



So | SPA MENU
SOFITEL

DAS SO SPA IM SOFITEL FRANKFURT OPERA

Im So SPA verbinden sich Traditionen aus allen Regionen der Welt mit den Techniken und Feinheiten der modernen französischen Kosmetik zu einer durch und durch anregenden und verjüngenden Erfahrung. Ihre Sinne erwachen, die Energie kehrt plötzlich zurück.

Bei uns finden Sie ein Spa neuen Stils mit einer breiten Palette überraschend „kulinarischer“ Behandlungen. Entdecken Sie alles, was Ihre natürliche Ausstrahlung unterstreicht. Vergessen Sie bei unserem „Menü“ den Stress und die Mühen des Alltags.

Unser Wohlfühlprogramm: eintauchen und abtauchen. Im Herzen von Frankfurt eröffnen wir unser außergewöhnliches Luxus-Spa mit einer Vielzahl an Möglichkeiten für Sie. Ganz gleich, ob Sie sich im modernen Fitnessraum auspowern oder im wohlig warmen Saunabereich den Alltag hinter sich lassen möchten: Sie finden ein Ambiente vor, in dem das Besondere seinen Platz hat. Ihr Wohlbefinden: Wir tun alles dafür, dass Sie nichts tun müssen – außer genießen.

Die Spa-Philosophie von Decleor verbindet französische Raffinesse und Inspiration mit den besten Gesundheits- und Schönheitsbehandlungen der Welt. Zusätzlich bieten wir Ihnen die exquisite Hautpflegeserie von Carita aus Paris. Die exklusive Hightech-Kosmetik von Carita ist das Ergebnis jahrelanger Forschungsarbeit und verkörpert die kompromisslose Vision dessen, was Luxuskosmetik heute sein kann.

(G) Gesichtsbehandlung
(K) Körperbehandlung

SO SPA AT SOFITEL FRANKFURT OPERA

Ancient traditions from around the world meet the refinement and skill of the latest French cosmetology to create So SPA: an exhilarating and rejuvenating experience.

Awaken your senses and feel re-energized. Explore a new kind of spa experience with a wide range of surprisingly poetic treatments. Discover the ingredients that enhance your natural glow. Make the stresses and strains of daily life fade away with our menu inspired by gastronomy.

Our well-being program: Dive into a world of active relaxation. Our exceptional luxury spa, in the centre of Frankfurt, offers you a variety of opportunities. Whether you prefer to burn off excess energy in our modern gym, or leave the hustle and bustle behind our exclusive sauna zone. This is the very place where only your well-being counts. We will do everything necessary, so that you don't need to do anything but just enjoying!

The Decleor Spa Philosophy mixes French refinement and inspiration from the world best health and beauty traditions. Additionally, we offer you the high-class skincare range of Carita Paris. The exclusive high-tech cosmetic of Carita is the result of many years of research work and represent an uncompromising vision of luxury cosmetology.

(F) Facial treatment
(B) Body treatment



Das So SPA begrüßt Sie täglich
von 10:00 bis 21:00 Uhr.

So SPA welcomes you daily
from 10:00a.m. till 9:00p.m.

DAS A LA CARTE MENÜ

ZUM AUFWÄRMEN 30 Minuten

Carita Lift Expert Augenlifting (G)

Ein „nichtinvasives“ Instant-Augenlifting mit der ultimantiven Carita Augenlifttechnik.

Exfoliating Fruit seeds – Peeling für einen strahlenden Teint (K)

Mit Fruchtpuder, ätherischen und botanischen Ölen; Peeling-Ritual für eine glatte, ultra-weiche Haut.

A LA CARTE

APPETIZER ca. 10 minutes, 25 €

Eye patch - feel younger

Nail buffing - beauty

Hand massage - relax

STARTERS 30 minutes

Carita Lift Expert Eye Lift (F)

An instant „non-surgical“ eye lift using the ultimate Carita Eye Lift technology.

Exfoliating Fruit seeds - Radiance Scrub (B)

With fruit-powder, essential and botanical oils; peeling ritual for a smooth and ultra soft skin.

SIGNATURE TREATMENTS

60 Minuten

So Rejuvenating (G)

Ein umfassendes Angebot an französischen Luxus-Hautpflegeprodukten, ergänzt durch asiatische Massagetechniken, trägt dazu bei, Ihren jugendlichen und strahlenden Teint wiederherzustellen.

