

ISTRSKO RAZVAJANJE
OB EDINSTVENIH
RAZGLEDIH

*Wellnessu
Benedicta*

HOTEL HISTRION

ST. BERNARDIN RESORT PORTOROŽ





V istrski wellness oazi do občutka notranje popolnosti in zadovoljstva

Ko združimo čist in bogat morski zrak, sonce, blagodejno sol in blata ter dobrodejna istrska zelišča, dobimo popolno kombinacijo za sprostitve, regeneracijo in vedno dobrodošel umik vase.

V resortu St. Bernardin v Portorožu vam v Hotelu Histron izreka dobrodošlico Wellness Benedicta. Tu se boste z našo pomočjo sprehodili po poti miselnosti menihov reda Benedicta, ki vodi do občutka notranje popolnosti in zadovoljstva. Prepustite se rokam naših strokovnjakov, ki vas bodo razvajali s tradicionalnimi tretmaji obogatenimi z lokalnimi sestavinami, kot so morska sol, solinsko blato, slanica, olivno olje, sivka in ostala istrska zelišča. Med sproščanjem in nego vas bodo, poleg istrskih zgodb, na vsakem koraku spremljali tudi edinstveni razgledi na neskončno modrino morja!

Ponovno odkrijte in poglobite ljubezen do sebe in sveta s pomočjo naše morske wellness oaze in si dovolite zasijati v vsem svojem čaru.





Istrski Hammam Experience

Preпустite se orientalskemu obredu z običajem čiščenja telesa in popolne sprostitve. Posebnost našega Hammam Istriana je v tem, da v njem začutite pridih Istre, saj se hladno-toplo polivanje, miljenje z naravnimi mili ter pilingi izvajajo v kombinaciji z matično vodo (slanico), mediteranskimi zelišči ter solinsko soljo.

Učinki rituala Hammam delujejo holistično, tako na naš um kot fizično stanje telesa. Blagodejno in sproščujoče vpliva na živčni sistem, pospešuje znojenje in čiščenje toksinov iz telesa, odstranjuje odmrle celice ter ima pomlajevalni in lepotni učinek opazen na koži. Krepi imunski sistem, odpravlja napetosti v telesu, izboljšuje in pospešuje delovanja krvnega in limfnega obtoka ter prispeva k boljšemu počutju.

Ritual lahko dopolnite s telesnimi oblogami solinskega blata in deležni boste njegovih blagodejnih učinkov. Ob zaključku rituala se prepustite sproščujoči masaži celega telesa z zdravilnim oljčnim oljem in dodanimi mediteranskimi aromami.

	ČAS TRAJANJA	CENA
Hammam Benedicta Royal	140 min	123,00 €
<ul style="list-style-type: none">• Parna kopel• Hladno-toplo polivanje• Piling• Miljenje• Ohlajanje v počivališču• Telesna obloga s solinskim blatom• Klasična masaža		
Hammam Benedicta Classic	100 min	98,00 €
<ul style="list-style-type: none">• Parna kopel• Hladno-toplo polivanje• Piling• Miljenje• Splakovanje• Ohlajanje v počivališču• Klasična masaža		
Hammam Benedicta Essential	60 min	68,00 €
<ul style="list-style-type: none">• Parna kopel• Hladno-toplo polivanje• Piling• Miljenje• Splakovanje• Ohlajanje v počivališču		

Thalasso rituali

Zdravilni učinki solinskega blata, morskih alg in morske soli

Solinsko blato je s slanico obogatena istrska ilovica črnikaste barve, ki pospešuje izločanje znoja in odpadnih snovi iz telesa, koža postane mehkejša in bolj napeta. Blatne obloge lajšajo bolečine v mišicah in sklepih, vse pogosteje se uporabljajo tudi v lepotne in kozmetične namene. Blato blagodejno vpliva na kožne bolezni (dermatitis, luskavica), vidno čisti kožo, preoblikuje postavo in vpliva na zmanjšanje celulita. Prepustite se objemu solinskega blata in izboljšalo se vam bo počutje ter vaš izgled.

