



TREATMENT MENU





Добро пожаловать в **BEFIT PRO SPA**

Территория абсолютного обновления, созданная для вашего комфорта и полной релаксации, здесь Вы сможете провести свой идеальный день.

Чарующая атмосфера СПА, искусно подобранные детали интерьера, утонченные ароматы, способствуют полноценному отдыху и заряду сил.

Мы представляем Вам меню,  
разработанное на премиальной продукции СПА - Elemis (Англия) и Sothys (Франция).  
Каждый СПА ритуал позволит Вам испытать необыкновенную релаксацию,  
молодость и красоту.

---

Welcome to **BEFIT PRO SPA**

The space of absolute renewal, comfort and complete  
relaxation to spend your perfect day.

The unique SPA atmosphere, sophisticated interior details, refined aromas  
contribute to a good rest and wellbeing.

Our menu is presented in partnership with premium SPA brands  
Elemis (England) and Sothys (France).  
Enjoy your every moment with us.

# BODY MASSAGES



# BODY MASSAGES

Смеси масел, богатые активными и ароматическими веществами, сочетаются с непревзойденным уровнем мастерства массажа. Для здоровой, обновленной кожи и глубоко расслабленных мышц.

Oil blends rich in active and transportive aromatics are combined with in unparalleled level of expertise of massage . For healthy, revitalized skin and deeply eased muscles.

## КЛАССИЧЕСКИЙ МАССАЖ - РАССЛАБЛЕНИЕ

60 мин | 750.000 / 90 мин | 875.000

Расслабляющий массаж является полезным антистрессовым действием. Успокоит дух и способствует крепкому сну. В основе техники – плавные разминания, разглаживания.

## БАЛИЙСКИЙ МАССАЖ - ЭНЕРГИЯ

60 мин | 800.000 / 90 мин | 925.000

Восстановит гармонию вашего естественного потока энергии с помощью разминки всего тела, среднего воздействия на мышцы, снимет напряжение, улучшит кровообращение. Регенерирует и освежает.

## СПОРТИВНЫЙ МАССАЖ - ВОССТАНОВЛЕНИЕ

60 мин | 850.000 / 90 мин | 975.000

Интенсивный массаж сочетается с пассивной гимнастикой. Позволяет проработать самые глубокие слои мышечной ткани, снять напряжение, вернуть телу подвижность и гибкость.

## МОДЕЛИРУЮЩИЙ МАССАЖ - ТОНУС ТЕЛА

30 мин | 700.000 / 60 мин | 850.000

Повысит упругость и тонус кожи. Стимуляция лимфатической системы способствует выводу токсинов и улучшению упругости кожи.

## ГЛУБОКИЙ МИОРЕЛАКСИРУЮЩИЙ МАССАЖ

75 мин | 900.000

Специальный массаж с дренажным эффектом укрепляет и разглаживает кожу, снимает боль и спазмы в мышцах, расслабляет и снимает усталость, улучшает микроциркуляцию, а также повышает эффективность фитнес – тренировок. Массаж рекомендован сразу после активных нагрузок, после длительного путешествия, поскольку эфирные масла кипариса и камфоры обеспечивают быстрый эффект глубокой релаксации.

## ЛОМИ ЛОМИ - ГАВАЙСКИЙ МАССАЖ

60 мин | 800.000 / 90 мин | 925.000

Массаж сочетает в себе лимфодренаж и плавное глубокое мышечное разминание. Основным результатом является повышение тонуса кожи, снятие отечности, гармонизация и улучшение обменных веществ.

## CLASSIC MASSAGE - RELAXATION

60 min | 750.000 / 90 min | 875.000

A soothing massage has a beneficial anti-stress and relaxing effect. The technique is based on smooth kneading, causing a deep feeling of calmness and contributing to a good night sleep.

## BALINESE MASSAGE - ENERGY

60 min | 800.000 / 90 min | 925.000

Restores the harmony of your natural energy flow with medium pressure technyque that will warm up muscle tissue, relieve tension, and improve blood circulation. Regenerates and refreshes.