So Exhilarating (K)

Eine belebende und zugleich beruhigende Massage, von französischer Eleganz inspiriert, die Ihrer Silhouette schmeichelt, Ihre Sinne erweckt und insgesamt Entspannung bietet.

SIGNATURE TREATMENTS

60 minutes

So Rejuvenating (F)

A luxurious blend of products combines harmoniously with the latest French skincare techniques to help restore a youthful complexion.

So Exhilarating (B)

An euphoric and smoothing body massage, using signature techniques that will shape and tone your silhouette.

HAUPTGANG

Klassik neu aufgelegt

60 Minuten - 90 Minuten

Carita Renovateur Gesichtsbehandlung (G)

Angepasst an die Bedürfnisse Ihrer Haut durch eine Hautdiagnose, unterstützt diese Gesichtsbehandlung die natürlichen Abwehrkräfte Ihrer Haut und verringert die Zeichen der Hautalterung deutlich.

Carita Diamant de Beauté - Schönheitsbehandlung (G)

Diese luxuriöse Zeremonie verbindet die Kunst der praktischen Schönheitspflegeanwendung mit dem innersten Wesen der Natur - der Edelsteinkosmetik.
90 Minuten - 225 €

Carita Peau de Satin (K)

Diese von Carita kreierte Schönheitsbehandlung kombiniert ein entschlackendes Körperpeeling und eine entspannende, festigende Massage. Die Behandlung verleiht der Haut Sanftheit und Leuchtkraft und hat eine belebende Wirkung.

Carita In - Deep Relaxing Massage (K)

Die Ganzkörpermassage mit der Signature-Technik von Carita ermöglicht die Tiefenentspannung des Gewebes, verbessert die Durchblutung und entspannt die Muskeln.

Cleopatra-Massage (K)

Mit einer einzigartigen, angenehm duftenden Seidenlotion wird bei der Massage auch die Haut intensiv gepflegt.

Klassisch schwedische Massage (K)

Genießen Sie eine kräftige Ganzkörpermassage, die Ihre Muskulatur lockert und den Energiefluss wieder in den richtigen Einklang bringt.

MAIN

Revisited Classics

60 minutes - 90 minutes

Carita Renovateur Facial Treatments (F)

Tailored to the needs of your skin after a skin diagnosis to strengthen your skin's natural defense and reduce the signs of aging.

Carita Diamant de Beauté - Beauty Ritual (F)

This luxurious ceremonial combines the skill of the practical application of beauty culture with the innermost being of nature. The most precious beauty ritual.
90 minutes - 225 €

Carita Peau de Satin (B)

This Carita beauty treatment is a combination of a purifying body scrub and a relaxing and shaping massage which smoothes, illuminates and enhances the vitality of your skin.

Carita in - Deep Relaxing Massage (B)

A full body massage using signature Carita movements designed to deeply relax tissue, to improve circulation and to relieve muscle tension.

Cleopatra-Massage

With a unique pleasantly scented silk lotion. Your skin is also intensively nourished during the massage.

Classic Swedish Massage (B)

Enjoy a firm whole body massage which will release and relax your muscle tensions and which will give you the required energy.

DAS BESTE AUS ALLER WELT

60 Minuten - 90 Minuten

Or excellence Jugendritual (F)

Die Behandlung vereint eine hochkonzentrierte Wirkstoffmaske und innovative Massageanwendungen, inspiriert aus dem Pilates. Eine Tiefenmassage, welche gezielt die Gesichtsmuskulatur und das Stützgewebe trainiert und für einen sofortigen, lang anhaltenden Lifting-Effekt sorgt.

Aroma Blend (K)

Genießen Sie eine konturverfeinernde, straffende Massage mit warmen ätherischen Ölen. Fühlen Sie absolute Entspannung und Entschlackung.

Ayurveda Chic (K)

Erleben Sie ein mehrere Jahrtausende altes, aus dem Ayurvedischen inspriertes indisches Ritual: Durch die Massage mit erwärmtem Öl finden Sie Entspannung. Sie fühlen sich energiegeladen und wie neugeboren.

Leichte Beine/Flacher Bauch (K)

Für ein Gefühl von Leichtigkeit in den Beinen und einen straffen Bauch.

Aroma Essential (G)

Eine auf die Bedürfnisse Ihrer Haut abgestimmte Gesichtsbehandlung, maßgeschneidert auf Ihre Haut.

