



VALÉRIA
WELLNESS

Oddajte sa relaxu a cisárskej inšpirácii vo wellness centre Valéria
Indulge in relaxation and a true imperial inspiration in our Valéria wellness centre

Cisárovná Sissi bola známa tým, že vnútornú i fyzickú rovnováhu často hľadala v prírode a kúpeľoch naprieč celým Rakúsko-Uhorskom. Poznanie o sile prírody a starostlivosti o telo od detstva vstúpila svojej najobľúbenejšej dcére Valérii. Tá ju od malička sprevádzala na cestách za vnútornou i vonkajšou krásou. Valéria bola vychovávaná v duchu princípov, ktoré boli na tú dobu extravagantné a novátorské. Vďaka pozitívnemu vzťahu k pohybu a starostlivosti o telo a dušu sa tešila dobrému zdraviu a kondícii.

Empress Sissi was known for often seeking her inner and physical balance in nature and spas spanning across the whole territory of Austria-Hungary. She instilled the knowledge of the power of nature and taking care of one's own body also in her favourite daughter Valeria when she was still a child. From an early age, little Valeria accompanied her mother on her journeys seeking for inner and outer beauty and balance. She was raised under principles that were rather extravagant and boldly innovative at the time. Thanks to her positive attitude towards exercise and taking care of her body and soul, Valeria enjoyed good health and fitness for most of her life.



IBA NAŠA

ONLY OURS

Rituál Valérie / Valerie's ritual

🕒 120 min.

209 €

Celotelový rituál inšpirovaný históriou a životom arcivojvodkyne Márie Valérie a jej matky cisárovny Sissi. Luxusný celotelový piling, po ktorom nasleduje hlboko relaxačná masáž a ľahká anti-ageingová kozmetická procedúra, vás privedie do stavu úplného rozmaznania a nechá vyniknúť vašej prirodzenej kráse.

A whole-body ritual inspired by the life and story of Archduchess Maria Valeria and her mother, Empress Elisabeth, known as Sissi. Our luxurious whole-body peeling followed by a deeply relaxing massage and a light anti-aging cosmetic treatment is guaranteed to induce a state of complete pampering which lets your natural beauty truly stand out.

Hlboko relaxačný a anti-ageingový unisex rituál

Unikátna terapia inšpirovaná históriou tatranského kúpeľníctva, doplnená o moderné prvky svetových rituálov. Značka prírodnej slovenskej kozmetiky zvolila produkty so starostlivo vyberanými lokálnymi bylinkami, v ktorých vyniká valeriána. Jej názov pochádza z latinského slova „valeo“, čo znamená byť silný alebo zdravý. Rituál napomôže uvoľniť svalové napätie a kŕče a vďaka sedatívnym účinkom zanechá myseľ v rovine hlbokého pokoja. Týmto spojením vám prinášame novú dimenziu relaxačnej procedúry s anti-ageingovým účinkom.

A unique therapy inspired by the history of the Tatra spa, complemented by modern elements of world's popular spa rituals. A brand of natural Slovak cosmetics chose the products with carefully selected local herbs dominated by Valerian. Its name comes from the Latin valeo, which means to be strong or to enjoy robust health. The ritual helps to release muscle tension, cramps and thanks to its slight sedative effects, it leaves the mind tuned to the state of in-depth peace. With this combination, we bring you a new dimension of relaxation procedures with an anti-aging effect.





RITUÁLY OENOTERAPIE od Anna Semonin

OENOTHERAPY RITUALS
by Anne Semonin

Anti-Ageing Body Cocooning

🕒 60 min.

85 €

Regeneruje, hydratuje a omladzuje pokožku s antioxidačným účinkom vyvolávajúcim nebeský pocit. Ošetrovanie pokožky pomocou osviežujúceho telového peelingu a hydratačno-výživnej telovej masky proti starnutiu, pri ktorom zrelaxujete aj vďaka uvoľňujúcej masáži pokožky hlavy.

Regenerates, hydrates, and rejuvenates the skin with an antioxidant effect that evokes a true heavenly sensation. Skin treatment with a refreshing body peeling and a hydrating-nourishing anti-aging body mask, which makes you unwind even more thanks to a relaxing scalp massage.



RITUÁLY Z PRÍRODY

od live +421

RITUALS FROM NATURE
by live +421

Jar / Spring

🕒 90 min.

159 €

Detoxikuje, harmonizuje a vyjasňuje myseľ.

