



*Este*

---

F I T N E S S & S P A





  
*Este*  
FITNESS & SPA



# ЕСТЕ ФИТНЕС & СПА МАГИЯТА НА СПА!

Есте Фитнес & Спа е луксозен спа център от градски тип, който предлага комплексна услуга, свързана с грижата за здравето, красотата и добрата физическа форма.

В изискана обстановка, съчетаваща стилизиран дизайн, висока функционалност и удобство, гостите на центъра имат възможност да се насладят на богатата палитра от класически, екзотични и авторски масажи, спа терапии и ритуали, фитнес, йога и пилатес.

Запазената марка на Есте Фитнес & Спа е символ на първокласно обслужване и безупречен професионализъм, отговарящи на най-високите световни стандарти. За комфорта на гостите се грижи екип от висококвалифицирани терапевти, масажисти и инструктори, сред които и автентични носители на екзотичната култура на остров Бали.

Високата класа на предлаганите в спа центъра услуги се гарантира чрез прецизно подбрана високотехнологична апаратура и оборудване и първокласни козметични продукти от водещи световни производители.

Центърът е разположен на два етажа, с обща площ от 1 600 кв. м. Интериорният дизайн е изцяло съобразен с нормативните изисквания за обособяване на пространствата, безопасност и функционалност. Есте Фитнес & Спа разполага със закрит плувен басейн, 16-местно джакузи, хамам, сауна, парна баня, шокос басейн, единични и двойни масажни стаи, релакс зона, ВИП масажна стая, козметичен кабинет, студио за йога и пилатес, фитнес център, зона за релакс, протеин бар, фреш бар, спа магазин и рецепция.

На желаещите да се насладят на 5-звездно спа преживяване в пълно уединение и лукс Есте Фитнес & Спа предлага просторен ВИП апартамент с индивидуален хамам и ексклузивни удобства и екстри.

Индивидуалният подход е нашият начин да покажем отношение към своите клиенти, да ги накараме да се почувстват специални, като откликнем на всяко тяхно желание и очаквания. За да удовлетворим различните им потребности с дължимата грижа и внимание, предлагаме стандартни и специално разработени индивидуални пакети, програми, подаръчни ваучери и ВИП карти.

Допълнително предимство на Есте Фитнес & Спа е неговото местоположение. Центърът се намира в престижния столичен квартал „Изток“, в затворен комплекс Este Home & Spa - носител на приза „Сграда на годината“ за 2011 година в категорията „Жилищни сгради или комплекси“. „Изток“ е един от най-спокойните и зелени столични квартали, на 10 минути от центъра на града, летището и Витоша, в непосредствена близост до ключови пътни артерии и станция на метрото. Всичко това превръща спа центъра в желана и достъпна дестинация както за постоянните ни посетители, така и за гостите на града от страната и чужбина.

Есте Фитнес & Спа може да бъде Вашето място за бягство от еднообразието и задъхания ритъм на градското ежедневие. Поглезете тялото си, събудете сетивата си, **ПОЧУВСТВАЙТЕ МАГИЯТА НА СПА!**



Препоръчително е всеки масаж да бъде предшестван от пилинг (почистваща) процедура в турската баня (хамам). В Есте Фитнес & Спа можете да избирате сред богата палитра от възможности:

## Пилинг „Кесе“

40 МИН

99 ЛВ.

Ориенталският пилинг „Кесе“ е традиционна източна процедура за почистване на цялото тяло, при която се използва специална екسفорираща ръкавица (кесе), изработена от коприна, луфа, вискоза или влакна от финикова палма. Обтриването с кесе премахва мъртвите клетки, стимулира „дишането“ на кожата и подобрява кръвообращението. Извършва се върху предварително затоплено и напарено тяло, а резултатът е чиста, копринено мека и еластична кожа. Традиционно процедурата завършва с измиване на косата и тялото.

# ПИЛИНГИ

## с натурални продукти

45 МИН

119 ЛВ.

- 💧 Пилинг с кафе
- 💧 Лавандулов пилинг
- 💧 Пилинг с билка Yogh
- 💧 Пилинг със зелен чай
- 💧 Кокосов пилинг
- 💧 Aquimia пилинг със соли от Мъртво море

149 ЛВ.

# МАСКИ

(допълнение към всяка процедура в хамама)

- 💧 Пилинг за лице
- 💧 Маска за лице
- 💧 Маска за коса
- 💧 Маска за тяло
- 💧 Aquimia маска за тяло с водорасли

70 ЛВ.

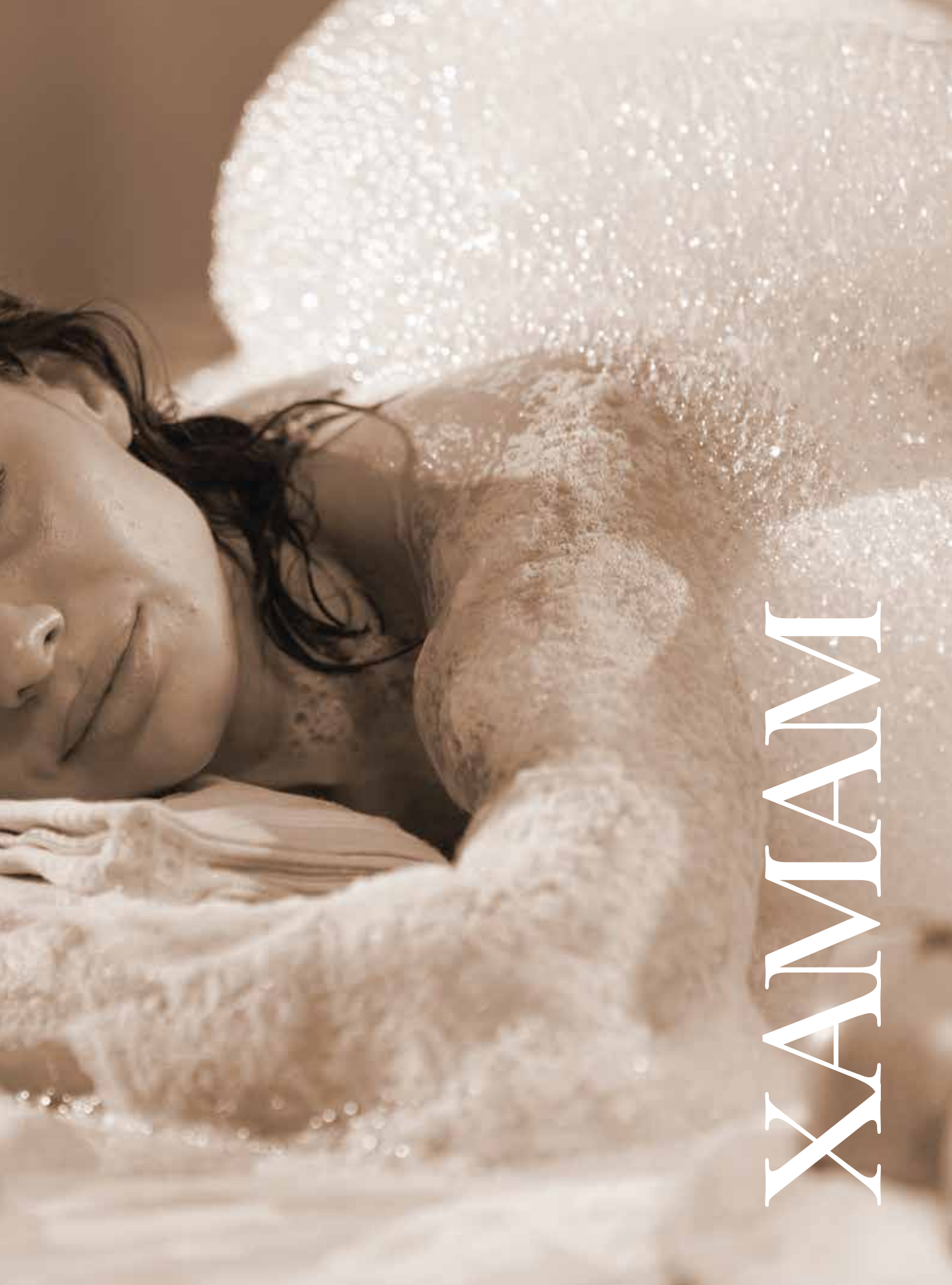
80 ЛВ.