Re-balancing Jet Lag Pack: Neue Balance nach der Reise (K)

Holen Sie sich nach einer langen Reise die Energie zurück und reinigen Sie Ihren Körper. Beginnen Sie mit einem Ganzkörperpeeling zur Durchblutungsförderung und gegen die Müdigkeit, gefolgt von einer entspannenden Massage gegen Überlastung und Mattigkeit.

WORLD'S BEST

60 minutes - 90 minutes

Or Excellence Youthfulness Ritual (F)

This treatment is a combination of a highly concentrated active ingredient and an innovative massage procedure inspired by the Pilates. A deep massage which trains face muscles and the supporting tissue for an instant and long lasting lifting effect.

Aroma Blend (B)

Enjoy a contour refiner and firming massage with essential oils. Feel absolutely purified and relaxed.

Ayurvedic Chic (B)

Experience a thousands of years old Indian ritual, where warm Ayurvedic oil is massaged into the body, relieving tension, restoring energy and improving vitality.

Light Feet/Tight Stomach (B)

Feel the lightness of your legs and the tightness of your stomach.

Aroma Essential (F)

A facial treatment specially made and tailored to meet the needs of your skin.

Re-balancing Jet Lag Massage (B)

Stimulates energy levels and cleanses the body after travel. Start with an invigorating body scrub to boost your circulation, reducing fatigue, followed by a massage to relieve the body of sluggishness and congestion.

KÖSTLICHES FÜR DANACH

30 Minuten - 60 Minuten

Gesichts- und Kopfmassage (G)

Genießen Sie eine entspannende und entschlackende Gesichts- und Kopfmassage.

Gourmet-Körperpackung (K)

Pflegende Ganzkörperpackung mit einer Kopf- oder Fußmassage Ihrer Wahl, gefolgt von einer salzig-süßen Überraschung.

Prolagene Lift Hands and Soft Feet (K)

Entspannende Massage der Hände und Füße. Versorgt die Haut mit Aufbaustoffen und verleiht ein glattes und geschmeidiges Hautgefühl.

Glamouröse Maniküre/Pediküre

Eco-Maniküre	15 Min. 25 €
Buisness-Maniküre	30 Min. 50 €
First Class-Maniküre	60 Min. 75 €
Express-Pediküre	30 Min. 50 €
First Class-Pediküre	60 Min. 75 €
Lackieren	30 Min. 29 €

(inkl. OPI-Nagellack für zu Hause)

DESSERTS

30 minutes - 60 minutes

Face and Head Massage (F)

Enjoy a relaxing and purifying face and head massage.

Gourmet Body Wrap, under the duvet (B)

Nourishing body wrap with your choice of massage head or feet, followed by a salty-sweet surprise.

Prolagene Lift Hands and Soft Feet (B)

A relaxing massage of the hands and feet which supplies the skin with constructive substances. The result is a soft and smooth complexion.

Glamorous Manicure/Pedicure

Eco manicure	15 min. 25 €
Business manicure	30 min. 50 €
First class manicure	60 min. 75 €
Express pedicure	30 min. 50 €
First class pedicure	60 min. 75 €
Nails painted	30 min 29 €

(incl. OPI nail polish to take home)

EXPRESS-BEHANDLUNGEN

30 Minuten

Skin Power Nap Aurabsolu (G)

Auftankritual für eine glatte, strahlend schöne und erholte Haut - wie nach einem erholsamen Schlaf.

Express-Massage (K)

Sie wollen den Stress eines hektischen Tages hinter sich lassen? Diese Massage baut Verspannungen in Körper und Geist in Windeseile ab.

After-Sport-Massage (K)

Massage des Tiefengewebes zur Entlastung schmerzender Muskelpartien nach einer intensiven Sporteinheit.

EXPRESS TREATMENTS

30 minutes

Skin Power Nap Aurabsolu (F)

Restoring energy - a special ritual for beautiful, rested and smooth skin like after a deep and refreshing sleep.

Express Massage (B)

Ideal to ease the tension of a busy day. This corrective massage is customized to produce optimal stress reduction in minimal time.

After Sport Massage (B)

Deep tissue massage to relieve sore muscles after an intensive sport session.

SPECIALS

Morning Athlete

Diese belebende Behandlung stimuliert den Kreislauf, weckt die Sinne und gibt die nötige Energie für den Tag.