	ČAS TRAJANJA	CENA
Obloga s solinskim blatom in piling telesa z morskimi algami	90 min	98,00 €
Ritual pričnemo s pilingom zrnca solnih mineralov in eteričnih olj, ki odstranjujejo odmrle celice kože in spodbudijo njeno cirkulacijo. Oblogi omogoči lažji dostop do globljih plasti kože. Nato blato nanese direktno na kožo in pustimo učinkovati od 20 do 30 minut. Tuširanje sledi obvezen počitek.		
Obloga telesa z algami in morskim muljem	90 min	70,00 €
Poskrbimo za učinkovito prečiščenje kože, istočasno jo oskrbimo z minerali, vitamini, proteini in vlago, okrepimo njeno strukturo ter povečamo elastičnost in čvrstost.		
Obloga telesa s solinskim blatom	60 min	62,00 €
Z oblogo izboljšamo oskrbo celic in tkiv s kisikom in s tem delujemo na izboljšanje odpornosti telesa in kože. Toplota fanga deluje na živčne končiče ter zmanjšuje bolečine in deluje na splošno ugodje s pomirjevalnim učinkom.		
Delna obloga s solinskim blatom	30 min	42,00 €
Nanesemo na določeni del telesa predvsem za protibolečinsko delovanje in sprostitvev.		

Zdravilni učinki pilinga

S pilingom telesa povrnemo koži sijaj in prožnost, saj z odstranitvijo odmrle plasti kože in izbranimi sestavinami, kožo izdatno nahranimo. Redni piling je priporočljiv, ker očisti pore in odstranjuje umazanijo, odmrle kožne celice in maščobe in jo pripravi za nadaljnjo nego.

	ČAS TRAJANJA	CENA
Razstrupljevalna masaža telesa s soljo	90 min	86,00 €
Piling s solno aromaterapijo	30 min	38,00 €
• s sivko		
• z brinom		
• z vrtnico		
Piling iz olja grozdnih pešk	30 min	36,00 €
Piling z morsko soljo in algami	30 min	42,00 €



Savnanje

V naših savnah z edinstvenimi razgledi na morje, se boste lahko pogreli v zeliščni, infrardeči in finski savni, v parni kopeli ali v solni sobi. Po savnanju se lahko ohladite v prijetno hladnem bazenu in preizkusite prednosti knajpanja.

Savnanje sprošča napetosti v sklepih in mišicah, pospešuje procese čiščenja telesa in pomaga pri razstrupljanju. Redna uporaba savne krepi imunski sistem in poveča odpornost na prehlade ter zmanjša obolenja, bolečine v križu ter dobrodejno vpliva na kožo. Deluje antistresno in pomirjujoče.

	ČAS TRAJANJA	PON-ČET	PET-NED, PRAZNIKI
Zunanji gostje	do 3 ure	25,00 €	29,00 €
Hotelski gostje do 3 ure	do 3 ure	19,00 €	23,00 €
Dodatna ura	1 ura		5,00 €
Abonma 10-ih obiskov	do 3 ure		203,00 €
Solna terapija	60 min		30,00 €
	30 min		25,00 €

Savnanje in kopanje v bazenih z morsko vodo

		PON-ČET	PET-NED, PRAZNIKI
Savna in bazen	do 3 ure	31,00 €	37,00 €
za zunanje goste	Celodnevna	40,00 €	45,00 €

Gostinska ponudba

Penina	0,75 l	24,00 €
Kozarec penine	0,1 l	4,00 €



Masažni rituali z zdravilnimi učinki eteričnih olj

Preverite učinke skrbno izbranih lokalnih sestavin z masažami blažjih ali močnejših masažnih tehnik vtiranja, glajenja in gnetenja z dodatkom zdravilnih eteričnih olj. Vplivamo in izboljšujemo krvni in limfni obtok, odpravljamo bolečine v mišicah in sklepih ter pomirjujoče vplivamo na živčni sistem.