70 ЛВ.

149 ЛВ.

149 ЛВ.





XANMIAM



## Масаж на глава

30 мин | 79 лв.

Масаж на скалпа, при който се използват масажни похвати с различна динамика на натиска и дълбочина на въздействието. Подобрява кръвообращението, стимулира храненето и растежа на косъма, облекчава главоболието.

## Антистрес масаж

60 мин | 139 лв.

90 мин | 209 лв.

4 ръце 45 мин | 219 лв.

Релаксиращ масаж, който разтоварва тялото от ежедневния стрес и подпомага възстановяването на емоционалния баланс. Използват се бавни движения, които отпускат мускулатурата и подобряват кръвообращението. Създава трайно усещане за комфорт и вътрешно спокойствие.

## Антистрес масаж

в турската баня с пяна, глина  
или водорасли

45 мин | 159 лв.

60 мин | 199 лв.

## Кратък пилинг на цяло тяло

и антистрес масаж  
в турската баня

75 мин | 229 лв.

75 мин | 219 лв.

## Ароматерапия

90 мин | 249 лв.

Детокс, антистрес или енергизираща комбинация от аромати. Масаж, който събужда сетивата за аромат и допир, съчетавайки отпускащи масажни похвати и индивидуално избрано ароматно олио. Отпуска тялото, като оставя усещане за вътрешно равновесие и удовлетвореност.





MACARONI



## Лимфен дренаж

60 мин | 159 лв.

90 мин | 209 лв.

Лек масаж, при който се упражнява специфична техника на деликатен натиск върху съответните части на тялото. Подобрява функционирането на лимфната система, подпомага процеса на почистване от токсините, намалява целулитните натрупвания, повишава имунната защита на организма.

## Лимфен дренаж

с VR етерични масла  
с дрениращо действие

60 мин | 179 лв.

90 мин | 259 лв.

## Дълбокотъканен масаж

60 мин | 179 лв.

90 мин | 269 лв.

Силов масаж, който облекчава болките в мускулите и тъканите, отпуска тялото, премахва напрежението. Чрез специфични бавни техники, въздействащи на тъканите в дълбочина, се постига чувствително намаляване на състоянието на хроничен стрес. Чувствате се заредени и енергизирани.

## Дълбокотъканен масаж

в турската баня с пяна,  
глина или водорасли

45 мин | 199 лв.

60 мин | 269 лв.

## Кратък пилинг

на цяло тяло и дълбокотъканен  
масаж в турската баня

75 мин | 299 лв.





### Лечебен масаж

40 МИН	119 ЛВ.
60 МИН	169 ЛВ.
90 МИН	259 ЛВ.

Лечебният (медицински) масаж е дълбокотъканен масаж, с помощта на който се преодоляват различни проблеми на опорно-двигателния апарат. Използват се медицински похвати, съобразени с индивидуалните нужди, чрез които успешно се повлияват състояния на дискомфорт и скованост. По време на масажа върху проблемната зона се нанася специално олио или медицински крем.

### Фитнес масаж

40 МИН	149 ЛВ.
60 МИН	179 ЛВ.
90 МИН	279 ЛВ.

Силов масаж на цяло тяло, който има за цел да успокои и възстанови мускулатурата след физическа активност и спорт. Използват се интензивни дълбокотъканни масажни техники и стречинг, съобразени със степента на физическо натоварване и индивидуалните нужди. В резултат тялото е заредено и подготвено да се справи със следващото предизвикателство.

### Фитнес масаж

в турската баня с пяна,  
глина или водорасли

45 МИН	199 ЛВ.
60 МИН	279 ЛВ.

### Кратък пилинг

на цяло тяло и фитнес  
масаж в турската баня

75 МИН	299 ЛВ.
--------	---------



## Антицелулитен масаж

40 мин | 119 лв.

60 мин | 179 лв.

Мануално третиране на засегнатите или застрашени от появата на целулит зони на тялото – бедра, седалище, ханш, корем, ръце. Спомага за увеличаването на притока на кръв, подобрява микроциркулацията и лимфотока, стимулира отстраняването на натрупаните в подкожния слой мазнини, токсини и задържани течности. В съчетание със здравословен хранителен режим и физическа активност възвръща здравия и стегнат вид на кожата, а с него и самочувствието ви.

**Забележка:** Препоръчителен пакет от 5 брой процедури.

---

## Антицелулитен масаж

в турската баня с пяна,  
глина или водорасли

40 мин | 159 лв.

---

## Кратък пилинг на цяло тяло

с кафе и антицелулитен  
масаж в турската баня

60 мин | 239 лв.

---

## Балийски масаж

60 мин | 159 лв.

90 мин | 239 лв.

на 4 ръце 60 мин | 279 лв.

Релаксиращ масаж на цяло тяло, при който се прилагат разнообразни техники, като внимателно разтягане (стречинг), акупресура, рефлексотерапия и ароматерапия. Цялостно енергизира тялото, увеличава притока на кръв и кислород, оставя усещане за спокойствие и лекота.

---

## Балийски масаж

в турската баня с пяна,  
глина или водорасли

45 мин | 179 лв.

60 мин | 239 лв.





**Кратък пилинг**  
на цяло тяло и балийски  
масаж в турската баня

75 мин | **259 лв.**

**Масаж „Ломи-ломи“**

60 мин | **159 лв.**

90 мин | **239 лв.**

**на 4 ръце** 60 мин | **279 лв.**

Хавайски масаж, който възпелчва вярата на древните шамани в силната връзка между ума и тялото. Името идва от хавайската дума lomi, която означава 'отпускам, разнежвам'. Релаксираща процедура, в която терапевтът използва ръцете си от върха на пръстите до лакътя. Делкатните и плавни движения наподобяват танц върху тялото, като действат не само на физическо ниво, но и „докосват“ душата. Вълшебното послание към всички сетива, отключващо чувството на вътрешен мир и хармонично единство със заобикалящия свят.

**Масаж „Ломи-ломи“**

в турската баня с пяна, глина  
или водорасли

45 мин | **179 лв.**

60 мин | **239 лв.**

**Кратък пилинг на цяло тяло**  
и масаж „Ломи-ломи“  
в турската баня

75 мин | **259 лв.**

**Масаж „Широдара“**

50 мин | **159 лв.**

Широдара е масаж, който се практикува в Индия повече от 5 000 години. В превод от санскрит думата shiro означава 'глава', а dhara - 'поток'. Специално обучен терапевт извършва масаж със затоплено олио на главата (в зоната на челото, или „третото око“), шията и раменете, като същевременно тялото е добре завито с топли кърпи. Постига се ефект на пълна релаксация, намалява стреса и напрежението, действа благоприятно на съня. Изключително подходящ за хора с хронично главоболие.

## Билков масаж

„Снехана“

60 мин | 159 лв.

Лек, релаксиращ холистичен масаж с горещи билкови торбички, пълни със специално подбрани лечебни растения и подправки. Снехана е основна практика в традицията на най-древната лечебна система аюрведа и в превод от хинди означава „грижа с любов“. Стимулира детоксикацията на организма, премахва стреса и напрежението, изчиства негативната енергия, чувствително подобрява общото емоционално състояние.

---

## Масаж с миди

(Lava Shell)

70 мин | 219 лв.