Beinhaltet:

Eis-Peeling, gefolgt von 5 Min. Sauna mit kühlenden Ölen, „Kneipp“-Behandlung und einer 15-Minuten-Teilkörpermassage mit ätherischen Ölen.

30 Minuten 55 €

Hitze-Erlebnis

Dieses Ritual reinigt und erfrischt Ihre Haut, verbessert die Blutzirkulation und stärkt die Abwehrkräfte.

Beinhaltet:

Kalt/Heiß-Erlebnis mithilfe von Wasser, Sauna, Eis und einer 25-Minuten-Körpermasssage mit warmen und gekühlten Ölen.

60 Minuten 90 €

SPECIALS

Morning Athlete

This restorative treatment stimulates circulation, awakes the senses, gives the yearned energy for the day and makes you feel like a phoenix from the ashes.

Includes:

Ice peeling followed by 5 min. Sauna with cooling oils, „Kneipp“ treatment and a 15 min. partial body massage with essential oils.

30 minutes 55 €

Heat Experience

This healthy ritual treatment improves body circulation. Your skin is refreshed and purified, you feel invigorated. Including a cold/hot experience with water, sauna, ice and a 25 min. body massage with warm/chilled oils.

60 minutes 90 €

MENÜ-VORSCHLÄGE

60, 90 Minuten & mehr

Gentlemen's Day

Dieses Paket orientiert sich speziell an den Bedürfnissen des modernen Mannes. Obwohl es hier in erster Linie ums Verwöhnen geht, ist doch auch das Ergebnis an Körper und Haut rasch sichtbar. Genießen Sie die belebende Wirkung dieser Tiefenganzkörpermassage inkl. Kopf- und Nackenmassage und kleiner Gesichtsbildung. Für ein gutes Gefühl und

gutes Aussehen!

60,90 Minuten

Ladies Deluxe

Wählen Sie das komplette Damen-Paket und lassen Sie sich von Kopf bis Fuß verwöhnen. Nach einem Or-excellence-Gesichts- und Körperpeeling Ihrer Wahl genießen Sie eine Ganzkörpermassage. Schließen Sie Ihr Spa-Erlebnis mit einer wohltuenden Behandlung von Händen oder Füßen ab.

Sie fühlen sich glänzend, und Ihre Nägel sind wunderschön gepflegt.

150 Minuten 250 €

So Spa Manifique

Gönnen Sie sich beide Signature-Behandlungen: Aromamassage/Körpermassage und Aromaplastie-Gesichtsbehandlung. Schwelgen Sie anschließend in unseren Spa-Beilagen: Eine Maniküre oder Pediküre mit einem speziellen Spa-Getränk rundet das Angebot ab. Genießen Sie unser vollständiges

Drei-Gänge-Menü!

150 Min 250 €

Pedi-chair-Deluxe-Behandlung

Lassen Sie sich auf unserem einzigartigen Pedi-chair von Kopf bis Fuß verwöhnen. Beginnen Sie mit einem wohlig warmen Fußbad und einer entspannenden Kopfmassage Ihr exklusives Pedi-Spa-Erlebnis. Runden Sie Ihr Pedi-Spa-Erlebnis mit einer luxuriösen Pediküre und einer Prolagen-

Lift-Hands-and-Soft-Feet-Massage ab. Fühlen Sie die absolute Entspannung.

90 Minuten

MENU SUGGESTION

60, 90 minutes & more

Gentlemen's Day

This package is specifically tailored to meet the needs of today's men. As much as it is about pampering, it is even more about immediate results on your body and skin.

Feel revitalized with this full, deep tissue body massage, includes scalp- and neck and a short facial. You feel good, you look good.

60, 90 minutes

Ladies Deluxe

Enjoy the complete ladies experience and pamper yourself from head to toe. Start with an Or Excellence Youthful Ritual facial and the body scrub of your choice followed by a body massage. Complete the spa experience with a blissful experience for hands and feet: You feel radiant, and your nails are beautifully groomed.

150 minutes 250 €

So Spa Manifique

Enjoy our two signature treatments; Aromamassage body massage and Aromaplastie facial treatment. Then Razzle Dazzle with our surprising Spa mignardises: manicure or pedicure served with a smooth cocktail! A three course menu including: facial, body massage, manicure or pedicure.

150 minutes 250 €

Pedi-chair Deluxe Treatment

Pamper yourself from head to toe with our absolutely exceptional Pedi-chair-Deluxe treatment. Start with a warm and pleasant footbath and a very relaxing head massage and complete your Pedi-spa experience with a luxurious pedicure and a Prolagene Lift Hands and soft Feet massage.

