

**R I X O S**  
PRESIDENT ASTANA

Kunayev street 7, Astana,  
Kazakhstan, 010000  
tel: +7 7172 24 50 50  
[www.rixos.com](http://www.rixos.com)

Working hours: 07:00 - 23:00

*Rixos Wellness & Spa*

*pure sensation...*

*pure relaxation...*

Located in the heart of Astana, the Rixos Wellness and Spa is city's most luxurious retreat. A place to unwind, restore and invigorate the body and mind. Surrounded by gentle interiors, advanced fitness equipment, an expansive swimming pool, steam rooms and sumptuous treatment areas, our spa center brings relaxation, wellness and fitness to the core.



Уютно расположившись в самом сердце Астаны, Rixos Wellness & Spa является самым роскошным местом для улучшения самочувствия, полной релаксации и достижения баланса между телом и душой. Мягкий интерьер, современные тренажеры, теплый бассейн, паровые комнаты и приятная зона отдыха делают Rixos Wellness & Spa прекрасным местом для расслабления и наслаждения.



Alternatively, the professional team of Rixos Wellness & Spa therapists offer an extensive range of spa treatments - from beauty maintenance to heavenly massages. The Rixos Wellness & Spa is available for Rixos President Astana hotel guests and to a limited number of members only, so there is always plenty of space to unwind. Our Spa seeks to create pathways for each guest to inner health and external beauty.

The Rixos Wellness & Spa awaits...

Профессиональная команда Rixos Wellness & Spa всегда готова позаботиться о Вас, предлагая роскошный ассортимент процедур по уходу за телом и лицом. Двери нашего Spa открыты для приема гостей отеля Rixos President Astana и членам клуба, позволяя им расслабиться в спокойной обстановке, отвлечься от дневной суеты и забот. Rixos Wellness & Spa строит мосты между внутренним здоровьем и внешней красотой.

Rixos Wellness & Spa ждет Вас...



## RELAXATION EXPERIENCE

Our Spa therapist is available to assist you on every need during your spa journey along with guiding you through our traditional Hammam ritual. In order to experience what Wellness & Spa has to offer, arrive at least 30 minutes prior to your appointment time.

### HOT SAUNA

This Scandinavian sauna is based on healing power of dry heat to stimulate blood circulation and detox.

### PURIFYING STEAM ROOM

The Steam Room relies on hydration, detoxification, increased circulation and stress release.

### TURKISH BATH

Discover the relaxation from our traditional Turkish Hammam ritual, with peeling and soap washing, finished by soap massage leaving your skin feeling like silk.



## ПУТЕШЕСТВИЕ В МИР УДОВОЛЬСТВИЙ

Специалист нашего Спа поможет выбрать процедуру, соответствующую потребностям Вашего тела. С первого момента пребывания в зоне Спа, Вам обязательно проведут тур по всем комнатам отдыха. Для достижения максимального уровня комфорта, предлагаем Вам прибыть в зону Спа за 30 минут до начала Ваших процедур.

### ГОРЯЧАЯ САУНА

Скандинавский пар способен пробудить Ваше тело, позволяя ему постепенно расслабиться и начать избавляться от накопленных токсинов.

### ВЛАЖНЫЙ ПАР

Комната с влажным горячим паром позволит Вам расслабиться при помощи увлажнения кожи, вывода токсинов из организма и освобождения от стресса.

### ТУРЕЦКАЯ БАНЯ

Традиционная турецкая баня Хамам поглотит Ваше тело в атмосферу полной релаксации. Обученный мастер сделает Вам пилинг тела, после чего последует пенное мытье и массаж. Ваша кожа станет шелковой всего за 30 минут.

## BALINESE MASSAGE

60/90 min

Balinese massage is performed by our therapists from Bali and combines classic massage, aroma therapy, acupressure that allows muscles to relax, relieves tension and stress

## БАЛИЙСКИЙ МАССАЖ

60/90 мин.

Этот особый ритуал, проводимый нашими высококлассными мастерами из «сказочного» острова Бали, сочетает в себе элементы классического массажа, что позволяет расслабить мышцы, снять напряжение и стресс.



МИНУТЫ ВДОХНОВЕНИЯ

## THAI SULTAN MASSAGE

60 min.

This universal four-hand massage encourages full body relaxation through healing power of every touch. Gentle pressure and long, smooth strokes result in relaxation, improved circulation and a state of harmony.

