



Grand SPA

MENU GRAND SPA

ZABIEGI NA TWARZ

ODMŁADZAJĄCY | SOTHYS

βP3 — intensywny zabieg z Tri Complex™

Zwalcza oznaki starzenia się skóry, redukuje istniejące zmarszczki i zapobiega pojawianiu się nowych.

Zabieg silnie ujędrnia i nawilża, a kompleks βP3 wspomaga wchłanianie składników aktywnych w głębokie partie skóry

80 min / 490 PLN

PRZECIWSTRARZENIOWY | ELEMIS

Pro kolagenowy

Pokonaj pierwsze oznaki starzenia się skóry za pomocą algi morskiej Padina pavonica i czerwonego koralu o silnym działaniu odmładzającym, dającym natychmiastowe rezultaty.

50 min / 380 PLN

LIFTINGUJĄCY | ELEMIS

Uniesienie i modelowanie

Pomaga przywrócić naturalne rysy twarzy dzięki silnym składnikom odżywczym. Zabieg pozostawia długotrwały efekt młodej skóry.

50 min / 380 PLN

80 min / 490 PLN

OKOLICE OCZU | SOTHYS

Pielęgnacja okolic oczu

Wyróżnia się szerokim spektrum działania, widocznie odmładza i redukuje objawy zmęczenia.

50 min / 280 PLN

NAWILŻAJĄCY | SOTHYS

Hydra3Ha Hyaluronic Acid™ — zabieg intensywnie nawilżający z ekstraktem z borowika szlachetnego.

Zabieg łączy nowoczesne i ultrawygodne konsystencje z innowacyjnymi składnikami aktywnymi, gwarantując optymalne nawodnienie skóry i jej doskonałą kondycję.

80 min / 480 PLN

ODŻYWCZY | SOTHYS

Zabieg sezonowy

Dawka tlenu zawarta w koktajlu z minerałów wzmocni skórę przed zimą, a koktajl witaminowy zrewitalizuje ją przed latem.

50 min / 380 PLN

WYCISZAJĄCY | SOTHYS

Spa™ Thermal Water — intensywne ukojenie

Odpowiadając na potrzeby delikatnej cery, oferujemy zabieg hipoalergicznymi i bezzapachowymi preparatami kosmetycznymi, które pomogą wyciszyć receptory skóry wrażliwej i nadwrażliwej. Właściwą pielęgnację zapewni Spa™ Thermal Water.

50 min / 380 PLN

ROZŚWIETLAJĄCY | ELEMIS

Superfood zabieg wegański

Odżywczy zastrzyk dla zestresowanej i matowej skóry. Bogate odżywienie, niezbędne minerały i probiotyki sprawiają, że skóra staje się gładsza, zdrowsza i bardziej jędrna.

50 min / 380 PLN

ZASTRZYK ENERGII | ELEMIS

Dla zmęczonej skóry. Dla mężczyzn

Bardzo efektywny zabieg dla poszarzałej, odwodnionej skóry i zmęczonych oczu. Masaż dynamiczny twarzy pobudza krążenie, podczas gdy masaż głowy i stóp relaksuje i głęboko odpręża.

50 min / 380 PLN

GRAND SPA

Powstańców Warszawy 12/14, 81-718 Sopot

tel.: +48 58 520 60 85 | e-mail: H3419-GR2@sofitel.com

www.sofitelgrandsopot.com



Grand SPA

MENU GRAND SPA

FACE TREATMENTS

REJUVENATING | SOTHYS

βP3 —Intensive treatment with Tri Complex™

It combats the signs of skin aging, reduces and prevents the appearance of wrinkles. It strongly firms and moisturizes, while the βP3 content supports the absorption of active ingredients in deep parts of the skin.

80 min / PLN 490

ANTI-AGING | ELEMIS

Pro-Collagen Age Defy

Tackle fine lines and wrinkles with the instant result of age-defying marine-charged Padina pavonica and red coral.

