

RichmondhUA  
wellness-spa

N U A

S P A

M E N Ü

T Ü R K Ç E

02 Spa Kuralları ve Politikası

03 Önerilen Spa Kullanım Sıralaması

05 Nua'ya Özel

06 Yüz Bakımları

08 Vücut Sağlığı

11 Masajlar

14 Ek Hizmetler

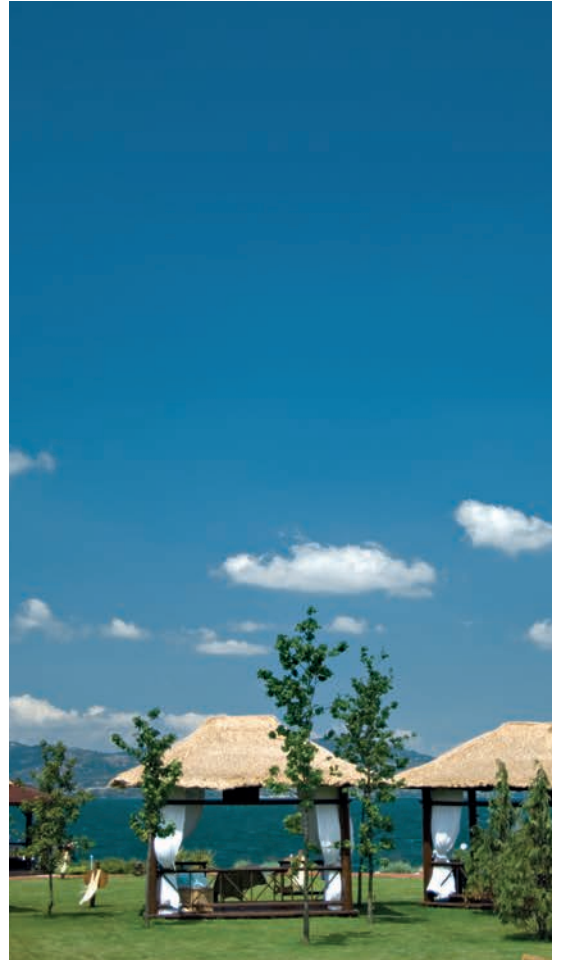
15 Nua Shop

16 Hypoxi

17 Nua Slim & Nua Fit,  
365 Gün Detoks

## Değerli misafirlerimiz,

Türkiye'nin ilk ve tek "Destinasyon Spa"sına hoş geldiniz. Nua Wellness-Spa'da sizi aramızda görmekten dolayı mutluluk duyuyoruz. Spanın kökeni Latince'den gelmektedir ve "SANUS PER AQUA" yani "sudan gelen sağlık" anlamı taşır. Spanın benzersiz konsepti dünyadaki farklı yörelerin iyi hissettirme metodlarını bir araya getirir.



## Spa Kuralları ve Politikası

Tüm misafirlerimizin rahatı ve huzuru için, yüksek sesle konuşmak yasaktır. Cep telefonları spa merkezinde kullanılamamaktadır. Richmond Nua Wellness-Spa'da wellness ve spa konsepti gereği 14 yaş ve üzeri misafirleri ağırlayabilmekteyiz.

## Bilmeniz Gerekenler

### Spa ziyaretim öncesi ne yapmam gerekir?

Lütfen spa alanına değerli eşyalarınızla (mücevher, takı, cep telefonu vb.) gelmeyiniz, odanızdaki kasaya bırakınız.

### Sağlığınız ile ilgili

Spadaki sauna ve buhar banyo sıcaklıkları 40°C ile 100°C arasında değişmektedir. Yüksek tansiyon hastalarına, kardiyovasküler rahatsızlığı olanlara ve hamile misafirlerimize, sauna ve buhar banyolarını kullanmalarını önermiyoruz. Kullanılması durumunda, sorumluluk kendilerine aittir.

### Spa ıslak alanına gelirken ne giymeliyim?

Mayo, bikini, şort giymenizi rica ederiz. Rahat edebilmeniz için kimono ve terlikler, Nua Spa çantası ile odanızda bulunmaktadır. Havlular spa alanında mevcuttur.

### Spa havuzları ile ilgili

Hijyen kurallarımız gereği, spa alanındaki havuzlara girmeden önce duş almanız ve havuzlara girerken bone kullanmanız gerekmektedir. Ayrıca havuzlara atlamak tehlikeli ve yasaktır.

### Rezervasyon Kuralları ve Politikası

Nua Wellness-Spa'ya olan yoğun ilgiden dolayı önceden bakım veya masaj rezervasyonu yaptırmanızı öneririz. Lütfen bakımınızın başlangıç saatlerinden en az 5 dakika önce, wellness-spa resepsiyonunda hazır olunuz.

Unutmayınız ki, rezervasyonunuza geç kaldığınız takdirde, bakımınızın süresi de buna bağlı olarak kısalmaktadır.

Geç kaldığınızda sizden sonra rezervasyonu olan misafirimizin başlangıç saatini aksatmamak için bakımınızı belirtilen sürede bitirmek durumundayız. Anlayışınız için şimdiden teşekkür ederiz. Herhangi bir sebepten dolayı randevunuzu iptal ettirmek istiyorsanız, masaj, bakım rezervasyonlarınızın iptallerini en geç 3 saat öncesinden, paket programı rezervasyonlarınızın iptallerini en geç 48 saat öncesinden wellness-spa resepsiyonuna bildirmenizi rica ederiz. İptallerinizi 3 saat öncesinden bildirmediğiniz takdirde toplam ücretin %100'ü hesabınıza eklenecektir.

