

THE SPA  
— AT —  
MANDARIN ORIENTAL  
—  
BOSPHORUS  
ISTANBUL

# İSTANBUL'A ÖZEL

## BOĞAZ MELTEMİ

**2 saat 30 dakika**

Bu eksiksiz vücut bakımı, tıpkı Boğaz'dan esen meltem gibi ruhunuzu ferahlatacak ve canlandıracak. Tüm vücuda uygulanan bu bakım, zihni arındıran ada çaylı vücut peeling'i ile başlar ve aromatik vücut masajı ile devam eder. Rahatlatıcı bir yüz bakımı ve baş masajı ile sonlanan deneyim tüm vücudu dinlendirir.

## BOĞAZ'IN İNCİSİ

**2 saat**

Unutulmaz bir Spa deneyimi için geleneksel Spa ritüellerinin bir araya getirildiği bu bakım, misafirlere eşsiz bir sağlıklı yaşam deneyimi sunar. Geleneksel ritüelleri ve modern teknikleri bir araya getiren Boğaz'ın İncisi bakımında geleneksel Oriental Hamam ile başlayan eşsiz Spa yolculuğu, boyun ve omuzlara odaklanan tam vücut akupunktur masajıyla bütünlenip, ayak masajı ile tamamlanır. Bakım sonrası ferahlatıcı bir bitki çayı ve geleneksel Türk lokumu servisi ile deneyiminiz taçlanır.

## SULTAN SÜİTİ DENEYİMİ

**3 saat**

Hayat sevdiklerinizle paylaşınca güzeldir. Çiftlere özel bu 3 saatlik bakım, sevdiklerinizle eşsiz bir deneyim yaşamanız için tasarlanmıştır. Bakımda Ting Quan terapisi, aromatik Jakuzi, Aromaterapi masajı ve kişiye özel yüz bakımı sunulmaktadır. Bu rahatlatıcı ve romantik deneyim, ferahlatıcı bir bardak bitki çayı ve taze meyve tabağı ile taçlanarak son bulur.





# TÜRK HAMAMI DENEYİMLERİ

## HAMMAM RITUALS

Uzak Doğu esintileri taşıyan bu hamam deneyimi, vücudu canlandıran kese uygulaması ile başlar ve rahatlatıcı köpük masajı ile devam eder. Ayaklarınız ponza taşıyla ölü deriden arındırılırken, doğal hamam maskesi bütün vücudunuza uygulanır. Ayaklarınız ve başınızdaki meridyen çizgilerine size özel bileşenlerle hazırlanan bir yağ ile uygulanan masaj, bütünsel bir uyuma kavuşmanızı sağlar. Deneyim, saçlarınızın imzamızı taşıyan yenileyici Quintessence şampuan ile yıkanmasının ardından tamamlanır.

Geleneksel Türk hamamları; rahatlama, iyi hissetme, temizlenme ve arınma mekanları olarak Osmanlı döneminden günümüze kadar gelmiştir.

Geleneksel Türk hamamı deneyimlerimiz, misafirlerimiz için farklı sürelerde üç farklı seçenek olarak tasarlanmıştır.

## SULTAN HAMMAM

**1 saat**

Kese, Köpük Masajı ve Nemlendirici Vücut Maskesi

## ORIENTAL HAMAM

**45 dakika**

Kese ve Köpük Masajı

## GELENEKSEL HAMAM

**30 dakika**

Canlandırıcı Kese

\*Geleneksel Hamam paketinizi, masajlarımız veya yüz bakım terapilerimizden biriyle birleştirebilirsiniz. Daha fazla bilgi için lütfen Spa yetkililerimizle görüşünüz.





# MANDARIN ORIENTAL'A ÖZGÜ TERAPİLER

## ZAMAN RİTÜELLERİ™

**1 saat 50 dakika / 2 saat 50 dakika**

Mandarin Oriental'a özel "Zaman Ritüelleri" konsepti, misafirlerimizin tek bir bakım seansı yerine, ihtiyaç duydukları zamanı bir bütün olarak rezerve etmeye teşvik ederek, hizmetlerin kişiselleştirilmesine imkan verir.