50 min / PLN 380

LIFTING | ELEMIS

Lift and Contour

The treatment helps to restore the natural features of your face thanks to strong nutritional ingredients. For a profoundly, sculpted youthful effect.

50 min / PLN 380

80 min / PLN 490

EYE AREA | SOTHYS

High eyeprotection

Distinguished by a broad spectrum of effectiveness. It immediately diminishes signs of fatigue and has a rejuvenating effect.

50 min / PLN 280

HYDRATING | SOTHYS

Hydra3Ha Hyaluronic Acid™

Hydrating intensive treatment with boletus extract. The treatment combines ultracomfortable textures with high performance active ingredients to bathe the skin with well-being and provide it with a sensation of absolute hydration.

80 min / PLN 480

NOURISHING | SOTHYS

Seasonal treatment

A dose of oxygen associated with a cocktail of minerals to boost the skin's defense before winter and with a cocktail of vitamins to revitalize it before summer.

50 min / PLN 380

SOOTHING | SOTHYS

Spa™ Thermal Water —intensive soothing

In response to the needs of delicate complexion, we offer a treatment with hypoallergenic and scentless cosmetics that will help soothe receptors of sensitive and hypersensitive skin. Proper skin-care will be provided with Spa™ Thermal Water.

50 min / PLN 380

PRO-RADIANCE | ELEMIS

Superfood vegan treatment

A nourishing boost for stressed and dull skin. Rich nutrition, essential minerals and probiotics leave skin smoother, healthier and much firmer.

50 min / PLN 380

HIGH PERFORMANCE

SKIN ENERGIZER FOR MEN | ELEMIS

The hard-working facial for ageing, dehydrated skin and tired eyes. Multidynamic facial massage sequences boost circulation, whilst scalp and foot massages deeply relax.

50 min / PLN 380

GRAND SPA

12 /14 Powstańców Warszawy Street , 81-718 Sopot
tel.: +48 58 520 60 85 | e-mail: H3419-GR2@sofitel.com

www.sofitelgrandsopot.com



Grand SPA

MENU GRAND SPA

GRAND SPA EXPERIENCE

Relaksacyjny masaż całego ciała połączony z masażem twarzy i głowy, przy użyciu odżywczego masła shea.

80 min / 420 PLN

MASAŻ KLASYCZNY

W zależności od intensywności może być leczniczy lub pobudzający. Łagodzi napięcia mięśni, działa przeciwbólowo, rozluźniająco, przyspiesza regenerację mięśni, poprawia jędrność i elastyczność skóry.

50 min / 280 PLN

80 min / 420 PLN

MASAŻ TKANEK GŁĘBOKICH

Dostosowany idealnie do indywidualnych potrzeb. Terapeuta wybierze aromatyczny olejek na ból mięśni, z właściwościami antystresowymi, odprężającymi i przywracającymi równowagę. Płynne techniki masażu obniżą napięcie mięśni, co sprzyja właściwemu krążeniu krwi.

50 min / 280 PLN

80 min / 420 PLN

MASAŻ RELAKSACYJNY ŚWIECĄ

Masaż świecą aromatyczną sprawia, że skóra staje się nawilżona, gładka i aksamitna w dotyku. Przynosi ukojenie i relaks, poprawiając przy tym kondycję skóry. Ciepło i unoszące się zapachy działają na wszystkie zmysły.

50 min / 280 PLN

80 min / 420 PLN

MASAŻ ANTYCELLULITOWY BAŃKĄ CHIŃSKĄ

Masaż pomaga pozbyć się zbędnych produktów przemiany materii oraz toksyn z organizmu. Ma nieocenioną moc w redukcji tkanki tłuszczowej oraz w kuracji antycellulitowej. Polecany również po wysiłku fizycznym.