### Masaj ve bakımım süresince ne giymeliyim?

Bedensel ve ruhsal ahengi yakalayarak, bakımdan en yüksek verimi alabilmek için vücut masajlarının kıyafetsiz alınması tavsiye edilmektedir. Ancak misafirlerimiz tercihlerine göre masajlarını bikini ya da şortları ile alabilir veya Nua Spa'nın sağladığı tek kullanımlık slipleri kullanabilirler.

### Masaj ve bakımlarda kullanılan ürünleri satın alabilir miyim?

Masajlarda kullanılan doğal yağları ve bakım ürünlerini Spa alanı içinde yer alan Nua Shop'dan satın alarak, Nua keyfini evinize taşıyabilirsiniz.

### Terapistlerle ilgili

Kadın ve erkek terapistlerimiz bulunmaktadır. Terapistinizin ismi rezervasyon formunda yazılı olacaktır. Eğer özel olarak bir terapist seçmek istiyorsanız lütfen 48 saat öncesinden bilgi veriniz.

### Keyfini çıkartın

Bakımlarımız rahatlamak, gençleştirmek ve hayatınıza renk katmak için özel olarak oluşturulmuştur. Uzman kadromuz her türlü sorunuzu cevaplamaya hazırdır.

### Sizi ağırlamaktan mutluluk duyacağız.

### Açılış-Kapanış Saatleri (Her Gün)

09:00-22:00 Islak Alanlar ve Dinlenme Odaları  
09:00-22:00 Masajlar ve Bakımlar  
07:00-22:00 Fitness Merkezi

T: 0264 582 21 00 Dahili: 2210-2211

# ÖNERİLEN SPA KULLANIM SIRALAMASI



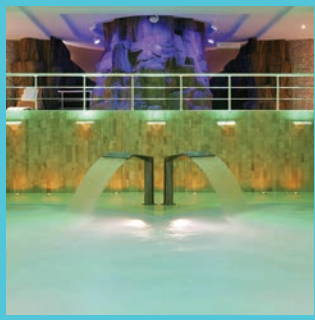
1

Vücudunuzu, spa aktivitelerine hazırlamak için öncelikli olarak **Geleneksel Türk Hamamı'nı** 15 dakika kullanmanızı öneririz.



2

Deniz suyu mineralleri ile zenginleştirilmiş olan **Salt Jakuzi'yi** 10 dakika kullanmanızı öneririz.



3

Tatlı sudan oluşan **Jet Pool 117'yi** 10 dakika kullanmanızı öneririz.



4

Vücudunuzu sıcaklığa alıştırmak için %20 nem oranı ve 40°C sıcaklığı olan, kuru banyolardan **Laconium'u** 15-20 dakika kullanmanızı öneririz.

Bu alanı kullanırken içeride bulunan hortumları kullanarak soğuk su ile serinleyebilirsiniz.



5

15-20 dakika boyunca 37°C sıcaklığı olan, ısıtılmış **Seramik Yataklar'da** (Tepidarium) dinlenmenizi öneririz.



6

Sıcaklık olarak **Laconium'a** göre biraz daha yüksek olan **Herbal Steam Bath'i** 20 dakika kullanmanızı öneririz.



7

32°C ısıtılmış olan **Su Yatakları'nda** 30 dakika dinlenmenizi öneririz.



8

%100 nem oranı olan 40°C **Osman Steam Bath'i** 10-15 dakika kullanmanızı öneririz.

Bu alanı kullanırken içeride bulunan hortumları kullanarak soğuk su ile serinleyebilirsiniz.

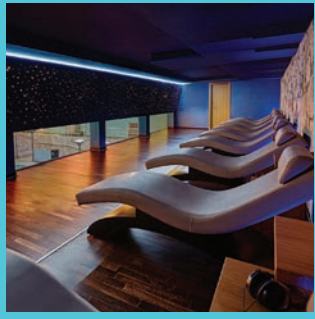
# ÖNERİLEN SPA KULLANIM SIRALAMASI



9

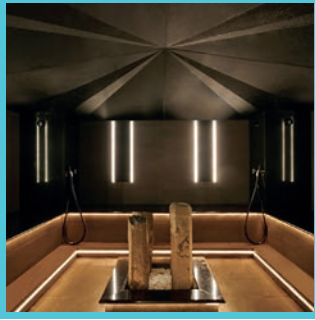
Vücut ısınızı dengelemek için önce **Salyangoz Duş**'lardaki rain ya da splash fonksiyonunu kullanarak soğuk bir duş almanızı öneririz.

**T** Side ve head fonksiyonlarında su sıcaklığını duş içerisinde yer alan ayar kolu ile ayarlayabilirsiniz.



10

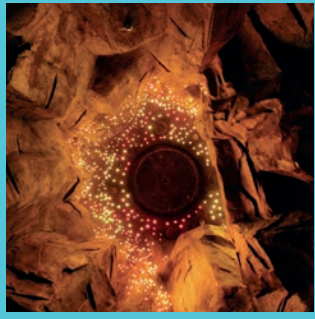
**Day Dream** dinlenme bölümünde **15-20 dakika** dinlenmenizi öneririz.



11

%100 nem oranı ve 40°C sıcaklıkta olan **Tuzlu Buhar Banyosu**'nu (Salt Inhalation Steam Bath) **10-15 dakika** kullanmanızı öneririz.