Масаж, при който се използват т.нар. Lava Shells – натурални полирани океански миди, запълнени с биоразградим самозагряващ се гел, съдържащ магнезий, водорасли, цинк. След като са активирани, черупките естествено прехвърлят топлина към тялото и се охлаждат. Масажът се прави на специална маса с пясък, като по време на терапията кожата се овлажнява с хидратиращи масла. Прилагат се антистрес техники, които водят до освобождаване на мускулното напрежение и оставят усещане за свежест и сила.

---

## Масаж с вулканични камъни

(Hot stone)

60 мин | 159 лв.

90 мин | 239 лв.

Изпитана масажна техника с корени в Далечния Изток, доказала своята ефективност в продължение на хилядолетия. При тази терапия се използват различни по големина и форма горещи вулканични камъни, поставени на ключови места по тялото. Релаксиращият ефект се дължи на едновременното действие на излъчваната от камъните топлина и деликатните масажирани движения. Повишава потока на енергия в целия организъм, отпуска мускулите и успокоява нервната система.





## Шиациу масаж

60 МИН | 159 ЛВ.

90 МИН | 239 ЛВ.

Древна японска масажна техника за цяло тяло, при която се оказва натиск върху ключови точки, разположени върху енергийните канали (меридиани). Целта е да се отблокира и възстанови нормалната им проходимост, което води до дълбока релаксация на мускулите и повишаване на гъвкавостта. Масажът постига и лечебен ефект, свързан с активизиране на имунната система, регулиране на кръвното налягане, стимулиране на самозащитните сили на организма.

## Рефлексотерапия

40 МИН | 119 ЛВ.

60 МИН | 179 ЛВ.

Мануална терапия, при която се въздейства на точно определени зони и точки на стъпалата, съответстващи на различни вътрешни органи и системи. Терапевтичният ефект се изразява в подобряване на кръвообращението, ускоряване на процеса на детоксикация на организма, балансиране на енергията, намаляване на стреса и напрежението.

## Тайландски масаж

60 МИН | 169 ЛВ.

90 МИН | 239 ЛВ.

Тайландският масаж се практикува и усъвършенства в продължение на повече от 2 500 години. В основата му е заложена философията, че здравето зависи от оптималния баланс между тяло, разум и дух. Чрез различни техники на разтягане и натиск върху определени точки по тялото се удовлетворява нуждата на организма от движение, освобождават се енергийните канали, премахва се натрупаното напрежение.

Забележка: Изпълнява се на специален матрак, без олио.

## Масаж за двама „Romance“

60 мин | 279 лв.  
90 мин | 379 лв.

Когато сте завладени от любовта, мечтаете да споделяте всеки миг с любимия си човек, а после да съпреживявате отново и отново магията на общия спомен... Романтическият релаксиращ масаж за двама „Romance“ ще влее нова свежест във връзката ви, а сетивата ви дълго ще помнят аромата на рози и канела, както и радостта от това, че сте заедно.

## Масаж за двама „Romance“

в турската баня с пяна,  
глина или водорасли

45 мин | 279 лв.  
60 мин | 369 лв.

## Кратък пилинг

на цяло тяло и масаж за  
двама в турската баня

75 мин | 439 лв.

## Джакузи за двама

60 мин | 229 лв.

Възможност да се насладите на компанията на любимия си човек в романтична и отпускаща атмосфера. Уханието на рози, съчетано с изискано поднесените бутилка вино и свежи плодове за двама допълват усещането за специално преживяване.





## Масаж за бременни

60 мин | 159 лв.

Нежен масаж за бъдещи майки, съобразен със специфичните промени в женското тяло през този най-светъл период от живота им. Представява комбинация от лимфен дренаж, антистрес и индийски масаж на глава, прилагани в удобна и безболезнена за жената поза. Движенията на терапевта са бавни и плавни, без дълбокогъканни или силови техники. Подобрява общото физическо състояние, стимулира движението на лимфата и изчистването на застоялите течности, предотвратява риска от подуване на краката и образуване на целулит.

Забележка: Подходящ е след първия триместър на нормално протичаща бременност.

## Детски масаж

40 мин | 119 лв.

60 мин | 179 лв.

Масаж, в който любовта и грижата вървят ръка за ръка. Специално разработена комбинация от класически техники, съобразена с особеностите на детската психика и тяло, която засилва имунитета, подобрява концентрацията и спомага за хармоничен и плавен преход през различните етапи на съзряване на организма.

## Детски масаж

в турската баня с пяна  
или шоколад

30 мин | 119 лв.

Забележка: За деца и юноши между 5 и 16 години се изисква придружител.

# АВТОРСКИ МАСАЖИ

## Масаж „Есте Роял“ (на 4 ръце)

60 МИН	309 ЛВ.
90 МИН	379 ЛВ.

Дълбокотъканен масаж, извършван от двама терапевти, които работят в синхрон. Уникално съчетание от различни масажни стилове (дълбокотъканен масаж, акупресура, мануална терапия, рефлексология, индийски масаж на глава), което действа отпускащо на тялото, балансирайки енергийните нива в различните зони на въздействие. Мекият аромат на чисто арганово масло заедно с нежния допир на затоплени кърпи допълват усещането за спокойствие и безметежност. Ритуалът завършва с поднасяне на енергизиращ фреш - комплимент от Есте Фитнес & Спа.

---

## Масаж „Есте Роял“ в турската баня с пена, глина или водорасли

45 МИН	329 ЛВ.
60 МИН	439 ЛВ.

---

## Кратък пилинг на цяло тяло и масаж „Есте Роял“ в турската баня

75 МИН	419 ЛВ.
--------	---------





## Масаж „Тонус“

60 мин | 179 лв.

90 мин | 279 лв.

Енергизиращ масаж, комбиниращ мануална терапия, при която се използват характерните за класическия тайландски масаж стречинг похвати, техники от спортния масаж и акупресура. Отпуска мускулатурата и разтоварва тялото от натрупаното напрежение.

## Масаж „Тонус“

в турската баня с пяна,  
глина или водорасли

45 мин | 219 лв.

60 мин | 289 лв.

## Кратък пилинг

на цяло тяло и масаж „Тонус“  
в турската баня

75 мин | 299 лв.

## Хамам ритуал

90 мин | 279 лв.

Ориенталско ритуално почистване в хамам (турска баня), комбиниращо традиционни техники и съвременни лечебни методи. Започва с напарване, което действа отпускащо и загряващо. Следва освежаващо почистване на тялото с копринена ръкавица (кесе), пенно измиване с масажни движения, хидратираща маска за тяло, измиване на косата и масаж на скалпа с арганова емулсия. Завършва с нанасяне на хидратиращо мляко за тяло. Красив финал на ориенталския ритуал е ароматен турски чай, поднесен като комплимент от Есте Фитнес & Спа.

**Забележка:** Препоръчително е след хамама да се направи масаж, съобразен с индивидуалните нужди.

---

## Ритуал „Морски бриз“

90 мин | 299 лв.

Този ритуал ще Ви пренесе на брега на морето, при ласките на топлия пясък и свежия полъх на морския бриз. Нежен пилинг със соли от Мъртво море или кокосови стърготини, последван от релаксиращ масаж на цялото тяло с черупки от океански миди „Lava Shells“ (или билков масаж „Снехана“) и отпускащ масаж на лицето. Извършва се върху специална масажна маса с пясък. След ритуала се поднася специален коктейл „Морски бриз“, който допълва усещането за красота, покой и безвремие.

Отдайте се на въображението си и ние ще Ви поведем към острова на сбъднатите желания!

---

## Ритуал „Мароко“

120 мин | 389 лв.