50 min / 280 PLN

80 min / 420 PLN

MASAŻ GORĄCYMI KAMIENIAMI

Łączy tradycyjne techniki masażu z wykorzystaniem gorących kamieni. Przywraca równowagę, rozluźnia mięśnie, pobudza krążenie oraz metabolizm. Daje efekt odprężenia i relaksu. Polecany jest osobom zestresowanym, przemęczonym, o podwyższonym napięciu mięśniowym.

50 min / 280 PLN

80 min / 420 PLN

MASAŻ DLA KOBIET W CIĄŻY

Masaż prenatalny wykonywany jest przy użyciu odżywczego oleju. Jest całkowicie bezpieczny zarówno dla matki, jak i dziecka.

50 min / 280 PLN

MASAŻ CZĘŚCIOWY

25 -minutowy masaż wybranych partii ciała. Działa relaksująco i rozluźniająco, przywracając giętkość i swobodę ruchu, a także regeneruje organizm po wysiłku fizycznym i umysłowym.

25 min / 180 PLN

AROMATYCZNY PEELING CIAŁA

25 min / 170 PLN

AROMATYCZNE PODRÓŻE | SOTHYS

Nawilżający i odżywiający zabieg, podczas którego preparaty dobierane są w zależności od preferencji zapachowych.

Peeling + maska: **50 min / 280 PLN**

Peeling + masaż: **75 min / 380 PLN**

Masaż + maska: **75 min / 380 PLN**

Peeling + maska: **50 min / 280 PLN**

Peeling + maska + masaż: **110 min / 480 PLN**

MANICURE EXPRESS 130 PLN

PEDICURE EXPRESS 160 PLN

MANICURE ROYAL 180 PLN

PEDICUR ROYAL 210 PLN

GRAND SPA

Powstańców Warszawy 12/14, 81-718 Sopot

tel.: +48 58 520 60 85 | e-mail: H3419-GR2@sofitel.com

www.sofitelgrandsopot.com



Grand SPA

MENU GRAND SPA

GRAND SPA EXPERIENCE

A relaxing full body massage combined with facial and head massage, performed with nutritious Shea butter.

80 min / PLN 420

CLASSIC MASSAGE Depending on the intensity, the massage can be therapeutic or stimulating. It relieves muscle tension and pain, relaxes and increases muscle recovery, improves firmness and elasticity.

50 min / PLN 280

80 min / PLN 420

DEEP TISSUE MASSAGE

Tailored to individual needs, your therapist will select an aromatic oil for muscle pain, stress relief, relaxation or balance. Flowing massage techniques work deeper into the tension, encouraging optimum circulation.

50 min / PLN 280

80 min / PLN 420

RELAXING CANDLE MASSAGE

Aromatic candle massage leaves the skin moisturized, smooth and velvet. It delivers relief and relaxation, while improving the skin's condition. Heat and scents do wonders for all the senses.

50 min / PLN 280

80 min / PLN 420

CHINESE ANTI-CELLULITE MASSAGE

This massage helps to get rid of waste products and toxins from the body. It has inestimable power to reduce body fat and in anti-cellulite treatment. It is also recommended after exercise.

50 min / PLN 280

80 min / PLN 420

HOT STONE MASSAGE

Hot stone massage is a combination of traditional massage techniques with hot stones. It restores balance, relaxes muscles, stimulates circulation and metabolism. It guarantees the effect of peace and relaxation. This deeply relaxing treatment is recommended for people who are stressed, tired and suffer from increased muscle tension.

50 min / PLN 280

80 min / PLN 420

BODY TREATMENT FOR PREGNANT LADIES

Prenatal massage performed with nutrient oil. It is completely safe for both the mother and child.

50 min / PLN 280

PART MASSAGE

A 25-minute massage of selected body part. It leaves the body relaxed, restores its flexibility and freedom of movement, while also regenerates it after physical and mental activity. stressed, tired and suffer from increased muscle tension

25 min / PLN 180

AROMATIC BODY SCRUB

25 min / PLN 170

AROMATIC TRAVELS | SOTHYS

Moisturizing and nourishing treatment, during which formulas are chosen depending on your scent preferences.