Experience this wonderful relaxation.

90 minutes

Spa time

Reservieren Sie eine Spa-Beratung und erstellen Sie gemeinsam mit unserem So SPA Team Ihr ganz individuelles Spa-Menü bzw. eine Kombination mehrerer Behandlungen.

Preise

Abhängig von der Dauer der Behandlung

30 Minuten € 60

60 Minuten € 115

90 Minuten € 160

150 Minuten € 250

Für einige Behandlungen bieten wir auf Nachfrage spezielle Anti-Aging Produkte. Hierfür berechnen wir einen Aufpreis von 30 €.

Behandlungen im So SPA

In den 30, 60, 90 Min. spa time sind 10 Min. Ritual- und Relaxtime und jeweils 20, 50, 80 Min. hands-on time inkludiert.

Ankunft im So SPA

Um Ihnen eine ungestörte Spa-Erfahrung zu ermöglichen, schlagen wir vor, dass Sie sich 10 Minuten vor Beginn der Behandlung bei uns einfinden. Entfliehen Sie dem Alltag und lassen Sie Ihre Gedanken hinter sich. Genießen Sie die Entspannung in einer ruhigen, gesunden und erfrischenden Umgebung. Wir empfehlen Ihnen vor der Behandlung einen Besuch in der Sauna, um die Wirkung der Behandlung zu intensivieren und um zu einer optimalen Balance von Geist, Körper und Seele zu finden.

Reservierungen

Hotelgäste bestätigen ihre Direktbuchungen an der Rezeption des So SPA durch ihre Unterschrift auf dem Reservierungsformular. Bei Buchungen externer Gäste, die diese direkt an der So SPA-Rezeption vornehmen, muss zur Sicherheit eine Kreditkarte vorgelegt werden, oder diese im Voraus bezahlt werden.

Stornobedingungen

Externe Gäste können gebuchte Behandlungen bis 24 Stunden und Hotelgäste bis 4 Stunden vorher stornieren. Andernfalls wird der Preis der gebuchten Behandlung zu 100 % zahlbar.

Geschenkgutschein

Ob Sie eine einstündige Massage oder einen ganzen herrlichen Wellness- Tag wählen – ein Geschenkgutschein ist ein edles und raffiniertes Geschenk für jeden Anlass. Unser So SPA Team steht Ihnen für weitere Informationen oder Buchungswünsche jederzeit zur Verfügung.

Für Ihren Komfort ...

iPod shuffles, Laufkarten, Fitness-Riegel und Wasserflaschen stellen wir Ihnen gerne kostenfrei zur Verfügung. Bitte fragen Sie unseren Concierge.

Spa time

Book Spa time and prepare your own spa journey and selection of treatments with our SO SPA team.

Prices

Depending on the time of your treatment

30 minutes € 60

60 minutes € 115

90 minutes € 160

150 minutes € 250

For some treatments we offer special anti-aging products on demand. With those products there is an additional charge of 30 €.

Treatments at So SPA

The 30, 60, 90 min. Spa time include a 10 min. relax ritual and an effective treatment time of 20, 50, 80 min.

Arrival at So SPA

To enhance your spa experience, we encourage you to arrive 10 minutes prior to your treatment. Throw off your shoes and indulge yourself with our luxurious robes and slippers, leave your cares at the door and unwind in our calming, therapeutic and relaxed environment. Give yourself time prior to your treatment to optimize the overall effects, and completely re-balance your mind, body and spirit.

Reservations

Bookings made by hotel guests directly with So SPA are guaranteed by the signing of a reservation. Bookings made by external guests directly with So SPA may be secured by a credit card or cash payment.

Cancellation Policy

Cancellation is free of charge if made 24 hours in advance. Hotel guests must give 4 hours notice, after which the full costs of the treatments will be charged. Cancellations can only be made at the So SPA.

Gift Voucher

A chic and refined gift that suits every occasion. Offer from one hour to an entire day of wellbeing. The So SPA team is at your disposal for any information or purchase.

For your convenience ...

We offer iPod shuffles, jogging map, fitness bar and water free of charge at our concierge desk for your running track.

Sofitel Frankfurt Opera
Opernplatz 16, 60313 Frankfurt
Telefon: 069/256695878
Email: H8159-TH@sofitel.com