Ритуал „Мароко“ е нашето изкусително предложение за бягство от еднообразието, което ще ви потопи в мистичния свят на Ориента. Екфолиращ ритуал „Кесе“ в хамам, комбиниращ действието на различни традиционни продукти: марокански черен сапун, известен със своите антимикробни, почистващи и разкрасяващи свойства; маска с глина на цяло тяло, която има регенериращ ефект върху кожата. Следва масаж на цяло тяло с арганово масло (течното злато на Мароко), след който се чувствате презаредени и вдъхновени. Усещането за арабска екзотика се допълва с букет от благоуханни аромати и традиционен марокански чай – комплимент от Есте Фитнес & Спа.







PNITYANN

## Билков ритуал

„Bokeh“

120 мин | 399 лв.

Bokeh е название на традиционен балийски микс от корени, билки и подправки с лечебно действие при простудни заболявания и грип, главоболие, мускулни болки и артрит. Рецептите за приготвяне на bokeh (bo 'готова', rah 'кръв') са пренесени в Бали от индонезийския остров Ява още през 13. век, а знанието за съживяващите кръвта лечебни комбинации се предава от поколенията и до днес. Ритуалът започва с релаксираща ароматна вана за крака, която носи характерната за азиатската култура символика на ритуално пречистване, следва пилинг процедура със скраб за тяло bokeh, традиционен балийски масаж и маска за тяло bokeh. Ритуалът завършва с тонизираща напитка, поднесена в приятната и отпускаща атмосфера на релакс зоната – комплимент от Есте Фитнес & Спа.



## Балийски ритуал

„Mandi“

120 мин | 429 лв.

„Манди“ е ритуал, изграден на основата на ритуалното къпане. В балийския език думата mandi означава 'вземане на душ'. Ритуалът се извършва от специално обучен терапевт и преминава изцяло в турската баня. Включва традиционно измиване на краката, балийски пилинг на цяло тяло и релаксиращ индонезийски масаж с пяна. За постигане на цялостен ефект върху тялото се нанася богата на аромати подхранваща маска. Ритуалът завършва с хидратираща маска за коса, масаж на главата и тонизираща напитка – комплимент от Есте Фитнес & Спа.

За да удовлетвори индивидуалните предпочитания на своите гости, предлагаме избор между три различни вида оригинални балийски пилинги и маски – със зелен чай, кокос и лавандула.







PLINYAAMI



# ВИП РИТУАЛИ

## Ритуал „Есте Роял“

<b>1 човек</b>	<b>180 мин</b>	<b>1189 лв.</b>
<b>2-ма души</b>	<b>180 мин</b>	<b>2149 лв.</b>

Представителният ритуал „Есте Роял“ е нашето специално предложение, което ще Ви създаде усещане за изобилие и разкош. Подарете си един вълнуващ празник на сетивата, като се потопите в атмосферата на изискана грижа, стил, класа и лукс. Ритуалът се провежда във ВИП апартамент ONYX съчетава класически ориенталски пилинг „Кесе“, изгълнен на 4 ръце, с хидратираща маска за тяло, лек пилинг на лице и масаж „Есте Роял“ на 4 ръце с арганово масло. Завършва с регенерираща терапия за лице, рефлексотерапия и вана с ароматни соли и етерични масла. Чувствате се освежени и подмладени, кожата Ви е бляскава и сияйна, заредени сте с енергия и самоувереност. Като комплимент от Есте Фитнес & Спа, в края на ритуала получавате тонизираща напитка

## Романтичен ритуал за двама

### „Aventurine“

150 мин | 800 лв.

В романтичната атмосфера на уникалния делукс масаж „Aventurine“ споделяте незабравимо преживяване с любимия си човек. Ритуалът се провежда в нашия ВИП масажната стая AVENTURINE и включва отделни процедури за двамата партньори, съобразени с нуждите на женското и мъжкото тяло. За нея - 60-минутен масаж „Тонус“, следван от рефлексотерапия и хидратираща (стягаща) маска за тяло от германския козметичен лидер Babo. За него - 60-минутен масаж „Ломи-ломи“, следван от индийски масаж на глава и почистваща маска за тяло от Babo. Романтичното преживяване завършва с бутилка шампанско и изискано поднесени ягоди в джакузи за двама.

## Романтичен ритуал за двама

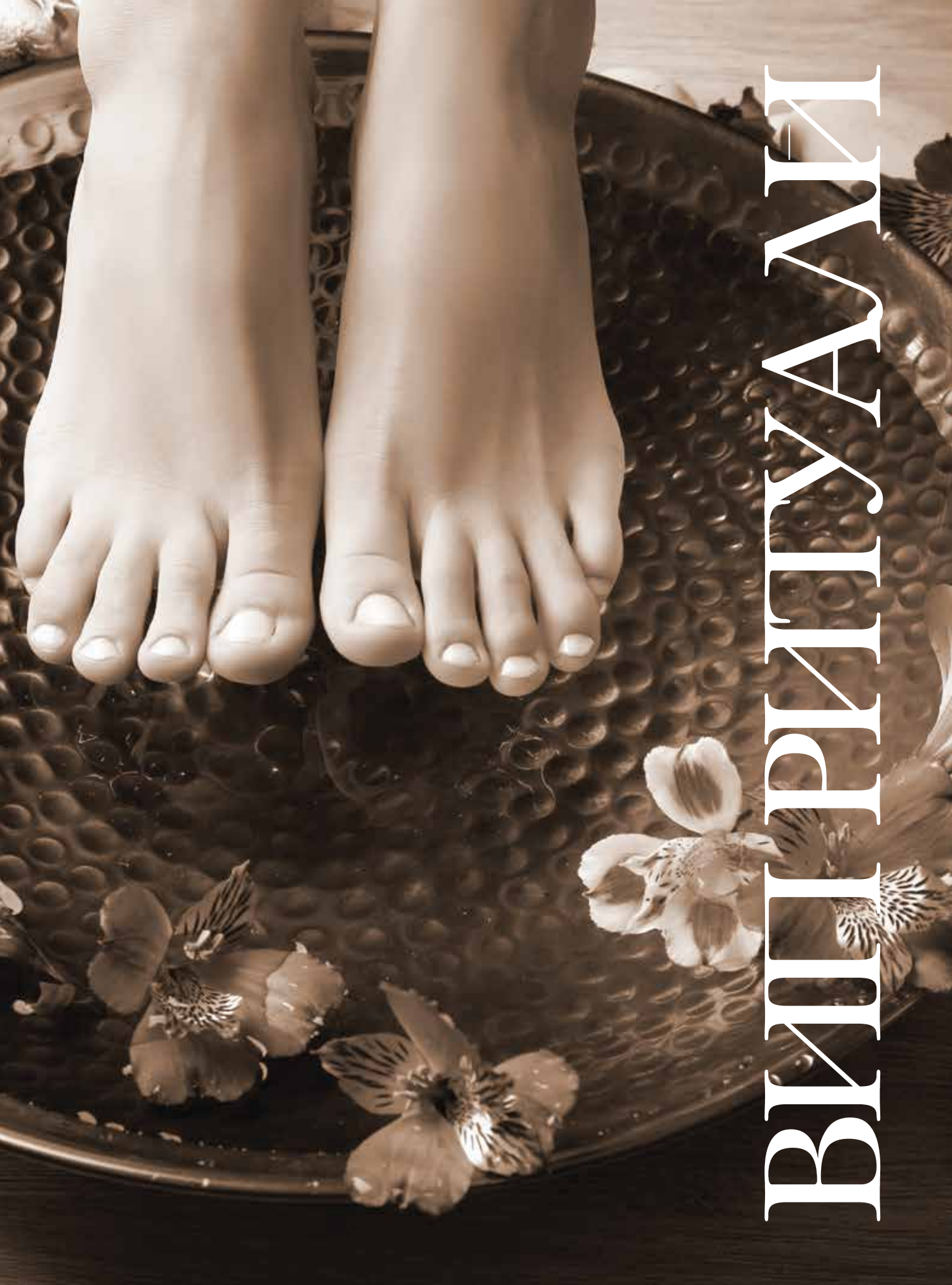
### „ONYX“

210 мин | 1560 лв.