Rituál napomáhajúci vyjasniť rozlietanú a rozptýlenú myseľ obsahuje celotelový peeling, ktorý detoxikuje a povzbudzuje odvodnenie organizmu. Súčasťou rituálu je masáž vyvíjaná stredným tlakom sústredená na chrbát, šiju, sedacie svaly a nohy.

Detoxify, harmonize and clear your mind.

The ritual that helps to clear up your scattered and unconcentrated mind; it contains a peeling, which detoxifies and encourages the dehydration of the excessive liquids from the body. This massage treatment applying medium pressure is focusing on the back, neck, sciatic muscles, and legs.

Leto / Summer

🕒 90 min.

159 €

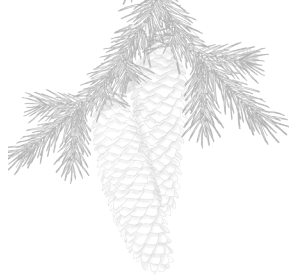
Hydratuje, revitalizuje a upokojuje telo.

Relaxačná terapia zameraná na chrbát, ramená a ruky napomáha pri nespavosti vďaka pomalému a precíznemu tempu a silnému tlaku masáže celého tela. Súčasťou terapie je aplikácia krému Ruky a nohy, ktorý preniká do spodných vrstiev pokožky a hĺbkovo hydratuje.

Hydrates, revitalizes and calms the body.

Relaxation therapy focused on the back, shoulders and arms helps treat insomnia thanks to the slow and precise pace and strong pressure applied during the whole body massage. With this treatment, you will also receive an application of the hand and foot lotion, which penetrates into the lower layers of the skin providing deep hydration.





Jeseň / Autumn

🕒 90 min.

159 €

Upokojuje a uvoľňuje emočné napätie.

Esencie zo slovenskej prírody, ako mäta, smrek, šalvia a fenikel v spojení s hĺbkovou a rytmickou masážou uvoľnia svaly, upokojia myseľ a povzbudia dušu.

It calms and relieves emotional tension .

The essences of Slovak nature, such as mint, spruce, sage, and fennel in combination with a deep and rhythmic massage will relax your muscles, calm your mind, and stimulate the soul.

Zima / Winter

🕒 90 min.

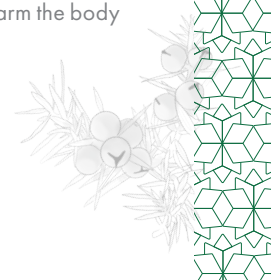
159 €

Zahrieva, regeneruje telo a upokojuje dušu.

Rituál obsahujúci masáž vykonávanú v strednom tempe, jemným tlakom, dlhými ťahmi a s čiastočným zábalom napomôže zahriať telo a dodať mu pocit pohodlia.

It warms, regenerates, and calms your soul.

A ritual containing a massage performed at a medium pace, with gentle pressure, long strokes and a partial wrap will help warm the body and give it a sense of wellbeing and comfort.





MASÁŽNE TECHNIKY

MASSAGE TECHNIQUES

Relaxačná masáž / Relaxing massage

🕒 60/90 min. **99/140 €**

Tradičná masáž celého tela pomocou pevného tlaku podporuje relaxáciu a zmierňuje svalové napätie. Kombináciou aromaterapeutických olejov z hroznových jadriek a pozorne vybraných esencií zo slovenskej prírody dochádza k dokonalému uvoľneniu svalov.

A traditional massage of the whole body applying firm pressure to induce relaxation and relieve muscle tension. The combination of aromatherapy oils from grape seeds and carefully selected essences from Slovak nature stimulates perfect muscle relaxation.

Hĺbková masáž / Deep tissue massage

🕒 75 min. **115 €**

Silná masáž, ktorá kombinuje prácu tlakových bodov a pevné, dlhšie ťahy rukami, lakťami a predlaktím. Táto masáž zmierňuje napätie svalov a eliminuje únavu celého tela.

A strong massage that combines work with the pressure points and firm, longer strokes by therapist's hands, elbows, and forearms. This massage relieves muscle tension and fatigue.

Chrbát, krk a ramená / Back, neck and shoulders

🕒 45 min. **75 €**

Intenzívna masáž zmierňuje hlboko zakorenené napätie a svalový stres. Vytvorené pre ľudí s náročným životným tempom. Zbavuje napätia pevnou masážou, ktorá sa sústreďí na všetky uzly vo svaloch v hornej časti tela.

Intensive massage relieves deep-rooted tension and muscle stress. Developed for people with a demanding life style. It relieves tension through a firm massage, which focuses on all nodes in the muscles in the upper part of the body.





Masáž pre budúce mamičky / Pregnancy massage

🕒 60min.