## ORIENTAL QI

**1 saat 20 dakika**

Doğu'ya özgü meridyen masajının güçlü etkisini özel bitki yağlarının şifalı özellikleriyle bir arada sunan, rahatlatıcı ve dinlendirici bir vücut masajı ritüeli, sade ve benzersiz bir Spa deneyimidir.

## DİJİTAL YAŞAMDAN KAÇIŞ

**1 saat 20 dakika**

Dijital cihazlardan kaynaklı stresi hafifletmek amacıyla baş, gözler, boyun, omuzlar, eller ve ayaklar üzerine yoğunlaşan, canlandırıcı ve dinlendirici bir bakımdır.

## İÇSEL GÜÇ

**1 saat / 1 saat 30 dakika**

Özel olarak hazırlanmış dengeleyici aromatik yağlar ile günlük yaşamın stresinden, fiziksel gerginlikten kurtulmak ve kaygıları azaltmak için uygulanan, dinlendirici ve rahatlatıcı bir masajdır.





# MANDARIN ORIENTAL'A ÖZGÜ TERAPİLER

## AKILLI HAREKET

**1 saat 30 dakika**

Akıllı Hareket, derin kas manipölasyonu ve kasların esnetilip uzatılması yoluyla duruş bozukluklarını düzeltmek ve eklem hareketliliğini geliştirmeye destek olmak amacıyla tasarlanmıştır. Bu tedavi, tetik noktaların gevşetilmesi ile kas dokusunu yumuşatmaya, gerginliği gidermeye, dolaşımı artırmaya ve vücudun genel hareketliliğini iyileştirmeye yardımcı olur.

*\*Bu tedavi postural egzersizler ve klinik pilates ile birleştirilebilir.*





# SEYAHAT EDENLERE ÖZEL

## DERİN UYKU

**1 saat / 1 saat 30 dakika**

Yoğun dinlendirici özelliğe sahip Derin Uyku, rahatlatıcı ve sinir sistemini dengeleyici etkileriyle yorgun zihni rahatlatarak sizi iyi bir gece uykusuna hazırlayan, ideal bir bakımdır.

## UZAK DOĞU AYAK TERAPİSİ

**50 dakika**

Uzak Doğu felsefesinde ayaklar, vücudun işlev ve sistemlerinin aynası kabul edilir. Ayak ve bileklerdeki enerji noktalarına uygulanan rahatlatıcı bir masajla tamamlanan terapi, doğal enerjinizin arttığını ve gerginliğinizin hafiflediğini hissettirir.





# VÜCUT MASAJLARI

Tüm masaj ve bakımlarımız her konuğumuz için özelleştirilmektedir. Seans öncesinde terapistiniz, ihtiyaçlarınızı anlamak üzere kapsamlı bir konsültasyon yapar ve kaslarınızı rahatlatmak, kan dolaşımınızı hızlandırmak ve genel sağlığınıza katkı sağlamak amacıyla farklı tekniklerin kullanıldığı en uygun terapiyi belirler.

## RAHATLATICI ORIENTAL ESSENCE

**1 saat / 1 saat 30 dakika**

Mandarin Oriental imzalı Spa terapilerinin bir parçası olan bu masaj, yorgun düşmüş seyahatseverler, stres altında çalışanlar ya da sadece boyun ve omuzlarındaki gerginlikten kurtulmak isteyenler için tasarlanmıştır.

## AROMATERAPİ

**50 dakika / 1 saat 30 dakika**

Derinlemesine terapi etkileri bulunan bu bütünsel uygulamada uçucu yağların gücü, en iyi Doğu ve Batı masaj teknikleriyle birleştirilerek fiziksel rahatlama ve huzur yaratırken, aynı zamanda zihni berraklaştırır ve pozitif duygular uyandırır.

## SICAK TAŞ TERAPİSİ

**1 saat 20 dakika**

Bu rahatlatıcı masajda, enerji üretmek, denge ve dinginlik hissi yaratmak için ısıtılmış değerli taşlar kullanılır ve kaslarınızda uzun süredir var olan gerginliğin giderilmesi sağlanır.