## DEEP TISSUE MASSAGE - RECOVERY

60 min | 850.000 / 90 min | 975.000

Deep tissue massage, combined with stretching. This massage allows you to work out the deepest layers of pained muscle, restore mobility and flexibility to the body.

## SCULPTING MASSAGE - SHAPE & GLOW

30 min | 700.000 / 60 min | 850.000

An intensive massage, patting and pressing make the lymph in the body evenly distributed. Allows to smooth the skin, reduce cellulite and eliminate toxins.

## DEEP MIORELAXING MASSAGE

75 min | 900.000

A special massage with a drainage effect strengthens and smooths the skin, relieves pain and muscle tension, relaxes and relieves fatigue, improves microcirculation, and also increases the effectiveness of fitness training. Recommended right after active sports, long trip, helps with Jet-Lag. Combination of cypress and camphor essential oils cause a quick effect of deep relaxation.

## LOMI LOMI - HAWAIIAN MASSAGE

60 min | 800.000 / 90 min | 925.000

The massage combines lymphatic drainage and gentle kneading of the muscles. Improves skin texture, boosts immune system.

Когда время ограничено

When time is limited

### МАССАЖ ГОЛОВЫ

15 МИНУТ | 250.000

### МАССАЖ ГОЛОВЫ И ПЛЕЧ

25 МИНУТ | 550.000

### МАССАЖ СПИНЫ

35 МИНУТ | 600.000

### SCALP MASSAGE

15 MINUTES | 250.000

### HEAD AND SHOULDERS

25 MINUTES | 550.000

### WELLNESS BACK MASSAGE

35 MINUTES | 600.000

### РЕФЛЕКТОРНЫЙ МАССАЖ НОГ

30 МИНУТ | 550.000 / 60 МИНУТ | 700.000

### МАССАЖ СПИНА - НОГИ

45 МИНУТ | 650.000

### FOOT REFLEXOLOGY MASSAGE

30 MINUTES | 550.000 / 60 MINUTES | 700.000

### BACK AND FOOT MASSAGE

45 MINUTES | 650.000

## HIGHLY EFFECTIVE ULTRA-HYDRA MOISTURIZING CARE WITH HYALURONIC ACID HYDRA Ha4

90 min | 1.200.000

Comprehensive facial skin care designed to intensively moisturize, restore, protect and rejuvenate the skin. Hydra Hyaluronic Acid 4 formula contains 4 forms of hyaluronic acid and 2 patented active ingredients that provide immediate and long-lasting hydration and rejuvenating result. Suitable for all skin types.

## YOUTH INTENSIVE TREATMENT BP3. TRI-COMPLEX™

90 min | 1.200.000

Fundamental intensive rejuvenating program with VRZ TI peptide complex immerses you in deep relaxation and revival of youthful skin, affecting individual areas of the face and neck with special massage techniques. Aimed at global correction of age-related skin changes, relieving symptoms of stress and giving the skin a healthy glow and silkiness. The heart of the program is BP3 Tri-complex™ - saffron-sophora-peptides

## SEASONAL FACIAL CARE

60 min | 800.000

A comprehensive approach to skin care, including detoxification, oxygenating the skin, maintaining natural balance, strengthening the protective function, slowing down the processes of premature aging, remineralization and vitaminization, as well as skin restoration. A unique program created to maintain the radiance and health of your skin at any time of the year. Recommended for all skin types, especially for boosting the radiance.

# FACIAL MASSAGES

## ВЫСОКОЭФФЕКТИВНЫЙ УЛЬТРАУВЛАЖНЯЮЩИЙ УХОД С ГИАЛУРУНОВОЙ КИСЛОТОЙ HYDRA Ha4

90 мин | 1.200.000

Комплексный уход за кожей лица, разработанный для интенсивного увлажнения, восстановления, защиты и омоложения кожи. Формула Hydra Hyaluronic Acid 4 содержит 4 формы гиалуроновой кислоты и 2 запатентованных активных ингредиента, которые обеспечивают мгновенный и пролонгированный увлажняющий и омолаживающий результат. Подходит для всех типов кожи.