**B** Bu alanı kullanırken içeride bulunan hortumları kullanarak soğuk su ile serinleyebilirsiniz.



12

Vücut ısınızı dengelemek için önce **Macera Duşu**'nu (**Aqua Cave**) kullanmanızı öneririz. **Macera Duşu** girişinin sol tarafında yer alan butonları kullanarak yağmur, şelale ya da püskürtme şeklinde soğuk duş alabilirsiniz.

13

Sıcaklığı alt katında **60°C-80°C**, üst katında **80°C-100°C** olan **Loff Sauna**'yı **10-15 dakika** kullanmanızı öneririz.



14

Vücut ısısını dengelemek için **Buz Odası**'nda (**Ice Grotto**), buz çeşmesinden akan buzları, vücudunuzda kalp yönüne doğru sürerek kullanmanızı öneririz.



Vaktiniz varsa bu sıralamayı tekrar uygulayabilirsiniz.

## ÖNEMLİ NOTLAR

1. Sıcak uygulamaların ardından, kaybedilen vücut sıvısını dengelemek için mutlaka su içmenizi öneririz.
2. Her sıcak uygulama sonrası mutlaka 10-15 dakika dinlenmenizi öneririz.
3. Buhar banyoları ve saunada oluşabilecek acil durumlar için kapı yanlarında bulunan acil durum düğmelerine basabilirsiniz.

Keyifli dakikalar dileriz.

# NUA'YA ÖZEL



Richmond Nua'ya özel olarak hazırlanmış bu bakımlar; dengeleme, dinlenme ve anti-stres özelliklerine sahiptir. Vücut, zihin ve ruh dinginliğiniz için aşağıdaki bakımlardan faydalanmanızı öneririz.

## Nua Private Couple

Misafirlerimiz için hazırlanmış özel tasarımlı Nua Private, Aroma Buhar Banyosu, Bio Sauna kullanımı ve deneyimli terapistler tarafından uygulanan çift kişilik Nua Signature Masajı (50 dakika) ayrıcalıklı sunumu ile hizmetinizdedir. Rezervasyonunuzu 3 gün öncesinden yaptırmanızı rica ederiz.

105 dakika (2 kişi) - **1550 ₺**

## Nua Private VIP Oda

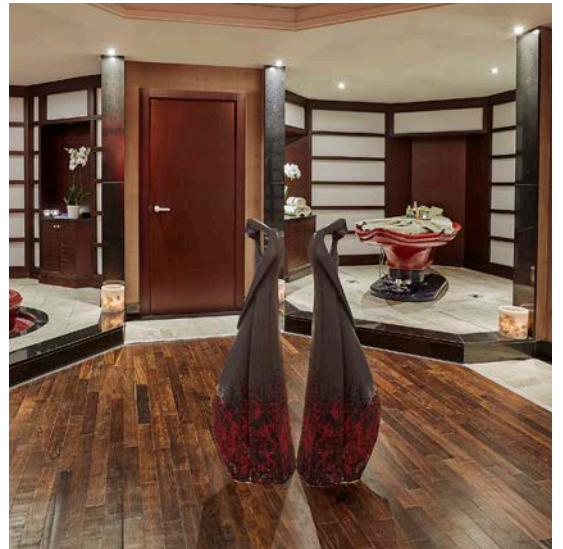
Sizin için özel olarak hazırlanacak olan Nua Private VIP odası içerisindeki Aroma Buhar Banyosu ve Bio Sauna'nın keyfini çıkartın.

90 dakika (2 kişi) - **990 ₺**

## Nua Spirit Couple

Sihirli bir atmosfere sahip lüks Wellness süitidir. Vücut, zihin ve ruh uyumuyla rahatlamınızı sağlayacak çift kişilik özel bakımları bir arada sunar. Ritüel içerisinde, kadınlar için Kleopatra Banyosu ve Geleneksel Bali Masajı (50 dakika), erkekler için Köpük Bakımı ve Derin Asya Masajı (50 dakika), ayrıca özel ikramlar yer almaktadır. Rezervasyonunuzu en geç 3 gün öncesinden yaptırmanızı rica ederiz.

135 dakika (2 kişi) - **1950 ₺**



# YÜZ BAKIMLARI

## Active Purness Yüz Bakımı

Spirulina Yosunu açısından zengin özel bir maske ile uygulanan derinlemesine temizleyici bakım, cilt dokusunu arındırır, tazeler ve daha duru, mat bir görünüm sağlar. Tüm cilt tipleri için idealdir. C Vitamini, Glukonolakton, Spirulina Yosunu ile arındırıcı ve dengeleyici etki...

60 dakika - **525 ₺**

## Hydramemory Yüz Bakımı

İpeksi bir görünüm ve aydınlık bir cilt için Biyomimetik Hyalüronik asit ve makro Hiyalürikasit içeren yüz ve dekolte bakımıdır. Bakımın özel masaj fırçaları ile uygulanması eşsiz bir deneyim sunar.

60 dakika - **525 ₺**

## Recover Touch Yüz Bakımı

Cildi canlandırır ve besler. Organik sertifikalı Goji meyvesi yağı, Likopen ve Avustralya fındığı yağı ile antioksidan etki sağlar.