## HAMİLE MASAJI

**50 dakika**

Gebelik döneminde güvenle kullanılabilecek yağlardan dilediğinizi seçerek cildinizi besleyebilir ve bakım yaptırabilirsiniz. Bu uygulamada, sırtın üst kısmı ve omuzlardaki gerginliği rahatlatmak için geleneksel aromaterapi masajı kullanılır.

## THAI MASAJI

**1 saat 20 dakika**

Thai stili rahat giysiler içinde uygulanan bu geleneksel masaj, bir yer minderi üzerinde gerçekleştirilir. Yumuşak beşik hareketlerini ritmik parmak akupunkturu ve destekli esnetme ile birleştirerek vücudunuzu ve zihninizi derinlemesine rahatlatıp yenilemeyi amaçlar. Masaj ayrıca, daha fazla esneklik sağlama, eklem ve kas gerginliğini giderme ve vücudun enerji sistemini dengeleme gibi iyileştirici özelliklere sahiptir.

## UZAK DOĞU TERAPİSİ

**1 saat / 1 saat 30 dakika**

Doğu ve Batı uygulamalarını harmanlayan bu masaj, esnetmeye ve akupunktur noktalarına baskı yapmaya odaklanır. Kol ve dirsekle uygulanan derin doku teknikleri, Thai masajının ritmik esnetmeleriyle bir araya getirilir. Aktif kas ve eklem hareketleri, derin kas gerginliklerini rahatlatmaya yardımcı olur.



# PEELING VE VÜCUT SARGI BAKIMLARI

## ORIENTAL VÜCUT PEELING'İ

**20 dakika**

Mandarin Oriental imzalı Quintessence peeling uygulamasında beş element yer alır. Sıcacık zencefil, canlandırıcı mandalina ve kutsal akgünlük ağacı özleri, zihin ile duyguları uyumlarken, deniz tuzu ve badem yağı birlikte çalışarak cildi canlandırır ve düzgünleştirir.

## YOSUNLA VÜCUT SARGILAMA BAKIMI

**50 dakika**

Yumuşak bir peeling ile cildi arındıran bu bakım, deniz yosunu sargısı ile vücudu detoksifiye eder. Aktif bileşenler ve nemlendirici ürünlerle bir arada uygulanan bu tedavi, vücudu arındırırken, doğal yenilenme fonksiyonlarını da geri kazandırır.





# BÜTÜNSEL CİLT BAKIMI

## BÜTÜNSEL CİLT BAKIMI

Aromatherapy Associates, 30 yılı aşkın süredir aromaterapinin ön saflarında yer almaktadır. Vücudu beslemek ve ruhu güçlendirmek için uçucu yağların doğal gücünden faydalanmak çok önemlidir. Kullanılan uçucu yağlar, fiziksel, zihinsel ve duygusal sağlığı iyileştirmede oldukça etkilidir.

## KİŞİYE ÖZEL AROMATERAPİ YÜZ BAKIMI

**50 dakika / 1 saat 20 dakika**

Cilt tipinizi belirleme amaçlı bir yüz değerlendirmesiyle başlayan uygulamada, terapistlerimiz Aromatherapy Associates markasının yüz bakımı serisinden cildinizin gereksinimlerine uygun ürünleri seçerek, size eşsiz bir deneyim sunar. Bu cilt bakımı hamilelik sırasında da uygulanabilir.

## YAŞLANMA KARŞITI YÜZ BAKIMI

**1 saat 30 dakika**

Cildinizde uzun süre kalıcı ve gözle görülür kaldırma, şekillendirme ve sıkılaştırma sonuçlarını anında ortaya çıkararak, pürüzsüz ve sağlıklı bir görünüme kavuşmanızı sağlar. Kırışıklıklar ve çizgiler, yerini daha yumuşak ve genç görümlü bir cilde bırakır.



# İLERİ SEVİYE CİLT BAKIMI

## BIOLOGIQUE RECHERCHE CİLT BAKIMLARI

40 yıl önce Biologique Recherche kurulduğunda, mevcut ürünlerden memnun olmayan profesyoneller için yeni formüller geliştirme misyonunu üstlenmişti ve bir araştırma ve geliştirme laboratuvarı işlevi görmekteydi.

Günümüzde ise Biologique Recherche Methodology, güzellik bakımına olan klinik yaklaşımları; saf, konsantre ve işlem görmemiş içerikleri; yenilikçi ve titiz protokol ve prosedürleri ile ünlenmiştir.