Scrub + mask: **50 min / PLN 280**

Scrub + massage: **75 min / PLN 380**

Massage + mask: **75 min / PLN 380**

Scrub + mask: **50 min / PLN 280**

Scrub + mask + massage: **110 min / PLN 480**

MANICURE EXPRESS PLN 130

MANICURE ROYAL PLN 180

PEDICURE ROYAL PLN 210

PEDICURE EXPRESS PLN 160



Grand SPA

MENU GRAND SPA

PAKIETY SPA / SPA PACKAGES

LUKSUSOWY RYTUAŁ NA TWARZ I CIAŁO „SEKRETY” SOTHYS

Dwie i pół godziny dedykowane wyłącznie głębokiej relaksacji twarzy, ciała i zmysłów. Długo utrzymujące się efekty, widoczne nawet po tygodniu. Już po pierwszym zabiegu ciało jest wyjątkowo odprężone, a twarz rozpromieniona i piękna. Zabieg obejmuje peeling całego ciała, masaż oraz intensywnie odmładzający zabieg na twarz.

140 min / 1200 PLN

PRZERWA DLA PAŃ

Połącz dwa światy, wybierając zabieg na twarz i relaksujący masaż całego ciała. Aromatyczny koktajl minerałów rozświetli cerę, a głęboko odprężający masaż poprawi wydajność organizmu. Zabieg na twarz + masaż całego ciała.

110 min / 550 PLN

PRZERWA DLA PANÓW

Połącz dwa światy, wybierając męski zabieg na twarz i masaż tkanek głębokich, które poprawią ogólną wydajność ciała. Cera zostanie nawodniona i pobudzona do działania, a ciało głęboko zrelaksowane i naładowane energią. Zabieg na twarz + masaż całego ciała

110 min / 550 PLN

WSPÓLNE CHWILE WE DWOJE

Pierwszym krokiem do doświadczenia pełnego relaksu w naszym Grand SPA jest wygładzający peeling całego ciała. Po nim nastąpi wyjątkowy masaż aromatyczną świecą, a czas spędzony w spa zwieńczy specjalny zabieg na twarz dla niej i dla niego. Pakiet zawiera: - peeling ciała - masaż świecą całego ciała i głowy - ekspresowy zabieg na twarz ELEMIS (oczyszczenie, peeling, maska kremowa, krem)

110 min / 1350 PLN / 2 osoby

“SECRETS” BY SOTHYS LUXURIOUS FACE AND BODY RITUAL

A two and a half hours exclusively dedicated for a deep relaxation of your face, body and senses. Long lasting results, visible even one week after. After just the first treatment the body is profoundly relaxed and the face is radiant and beautiful. Packages includes body scrub, massage and intense anti-aging facial.

140 min / PLN 1200

TIME OUT FOR WOMAN

Enjoy the best of both worlds by combining a facial treatment with a relaxing full body massage. Aromatic mineral cocktail will leave your complexion radiant and deeply relaxing massage will improve your body performance. Facial treatment + full body massage

110 min / PLN 550

TIME OUT FOR MAN

Enjoy the best of both worlds by combining a men's facial with a deep tissue massage to improve total body performance. Rehydrates and energizes the complexion, whilst deeply relaxing and recharging the body. Facial treatment + full body massage

110 min / PLN 550

MOMENTS TOGETHER FOR COUPLES

A first step to experience blissful relaxation at our Grand SPA is a smoothing and relaxing body scrub, followed by an aromatic candle massage. The time spent at the SPA ends with a special facial treatment for her and for him. The package includes: body scrub, full body candle massage and express ELEMIS facial treatment (cleansing, scrub, cream mask, cream)

110 min / PLN 1350 / 2 persons