## ТАЙСКИЙ МАССАЖ ДЛЯ СУЛТАНА (60 мин.)

Традиционный массаж в четыре руки приведет Ваше тело в состояние полного расслабления через целительную силу каждого прикосновения. Способствует быстрому укреплению организма, улучшению кровообращения и достижению полной гармонии.



## LAVA SHELLS MASSAGE

Lava Shells are the World's first self-heating massage tool. This unique technology relaxes whilst easing muscle and joint pain, uses 100% recycled Tiger Clam Shells that are eco friendly and heat up internally for up to an hour with a patented combination of natural minerals and water.

### Benefits of this massage:

- \* Improves circulation, lymphatic system, general function of organs
- \* Deeply relaxes, 10 times more relaxation than a normal massage
- \* Deeper massage -the heat allows a deeper therapy in a shorter amount of time
- \* Ideal as a winter treatment to give added warmth to the guest, but can also be used any time of the year.

## AROMA MASSAGE

Special aromatic oils are blended to relieve muscle tension and improve blood circulation and lymphatic flow to meet your physical, emotional and spiritual objectives.

## МАССАЖ ТИГРОВЫМИ РАКУШКАМИ

Тигровые Ракушки являются первым в мире самоогревающим массажным инструментом. Эта уникальная процедура позволяет достичь глубокого мышечного расслабления и уменьшения суставных болей. Используются подлинныe оболочки тигровых ракушек с запатентованной самосогревающей начинкой состоящей из природных материалов и морской воды.

### Преимущества использования тепла тигровых ракушек:

- \* Улучшает кровообращение, лимфоток, общие функции органов
- \* Глубоко расслабляет - в 10 раз больше, чем при обычном массаже
- \* Глубокое воздействие тепла позволяет проникнуть в слои мышц за короткий промежуток времени.
- \* Идеально подходит для зимнего периода, но можно использовать в любое время года: при сильном стрессе или для достижения глубокой релаксации.

## АРОМА МАССАЖ

Специально подобранные ароматические масла в сочетании с расслабляющими движениями улучшают циркуляцию крови, отлично снимают мышечное напряжение.





### **INDIAN HEAD MASSAGE**

30 min

This massage is the best cure for headache. It relieves stress that is accumulated in the tissues, muscles and joints of the head, face, neck and shoulder.

### **ИНДИЙСКИЙ МАССАЖ ГОЛОВЫ (30 мин)**

Индийский точечный массаж головы - это лучшее средство от головной боли. Он поможет снять стресс, накопившийся в тканях, расслабить мышцы лица, шеи и плеч.

### **REFLEXOLOGY - Pressure Point Foot Massage (60 min.)**

This ancient Chinese Therapeutic acupressure massage performed on feet, working to balance the body and stimulate energy flow.



### **РЕФЛЕКСОЛОГИЯ - Точечный Массаж Стоп 60 мин.**

Этот лечебный точечный массаж еще с древних времен пользовался популярностью в Китае. Сконцентрированный на ступнях ног, он стимулирует поток энергии, регулируя баланс всего организма.

## DEEP TISSUE MASSAGE

Deep tissue massage therapy is similar to Swedish massage, but the deeper pressure is beneficial in releasing chronic muscle tension. The focus is on the deepest layers of muscle tissue, tendons and fascia (the protective layer surrounding muscles, bones and joints). It reduces stress and hormone levels and the heart rate while boosting mood and relaxation by triggering the release of oxytocin and serotonin. This massage can help reduce muscles tightness by working gently on the tight spots to encourage the healing process.

## МАССАЖ ГЛУБОКИХ ТКАНЕЙ

Нацелен на более глубокие слои мышц и соединительных тканей. Техника глубокого массажа отличается очень глубоким и интенсивным давлением и больше концентрируется на определенных областях тела, по сравнению с техникой общего расслабляющего массажа. Используется при хроническом напряжении, проблемах с осанкой, для восстановления после травм.

## HOT STONE MASSAGE

The heat of the volcanic stones eases muscle tension and revitalizes the muscle tissue by increasing blood circulation.

## МАССАЖ ГОРЯЧИМИ КАМНЯМИ

Тепло вулканических камней способствует снятию мышечного напряжения и улучшению циркуляции крови, устраняя напряжение и стресс.

## PEELING AND SOAP MASSAGE

Full body peeling in Turkish Hammam softens the skin and soul. The skin pores open up, dirt and dead skin cells are peeled off with special Kessa glove. It is the most natural way to cleanse the skin pores. After cleansing of your skin pores, your body will be indulged in Oriental Soaping - Sabunlama and gently Soap massage.