30 dakika - **385 ₺**

## Sublime Skin Double Peel Yüz Bakımı

Farklı yoğunluk seviyelerine sahip formülasyon sayesinde tüm cilt tipleri için uygundur. Cilt tonunu eşitler, cildi yatıştırır ve cilde aydınlık bir görünüm kazandırır. Epidermal hücrelerin yenilenmesini sağlayarak yeni oluşmaya başlayan mimik çizgilerine etki eder. Laktik asit, Alfa Hidroksi asit, PoliHidroksiasit, C vitamini ile cildi pürüzsüzleştirir ve aydınlatır.

45 dakika - **450 ₺**

## Sublime Skin Active Lift Yüz Bakımı

Yaşlanma karşıtı bakım; hexapeptit-8 ile ince ve derin çizgiler üzerinde etkili olup, Vitamin PP içeriği ile kan dolaşımını hızlandırıp cildin yenilenmesini, sıkılaştırmasını sağlar. Vitamin PP ve Heksa Peptit-8 ile kan dolaşımını uyararak cilde dolgunluk kazandırır.

60 dakika - **800 ₺**

## Sublime Skin Deluxe Lift Yüz Bakımı

Yaşlanma belirtilerine karşı etkili olan bu bakım; ince ve derin çizgiler üzerinde etkili olup, yüz ovalini yeniden yapılandırır, sıkılaştırır. Hücrelerin yenilenmesini uyarır, ince çizgilerin görünümünü iyileştirir. Laktik asit, Alfa Hidroksi asit, PoliHidroksi asit, C vitamini ile cildi pürüzsüzleştirir ve aydınlatır. Vitamin PP ve Heksa Peptit-8 ile kan dolaşımını uyararak cilde dolgunluk kazandırır.

90 dakika - **975 ₺**

## Sublime Skin Eye

Göz çevresi kırışıklıkları, torbalar ve morlukları için etkili, yenilikçi Hidrojel Peptid bakımı, zamanın olumsuz etkilerini ve yorgunluk belirtilerini azaltır. Hesperidin, Heksa Peptit-8 ve Krisin ile göz altı morluklarını ve torbalarını azaltır. Kolajen üretimini hızlandırarak kırışıklıklara karşı etki sağlar.

30 dakika - **650 ₺**

Upgrade - **495 ₺**

# YÜZ BAKIMLARI

## Perfect Glow Bakımı

Gözle görülür derecede genç bir parlaklık oluşturur ve cildin pürüzlerini dengeler. Cildin daha düzgün görünmesi ve taze, doğal bir ışıltı sağlar. Cilt yoğun derecede nemlenirken, ışığı yansıtan pigmentler parlak bir ışıltı verir. PerfectionPeptide3 düzenli kullanımı ile doğal cilt yenilenmesini teşvik eder. Kakao peptitleri serbest radikalleri yakalar, deriyi mavi ışığa ve hasarlara karşı korur ve böylece erken cilt yaşlanmasını önlerler.

60 dakika - **495 ₺**

## Collagen Bakımı

Ciltte oluşan elastikiyet kaybı, kırışıklıklar, göz ve ağız çevresindeki yaşlanma izlerine karşı yoğun bakım desteği sağlayan Collagen Booster Dolgunlaştırıcı Yüz serumu, aktif içerikler sayesinde destekleyici dokuları sıkılaştırır, yüz kontürünü, kırışıklık ve çizgi görünümünü içeriden dolgunlaştırarak düzeltir, derinliklerini azaltır ve cilde rahatlamış bir görünüm kazandırır.

90 dakika - **800 ₺**

## HSR Lifting Bakımı

HSR Lifting Integral kompleksi kırışıklık oluşumunun en önemli nedenleri ile mücadele eder. Kolajen ve elastin liflerinin yeni oluşumunu destekleyen, destek dokusunu sıkılaştıran ve böylelikle kırışıklıkların azalmasını sağlayan Multitendyn içeriyor. Denizin ender hazinelerinden Siyah İnci Özü, yaşam için önemli olan 20 aminoasit ile çinko, selenyum, lityum, fosfor, iyot, demir ve magnezyum gibi elementler ile cildin metabolizmasını uyarırken canlılığını ve ışıltısını yeniden kazanmasına yardımcı olur.

90 dakika - **800 ₺**

## Oksijen Yüz Bakımı

Cilde nem kazandıran, cildin oksijen alımını kolaylaştıran, yaşlanmayı geciktiren, yorgunluğu gideren ve enerji veren bir bakımdır.

75 dakika - **535 ₺**

## Yüz Bakımı Upgrade

Almış olduğunuz yüz bakımı size uygulanırken, dilerseniz aynı zamanda el ve ayaklarınıza da bakım yaptırabilirsiniz. El ve ayak bakımınız için uygulanan maske 20 dakika bekletilir. Özel nemlendirici krem ile yumuşaklık ve nemliliğin etkisi artırılır.