В романтичната атмосфера на уникалния ВИП апартамент ONYX споделете незабравимо преживяване с любимия си човек. Ритуалът включва отделни процедури за двамата партньори, съобразени с нуждите на женското и мъжкото тяло. Преживяването започва с натурален пилинг и маска за тяло за двама в турската баня, последвани от 60-минутен масаж „Тонус“ и рефлексотерапия-за нея, 60-минутен масаж „Ломи-ломи“ и индийски масаж на глава-за него. Вълшебното преживяване завършва с бутилка шампанско и изискано поднесено плато плодове в джакузи за двама.







BLUMENVAHN

# ВИП АПАРТАМЕНТ ONYX

Есте Фитнес & Спа разполага с дизайнерски ВИП апартамент ONYX с ексклузивни удобства и екстри. На площ от 85 кв. м в него са разположени: самостоятелен хамам (турска баня) с 2 термолегла, 2 масажни легла, спалня, джакузи за двама, зона за тайландски масаж, релакс зона с мека мебел и масичка, телевизор, гардеробна, душ и тоалетна. За комфорта на гостите е осигурено музикално озвучаване по техен избор, както и възможност за поръчка на кетъринг от бутиковия ресторант Este, разположен в сградата на комплекс Este Home & Spa.

За насмането на ВИП апартамент ONYX се изисква предварителна резервация:

60 мин	<b>400 лв.</b>
120 мин	<b>600 лв.</b>
180 мин	<b>900 лв.</b>

По желание ВИП апартаментът може да бъде използван за отбелязване на празници и при специални поводи.

Цената се формира на база наесто време за ползване на апартаментта, избрани спа процедури и/или масажи, поръчка на кетъринг.







## ВИП МАСАЖНА СТАЯ AVENTURINE

Есте Фитнес & Спа разполага с ВИП масажна стая, която предоставя допълнителни удобства и лукс. На площ от 40 кв. м в нея са разположени: 2 масажни легла, джакузи за двама, релакс зона с мека мебел и масичка, гардеробна, 2 бр. душ и тоалетна. За комфорта на гостите е предвидено и специално меню, което може да се поръча допълнително от бутиковия ресторант Este, разположен в сградата на комплекс Este Home & Spa.

В насма на Вип масажна стая AVENTURINE не е включено ползването на джакузи

За насмането на ВИП масажна стая AVENTURINE се изисква предварителна резервация:

60 МИН	200 ЛВ.
120 МИН	300 ЛВ.
180 МИН	450 ЛВ.

# ТЕРАПИИ BIOLOGIQUE RECHERCHE:

## ЛИЦЕ

**BR - Диагностика на  
състоянието на кожата**

60 мин | 175 лв.

Първа стъпка в метода на Biologique Recherche, този уникален анализ на визуална диагностика на епидермиса с висока разделителна способност позволява да определи вашето състояние на кожата от 11 прецизни сонди за измерване (Хидратация, еластичност, пигментация, хидролипиден слой, себум, разширени пори, бръчки, неравности/белези/, UV пигментация, тоналност на кожата).

**BR - Кислородна терапия „VPO2“ 60 мин | 219 лв.**

Балансираща процедура за насищане с кислород на епидермиса и релаксиране на чертите на лицето, която прави кожата сияйна и здрава.

**BR - Реструктуриращ комплекс  
за лице „LIFT C.V.S.“**

60 мин | 199 лв.

Ексфолираща и лифтинг процедура, която съчетава тонизиращи и оформящи техники. Скулптурира контура и стяга овала на лицето.

**BR - Изглаждаща процедура  
за лице „SOIN LISSANT“**

60 мин | 199 лв.

Незабавно възстановяваща и лифтинг процедура за фини, чувствителни и реактивни състояния на кожата или състояния, свързани с белезите на времето. Кожата Ви е хидратирана, гладка и тонизирана.







# TRIPALMIN

## BR - Реструктурираща процедура

„MC110“

60 мин | 179 лв.

Изпълваща процедура за състояния на кожата, лишени от тонус, нормални, девитализирани и с бръчки. Неравномерният микропрофил на епидермиса се изравнява, а формата на лицето Ви е ремоделирана. Вашата кожа изглежда по-гладка, чиста и млада.

## BR - Чувствителни състояния

на кожата „BIOSENSIBLE“

60 мин | 199 лв.

Процедура за възстановяване на особено чувствителни и увредени състояния на кожата. Кожата Ви е успокоена и защитена.

## BR - Нетолерантни състояния

на кожата „TOLESKIN“

60 мин | 290 лв.

Специално разработена терапия за нетолерантни Състояния на кожата. Успокояващият бустер „ÉÍÚÝÍVÉŔ“ десенсибилизира епидермиса, за да подобри прага му на толерантност и да го защити при сблъсъците му с ежедневния стрес.

## BR - Намаляване и превенция на пигментни петна

„SOIN TACHES PIGMENTAIRES“ 60 мин 179 лв.

Изравняваща тена процедура за превенция и намаляване на тъмни петна. Осветява и озарява Вашия тен.

**Препоръчителен курс от 3 терапии за 1 месец - 440 лв.**

## BR - Изглаждаща и балансираща

тена терапия „VIPO2“ и

„EXFOLIANT P50 VISAGE“

90 мин | 326 лв.

Комбинацията между изглаждащите и балансиращи кожа Маска „Exfoliant P50 Visage“ и бустер “VIPO2“, за удебелена, загубила блясъка си или е склонна към неравномерна пигментация кожа.







### **BR - Възстановяване на себумния баланс**

„SEBO-EQUILIBRANT“

с апарат „REMODELING FACE“

90 мин | **263 лв.**

Регулираща себума процедура, която изчиства и стяга порите на кожата. За равномерен, матиран и свеж тен.

### **BR - Тонизираща и регенерираща процедура „HYDRECLAT“ с хайвер и колаген „CAVIAR INTEGRAL“**

90 мин | **319 лв.**

Хидратиращо и изтъняващо процедура, която озарява и тонизира тена и освежава кожата. Процедурата е създадена за грижа за взискателни състояния на кожата. Благодарение на регенериращите свойства на хайвера кожата Ви е гладка и стегната. Подходящо за комбинирана кожа.

### **BR - Подмладяване с листа от**

водорасли „BIOVECTOR MARIN“ 120 мин | **469 лв.**

Процедура, специално създадена за девитализирани, изморени и/или с бръчки състояния на кожата, комбинира два възстановяващи и лифтинг бустера с незабавен и дълготраен стягащ ефект. Благодарение на използването на морски елементи, минерали, дълбоките бръчки са изгладени, формата на лицето е стегната, а кожата - тонизирана. Препоръчва се да се комбинира и Remodeling Face.

### **BR - Мезотерапия „MICRO PUNCTURE“**

и „COCKTAIL D'ACTIFS

RÉGÉNÉRANTS“

60 мин | **379 лв.**

Интензивна процедура, която помага да се преборят признаците на преждевременно остаряване на кожата. Комбинацията от активен регенериращ коктейл и апарат за мезотерапия стимулира вътрешнодермалното производство на колаген за постигане на незабавни, видими резултати. Вашият епидермис е ревитализиран и изтънен отново.

**Препоръчителен курс от 3 терапии за 1 месец - 930 лв.**

## BR - „COCKTAIL D'ACTIFS RÉGÉNÉRANTS”

с Апарат “REMODELING FACE”

- електропорация

60 мин | 379 лв.