	ČAS TRAJANJA	CENA
Klasična masaža z oljčnim oljem in zdravilnimi eteričnimi olji	60 min	69,00 €
Oljčno olje spada med eno najzdravilnejših olj, saj vsebuje naravne polifenolne antioksidante, ki delujejo antimikrobno in preprečujejo prezgodnje staranje. Aroma vpliva na naše živčevje, čustva in hormone in izbor eteričnega olja prepustimo vaši izbiri glede na željeni učinek.		
<ul style="list-style-type: none">• Hranljivi rožmarin• Osvežilni citrusi• Razstrupljevalni brin• Pomirjevalna sivka• Lepotilna vrtnica• Pomlajevalna figa	30 min	39,00 €
Razstrupljevalna masaža telesa z oljčnim oljem in slanico	60 min	66,00 €
	30 min	44,00 €
S slanico ali matično vodo, ki med drugim vsebuje kalcij, kalij, magnezij, železo in bromide, delujemo pomirjevalno in hranljivo za kožo, ter hkrati pospešujemo izločanje odpadnih snovi iz telesa.		
Sprostitutvena masaža telesa z aroma Istriana	90 min	86,00 €
	60 min	69,00 €
Združena uporaba oljčnega olja in mediteranskih arom omogoča sproščujoče doživetje Istre, prispeva k regeneraciji telesa in blagodejno vplivajo na počutje.	30 min	39,00 €

Pomladitvena masaža telesa:

- z oljem groznih pešk 60 min 69,00 €
- aromaterapija vrtnice Portorose 30 min 39,00 €

Grozdje vsebuje številne za kožo neprecenljive substance: vitamine, minerale, polifenole in sadne kisline, ki se učinkovito zoperstavljajo znakom staranja. Olje vrtnice deluje negovalno, vlaži in pomirja zrelo, suho in občutljivo kožo.

Pomladitvena masaža obraza

30 min 38,00 €

- s kremo penečega vina
- aloe vera
- medeni ritual
- s pomirjujočo sivko

Že tisočletja grozdje, sivka, aloe vera in med skrivajo mistične recepture za ohranjanje večne mladosti in tradicije vzdrževanja zdravja, ki se ohranja vse do danes. Učinek glajenja gub, čvrste kože in ohranjanje mladostnega videza dosežemo z edinstveno močjo vinske trte in njenih plodov. Aloe vera kožo neguje, jo naredi gladko in pomaga zadrževati prepotrebno vlago. Medeni ritual je čudoviti izbor za intenzivno nahranjeno in hidrirano zrelo, suho kožo. Sivka v sebi zadržuje antiseptične in antibakterijske lastnosti in odlično neguje mastno kožo in akne.



Klasične terapevtske in energetske masaže

Terapevtske masaže so namenjene predvsem lažšanju bolečin in težav gibalnega sistema in so prilagojene potrebam stranke. S terapevtsko masažo se doseže povečana prekrvavitev mišic, odpravijo se mišične zadržane, izboljša gibljivost in pospeši odvajanje strupov iz telesa. Izvajamo jih z mandljevim oljem, ki je primerna za vsak tip kože, tudi občutljive.

	ČAS TRAJANJA	CENA
Klasična švedska masaža z refleksno masažo stopal	90 min	89,00 €
Klasična masaža celega telesa	60 min	69,00 €
Klasična masaža – delna	30 min	39,00 €
<small>Klasična masaža sprošča napete dele telesa, spodbuja globinsko prekrvavitev in mehča mišice. Rezultat je lahko stimulativen ali sproščujoči in prispeva k odpravljanju stresa ter izboljševanju limfnega pretoka.</small>		
Športna masaža celega telesa	60 min	71,00 €
Športna masaža – delna	30 min	49,00 €
<small>Intenzivnejša masaža s hitrimi in močnimi prijemi, s katero sproščamo in lajšamo mišično napetost. Primerna in namenjena je tako rekreativcem kot vrhunskim športnikom in se lahko izvaja pred ali po telesni vadbi.</small>		
Protibolečinska masaža hrbta, ramen in glave	40 min	49,00 €
<small>Pri masaži je poudarek na motoričnih delih hrbta in ramen. Lajša napetost in bolečine ter odpravlja stres.</small>		
Refleksna masaža stopal	60 min	63,00 €
Protibolečinska aparaturna magnetoterapija	25 min	20,00 €
Refleksna masaža stopal	30 min	39,00 €
Protibolečinska aparaturna magnetoterapija	15 min	15,00 €
Refleksna masaža stopal	5 min	8,00 €
<small>S pritiski in masažo na določene točke na stopalih uravnava energijski pretok in s tem vplivamo na sproščanje napetosti in ravnovesje celotnega telesa.</small>		
<small>S terapijo vzpostavljamo energijsko ravnovesje, aktiviramo hitreje celjenje, sprostimo mišice in zmanjšamo bolečine. Z izboljšanjem prekrvavitve pospešujemo regeneracijo obolelega tkiva in stimuliramo živčne celice.</small>		