El Bakımı: 20 dakika - **235 ₺**

Ayak Bakımı: 20 dakika - **260 ₺**





# VÜCUT SAĞLIĞI

## Köpük Masajı

Spa keyfini, Türk Hamamında geleneksel köpük uygulaması ile tamamlayabilirsiniz. 30 dakika - **275 ₺**

## Sultan Hamam Sefası

Kese ile ölü hücrelerden arınan cildiniz, rahat nefes alıp verir. Köpük masajı ile hem ruhunuz hem bedeniniz rahatlar.Devamında nemlendirici vücut losyonu ile cildiniz beslenir ve nem kazanır. 45 dakika - **350 ₺**

## Geleneksel Türk Hamamı

Geleneksel uygulamalar ile kese ve köpük masajı içeren bakım yöntemidir. Kese ile ölü hücrelerden arınan cildiniz, rahat nefes alıp verir. Köpük masajı ile hem ruhunuz hem bedeniniz rahatlar. 30 dakika - **300 ₺**

## Ayurvedik Esmer Şeker Bakımı

Bal, aromatik yağ ve esmer şeker doğal karışımıyla peeling etkisi yaratan yenilenme bakımındır. 20 dakika - **275 ₺**

## Frigi Lokal Vücut Bakımı

Yorgun bacaklara özel olan bu bakım, ayak parmak uçlarından kalçaya kadar tüm bacak üzerinde uygulanır. Yorgunluğu giderir, şişlikleri azaltır, ağırlık duygusunu uzaklaştırır. 50 dakika - **495 ₺**



# VÜCUT SAĞLIĞI

## Sırt Bakımı

Sırtınızı derinden rahatlatan bu bakım, cildi derinden temizler, iyileştirir ve besler. Hem kadınlar hem de erkekler için idealdir.

50 dakika - **495 ₺**

## Nua Signature Vücut Bakımı

Mineraller açısından zengin olan bu bakımın cilt üzerinde sıkılaştırıcı ve iyileştirici bir etkisi bulunmaktadır. RNA ve DNA aktivitelerinin hızlandırıcı etkisi, cildin temiz yumuşak ve pürüzsüz kalmasını sağlar.

75 dakika - **580 ₺**

## Vücut Şekillendirici Bakım

Selülitte sebep olan, yüzeysel ve derin yağ hücreleri üzerinde etkili bir bakımdır. Aktif oksijen vücut sarmalaması ile selülit görünümünü azaltır.

50 dakika - **515 ₺**

## Sacred Nature Body

Buriti Yağı ve Kelebek Çalısı özünden zengin Ecocert™ formülleri sayesinde, antioksidan ve koruyucu etki sağlar. Cilt bariyerini güçlendirir. Buriti Yağı, Jojoba Yağı ve Kelebek Çalısı özleri içerir. Antioksidan özelliğe sahiptir ve cilt hücrelerindeki DNA'yı korur.

50 dakika - **580 ₺**

## Banyo Terapileri

### Kleopatra Banyosu

Terapide kullanılan ürünler cildinizi iyileştirirken, özel aromatik öz yağlar sayesinde ipeksi bir görünüme kavuşur.

20 dakika - **250 ₺**

### Minerali Canlandırıcı Banyo

Güçlü minerallerden ve doğada nadir bulunan elementlerden oluşan, eşsiz tuz banyosudur.

20 dakika - **250 ₺**



## Kuru Yüzdürme

Nuvola Floating Bed ile kuru bir kucaklamanın desteklediği sıcak su vücudu eşit bir şekilde sarar. Kendi ağırlığından kurtulmuş olan vücut dinlenirken kaslar ve tüm omurga tamamen rahatlar.

6 saatlik uykuya eşdeğer olan 50 dakikalık Nuvola bakımı 3 farklı alternatif arasından tercih edeceğiniz ile birlikte uygulanır.



### Nuvola - Çamur Vücut Bakımı

Mineraller açısından zengin olan çamur bakımı, kas gerginliğini azaltır, cildinizi arındırır ve yumuşatır.

50 dakika - **415 ₺**

### Nuvola - Süt ve Bal Bakımı

Cildinizi uzun ve etkili şekilde yumuşatarak nemlendiren lüks bir sarmalama bakımındır.

50 dakika - **380 ₺**

### Nuvola - Yosun Vücut Bakımı

Cildinizi sıkılaştırıp, toksinlerin ve ödemin vücuttan atılmasını sağlayan etkili bir vücut sarmalama bakımındır.

50 dakika - **400 ₺**

## Vücut Peelingi ve Masaj

### Chi-Yang Masajı

Chi-Yang, masaj öncesinde peeling uygulanan bir vücut bakımındır. 24 karat altın parçacıklı "Golden Body Oil" vücudunuza hafif, rahatlatıcı masaj ile uygulanır.

Vücuttaki negatif enerjiyi pozitif çevirir.

75 dakika - **795 ₺**

### Lavanta Rüyası Deneyimi

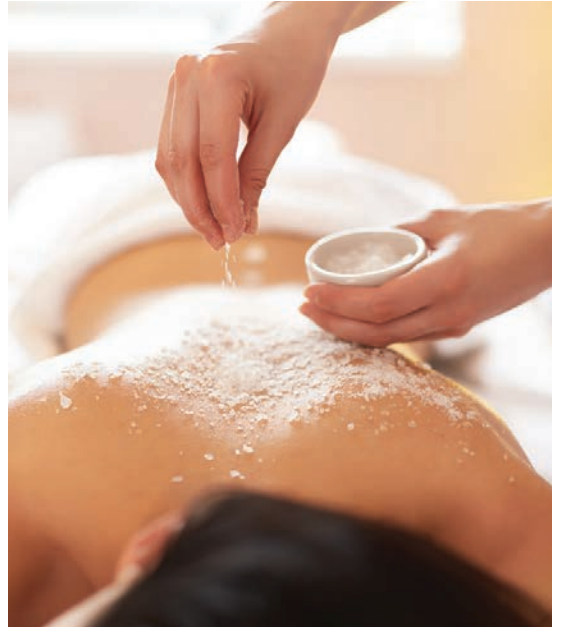
Canlandırıcı tam vücut scrub'ı ile başlayan ve sıcak volkanik taş geçişleri ve vücut masajı ile zenginleştirilen bu bakımda, organik lavantanın dinlendirici etkisini hissedin.