## ИНТЕНСИВНАЯ ОМОЛАЖИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА С VR3 TI ПЕПТИДНЫМ КОМПЛЕКСОМ.

90 мин | 1.200.000

Фундаментальная интенсивная омолаживающая программа с VR3 TI пептидным комплексом погружает в глубокое расслабление и возрождение молодости кожи, воздействуя на отдельные зоны лица и шеи специальными массажными техниками. Направлена на глобальную коррекцию возрастных изменений кожи, снятие симптомов стресса с кожи лица и придание ей здорового сияния и шелковистости. Сердце программы - VR3 Tri-complex™ - шафран-софора-пептиды

## СЕЗОННЫЙ УХОД ЗА ЛИЦОМ

60 мин | 800.000

Комплексный подход к уходу за кожей, который включает в себя детоксикацию, насыщение кожи кислородом, поддержание естественного баланса, укрепление защитной функции, замедление процессов преждевременного старения, remineralization и витаминизацию, а также восстановление кожи. Уникальная программа, разработанная для поддержания сияния, здоровья и красоты вашей кожи лица в любое время года. Рекомендуется для всех типов кожи, особенно для кожи, лишенной сияния.



# INTENSIVE BODY SHAPING TREATMENTS

Массаж тела с акцентом на проблемные зоны, направленный на коррекцию фигуры, дренаж и антицеллюлитный эффект

Customized treatments that focuses on problem areas, aimed for body shaping, lymphatic drainage and anti-cellulite effect

## ТОНУС ТЕЛА

*Омолаживающая корректирующая программа в борьбе с целлюлитом*  
2 часа | 1.700.000

Эксклюзивная программа объединяет потрясающую эффективность и чувственное удовольствие. Укрепляющий ритуал для тела PRO-Youth Body Treatment направлен на восстановление упругости и эластичности кожи и контроль над процессом жира сжигания. Улучшает микроциркуляцию, дренаж, выводит токсины. Это отличный комплимент для тонизирования дряблой кожи после похудения. *Подходит для женщин и мужчин.*

· *Эксфолиация*  
· *Корректирующий массаж на сыворотке Pro-youth Body Serum с пептидами*

**В подарок 1 крио процедура**

## ДРЕНАЖНЫЙ МАССАЖ С АНТИЦЕЛЛЮЛИТНЫМ ДЕЙСТВИЕМ

90 мин | 975.000

Процедура включает в себя специальную технику массажа на тонизирующем масле глуща, морских водорослей и таволги с эссенциальными маслами розового перца, лимона, мандарина, кипариса и розмарина. Комплексное воздействие этих масел обеспечивает детоксицирующий и противоотечный эффект, в результате подтянутый и стройный силуэт.

## SHAPE & GLOW

*A comprehensive anti-aging ritual, a powerful anticellulite effect*  
2 hours | 1.700.000

The exclusive program combines amazing efficiency and sensual pleasure. Firming ritual PRO -Youth Body Treatment is targeted to help restore skin firmness and elasticity, active control on fat burning process. Improves microcirculation, drainage, removes toxins. This is a great compliment plan to tone slackened skin post-weight loss. For men and women.

· *Exfoliation*  
· *Sculpting massage with corrective Pro-youth Body Serum with peptides*

**Complimentary 1 CRYO session**

## LYMPHATIC DRAINAGE MASSAGE WITH ANTI-CELLULITE ACTION

90 min | 975.000

The treatment includes a special massage technique with toning oil of ivy, algae and meadowsweet with essential oils of pink pepper, lemon, mandarin, cypress and rosemary. The complex effect of these oils provides a detoxifying and anti-puffing effect, result is a toned and firmed silhouette.



# BODY CARE

## САХАРНЫЙ ГОММАЖ "СЕКРЕТЫ SOTHYS»

45 МИНУТ | 800.000

Обогащенная текстура сахарного гоммажа обеспечит глубокую эксфолиацию и разглаживание рельефа кожи, роскошный фруктовый аромат.

## ИЗЫСКАННЫЙ СКРАБ КОРИЦА И ИМБИРЬ

45 МИНУТ | 700.000

Усилит микроциркуляцию, выровнит тон и микрорельеф кожи.

## ДЕТОКСИЦИРУЮЩИЙ СКРАБ СОЛЬ И САХАР

45 МИНУТ | 700.000

Насыщает кожу минеральными элементами, придавая ей мягкость и шелковистость.

