZYI 45 MIN 200 PLN

masaż działający na miejsca istotne do przepływu energii w celu zniwelowania bólu i napięć, pomagający eliminować pourazowe i chroniczne bóle kręgosłupa

MASAŻ STÓP 45 MIN 200 PLN

masaż wspierający wzmocnienie organizmu, przeciwdziałający obrzękom i zmęczeniu nóg

MASAŻ TAJSKI SPORTOWY 60/90 MIN 270/340 PLN

masaż rozluźniający napięcie mięśni, likwidujący przykurcze i zakwasy, niewielujący skutki przetrenowania i zmęczenia organizmu

RYTUAŁ BALIJSKI 90 MIN 370 PLN

oczyszczająco-nawilżający z masażem balijskim (peeling Papaya, masaż balijski z olejem Mango, balsamem exotic)



+48 12 629 97 11
wewnętrzny 711



spa@ackrakow.com



AC Hotel by Marriott Krakow
al. 3 maja 51, 30-062 Kraków

Godziny otwarcia spa:
Pon - Nd 12:00 - 20:00



Massages

MASSAGE BALINESE 60/90 MIN 250/320 PLN

massage revitalizing the body, reducing joint and muscle ailments, relieving stress and depression

RELAXING MASSAGE WITH AROMATHERAPY 60/90 MIN 250/320 PLN

massage that improves well-being thanks to aromatherapy, deeply relaxing, stimulating vitality

SHIATSU MASSAGE 60/90 MIN 250/320 PLN

pressure massage called acupuncture without needles, unblocking energy points, eliminating muscle tension, counteracting headaches and spine pains, oil-free

LOMI LOMI MASSAGE 60/90 MIN 250/320 PLN

Hawaiian massage performed with hands and elbows, removing muscle tension and post-stress tension

HOT STONES MASSAGE 60/90 MIN 250/320 PLN

massage affecting thermoreceptors, increasing blood flow through the muscles, deeply de-stressing

CANDLE MASSAGE 60/90 MIN 270/340 PLN

deeply moisturizing and nourishing massage, relaxing, performed with warm candle oil with Shea butter

PREGNANCY MASSAGE 60 MIN 250 PLN

massage soothing the symptoms accompanying pregnancy, relaxing the tense muscles of the lumbar region and preventing leg swelling

BACK, NECK MASSAGE 45 MIN 200 PLN

massage acting on places essential for the flow of energy in order to reduce pain and tension, helping to eliminate post-traumatic and chronic back pain

FOOT MASSAGE 45 MIN 200 PLN

supports the overall strengthening of the body, improves the quality of sleep and the functioning of internal organs

THAI SPORTS MASSAGE 60/90 MIN 270/340 PLN

massage that relaxes muscle tension, eliminates contractures and soreness, reduces the effects of overtraining and fatigue

BALINESE RITUAL 90 MIN 370 PLN

cleansing and moisturizing with Balinese massage (Papaya peeling, Balinese massage with Mango oil, exotic balm)



+48 12 629 97 11
internal 711



spa@ackrakow.com



AC Hotel by Marriott Krakow
al. 3 maja 51, 30-062 Kraków

Spa opening hours:
Mon - Sun 12:00 - 20:00