75 dakika - **630 ₺**

### Algae Peel Off Mask Vücut Bakımı

Aljinatlar ve Laminaria Yosunu ile zenginleştirilmiş bu bakım; cildi mineraller bakımından besler, nemlendirir, yeniden şekillendirir ve sıkılaştırır. Deniz Polisakkaritleri ile cildi nemlendirir ve rahatlatır. Laminaria yosunu ile metabolizmayı hızlandırır.

60 dakika - **700 ₺**



# MASAJLAR

## Organik Aromaterapi Masajı

Çok hafif baskı tekniği uygulanarak, özel organik aroma terapi yağları ile yapılan rahatlatıcı bir masajdır.

50 dakika - **380 ₺**

75 dakika - **565 ₺**

## Nua Signature Masajı

Sizin ihtiyacınız doğrultusunda belirlenen baskı seviyesinde uygulanan ve sizin isteyeceğiniz bölgede yoğunluk sağlanan Richmond Nua Wellness-Spa'ya özel bir masajdır.

50 dakika - **395 ₺**

90 dakika - **705 ₺**

## Magnezyum Masajı

Magnezyum, vücudun kas fonksiyonlarını ve genel sağlık durumunu desteklemekten sorumludur. Bu besleyici masaj ile vücudunuz toksinlerden arınır ve düşük magnezyum seviyesi yükselir.

65 dakika - **445 ₺**

## Nua İlk Dokunuş Masajı

Hamilelere özel olarak uygulanan gerginliği azaltan, kaslarınızı gevşeten, rahatlamaya yönelik bir masajdır. Nua İlk Dokunuş Masajı'nı, hamileliğinizin ilk 3 ayı sonrasında, doktorunuzun onayı ile rezerve edebilirsiniz.

50 dakika - **370 ₺**

## Lomi Lomi Nui

Ruhani bir Hawaii Masajı'dır. Akıcı dokunuşlar kan dolaşımını hızlandırarak kaslarınızın rahatlamasını sağlar. Vücudu, zihni ve ruhu rahatlatır; stres ve gerginlikten arındırır.

50 dakika - **435 ₺**

75 dakika - **645 ₺**



## Sıcak Taş Terapisi

Bu bakım, tüm vücut masajı ve enerji çalışmasının bir kombinasyonudur. Kökeni eski şamanlara dayanır. Sıcak volkanik taşlar vücuttaki enerji noktalarına (çakralara) dizilir ve sıcak taşlarla birlikte tüm vücut masajıyla desteklenir. Kendini iyileştirme işlemini hızlandırır, yoğun rahatlık sağlar, enerjiyi dengeler.

75 dakika - **490 ₺**

90 dakika - **580 ₺**

## Geleneksel Bali Masajı

Bali Masajı, noktasal baskı ve avuç içi baskı teknikleri kullanılarak uygulanan tüm vücut masajıdır.

50 dakika - **375 ₺**

75 dakika - **555 ₺**

# MASAJLAR

## Derin Asya Masajı

Geleneksel Bali Masajı'na göre daha baskılıdır. Masaj tekniğine kollar ve dirsekler ile uygulama da eklenmiştir.

50 dakika - **400 ₺**

## Bölgesel Masaj

Sizin istemiş olduğunuz bölgeye uygulanan bir masajdır.

30 dakika - **250 ₺**

## Pro-Sleep Masajı

Derinlemesine rahatlatan bir masajdır. Üç farklı duyuya hitap eder: koklama, dokunma ve duyma. Esansiyel yağların benzersiz bir karışımı olan Tranquillite™, Ayurveda ve Endonezya'nın Malay Denizi'nin sesinden esinlenmiştir. Yumuşak fırçaların kombinasyonundan yaratılan sinerji, uykuya yardımcı olur ve destekler. Sakin, huzurlu, dingin bir zihin ve vücut halini elde etmeye yardımcı olur.

Jetlag etkilerini gidermeye yardımcıdır.

75 dakika - **560 ₺**

## Aromatik Mum Masajı

Ruhunuzu ısıtmak kendinizi şımartmak için bedeninize vereceğiniz en güzel hediye. Yoğun nemlendirici formülü benzersiz aromatik kokusu sizi bambaşka bir dünyaya götürerek, farklı bir deneyim yaşamamanızı sağlar. Aromatik mumların eritilerek vücudunuza uygulandığı dinlendirici bir masaj türüdür.

50 dakika - **425 ₺**

## Burç Masajı

Burç yorumlarınız size paradan, aşktan, kariyerden bahseder. Peki ya vücut bakımınız? Güzellik dünyasının yıldız haritasına baktık ve her burç için 'Vücut Bakımı Astrolojisi' oluşturduk. Bu masaj burcunuza özel aromatik yağlarla hafif veya orta baskı ile uygulanır.

50 dakika - **430 ₺**

## İsveç Masajı

Sporcu masajı tekniği ile yapılan bu masaj, kaslar için uyarıcı teknikler içerir ve orta baskı seviyesinde uygulanır.

50 dakika - **360 ₺**

## Anti Selülit Masajı

Selülitli bölgelerdeki sorunu gidermeye yönelik uygulanan baskılı bir masajdır.