Nege za oblikovanje telesa

	ČAS TRAJANJA	CENA
Masaža proti celulitu	40 min	49,00 €
S posebno masažno tehniko se pospeši prekrvavitev na področjih prizadetih s celulitom, stimulira limfo ter pospeši proces manjšanja maščobe in izboljšanje prožnosti kože.	30 min	38,00 €
Aparaturna limfna drenaža, presoterapija	40 min	41,00 €
S presoterapijo pospešimo delovanje limfe in s tem izločanje »strupenih« snovi in odvečnih tekočin.		
Proticelulitna terapija z elektrostimulacijo	40 min	41,00 €
Terapija je namenjena zmanjšanju videza celulita in obsega na kritičnih predelih. Impulzi, ki jih izzove aparat, povzročijo kontrakcijo mišic, ki postanejo aktivne in maščoba se prične skozi izgorevanje spreminjati v energijo. Poveča se presnova in odtekanje limfne tekočine. Terapija deluje lokalno na predelu trebuha in stegen.		
Proticelulitna terapija z vakuumom	30 min	30,00 €
Vakum terapija z mehansko masažo odpravlja težave s celulitom. Pospešuje miokrocirkulacijo, spodbuja delovanje limfe, poveča elastičnost kože in manjša celulitne celice. Koža postane ponovno napeta in sijoča.		
Ročna limfna drenaža	70 min	75,00 €
S posebno tehniko ročne masaže stimuliramo pretok limfne tekočine, kjer le-ta zastaja in se kopiči, zaradi določene patologije ali poškodbe. Mehanično pripomoremo k odstranjevanju odpadnih snovi in tekočin iz tkiva ter stimuliramo motoriko limfe.	40 min	49,00 €
Grenivka in kofein Body Wrapping	60 min	79,00 €
Kombinacija grenivke in kofeina močno spodbuja razgradnjo maščobnih celic in izločanje toksinov iz podkožnega tkiva. Po nekaj tretmaji zmanjšuje obseg telesa.		

Nege obraza

	ČAS TRAJANJA	CENA
Intenzivna nega proti staranju Sothys Ciljno usmerjena nega za boj proti znakom staranja, gubam in ohlapni koži z β P3 Tri-complex™, ki združuje botanični aktivni sestavini žafrana in sofore z novo generacijo peptidov.	75 min	80,00 €
Klasična nega obraza Sothys	60 min	55,00 €
Sezonska nega obraza Sothys Nega obraza za razkritje sijaja kože, sezono za sezono, s kombinacijo kronobiologije in slastnih okusov. Pred in med zimo privoščite svoji koži odmerek kisika in koktajl mineralov za krepitev obrambnega sistema kože. Pred in med poletjem kožo poživimo s koktajlom vitaminov.	45 min	53,00 €
Razkošna anti-wrinkle nega z zlatom Afrodita Razkošna nega obraza vsebuje delce zlata, ki pospešujejo procese celične komunikacije terspodbujajo regeneracijo kože. Visoka koncentracija izoflavonov stimulira produkcijo kolagena in elastina. Po negi je na koži bistveno zmanjšana izraženost gub.	60 min	79,00 €
Ultimativni lifting z ledenim vinom Afrodita Moč ledenega vina, bogatim virom polifenolov kožo intenzivno ščiti pred izgubo vlage ter delovanjem prostih radikalov in drugih dejavnikov okolja. Primerna je za vse tipe kože.	60 min	75,00 €
Sezonska nega obraza Afrodita Kombinacija linij Afrodite, ki se glede na tip kože in letni čas vrhunsko dopolnjujejo za učinek nahranjenosti, navlaženosti ali spodbujene regeneracije kože.	45 min	60,00 €
Oblikovanje obrvi	10 min	12,00 €
Klasično barvanje obrvi	15 min	12,00 €
Barvanje trepalnic	20 min	15,00 €