115 €

Vyživujte svoje telo v tomto vzácnom období pomocou špeciálne navrhutej terapie pozostávajúcej z ošetrovania tváre, masáže chrbta a dolných končatín. Terapia prispôbena na mieru, ktorá pomáha k zníženiu množstva zadržovaných tekutín a svalovej únavy.

Nourish your body in this exceptional time with a specially designed therapy consisting of facial treatment, back and lower limb massage. This therapy is tailor-made to reduce fluid retention and muscle fatigue.

Masáž lávovými kameňmi / Hot stone massage

🕒 60/90 min. **105/135 €**

Kombinácia aromatických olejov a lávových kameňov uvoľňuje svalové napätie. Priložením vyhriatych kameňov pocítite, ako napätie postupne odznieva.

The combination of aromatic oils and volcanic stones relieves muscle tension. By applying the heated stones, you will feel that the tension gradually subsides.



WELLNESS VALÉRIA ETIKETA

WELLNESS VALÉRIA CODE OF CONDUCT

OTVÁRACIE HODINY / OPENING HOURS

Utorok – nedeľa od 8.00 do 21.00 hod. Pondelok od 14.00 hod. Vstup po 19.00 hod. je možný len osobám starším ako 15 rokov.

Tuesday - Sunday from 8.00 to 21.00, Monday from 14.00, Entry after 19.00 is only for people over 15 years of age.

PROSTREDIE / THE PREMISES

V priestoroch wellness, prosím, rešpektujte súkromie a pohodlie ostatných hostí. Saunová časť je určená pre dospelých nad 18 rokov. Zóna s bazénom je prístupná pre deti do 19.00 hod. Klienti, ktorí nie sú hotelovými hosťami, sú vítaní. Využitie wellness je však limitované obsadenosťou. Mobilné telefóny a iné elektronické zariadenia nie sú v zóne pre procedúry dovolené z dôvodu zachovania pokoja a súkromia. Fajčenie nie je vo wellness dovolené.

When in the wellness area, please respect privacy and comfort of other guests. Entry in the sauna section only for adults over 18 years of age. The pool area is accessible for children until 19:00. Clients who are not hotel guests are welcome, however, the use of the wellness facilities is limited by occupancy. Mobile phones and other electronic devices are not allowed in the section where treatments are provided to ensure peace and privacy of the clients. Smoking is prohibited in the wellness centre premises.

REZERVÁCIE / RESERVATIONS

Pre splnenie vašich požiadaviek vám odporúčame rezerváciu s dostatočným časovým predstihom. Navštívte nás priamo vo wellness alebo nám zavolajte na tel. číslo +421 908 297 707 (z hotelovej izby klapka 518). Naši concierge vám radi pomôžu a odporučia terapiu podľa vašich predstáv.

Počas rezervácie vás concierge požiada o garanciu vašej rezervácie; a to buď kreditnú kartu, alebo o číslo hotelovej izby, či rezervácie ubytovania. Zdravotné otázky: Počas rezervácie nás informujte o akýchkoľvek kontraindikáciách alebo zdravotných reštrikciách, ktoré by mohli ovplyvniť

ponúkané terapie. Pri príchode vás požiadame, aby ste vyplnili zdravotný dotazník, ktorý nám pomôže lepšie prispôsobiť terapiu vašim potrebám. V prípade tehotenstva alebo kontraindikácií prekonzultujte s lekárom možnosť využitia služieb pred ich rezerváciou alebo pred použitím zariadení wellness. Konzumácia alkoholu pred, počas alebo priamo po procedúre, či využití priestorov wellness sa neodporúča. Wellness Valéria si v prípade kontraindikácií vyhradzuje možnosť odmietnuť alebo navrhnúť alternatívnu procedúru.

We recommend that you book well in advance so that we can meet all your requirements. Visit us directly in the wellness centre or call us at +421 908 297 707 (or extension 518 from your hotel room). Our concierge will be happy to help you and recommend a suitable therapy according to your expectations. When making a reservation, the concierge will ask you for a guarantee of your booking either by credit card or by providing the number of your hotel room or your reservation number. Health issues: When booking a treatment, be sure to provide information on any contraindications or health restrictions that could affect the therapies offered. Upon arrival, we will ask you to complete a medical questionnaire to help us better tailor the therapy to your needs. In case of pregnancy or contraindications, consult your physician before using the services or before using the wellness facilities. Consumption of alcohol before, during or directly after the procedure, or the use of wellness facilities is not recommended. In case of contraindications, Wellness Valéria reserves the right to refuse or suggest an alternative procedure.

