



ИСТРА ВЕЛНЕС

# МЕНЮ БАННОГО КОМПЛЕКСА

|                            |   |
|----------------------------|---|
| Аренда .....               | 2 |
| Парения .....              | 3 |
| БАННЫЕ SPA-программы ..... | 4 |
| Банные ритуалы .....       | 5 |
| Банные дни .....           | 6 |





# АРЕНДА

## Баннй микс (аренда 1 отделения+бочка Фурако)\* 120 мин

|                       |          |
|-----------------------|----------|
| Будни .....           | 18 300 Р |
| Выходные .....        | 21 200 Р |
| Праздничные дни ..... | 25 200 Р |

## Доп.гость 120 мин/чел.

|                       |         |
|-----------------------|---------|
| Будни .....           | 3 000 Р |
| Выходные .....        | 3 500 Р |
| Праздничные дни ..... | 4 200 Р |

\*Входит в стоимость:

- минимальное бронирование от 2х часов
- до 6ти человек
- знакомство с первым аромо-паром от пармастера
- полотенца, простыни, халаты, фетровые шапочки
- ароматный травяной чай и сушки

# ПАРЕНИЯ

## ЛЕГКИЙ ПАР – ДЕТСКОЕ ПАРЕНИЕ

(для наших маленьких гостей до 12 лет, только со взрослым)

Нежный ритуал-знакомство с баней: мягкий пар и комфортная температура. Лёгкое парение и массаж травяными венками успокаивают, оздоравливают дыхание и дарят ребёнку безопасные первые ощущения русской бани.

**2 500 Р**

10 мин

## РИТУАЛ КЛАССИЧЕСКОГО ПАРА

Комфортное индивидуальное парение с использованием дубовых или берёзовых венков. Мастер создаёт ровное, текучее тепло, раскрывающее мышцы и улучшая кровообращение. Совершенно универсальная процедура для расслабления и восстановления сил.

**3 800 Р**

10 мин

## ОБРЯД ГЛУБИННОГО ПРОГРЕВА

Двухэтапная классика русского парения. Первый заход — раскрытие кожи, мягкий разгон тепла. После короткого отдыха следует второй заход — насыщенный веничный прогрев, направленный на релаксацию, улучшение циркуляции и общее очищение организма.

**6 800 Р**

2 захода  
по 10 мин

## СЕВЕРНАЯ КОНТРАСТНАЯ ЦЕРЕМОНИЯ

Двухэтапный ритуал с чередованием глубинного тепла и бодрящего холода. Лёгкий прогрев, затем более интенсивное парение, переход в ледяную купель, восстановление и догрев. Завершение — ощущение полной перезагрузки и внутренней силы

**7 900 Р**

до 30 мин

## КОЛЛЕКТИВНАЯ ЦЕРЕМОНИЯ АРОМАТНОГО ПАРА

Групповое ароматпарение с использованием травяных отваров. Лёгкая единая атмосфера, ощущение участия в общем ритуале. Проводится по расписанию банных дней.

**2 500 Р**

10 мин



# БАННЫЕ СПА-ПРОГРАММЫ

## РИТУАЛ МЫЛЬНОГО ОЧИЩЕНИЯ

Комфортный прогрев, затем мыльная мойка натуральным пенным составом. Бережное очищение и лёгкий массаж раскрывают кожу, придают ей мягкость, гладкость и сияние. Завершение — освежающий душ и чай.

**5 900 Р**

30 мин

## ЦЕРЕМОНИЯ ТЕЛЕСНОЙ ГАРМОНИИ

Полная программа ухода: разогревающее парение, глубокое скрабирование натуральным составом (кофе, соль или травы), мыльная мойка и завершающий прохладный душ. Тело обновляется, кожа становится гладкой и светлой, а мышцы — расслабленными.

**8 900 Р**

45 мин

## БАННЫЙ ВЕЧЕР ДЛЯ ПОДРУГ

Ароматный чай с сушками и душистым вареньем, арома-парение, скрабирование/мойка на выбор, экспресс-уход для лица, презентация и тестирование косметики премиум-класса. Атмосфера приватности, красоты и женского отдыха. Возможность дополнить программу фотосессией.

Минимум — «Баннный микс» от 3 часов

**8 300 Р/гостя**

до 180 мин

## БАННЫЙ ВЕЧЕР ДЛЯ ДРУЗЕЙ

Ароматный чай с сушками и душистым вареньем, разогревающее аромапарение, расслабляющая атмосфера, массаж отдельной выбранной зоны тела. Идеальный мужской формат: общение, пар и мощный заряд бодрости для всего тела.

Минимум — «Баннный микс» от 3 часов.