## ПИТАТЕЛЬНОЕ ОБЕРТЫВАНИЕ-МАСКА

30 МИНУТ | 700.000

Роскошное кремовое обертывание окружает кожу нежной заботой, придавая ей бархатистость и сияние.

Дует масла Ши и масла Купуасу, а также экстракт огурца глубоко увлажняют и питают кожу, стимулируют регенерацию и обновление, успокаивают раздраженную кожу, удовлетворяя самый взыскательный запрос, как женщин, так и мужчин.

## SUGAR GOMMAGE "SECRETS OF SOTHYS»

45 MINUTES | 800.000

The rich texture of sugar gommage provides deep exfoliation and smoothes the surface of the skin, luxury fruity scent.

## DELICIOUS SCRUB CINNAMON AND GINGER

45 MINUTES | 700.000

Improves microcirculation, even skin tone and microrelief.

## DETOXIFYING SCRUB SALT AND SUGAR

45 MINUTES | 700.000

Saturates the skin with mineral pleasures, makes it soft and silky.

## NOURISHING WRAP - BODY MASK

30 MINUTES | 700.000

A luxurious cream wrap that gently hydrates the skin, leaving it velvety soft and radiant. The duet of Shea butter and Cupuacu butter, as well as cucumber extract deeply moisturize and nourish the skin, stimulate regeneration and renewal, soothe irritated skin, satisfying the most demanding request of both men and women.

# SPA PACKAGES FOR 1

Идеально подобранные процедуры улучшат ваши спа впечатления и позволят погрузиться в атмосферу обновления и расслабления

Individually tailored treatments enhance your spa experience, will allow you to plunge into an atmosphere of absolute renewal.

## ШЕЛКОВОЕ ЛЕТО

2,5 часа | 2.000.000

Ритуал сочетает в себе элегантность и утонченность. Сахарный гоммаж обеспечит глубокую эксфолиацию и пряный фруктовый аромат.

Подогретое в аромалампе питательное масло Ши придаст коже шелковистость и идеальную гладкость. Глубокое расслабление, длинные плавные движения, гармонизация всего тела.

- Финская сауна и зона отдыха
- Эксфолиация сахарным гоммажом
- Ломы ломы массаж на масле ШИ

## АБСОЛЮТНОЕ ОБНОВЛЕНИЕ

3 часа | 2.300.000

Комплексный уход за телом, дарящий коже мягкость, шелковистость и комфорт. После изысканного скрабирования следует балийский массаж для улучшения общего самочувствия. Питательная маска - обертывание подарит коже дополнительное увлажнение и шелковистость.

- Финская сауна и зона отдыха
- Эксфолиация скрабом Cinnamon and Ginger
- Балийский массаж на масле ШИ
- Обертывание - маска для тела

## СПА ТРАДИЦИИ ДЛЯ НЕГО

2 часа | 1.600.000

- Пилинг спины «Детокс соль-сахар» с эссенцией HOMME
- Глубокий миорелаксирующий массаж 75 мин
- Массаж головы

## СПА ТРАДИЦИИ ДЛЯ НЕЕ

3 часа | 2.200.000

- Пилинг тела «Детокс соль-сахар»
- Массаж «Расслабление» 90 мин
- Сезонный уход за лицом 60 мин

## SILK SUMMER

2,5 hours | 2.000.000

The ritual combines elegance and sophistication. The rich texture of sugar gommage provides deep exfoliation and long lasting fruity aroma. Nourishing Shea butter heated in an aroma lamp will give the skin silkiness and perfect smoothness. Deep relaxation, long smooth movements, harmonization of the whole body.

- Finnish sauna and relaxation area
- Exfoliation with sugar gommage
- Lomi lomi massage with SHEA butter

## ABSOLUTE RENEWAL

3 hours | 2.300.000

A complete full body care that gives skin softness and comfort. Lovely scented amber texture Cinnamon and Ginger body scrub is followed by a Balinese massage to enhance the well-being. Cocoon nourishing body mask - will give the skin extra hydration and silky appearance.