30 dakika - **325 ₺**

## Detoks Lenfatik Drenaj

Oldukça hassas ve yumuşak bir uygulamadır. Cildi, lenf akışı ve lenf düğümleri yönüne doğru hareket ettirerek uygulanır.

50 dakika - **385 ₺**

## Çikolata Masajı

Ginseng ve E vitamini içeren özel çikolata yağı ile uygulanan vücut masajıdır.

50 dakika - **650 ₺**

## Refleksoloji

Ayak tabanında yer alan refleks noktalarına uygulanan, noktasal baskılar içeren bir masajdır.

45 dakika - **350 ₺**

# MASAJLAR



## Aroma Soul Element Masajı

Her yolculuk, bir yağ karışımı seçimi ile başlar: Doğu, Akdeniz, Hint veya Arap. Gevşeme, denge ve huzur duygularını bir arada yaşayacağınız masajın sonunda ağrılarınız yatışır ve hafiflersiniz.

50 dakika - **440 ₺**

## Thai Masajı

Meridyen noktalarına uygulanan, kompresyon ve yoga esnetme hareketlerinin eşsiz kombinasyonudur. Baskılı, kuru bir masajdır.

50 dakika - **440 ₺**

75 dakika - **650 ₺**

## Shiatsu Terapisi

Vücutun meridyen noktaları üzerinde çalışarak vücuttaki chi enerjisinin akımını artıran ve tüm organları güçlendiren baskılı kuru bir masajdır.

50 dakika - **450 ₺**

## Shiroabhyanga Masajı

Ayurveda felsefesinin antik terapilerindedir. Terapi, hafif vücut masajı ve yoğun baş masajı ile uygulanır.

75 dakika - **650 ₺**

## Shiradora Terapisi

Ayurveda felsefesinin sadece baş bölgesine uygulanan antik terapisi. Bakır kaptan Üçüncü Göz'e (dora) incecik sızan ılık susam yağı (shira) şifa verirken derin bir rahatlık sağlar.

30 dakika - **440 ₺**



# EK HİZMETLER

## Spa Üyelik (1 Kişi)

- 1 ay - **1.000 ₺**
- 3 ay - **2.500 ₺**
- 6 ay - **4.250 ₺**
- 12 ay - **6.500 ₺**

## Solaryum

- 10 dakika - **95 ₺**
- 15 dakika - **110 ₺**
- 20 dakika - **125 ₺**

## Personal Training

- 60 dakika - **135 ₺** (kişi başı)

## Yoga

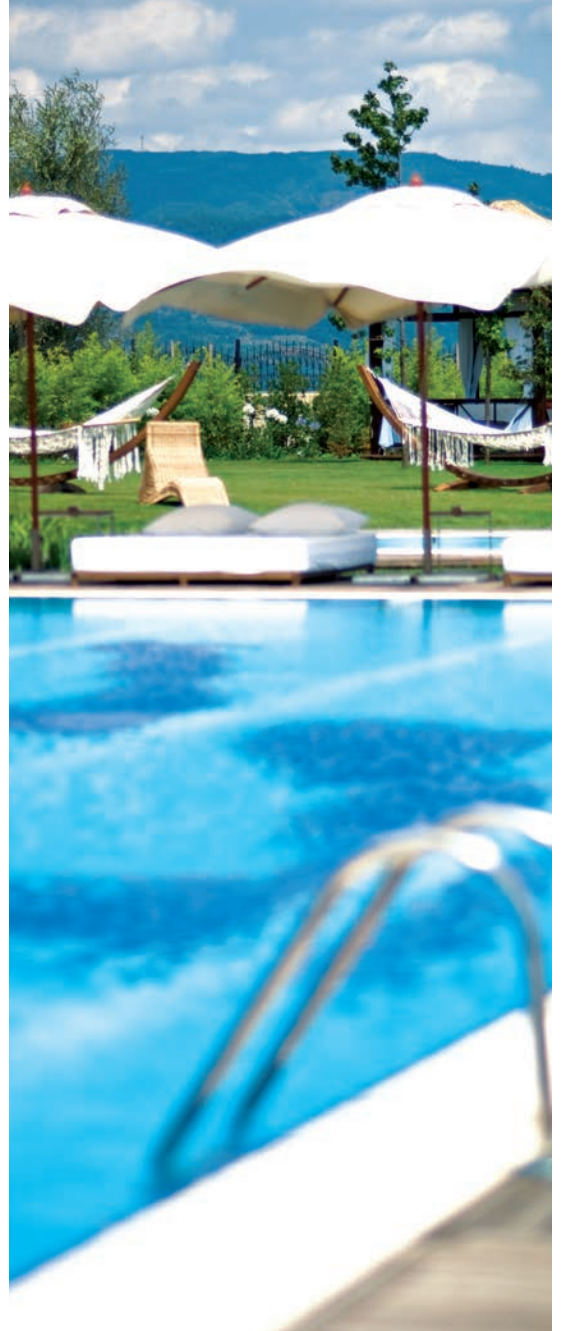
- 45 dakika - **150 ₺** (kişi başı)

## Diyet Danışmanlığı

- 1 seans - **200 ₺**
- 1 ay - **575 ₺**
- 3 ay - **1.500 ₺**
- 6 ay - **2.600 ₺**

## Yağ Ölçümü ve Analizi

- 60 ₺**



Tüm fiyatlarımız ₺ olup KDV dahildir.