## ПИЛИНГ И ПЕННЫЙ МАССАЖ

Пилинг всего тела в турецком хаммаме смягчит как Вашу кожу, так и душу. Поры кожи открываются, омертвевшие клетки и грязь удаляются специальными рукавицами Kessa. Это самый естественный способ очистить поры кожи. После процедуры очищения следует Восточное пенное мытье - Сабунлама и Ваше тело предастся мягкому мыльному массажу.





## FACIALS

Our beauty therapists analyze your skin and suggest the treatment that is suitable for your skin type: Moisturizing, Anti - Aging, Oxygenating, Lifting, special treatments for Eyes, Lips, Neck, Bust and Decollete

### Our Facials will help you:

- \* Professionally clean, exfoliate and tone your skin, protect and preserve youthfulness
- \* Delay signs of aging, fine lines, wrinkles and keep your skin soft and supple
- \* Tone both your skin and muscles which preserves firmness and elasticity
- \* Induce relaxation and help reduce stress and fatigue
- \* Improve blood circulation, strengthen and improve skin's resilience
- \* In lymphatic drainage which flushes out toxins from your system and purifies the skin



## ПРОЦЕДУРЫ ДЛЯ ЛИЦА

Наши опытные косметологи осмотрят Вашу кожу и порекомендуют процедуру, подходящей для вашего типа кожи: Увлажнение, Противовозрастная процедура, Лифтинг, Антиоксидантная, отдельные процедуры для глаз, губ, шеи и области декольте

### Наши процедуры для лица помогут Вам:

- \* профессионально очистить, отшелушить и тонировать кожу, следовательно защитит и сохранит молодость
- \* задержать признаки старения и сохранить Вашу кожу мягкой и эластичной
- \* тонировать кожу и мышцы лица, чтобы сохранить упругость и эластичность
- \* расслабить и помочь уменьшить стресс и усталость
- \* улучшить кровообращение, укрепить поддерживающие ткани и повысить сопротивляемость кожи
- \* в лимфодренаже, который выводит токсины из Вашего организма и очищает кожу

## BODY WRAPS

We offer various types of body wraps to hydrate or firm the skin, relax and soothe the muscles, or slim and tone the body. These body treatments also relieve tired and aching joints, ease inflammation, and help flush out toxins.

The “slimming” wrap treatments are offered to improve arthritis, skin ailments & cellulite.

“Detox” wraps use algae, seaweed, mud or clay and help to get rid of toxins through metabolic stimulation.

Hydrating treatments geared towards softening the skin.

After your body wrap “cocoon” you will feel completely relaxed, moisturized, detoxified, cellulite -free and noticeably slimmer.



## ПРОЦЕДУРЫ ДЛЯ ТЕЛА : ОБЕРТЫВАНИЯ

Мы предлагаем различные типы обертывания: для увлажнения кожи, расслабления мышц, для похудения и тонизирования тела. Эти процедуры для тела снимут усталость и успокоят больные суставы, облегчат воспаление и помогут избавиться от токсинов.

Обертывания для похудения также улучшают состояние тела при артрите, кожных заболеваниях и целлюлите.

В обертывании Детокс используются морские водоросли, лечебные грязи и глины для избавления от токсинов через метаболическую стимуляцию.

Увлажняющие процедуры способствуют питанию и смягчению кожи.

Когда Вы выйдете из своего «кокона» после обертывания, Вы будете чувствовать себя полностью расслабленным, увлажненным, свободным от токсинов и целлюлита и будете заметно стройнее.

## HOW TO SPA

- \* We recommend that you arrive at least 15 minutes earlier, more if you want to enjoy the sauna, hammam, steam room or whirlpool to relax before your treatment.
- \* You generally remove your clothes for massage and body treatments, but you are draped with sheets or large towels.
- \* If you get in a swimming pool or whirlpool, shower to get rid of the chlorine before the massage.
- \* Drink plenty of water before and after services to enhance the benefits of your treatments.
- \* Do not eat for at least an hour before or after your massage.
- \* Communicate your preferences, expectations and concerns.
- \* Extend the spa experience at home. Get into a skin care routine at home. Spa personnel can help you find the products suitable for your skin.

- \* Use products, equipment and therapies as directed
- \* Engage in efforts to preserve the environment.
- \* To maximize the effect of your wellness and spa therapy, do not have heavy meals during your spa journey. We offer low-calorie, low-fat, healthy Spa a la carte menu designed for our guests.