**5 400 Р/гостя**

до 180 мин

## ПРОГРАММА ГЛУБОКОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ «ПЕРЕЗАГРУЗКА»

Премиальная программа глубокого восстановления и минерализации организма. Парение с дубовыми и пихтовыми вениками, мягкое очищение с дыхательной гимнастикой и выполненное в лимфодренажной технике подготавливают тело к минерализующему обёртыванию с морским кальцием и магнием. Процедура снимает напряжение, уменьшает отёчность, улучшает состояние кожи и возвращает ощущение внутреннего баланса. Идеальный выбор для снятия физической и умственной усталости.

**15 150 Р**

180 мин

# БАННЫЕ РИТУАЛЫ

## РИТУАЛ ГЛУБИННОГО ОЧИЩЕНИЯ

Натуральное пилинг-средство подбирается индивидуально. Глубокое, но бережное очищение кожи.

**3 200 Р**

15–25 мин

## РИТУАЛ ЧИСТОЙ ПЕНЫ

Пенное очищение с лёгкими массажными движениями лычковыми вениками.

**3 200 Р**

15 мин

## РИТУАЛ СИЯЮЩЕГО ТЕЛА

Глубокое очищение и скрабирование тела с использованием натуральных пилингов, подобранных индивидуально под тип кожи и пожелания гостя.

**3 800 Р**

20–30 мин

## ЭКСПРЕСС-ОБНОВЛЕНИЕ ЛИЦА

Быстрая и эффективная процедура, которая освежает и улучшает состояние кожи за короткое время. Идеально перед важным событием и для поддержания тонуса в повседневной жизни.

**3 200 Р**

20–30 мин

## РИТУАЛ НЕЖНОГО УХОДА ЗА ЛИЦОМ

Это целебная и расслабляющая процедура для лица, которая сочетает в себе элементы массажа и заботы о коже. Она направлена на улучшение состояния кожи, снятие напряжения и восстановление естественного сияния. Этот уход подходит для любого типа кожи и помогает сохранить молодость и здоровье.

**3 600 Р**

30 мин

## РИТУАЛ ЛОКАЛЬНОГО РАССЛАБЛЕНИЯ

(массаж отдельно выбранной зоны ШВЗ / голова / спина / стопы / руки.)  
Лёгкие дренажные и релаксирующие техники.

**3 700 Р**

20 мин

## СТРОЙНЫЙ КОНТУР

(лимфодренажный массаж)  
Глубокая работа с лимфотоком, снижение отёков, ощущение лёгкости.

**4 300 Р**

45 мин

## ЦЕРЕМОНИЯ ПОЛНОГО РАССЛАБЛЕНИЯ

Мягкая проработка мышц тела лимфодренажной техникой, пилинг, полное снятие напряжений и глубокий релакс.

**4 900 Р**

60 мин



# БАННЫЕ ДНИ

Баннные дни — это формат **индивидуального посещения банного комплекса** совместно с другими отдыхающими в спокойной, камерной атмосфере. В указанные часы баня **не арендуется целиком**: для гостей открыты **мужское и женское банные отделения**, куда можно прийти самостоятельно, без компании.

Идеальный выбор для тех, кто ценит приватность, правильный пар и профессиональный банный сервис без необходимости выкупа всего пространства, или тех, кто только хочет познакомиться с банным искусством и с тем, что такое современная премиальная баня.

---

**Время проведения** ..... **15:00–17:00**

Ежедневно, **кроме выходных и праздничных дней**

**Продолжительность** ..... **120 мин**

**Стоимость** ..... **4 100 Р / 1 гость**

---

Сеанс проводится при бронировании **от 3 гостей**.

При меньшем количестве возможен  
**индивидуальный выкуп времени — 12 000 Р**

**Бронирование обязательно, не позднее чем за 3 часа до начала.**

## ЧТО ВХОДИТ В СТОИМОСТЬ

- 2 часа отдыха в банном отделении
- Посещение мужского или женского отделения
- Постоянная работа банщика: подготовка парной и поддержание правильного пара на протяжении всего сеанса
- Фетровая банная шапочка
- Полотенца и простыни
- Травяной чай и сушки

## БАННЫЙ РИТУАЛ

### 16:00 — Аромапарение

Кульминация банного сеанса — утончённый ритуал ароматного пара. Банщик тщательно подготавливает парную, насыщая воздух натуральными растительными ароматами. С помощью опахала пар мягко распределяется по пространству, а банщик деликатно обмахивает гостей, направляя горячий воздух и равномерно прогревая всё тело. Ритуал помогает глубоко расслабиться, улучшает дыхание и усиливает оздоровительный эффект банного отдыха.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНО

- Стоимость веников оплачивается отдельно
- Дополнительные банные и спа-процедуры не входят в стоимость и оплачиваются отдельно
- Сеанс подтверждается при наборе группы от 3 гостей