## SOIN RESTRUCTURANT ET LISSANT

### 1 saat 10 dakika

Hassas cildi nemlendiren ve dengeleyen yaşlanma karşıtı bir bakımdır. Daha canlı, genç ve sağlıklı bir cilt elde etmenizi sağlar.

## THE LIFT C.V.S.

### 1 saat 10 dakika

Cildi ölü deriden temizleyen, sıkılaştıran ve yeniden yapılandıran bir yüz bakımıdır. Cildi nemlendirir ve dış etkenlere karşı korur. Normal, karma veya yağlı ciltler için önerilir.

## SOIN TACHES PİGMENTASYON TEDAVİSİ

### 1 saat 10 dakika

Anında aydınlatma etkisi yaratarak, mevcut pigment lekelerini ve düzensizlikleri

önler ve azaltır. Bu sayede cildiniz daha parlak ve saf görünür.

## LOTION MC 110

### 50 dakika

Cansız veya elastikiyetini kaybetmiş, reaktif olmayan ciltleri toparlar; ince çizgi ve kırışıklıkları azaltırken, bir yandan da cildin yeniden yapılandırmasını ve yenilenmesini destekler.

## THE BOOSTER VIP O2 OKSİJEN CİLT BAKIMI

### 50 dakika

Cilt dokusunun daha iyi oksijen almasını sağlayan bir mikro masaj yüz bakımıdır. Dış etkenlerden kaynaklanan zararlı ve kirliliğe yol açan partikülleri ortadan kaldırarak cildi detoksifiye eder ve parlaklığını geri kazandırır. Sağlıkla parıldayan bir cilde kavuşmanıza yardımcı olur.

## BIOLOGIQUE RECHERCHE ONLY FOR YOU WITH SECOND SKIN - İKİNCİ CİLT

### 1 saat 10 dakika

İkinci Cilt, profesyonel kozmetik dünyasında ilk kez %80 hyalüronik asit içeren bir nanofiber maske ile zarar görmüş ciltleri hedefler. Cildi daha dolgun ve pürüzsüz gösteren bu olağanüstü anti-aging tedavisi, yaşlanmanın belirtilerini gözle görünür şekilde azaltır.

70 dakikalık bakımlarınızı güçlendirmek için...

## CO - FACTEURS BIOLOGIQUE RECHERCHE GÜÇLENDİRİCİ MASKELER

### 20 dakika

Daha da belirgin sonuçlar elde etmek için, cilt bakımına eklenebilen, yüzün şekli ile ihtiyacına uyum sağlayan Biologique Féérie, Collagène Caviar, Pigm400, Patch Defatigants veya Dekolte bakım maskeleri uygulanarak, kişiye uygun özel ve yoğun bir tedavi oluşturulur.



# VALMONT

## BISSES NEMLENDİRME

60 dk / 75 dk

Lenfatik sistemi hedef alan, yavaş ve nazik masaj ile epidermisi suyla doldurarak cildin canlı, esnek ve dolgun görünmesini sağlar.

## CANLANDIRICI BUZUL BAKIMI

60 dk

Hücrel oksijenlenmeyi uyarır, yorgunluk izlerini azaltır ve cilde taze, ısıltılı bir görünüm kazandırır.

## İŞİLTİ BAKIMI

60 / 75 dk

Yüz refleksolojisi temelli bu bakım, cilt dokusunu arındırır, pürüzsüzleştirir ve aydınlık bir görünüm ortaya çıkarır.

## YÜZ LIFTING BAKIMI

60 / 75 dk

Fasya terapidenden ilham alan bu derin masaj, kasları tonlayarak kırışıklıkları azaltır ve yoğun pürüzsüzlük etkisi sunar.

## SIKILAŞTIRICI YÜZ BAKIMI

60 / 75 dk

Derin doku yüz masajı ile cilt sıkılığını artırır, daha genç ve belirgin hatlara sahip bir görünüm sağlar.