OBLEČENIE VO WELLNESS A CENNOSTI

/ WELLNESS DRESS CODE AND VALUABLES

Vo wellness Valéria sú pre vaše pohodlie pripravené prezuvky, župan a ďalšie potreby na osobné využitie. V zóne s bazénom je potrebné mať oblečené plavky. Na procedúry môžete využiť jednorazovú spodnú bielizeň. Naši terapeuti sú profesionálne vyškolení, aby počas telových



ošetrení a procedúr zachovali vašu intimitu. Odporúčame vám, aby ste si nechali všetky cennosti doma alebo v izbe, keďže wellness Valéria nepreberá zodpovednosť za stratené veci.

For your comfort, Wellness Valéria will provide slippers, a bathrobe, and other needs for your personal use. Wearing a bathing suit is required in the pool area. Disposable underwear can be used for treatments. Our therapists are professionally trained to respect and maintain your full intimacy during body treatments and procedures. We recommend that you keep all your valuables at home or in the hotel room, as Valéria Wellness does not take responsibility for any lost items.

PRED ZÁŽITKOM VO WELLNESS

/ BEFORE EXPERIENCING THE WELLNESS

Všetkým našim hosťom odporúčame prísť do wellness minimálne 15 minút pred zarezervovanou procedúrou. Takto vaša registrácia prebehne bez náhlenia a umožní vám relaxovať a užiť si wellness priestory pred procedúrou. Neskorý príchod bude znamenať skrátené časy procedúr. Neskorý príchod: Nie je bohužiaľ možné predĺžiť plánovaný čas procedúry bez toho, aby sme obmedzili ostatných klientov. V prípade neskorého príchodu bude vaša procedúra primerane skrátená bez nároku na zľavu. Ak vaše meškanie zapríčiní nedostatočný čas na kompletné prevedenie procedúry, bude vám účtovaná plná cena.

We recommend all our guests arrive at the wellness reception at least 15 minutes before their booked procedure. This will allow sufficient time for your registration. You will be able to relax and enjoy the wellness premises before your procedure. Late arrivals will result in shorter treatment times. Late arrivals: Unfortunately, it is not possible to extend the planned time of your procedure without limiting the treatments of other clients. In case of late arrival, your procedure will be shortened accordingly without any right to a discount. Even if your delay results in the lack of time to complete the procedure, you will be charged the full price.

ZMENA ALEBO ZRUŠENIE REZERVÁCIE VO WELLNESS

CHANGE OR CANCELLATION

OF YOUR WELLNESS RESERVATION

Ak potrebujete zrušiť alebo si presunúť návštevu vo wellness Valéria, oznámte to minimálne 24 hodín vopred, v opačnom prípade bude účtovaných 100 % z hodnoty rezervovanej procedúry. Zmeny v balíčkoch a skupinových objednávkach je potrebné oznámiť 48 hodín vopred. Zmeškané termíny bez náležitého oznámenia sa musia uhradiť vo výške 100 % z hodnoty objednaných služieb.

If you need to cancel or postpone your visit to the Wellness Valéria, please inform us at least 24 hours in advance, otherwise you will be charged 100% of the price of the reserved procedure. You will need to notify any changes to packages and group orders 48 hours in advance. Missed dates without proper notice must be paid in full (100% of the price of the ordered services).

CENY, DPH A PREPITNÉ / PRICES, VAT AND TIPS

Všetky ceny podliehajú zmene bez predchádzajúceho upozornenia. Ceny sú v EUR a zahŕňajú DPH vo výške 20 %. Prepitné za vynikajúce služby je možné pridať ku konečnému účtu.

All prices may be subject to change without prior notice. Prices are in EUR and include 20% VAT. Tips for excellent services may be added to the final amount.

WELLNESS VALÉRIA SHOP / WELLNESS VALÉRIA SHOP

Všetky výrobky, ktoré používame, si môžete u nás zakúpiť na domáce použitie. Zakúpený nevybalený tovar vymieňame do 7 dní od nákupu spolu s priloženým dokladom o kúpe. Právo na výmenu tovaru sa vzťahuje len na produkty.

You can buy any of the products that we use here to take with you for home use. Purchased goods with intact packaging may be exchanged within 7 days of purchase together with the enclosed receipt confirming purchase. The right to exchange the goods only applies to products.



REZERVÁCIE / BOOKING

E-mailom na / By e-mail to wellness@hotellomnica.sk

alebo telefonicky / or by phone **+421 908 297 707**



www



Rodina značiek
Family of brands



viajur.sk



kastielpalfy.sk



palfybrauerei.sk



selavi.sk



hotellomnica.sk



heyyou.sk