Интензивна процедура, която активира епидермалната регенерация и ревитализира кожата. Изобилстващ от витамини и активни съставки, извлечени по най-модерни биотехнологии, този коктейл осигурява мулти-полезни резултати, дори и в случаи на най-девитализирани Състояния на кожата. Комбинацията от активен регенериращ коктейл и апарат “REMODELING FACE” - електропорация стимулира и активира клетъчната регенерация, защитава срещу вредните ефекти от свободните радикали и активира защитните функции на кожата, докато подобрява епидермалната влага и тонус. Иновативен метод на безиглена мезотерапия.

---

## BR - Троен лифтинг и апарат „REMODELING FACE”

105 мин | 389 лв.

Рескулптираща процедура, която комбинира два ексфолиращи, възстановяващи и лифтинг бустера с използването на апарата Remodeling Face®. Комплексна терапия за ремоделиране и изгълване на обема на лицето

---

## BR - Програма

„ВТОРА КОЖА“

60мин | 560 лв.

SOIN SECONDE PEAU (Регенерираща, изглаждаща и лифтинг процедура „Втора кожа“)

Революционна 3D маска от нанофибри с 80 % хиалуронова киселина. Истинска алтернатива на инжекционните процедури. Съчетаването с регенериращ, изглаждащ и лифтинг серум позволява незабавно заличаване на белезите на годините.

Препоръчителен курс от 3 терапии за 1 месец - 1500лв.

---

## BR - Програма „ВТОРА КОЖА“ с мезотерапия

„MICRO PUNCTURE“

90мин | 660 лв.

Препоръчителен курс от 3 терапии за 1 месец - 1700лв.







**BR - Програма „ВТОРА КОЖА“ и апарат  
„REMODELING FACE“  
- електропорация**

**90 мин | 660 лв.**

**BR - Процедура по преценка  
на специалиста**

**120 мин | 479 лв.**

Интензивна процедура, включваща 2бр. бустери и 1 модул.

**BR - Процедура по преценка  
на специалиста**

**90 мин | 369 лв.**

Интензивна процедура, включваща 2бр. бустери

**BR - Процедура по преценка  
на специалиста**

**90 мин | 319 лв.**

Интензивна процедура, включваща 1бр. бустери и 1 модул.

**BR - Процедура по преценка  
на специалиста**

**90 мин | 429 лв.**

Интензивна процедура, включваща 1бр. бустер и 2 модула.

## ДОПЪЛНИТЕЛНИ МОДУЛИ, КОИТО МОГАТ ДА БЪДАТ СЪЧЕ- ТАНИ С ВАШАТА ПРОЦЕДУРА

**Модул „Прекрасни очи“**

30 мин | 109 лв.

Специфична терапия за околоочен контур (за тъмни кръгове и торбички под очите)

**Модул „REMODELING FACE®“**

30 мин | 119 лв.

Повдигнати клепачи, подчертана форма на очите, по-изявени скули, заострена брадичка, по-малко видими бръчки - това са някои от магичните ефекти, които се постигат с Remodeling Face®. Високотехнологично биостимулиране за персонализирани резултати. Remodeling Face® съчетава силата на четири вида ток (гальваничен, със средна и висока честота и електропорация) за незабавни и дълготрайни резултати.

**Модул „REMODELING FACE®“**

**- Електропорация**

40 мин | 139 лв.

Иновативен метод на безиглена мезотерапия.

**Модул „BIOLOGIQUE FEERIE-  
PRO-COLLAGEN“**

30 мин | 139 лв.

За още по-видими резултати може да се добави нанасяне на предварително оформена маска с колаген, адаптирана към формата на лицето Ви за специфично и интензивно третиране.

**Модул „PIGM 400“**

30 мин | 139 лв.

Изравняваща тена маска за превенция и намаляване на тъмни петна. Осветява и озарява Вашия тен.







## Модул „TOLESKIN“

30 мин | 139 лв.

Успокоява и подобрява прага на толерантност на кожата и я защитава при сблъсъците с ежедневния стрес.

## Модул „VERNIX“

30 мин | 109 лв.

За още по-видими резултати може да се добави нанасяне на подмладяваща, укрепваща и възстановяваща маска на лицето Ви за специфично и по интензивно третиране.

## Модул „PLATYSMA“

30 мин | 139 лв.

## Модул „LIFT KISS“

30 мин | 109 лв.

## BR - Програма „HAUTE COUTURE“

“MINI HAUTE COUTURE“ - 3 месеца индивидуално разработена грижа след диагностика на моментното състояние на кожата.

“HAUTE COUTURE“ - 6 месеца изготвена грижа по поръчка според персоналното състояние на кожата след медицински анализ. 1м.- Подготвителна фаза, 2м.- Фаза на индукция, 3-5м.- Фаза на активиране, 6м.- Балансираща фаза, Доклад след ново замерване.

След четири години проучвания Biologique Recherche създава уникална програма за козметична грижа, „Haute Couture“, която се провежда само след предварителна консултация и медицински анализ. За повече информация моля да се свържете с мениджърския екип и официалния представител на програмата „Haute Couture“

## BR - MY BEAUTY DNA

### Генетична предразположеност на кожата

My Beauty DNA анализира Вашата кожа за 14 маркера, свързани със стареенето, чувствителност към слънцето и заобикалящи фактори, а също и профил на кожата.

Този анализ предоставя общ преглед на вашите генетични предразположения, помага за по-доброто разбиране на „наследените“ нужди на кожата Ви, които са невидими за другите диагностични инструменти.



# ТЯЛО

## BR - ЕКСФОЛИРАЩА ТЕРАПИЯ

“НОВА КОЖА”

60 МИН | 139 ЛВ.

Освободена от мъртви клетки и замърсявания, кожата на тялото Ви е бляскава, мека, по-равномерна и тонизирана.

## BR - МОДЕЛИРАНЕ НА БЮСТ И РАМЕНЕ

45 МИН | 149 ЛВ.

Стягаща и тонизираща процедура, специално създадена за бюст и рамене.

## BR - СКУЛПТУРИРАНЕ НА ТЯЛОТО “LIFT C.V.S.”

95 МИН | 389 ЛВ.

Хидратиращ и дермозащитен биорефлексен масаж, идеален за състояния след програма за намаляване на теглото, за стягане и тонизиране на тъканите, елиминиране на мъртвите клетки и скулптуриране на тялото.

## BR - ДЕТОКСИКИРАНЕ С ВОДОРАСЛИ

“DETOXIFIANTAUX ALGUES”

90 МИН | 239 ЛВ.

Изключителна процедура за възстановяване и хармонизиране на силуета, за тонизирана, по-гладка и стегната кожа. Съчетанието на енергизиращ масаж с маска от термални водорасли тонизира и детоксикира Вашия епидермис.

## BR - АНТИЦЕДУЛИТНА И ОТСЛАБВАЩА ТЕРАПИЯ “MINCEUR”

90 МИН | 269 ЛВ.