# YÜZ BAKIMINA EK OPSİYONLAR

## BUZUL İKSİRİ BAKIMI

20 dk

## GÖZ BAKIMI

20 dk





# VÜCUT BAKIMLARI

## İNCELME DENİZ YOSUNU ANTI-SELÜLİT VE DETOKS TEDAVİSİ

**1 saat / 30 dakika**

Bu bakım, selülit ve çukurların üzerinde yoğun drenaj sağlayarak, ısı yatağının yarattığı termal etki sayesinde aktif deniz bileşenlerini serbest bırakır ve böylece mineralleri geri kazandırır, su ve toksin birikimlerini atarak vücudu arındırır. Anında harika bir rahatlık hissi verir.

## DETOKS SARGI BAKIMI

**1 saat**

Yumuşak bir peeling ile cildi arındıran bu bakım, deniz yosunu sargısı ile vücudu detoksifiye eder. Aktif bileşenler ve nemlendirici ürünlerle bir arada uygulanan bu tedavi, vücudu arındırırken doğal yenilenme fonksiyonlarını da geri kazandırır.

## İNCELME VÜCUT BAKIMI

**60 dk**

Yoğurma, perküsyon, friksiyon ve düzleştirme hareketleriyle silueti yeniden şekillendirir. Valmont Butterfly Touch tekniğiyle dokuların derinliklerine etki ederek vücudu şekillendirir, sıkılaştırır ve yeniden tanımlar.

# MLX I<sup>3</sup>DOME

MLX i<sup>3</sup>Dome cihazı yeni nesil bir detoks uygulamasıdır. Plazma, ışık ve ileri kızılötesi teknolojisini bir araya getirerek, üç ultra etkili tedavi yöntemini aynı anda kullanır.

## GHARIENI MLX DOME - VÜCUT

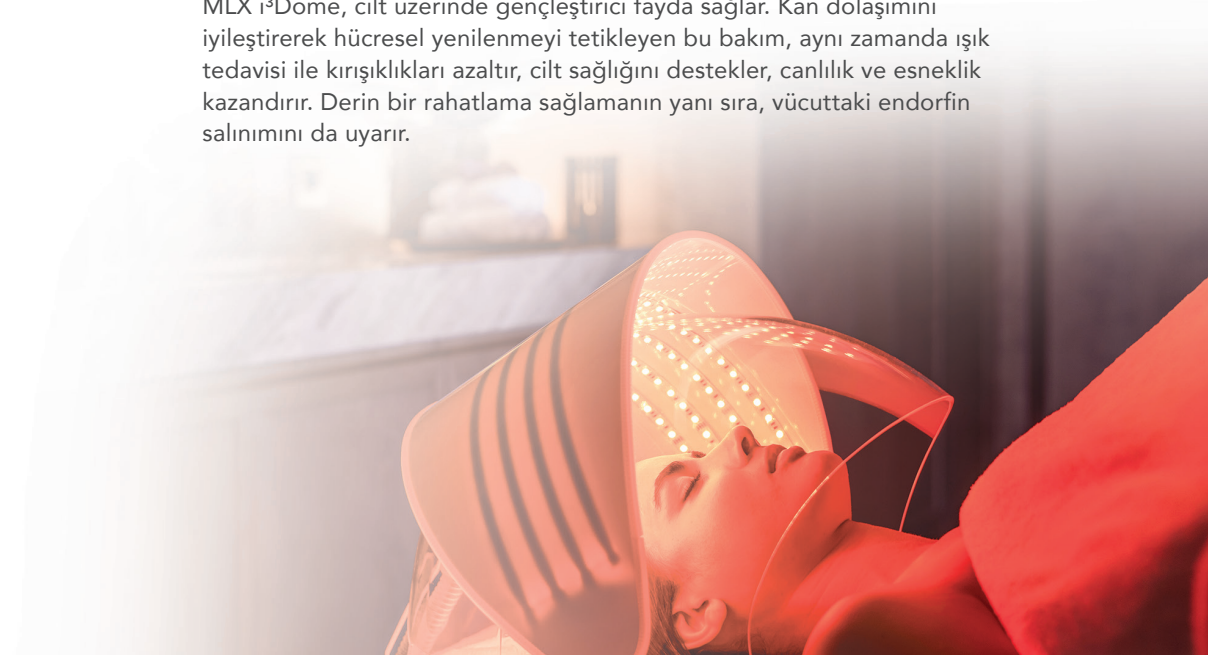
**20 dakika / 40 dakika**

Uzman terapistler tarafından uygulanan masaj ile kan dolaşımı düzenlenerek ekstra rahatlama sağlanır.