- Finnish sauna and relaxation area
- Exfoliation with Cinnamon and Ginger scrub
- Balinese massage with SHEA butter
- Nourishing body mask

## SPA TRADITIONS FOR HIM

2 hours | 1.600.000

- Back scrub «Detox salt & sugar» with HOMME essence
- «Deep Miorelaxing massage» 75 min
- Scalp massage

## SPA TRADITIONS FOR HER

3 hours | 2.200.000

- Body scrub «Detox salt & sugar»
- «Classic massage» 90 min
- Seasonal face care 60 min

# SPA PACKAGES FOR 2

Разделите ценное время вместе до или после процедуры, в роскошном и уединенном Couple SPA. Идеальное место отдыха, где индивидуально подобранные процедуры, улучшат ваши СПА впечатления. Утонченный дизайн, приватная зона отдыха, финская сауна позволят вам погрузиться в атмосферу обновления и расслабления.

Reconnect with yourself or spend quality time together in the luxurious and private Couple SPA. An ideal getaway where individually tailored treatments enhance your spa experience. Sophisticated design, private relaxation area, Finnish sauna will allow you to plunge into an atmosphere of absolute renewal.

## ЛЕТНИЙ БРИЗ ДЛЯ ДВОИХ

2,5 часа | 3.500.000

Ритуал Secrets of Sothys сочетает в себе элегантность и утонченность. Сахарный гоммаж обеспечит глубокую эксфолиацию и разглаживание рельефа кожи. Подогретое в аромалампе питательное масло Ши придаст коже шелковистость и идеальную гладкость. Глубокое расслабление, длинные плавные движения, гармонизация всего тела. Выраженный омолаживающий эффект!

- Финская сауна и зона отдыха
- Эксфолиация сахарным гоммажом
- Ломы ломы массаж на масле ШИ

## АБСОЛЮТНОЕ ОБНОВЛЕНИЕ

3 часа | 4.300.000

Комплексный уход за телом, дарящий коже мягкость, шелковистость и комфорт. После изысканного скрабирования следует балийский массаж для улучшения общего самочувствия. Питательная маска - обертывание подарит коже дополнительное увлажнение и шелковистость.

- Финская сауна и зона отдыха
- Эксфолиация скрабом Cinnamon and Ginger
- Балийский массаж на масле ШИ
- Обертывание - маска для тела

## СПА ДЛЯ ДВОИХ

2,5 часа | 3.200.000

- Финская сауна и зона отдыха
- Пилинг тела «Детокс соль-сахар»
- Массаж «Расслабление» / «Пробуждение» 90 мин

## SUMMER BREEZE FOR TWO

2,5 hours | 3.500.000

The Secrets of Sothys ritual combines elegance and sophistication. The rich texture of sugar gommage provides deep exfoliation and smoothes the surface of the skin. Nourishing Shea butter heated in an aroma lamp will give the skin silkiness and perfect smoothness. Deep relaxation, long smooth movements, harmonization of the whole body. Visible rejuvenating effect.

- Finnish sauna and relaxation area
- Exfoliation with sugar gommage
- Lomi lomi massage with SHEA butter

## ABSOLUTE RENEWAL

3 hours | 4.300.000

A complete full body care that gives skin softness and comfort. Lovely scented amber texture Cinnamon and Ginger body scrub is followed by a Balinese massage to enhance the well-being. Cocoon nourishing body mask - will give the skin extra hydration and silky appearance.

- Finnish sauna and relaxation area
- Exfoliation with Cinnamon and Ginger scrub
- Balinese massage with SHEA butter
- Nourishing body mask

## YOUR SPA TIME FOR TWO

2,5 hours | 3.200.000

- Finnish sauna | Relaxation room
- Body scrub «Detox salt & sugar»
- «Relaxing massage» / «Revitalizing massage» 90 min

Дополнительная информация: Услуга комнаты для одного Couple SPA 250.000  
Для двоих 400.000  
Подарочная коробка Befit Spa 200.000

Additional information: Couple SPA room for one 250.000  
For two 400.000  
Befit Spa gift box 200.000