Процедура, която подобрява стегнатостта на кожата и микроциркулацията, подпомага елиминирането на токсини и задържани течности. Ефективността на терапията се мултиплицира чрез използването на бустер за отслабване,

**Препоръчваме терапевтичен цикъл от 6 процедури за 2 месеца – 1399лв.**



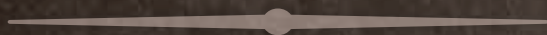




# РАДИОЧЕСТОТНА ТЕХНОЛОГИЯ EXILIS

Терапия с апарат EXILIS, при който се използват технология, базирана на действието на радиочестотни вълни върху различни слоеве на кожата. Постига се ефект на стопяване на излишните мазнини, изглаждане и стягане на кожата, отстраняване на фини и по-дълбоки бръчки. Зони лице: чело, очи, скули, долна част, брадичка, шия, деколтe. Зони тяло: коляно, бедра външна част, бедра вътрешна част, паласки, бричове, корем, седалище, ръце

ЛИЦЕ зона | 190 лв.  
*/чело, очи, скули, долна част, брадичка, шия, деколтe/*



ТЯЛО зона | 190 лв.  
*/стягане/*



ТЯЛО зона | 270 лв.  
*/стягане, намаляне на обиколка/*

коляно, бедра предна част, бедра външна част, бедра вътрешна част, паласки, бричове, корем, седалище, ръце







# КЛАСИЧЕСКИ ПРОЦЕДУРИ:

## КОЛА МАСКА

💧	до коленете	дами	50 лв.
		мъже	60 лв.
💧	цели крака	дами	70 лв.
		мъже	80 лв.
💧	бикини линия		35 лв.
💧	цял интим		55 лв.
💧	мишници	дами	30 лв.
		мъже	40 лв.
💧	горна устна		30 лв.
💧	ръце	дами	40 лв.
		мъже	50 лв.
💧	вежди		35 лв.
💧	гърди	мъже	65 лв.
💧	гръб	мъже	65 лв.

Комплекс Есте Фитнес & Спа разполага с модерен фитнес център, който е единственият в България, изцяло оборудван с уреди от премиум серията ARTIS на световния лидер в производството на фитнес оборудване Technogym. Във фитнеса са обособени отделни зони: „Кардио“, „Горна част“, „Долна част“, „Корем“, зона за силови тежести, зона за функционални тренировки.

**В зависимост от индивидуалните предпочитания тренировките се провеждат самостоятелно или с помощта на треньор.**

## АБОНАМЕНТНИ КАРТИ

### ЙОГА/ПИЛАТЕС ГРУПА

<b>1 Тренировка</b>	90 мин	<b>49 лв.</b>	60 мин	<b>39 лв.</b>
<b>10 Посещения</b>	90 мин	<b>400 лв.</b>	60 мин	<b>270 лв.</b>
<b>20 Посещения</b>	90 мин	<b>700 лв.</b>	60 мин	<b>460 лв.</b>

ПЕРСОНАЛНА ТРЕНИРОВКА	60 мин	<b>129 лв.</b>
ЙОГА/ПИЛАТЕС/ФИТНЕС/ ПЛУВАНЕ	90 мин	<b>179 лв.</b>

### ИНДИВИДУАЛНА ТРЕНИРОВКА ПО ПЛУВАНЕ ЗА ВЪЗРАСТНИ КЪМ АБОНАМЕНТНА КАРТА

<b>1 Тренировка</b>	<b>55 лв.</b>
<b>10 Тренировки</b>	<b>400 лв.</b>
<b>20 Тренировка</b>	<b>700 лв.</b>

### ИНДИВИДУАЛНА ТРЕНИРОВКА ПО ПЛУВАНЕ ЗА ДЕЦА

<b>1 Тренировка</b>	<b>66 лв.</b>
<b>10 Тренировки</b>	<b>600 лв.</b>
<b>20 Тренировка</b>	<b>1080 лв.</b>

### ПЕРСОНАЛНА ТРЕНИРОВКА ПО ПЛУВАНЕ

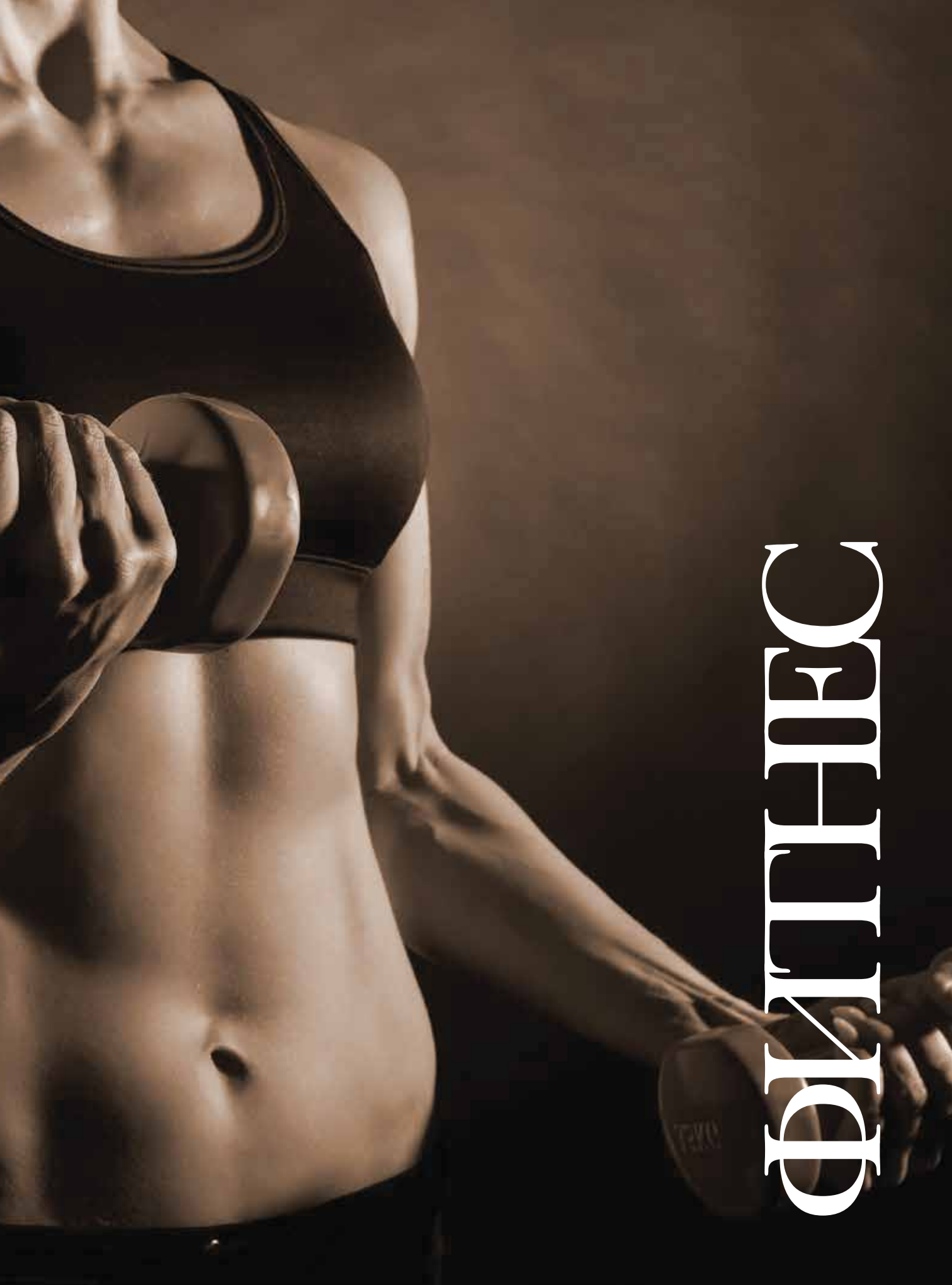
<b>1 Тренировка</b>	60 мин	<b>109 лв.</b>
<b>10 Тренировки</b>		<b>900 лв.</b>

### ИНДИВИДУАЛНА ТРЕНИРОВКА С ФИТНЕС ИНСТРУКТОР

<b>1 Тренировка</b>	<b>55 лв.</b>
<b>10 Тренировки</b>	<b>400 лв.</b>
<b>20 Тренировка</b>	<b>700 лв.</b>







# DIETITIC

## 1 ПОСЕЩЕНИЕ

басейн, сауна, п. баня, фитнес	80 лв.
басейн, сауна, п. баня	70 лв.
фитнес	60 лв.

## 1 МЕСЕЦ

басейн, сауна, п. баня, фитнес	520 лв.
басейн, сауна, п. баня	470 лв.
фитнес	420 лв.