## ПОСЕЩЕНИЕ СПА

- \* Мы рекомендуем Вам прийти в Спа как минимум за 15 минут до назначенного времени или еще раньше, если Вы хотите насладиться сауной, турецкой баней, парной или джакузи, чтобы расслабиться перед Вашей процедурой.
- \* Как правило, одежда снимается для массажа и процедур по телу, но Ваше тело будет частично прикрыто во время процедур.
- \* После бассейна или джакузи рекомендуется принять душ перед массажем, чтобы смыть хлорированную воду с Вашей кожи.
- \* Пейте много воды до и после процедур для максимальной эффективности спа-процедур.
- \* Прием пищи рекомендуется за час до или после массажа.
- \* Обсудите Ваши опасения, ожидания и предпочтения с обслуживающим Вас специалистом.

- \* Сообщите о состоянии Вашего здоровья перед той или иной процедурой.
- \* Продолжайте ухаживать за своим лицом и телом в домашних условиях. Спа персонал поможет Вам подобрать косметологическую продукцию, подходящую для Вашей кожи
- \* Старайтесь поддержать наши усилия сохранить окружающую среду.
- \* Для максимального эффекта Вашего оздоровительного процесса, не принимайте тяжелую пищу во время посещения спа. Мы рады предложить Вам специальное низкокалорийное, здоровое Спа-меню, разработанное лучшими шеф-поварами нашего отеля для гостей Спа.



## **TERMS AND CONDITIONS**

### **CANCELLATION POLICY**

Please allow 24 hours notice of cancellation to avoid any charges. If a reservation is cancelled less than 2 hours prior to the scheduled service performance, cancellation fee of 50% of the reserved service price will be assessed.

### **SPA ETIQUETTE**

The use of alcoholic beverages and tobacco is strictly prohibited at the Spa. As a courtesy to other guests, please maintain quiet level of conversation. Cell phones must be turned off.

### **ATTIRE**

Nudity is not permitted anywhere in the facility. Bathing suit must be worn for swimming. They are also available for sale. Sportswear and sports shoes are required in the fitness center.

## **HEALTH CONDITIONS**

Please alert the Spa personnel about your health condition or pregnancy to ensure proper and appropriate care.

### **LOSS AND DAMAGE**

Please leave valuables at home or your hotel room's safe locker. Our team is not responsible for lost or stolen possessions.

### **KIDS' POLICY AND HOURS**

Kids under 12 yo must be accompanied by a responsible adult.  
Kid's hours at the Wellness & Spa: 8:00 - 18:00 daily.

### **GIFT CERTIFICATES**

Gift certificates are available at the Spa reception desk.

### **SPA BOUTIQUE**

To continue your spa experience at home, all spa products used during the treatments and services are available in our spa boutique.

## **ПРАВИЛА ПРЕБЫВАНИЯ В WELLNESS & SPA**

### **ОТМЕНА БРОНИРОВАНИЯ**

Пожалуйста, уведомите об отмене за 24 часа во избежание штрафов. Если запись отменена менее чем за 2 часа до начала заказанной услуги, будет взиматься плата в размере 50% от стоимости заказанной услуги.

### **СПА ЭТИКЕТ**

Употребление алкогольных напитков и табакокурение строго запрещено в Спа. Из уважения к другим гостям, пожалуйста, разговаривайте тише. Мобильные телефоны должны быть выключены.

### **ОДЕЖДА**

На территории Спа категорически не допускаются пребывание в обнаженном виде. Для использования бассейна необходимо иметь купальный костюм. Они также доступны для продажи. Спортивная одежда и спортивная обувь требуются в фитнес-центре.

## **СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ**

Пожалуйста, предупредите персонал Спа о состоянии Вашего здоровья или беременности для обеспечения надлежащего и соответствующего ухода.

### **УЩЕРБ И УТЕРЯ ПРИНАДЛЕЖНОСТЕЙ**

Пожалуйста, оставляйте, ценные вещи дома или в сейфе номера отеля. Наша команда не несет ответственности за потерянные или украденные вещи.

### **ДЕТСКОЕ ВРЕМЯ И ПРАВИЛА**

Дети до 12 лет должны быть в сопровождении ответственного взрослого. Детское время в Спа: ежедневно с 8:00 - 18:00

### **ПОДАРОЧНЫЕ СЕРТИФИКАТЫ**

Подарочные сертификаты доступны в рецепции Спа

### **СПА БУТИК**

Для продолжения ухода за лицом и телом в домашних условиях, вся продукция спа, используемая в процедурах, Вы можете приобрести в спа-бутике.