Richmond Nua Wellness-Spa'nın dünyanın en prestijli doğal ürünlerini sunduğu özel mağazası Nua Shop'a uğrayabilir, Comfort Zone, Babor ve Ligne St. Barth ürünlerini satın alarak spa keyfini evinize taşıyabilirsiniz.

Bakımlarda ve masajlarda kullanılan ürünlerden cilt tipinize uygun olanları seçmek için terapistinize danışabilirsiniz.

Nua Shop'ta ayrıca spa, havuz ya da fitness merkezinde ihtiyacınız olabilecek, spor kıyafetleri ve ayakkabısı, terlik, çorap, şort, mayo, bone, yüzücü gözlüğü vb. ürünler satışta sunuluyor.



Detaylı bilgi için: 2210-2211

**[ comfort zone ]**  
SKIN SCIENCE SOUL



L I G N E<sup>®</sup>  
ST BARTH  
*The Spirit of Nature*

BABOR



# HYPOXI

Vücudunuzdaki kalıcı yağları kısa sürede yakmanızı sağlayan Hypoxi, 3 çeşit cihaz ve özel kıyafetler kullanılarak uygulanan bir fitness ve vakum terapisisidir. Hypoxi'nin yüksek ve alçak basınç konsepti, kan dolaşımını ve problemlili lokal bölgelerdeki metabolizma aktivitelerini düzenler.

## Hypoxi Maraton Programı

Nua'nın kendine özgü atmosferinde, 4 günlük maraton programı sayesinde 1 beden kadar inceleyebilirsiniz. Uzmanlar tarafından özel hazırlanan diyet menüleri ve 5 gecelik konaklamanın dahil olduğu Hypoxi Maraton Programı hakkında Nua Spa resepsiyonundan bilgi alabilirsiniz.

## Vacunaut

Karın ve kalça bölgesinde entegre aktifleştirme bölümleri bulunan özel Vacunaut kıyafeti ile, koşu bandı üzerinde yapılan basınç ve vakum terapisisidir. Koşu bandı üzerinde yürüyüş esnasında basınç ve vakum uygulanmaktadır. 112 basınç ayarlı ağı ile problemlili bölgeleri uyarır. Yağ asitlerini kademeli olarak aktive eder. Dinamik yüksek basınç şoklarıyla yağ asitlerini, kas dokusunda eritir. Basınç ve vakum desteği ile en sağlıklı kardiyolojik yöntemlerinden birisidir.

30 dakika - 170 ₺

## Trainer S-120

Trainer S-120 alt vücut bölgesine uygulanan basınç ve vakum kombinasyonu ile kan dolaşımını hızlandırır, sıvı çekim yağ asitlerinin vücuttan atılmasını kolaylaştırır. Bilgisayar donanımlı, oturur pozisyonda kullanılan bisiklet ile tamamlanan egzersiz ve terapi cihazıdır. Yağ dokusunu emerek hücre beslenmesini düzenler. Vücut sıvısını iterek üst bölgelere taşır.

30 dakika - 170 ₺

## Trainer L-250

S-120 ile paralellik taşıyan L-250, rahat bir pozisyonda egzersiz yapmak isteyenler için özel olarak tasarlanmıştır. Yatma pozisyonunda yapılan bisiklet terapisinde, basınç etkisi yanında, yer çekimi desteğinden de yararlanılması amaçlanmıştır. Kalçadan itibaren inceleme sağlar, bacakları biçimlendirir. Ani basınç değişiklikleriyle zayıf toplardamarları destekler. Yer çekimi ve dinamik basınçla kandaki yağ asitini artırır. Doku sıvılarının vücuttan atılmasını hızlandırır.

30 dakika - 170 ₺

**HYPOXI®**



Detaylı bilgi için: 2210-2211

# NUA SLIM & NUA FIT

## Nua Slim

Kişiye özel bir zayıflama programı olan Nua Slim fazla kilolarından kurtulmak isteyenler için geliştirilmiştir. Sağlıklı, dengeli ve kalıcı zayıflama esasına dayanır.

Özel beslenme, aktivite ve aletli kondisyon çalışmaları ile ideal kilonuza ulaşmanıza yardımcı olur.

## Nua Fit

Kişiye özel sıkılaştırma programıdır. Daha formda ve güçlü bir beden isteyenler için geliştirilmiştir ve bölgesel incelme, toparlama ve güç kazanma mantığı ile çalışır. Sağlıklı beslenme, lokal egzersiz ve fitness çalışmalarını içeren Nua Fit, vücudu formda tutar.



Detaylı bilgi için: 2210-2211

# 365 GÜN DETOKS

Detoks fiziksel ve duygusal olarak bedeni temizlerken, sezgisel yetenekleri ve farkındalığı güçlendirir. Vücudunuzu hem huzur hem de arınma hissi ile yenileyerek size canlılık kazandırır.

Yılın 365 günü detoks imkanı sunan Richmond Nua'da minimum 3 gecedan başlayan detoks programları ile kişiselleştirilmiş, benzersiz bir programda yeni bir yaşama başlayabilirsiniz.

Uzmanlıkla hazırlanmış detoks programları sayesinde, yüksek motivasyon ile arınıp belli bir süre içerisinde yenilenebilirsiniz.



Detaylı bilgi için: 2210-2211

Sahilyolu 54600 Sapanca Sakarya /Turkey

[www.richmondnua.com](http://www.richmondnua.com) | [richmondnua@richmondnua.com](mailto:richmondnua@richmondnua.com) | +90 264 582 2100

 /RichmondNua |  /richmondnua | #RichmondNua