## 4 МЕСЕЦА

басейн, сауна, п. баня, фитнес	1600 лв.
басейн, сауна, п. баня	1400 лв.
фитнес	1200 лв.

## 8 МЕСЕЦА

басейн, сауна, п. баня, фитнес	2800 лв.
басейн, сауна, п. баня	2400 лв.
фитнес (1 месец замразяване на картата)	2100 лв.

## 12 МЕСЕЦА

басейн, сауна, п. баня, фитнес	3500 лв.
басейн, сауна, п. баня	3100 лв.
фитнес (2 последователни месеца замразяване на картата, безплатен паркинг)	2800 лв.







## ЙОГА И ПИЛАТЕС

Есте Фитнес & Спа разполага със студио за йога, пилатес и функционални тренировки ESCAPE. Заниманията са разделени според нивото на напредналост и в зависимост от личните предпочитания се провеждат в група или индивидуално.

---

## БАСЕЙН

На разположение на гостите на комплекс Есте Фитнес & Спа е закрит плувен басейн с размери 18 x 7 x 1,50 м и температура на водата 29°C. Дезинфекцията му се извършва безхлорно, чрез модерна озонаторна система. Желаетелите да усвоят начални плувни умения или пък да усъвършенстват вече придобитите могат да използват услугите на персонален инструктор. В зоната на басейна се намира финландска сауна, парна баня и леден басейн.

---

## ДЖАКУЗИ

Есте Фитнес & Спа разполага с уникално за град София 16-местно джакузи с 12 седящи места (с воден масаж на гръб) и 4 лежанки за перлен (въздушен) масаж. Температурата на водата е 36°C, с отделна от басейна филтрация. Използваният метод за дезинфекция е безхлорен, чрез UV лампа и кислород.

---

## СПА МАГАЗИН

Есте Фитнес & Спа разполага със спа магазин с богат асортимент от висококачествени козметични продукти на световноизвестните марки BIOLOGIQUE RECHERCHE и NIANCE, както и различни бански костюми и принадлежности, тренировъчни облекла и аксесоари BODYISM.

---

## КОНСУЛТАЦИЯ С ДИЕТОЛОГ

Есте Фитнес & Спа осигурява възможност за индивидуална консултация с професионален диетолог и изготвяне на индивидуален хранителен режим.



# ОБЩИ ПРАВИЛА ЗА ПОЛЗВАНЕ НА ЕСТЕ ФИТНЕС & СПА

## ВЪЗРАСТОВИ ОГРАНИЧЕНИЯ

В Есте Фитнес & Спа се прилагат следните възрастови ограничения:

- 💧 В целия комплекс е ограничен достъпът на деца под 5-годишна възраст;
- 💧 За деца и юноши на възраст между 5 и 16 години се изисква придружител;
- 💧 Разрешен достъп за деца и юноши на възраст между 5 и 16 години във следните часове:

- понеделник до петък	09:00 - 14:00
- понеделник и четвъртък	17:00 - 19:00
- събота и неделя	07:00 - 14:00
- 💧 Ползване на фитнес и басейн - лица, навършили 16 години;
- 💧 Ползване на спа зона - лица, навършили 18 години;
- 💧 Терапии за лице - лица, навършили 16 години.

## ПРЕДВАРИТЕЛНА РЕЗЕРВАЦИЯ

Препоръчваме предварителна резервация на различните процедури и терапии, за да гарантираме, че предпочитаният ден и час са свободни. Резервация можете да направите на рецепцията, на телефон 02 971 22 77 и 0877 10 22 77 или чрез формата за резервация на нашия сайт: [www.estespa.bg](http://www.estespa.bg).

## ОТМЯНА НА РЕЗЕРВАЦИЯ

Отмяна на резервация можете да заявите на телефон 02 971 22 77 и 0877 10 22 77 или на рецепцията, като имате предвид следното:

- 💧 24 часа предварително - нямате финансови задължения;
- 💧 12 часа предварително - дължите 50 % от стойността на резервацията;
- 💧 под 6 часа предварително - дължите 100 % от стойността на резервацията.

## ЗАКЪСНЕНИЕ ИЛИ НЕЯВЯВАНЕ ЗА РЕЗЕРВИРАН ЧАС

Закъснението за резервиран час не води до намаляване на дължимата сума или удължаване на времето за съответната процедура. При неявяване в посочения ден и час, без предварително заявена отмяна на резервацията, дължите 100 % от стойността на съответната процедура.

## ИЗИСКВАНИЯ ЗА ОБЛЕКЛО

За безопасността и удобството на своите гости прилагаме изисквания за облекло, съобразени с естеството на предлаганите услуги:

- 💧 Басейн и джакузи - бански костюм, пищимал, джапанки (или чехли за баня);
- 💧 Фитнес - спортно облекло и чисти спортни обувки;
- 💧 Йога и пилатес - свободни и удобни дрехи;
- 💧 Масаж или терапия за тяло - бельо за еднократна употреба, осигурено от ЕСТЕ фитнес и СПА;
- 💧 Тайландски масаж - специално облекло, осигурено от ЕСТЕ фитнес и СПА.



## СПА ЕТИКЕТ

За да гарантираме спокойна и релаксираща атмосфера, препоръчваме гостите ни да се въздържат от използване на мобилни телефони, както и от разговори на висок тон.

## ХИГИЕНА

Есте Фитнес & Спа спазва всички хигиенни изисквания за поддържане на помещенията, съоръженията и оборудването чисти и в добро състояние. Използваните методи са влажно почистване, дезинфекция и стерилизация.

## ЗДРАВΟΣЛОВНО СЪСТОЯНИЕ\*

Всеки нов посетител на Есте Фитнес & Спа попълва здравен въпросник, в който уточнява наличието на евентуални здравословни проблеми или по-специални състояния.

**! Не се препоръчва ползването на сауна, парна баня или хамам при бременност, както и за хора, които не издържат на висока температура, с високо кръвно налягане, проблеми с кръвната циркулация, астма или дихателни проблеми. За по-специфични заболявания или състояния е желателно да се направи консултация с лекуващия (личния) лекар.**

## БРЕМЕННОСТ

СПА центърът предлага специално разработени терапии за бъдещи майки.

**! Масажи и процедури се препоръчват след първия триместър на бременността.**

## ИЗГУБЕНИ ИЛИ ОТКРАДНАТИ ВЕЩИ

Есте Фитнес & Спа не поема отговорност за изгубени или откраднати лични вещи. За Ваша сигурност Ви препоръчваме да оставяте ценностите си за съхранение в сейфа на рецепцията.

## ЗЛОПОЛУКИ ИЛИ НАРАНЯВАНИЯ






Есте Фитнес & Спа не носи отговорност за злополуки или наранявания в резултат от неспазване от страна на посетителите на правилата и ограниченията, които са ясно разписани и поставени на видно място в комплекса, както и на сайта, достъпен на адрес: [www.estespa.bg](http://www.estespa.bg).

## ДОСТЪП ЗА ХОРА С УВРЕЖДЕНИЯ

Комплекс Есте Фитнес & Спа е проектиран в съответствие с нормативните изисквания за осигуряване на достъпна среда за хора с увреждания, с което дава своя принос за подобряване на качеството им на живот.

## ОГРАНИЧЕНИЯ И ЗАБРАНИ:

С цел защита на безопасността и здравето на посетителите в Есте Фитнес & Спа се прилагат следните забрани:

-  Пушенето е строго забранено в целия комплекс.
-  Забранено е ползването на фитнеса, басейна и термалната зона след употребата на алкохол.
-  Забранено е влизането в помещения извън свободните зони за достъп.
-  Забранено е влизането с обувки, чехли или джапанки във фитнес центъра.
-  Забранено е влизането с обувки или маратонки в района на басейна.