Nege rok in stopal

	ČAS TRAJANJA	CENA
Manikura s pilingom, masažo in parafinskimi oblogami Po krajši kopeli in temeljitim pilingu dlani, oblikujemo nohte in uredimo obnohtno kožico. S parafinsko masko in sproščujočo masažo sprostimo dlani, kožo pa primerno nahranimo in navlažimo.	90 min	54,00 €
Manikura Benedicta Klasično oblikovanje, urejanje in nega nohtov in obnohtne kožice na rokah.	40 min	25,00 €
Pedikura Benedicta in refleksna masaža stopal Pedikuri sledi refleksna masaža stopal, pri kateri s pritiski na določene točke na stopalih uravnovešamo energijski pretok in s tem sproščamo napetosti.	90 min	70,00 €
Medicinska pedikura Nega stopal spremembe kože in nohtov, ki povzročajo bolečine oziroma probleme – glivične in vraščene nohte, kurja očesa in otiščance.	75 min	41,00 €
Pedikura Benedicta Klasično oblikovanje, urejanje in nega nohtov na stopalih.	60 min	33,00 €
Klasično lakiranje nohtov	20 min	8,00 €
Permanentno lakiranje nohtov	30 min	25,00 €
Odstranjevanje permanentnega laka	20 min	10,00 €

Depilacije

Odstranjevanje nezaželenih in nadležnih dlačic na površini kože, izvajamo z voski in tehnikami prilagojenimi za različne dele telesa. Redna depilacija je pol-trajna metoda odstranjevanja dlak za obdobje do osem tednov.

	ČAS TRAJANJA	CENA
Cele noge	60 min	35,00 €
Noge do kolen	30 min	26,00 €
Bikini	20 min	20,00 €
Podpazduha	20 min	11,00 €
Roke	20 min	20,00 €
Brčice	10 min	9,00 €



Wellness Benedicta

Obratovalni čas

Lokacija

v Hotelu Histriion****, St. Bernardin resort Portorož
Obala 2, 6320 Portorož

Wellness Benedicta in savne:

Vsak dan: od 10:00 do 21:00 (ponedeljek zaprto)

*Možne so prilagoditve obratovalnega časa glede na sezono.

Rezervacije

Svetujemo vam, da storitve v Wellnesu Benedicta rezervirate nekaj dni pred želenim terminom po telefonu **05 695 89 01** ali po e-pošti: **wellness.benedicta@h-bernardin.si**.

Odpovedi

Če želite naročeno storitev odpovedati, vas prosimo, da to storite dan pred rezerviranim terminom. V kolikor rezervirane storitve ne boste odpovedali in je ne boste koristili, vam bomo storitve primorani zaračunati.

Svetujemo

Da boste sproščeni pripravljeni na doživetje, vas pričakujemo 10 minut pred terapijo. Priporočamo, da pred terapijo ne uživate večjih obrokov in alkohola. Terapevta pred začetkom postopka opozorite na posebna zdravstvena stanja.



DARILNI BONI

Želite razveseliti svoje najdražje? Podarite božansko sprostitev.
Informacije dobite na recepciji Wellnessa Benedicta.



St. BERNARDIN

SAVA HOTELS & RESORTS

Wellness Benedicta - Hotel Histriion****, Obala 2, 6320 Portorož

www.sava-hotels-resorts.com

www.hoteli-bernardin.si

Vse cene so v EUR in vključujejo DDV. Pridružujemo si pravico do spremembe cen. **Sava Turizem d.d.**, Dunajska 152, 1000 Ljubljana.