## GHARIENI MLX DOME - YÜZ

**20 dakika / 40 dakika**

MLX i<sup>3</sup>Dome, cilt üzerinde gençleştirici fayda sağlar. Kan dolaşımını iyileştirerek hücresel yenilenmeyi tetikleyen bu bakım, aynı zamanda ışık tedavisi ile kırışıklıkları azaltır, cilt sağlığını destekler, canlılık ve esneklik kazandırır. Derin bir rahatlama sağlamanın yanı sıra, vücuttaki endorfin salınımını da uyarır.



# ERKEKLERE ÖZEL

## CİLT BAKIMI

**50 dakika / 1 saat 20 dakika**

Yorgun ve stresli ciltler için besleyici, arındırıcı ve dengeleyici olan bu yüz bakımı, doğal bitkisel ürünler ve çiçek esansları kullanılarak özellikle erkekler için formüle edilmiştir.

## DE-STRESS MASAJI

**50 dakika**

Yoğun olarak omuz, sırt ve boyun bölgelerinde meydana gelen kas ağrılarını, gerginlikleri ve stresi azaltmak için uygulanan canlandırıcı üst vücut masajıyla enerjinizi artırın.

## SPA YOLCULUĞU

**1 saat 50 dakika**

Geleneksel Türk Hamamı'nda kese ile vücudunuz arındırıldıktan sonra kaslarınızdaki gerginliği ve stresi gidermek için menüden seçtiğiniz canlandırıcı masaj seçeneklerimizden biriyle tam bir rahatlama ve dinlenme sağlayıp, ardından 40 dakikalık cilt bakımı ile kendinizi şımartabilirsiniz.

30 dakika kese, 50 dakika masaj, 30 dakikalık cilt bakımı.





# ŞARTLAR VE KOŞULLAR

## ÇALIŞMA SAATLERİ

Fitness Merkezi ve Havuz : Haftanın her günü 07.00 - 22.00

Spa Bakımları : Haftanın her günü 10.00 - 21.00

İsteğe Bağlı 24 Saat Hizmet

## İPTAL POLİTİKASI

Olası bir iptal durumunda tarafınıza herhangi bir ücretin yansıtılmaması için en az 12 saat öncesinden yetkililere bilgi vermeniz gerekmektedir. Bakıma 6 saat kala yapılacak iptallerde ücretin %50'sinin ödenmesi talep edilecektir. Geçerli kredi kartı bilgisi rezervasyon aşamasında alınmaktadır.

## SPA KURALLARI

Huzurlu ve dingin bir atmosferle çevrelenen Spa'mızda, misafirlerimizin mahremiyeti ve dinginliği önceliğimizdir. O nedenle cep telefonlarınızın kapalı veya sessize alınmış olduğundan emin olmanızı rica ederiz.

## SPA'YA VARİŞİNİZ

Spa resepsiyonuna planlanan bakımınızdan en az 30 dakika önce varmanızı öneririz. Bu durum; bize bakımınız öncesinde beklentileriniz hakkında konuşabilme fırsatı verirken, siz misafirlerimize de sunduğumuz ısı deneyimlerinden ve ıslak alanlardan yararlanabilmeniz için yeterli zamanı tanıyacaktır. Gecikmelerin bakım sürelerine ilave edilmeyeceğini belirtmek isteriz.

## YAŞ SINIRLAMASI

Spa ve spor/sağlıklı yaşam merkezimiz 16 yaşından büyük misafirlerimizin kullanımına açıktır.

## SPA BUTİK

Spa deneyiminize evde devam edebilmeniz için bakımlarınızda ve hizmetlerinizde kullanılan tüm ürünleri Spa butiğimizden satın alabilirsiniz.

## HEDİYE KARTI

Spa tutkunları için ideal bir hediye alternatifi olan bu kartlar; [mandarinoriental.com/gift-cards](http://mandarinoriental.com/gift-cards) adresinden ve Spa'nın danışma bölümünden temin edilebilir.