# CRYOTHERAPY

Криотерапия — это научно доказанная, инновационная и быстрая процедура для всего тела, при которой тело подвергается воздействию экстремальных температур до  $-160^{\circ}\text{C}$  с целью улучшения: **общего состояния здоровья, физической формы, снижения веса, восстановления организма.**

Cryotherapy is a scientifically proven, innovative and quick whole body treatment that exposes the body to extreme temperatures as low as  $-160^{\circ}\text{C}$  in order to promote: **overall health, fitness, weight loss, recovery and beauty benefits.**

## ВСЕГО 3 МИНУТЫ ПРОЦЕДУРЫ КРИОТЕРАПИИ ПОМОГУТ ВАМ:

- Стимулировать кровообращение
- Ускорить восстановление мышц
- Укрепить иммунную систему

1 сеанс | 375.000  
10 сеансов | 3.375.000  
20 сеансов | 6.500.000

## ONLY 3 MINUTES OF CRYOTHERAPY TREATMENT HELPS YOU TO:

- Stimulate blood circulation
- Speed up muscle recovery
- Strengthen the immune system

1 treatment | 375.000  
10 treatments | 3.375.000  
20 treatments | 6.500.000

# SOLARIUM

Солярий **Iso Italia** - удобный, безопасный, технологичный, обеспечивает максимальный комфорт во время сеанса загара.

---

Solarium **Iso Italia** - convenient, safe, technological, provides maximum comfort during a tanning session.

**4 МИНУТЫ - 120.000**

Дополнительно каждая минута + 20.000

Рекомендованный пакет 60 минут - 1.200.000

(5/7/9/12/13/15 мин.)

---

**4 MINUTES - 120.000**

Additionally every minute + 20.000

Recommended package of 60 minutes - 1.200.000

(5/7/9/12/13/15 min.)



Просим вас сообщить администратору всю необходимую информацию о ваших предпочтениях для того, чтобы ваше пребывание было идеальным: наличие аллергии, противопоказаний, ожидание от процедуры.

#### **ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ И ЧАСЫ РАБОТЫ СПА**

Будние дни с 8:00-23:00.

Выходные (сб-вс) 08:00-22:00.

#### **ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ БРОНИРОВАНИЕ**

Мы настоятельно рекомендуем бронировать Ваше время визита заранее, чтобы убедиться, что выбранное Вами время доступно. В случае опоздания в назначенное время, мы вынуждены будем сократить время процедуры за полную ее стоимость.

#### **ПОЛИТИКА ОТМЕНЫ**

В случае отмены или переноса вашей встречи, пожалуйста, сообщите об этом за 24 часа.

#### **ВОЗРАСТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

Минимальный возраст для посещения 18 лет.

Мы рады предоставить подходящие процедуры для подростков до 16 лет с разрешения родителя.

#### **ПОДАРОЧНЫЙ СЕРТИФИКАТ**

Доступны подарочные сертификаты на любую услугу из меню или на определенный суммовой номинал. Подарочный сертификат действителен 1 месяц со дня приобретения. Не подлежит возврату или обмену в денежный эквивалент.

#### **ОПЛАТА**

Разрешены виды оплаты банковской картой и наличными (суммы).

---

We kindly ask you to provide the administrator with all the necessary information about your preferences for a smoother experience: allergies, contraindications, expectations from the treatment.

#### **SPA ETICKET AND OPENING HOURS**

Weekdays from 8:00-23:00.

Weekends (Sat-Sun) 08:00-22:00.

#### **PRE-RESERVATION**

We strongly recommend booking your appointment time in advance to ensure your chosen time is available. In case of late arrival at the appointed time, we will be forced to reduce the treatment time at the full price.

#### **CANCELLATION POLICY**

If your appointment is canceled or rescheduled, please provide 24 hours' notice.

#### **AGE REQUIREMENTS**

Minimum age to visit is 18 years.

We are happy to provide suitable treatments for teenagers under 16 years of age with parental permission.

#### **GIFT CERTIFICATE**

Gift certificates are available for any service from the menu or for the deposit amount. The gift certificate is valid for 1 month from the date of purchase. No cash refunds or exchanges will be accepted.

#### **PAYMENT**

The types of payment by bank card and cash (local currency) are accepted.