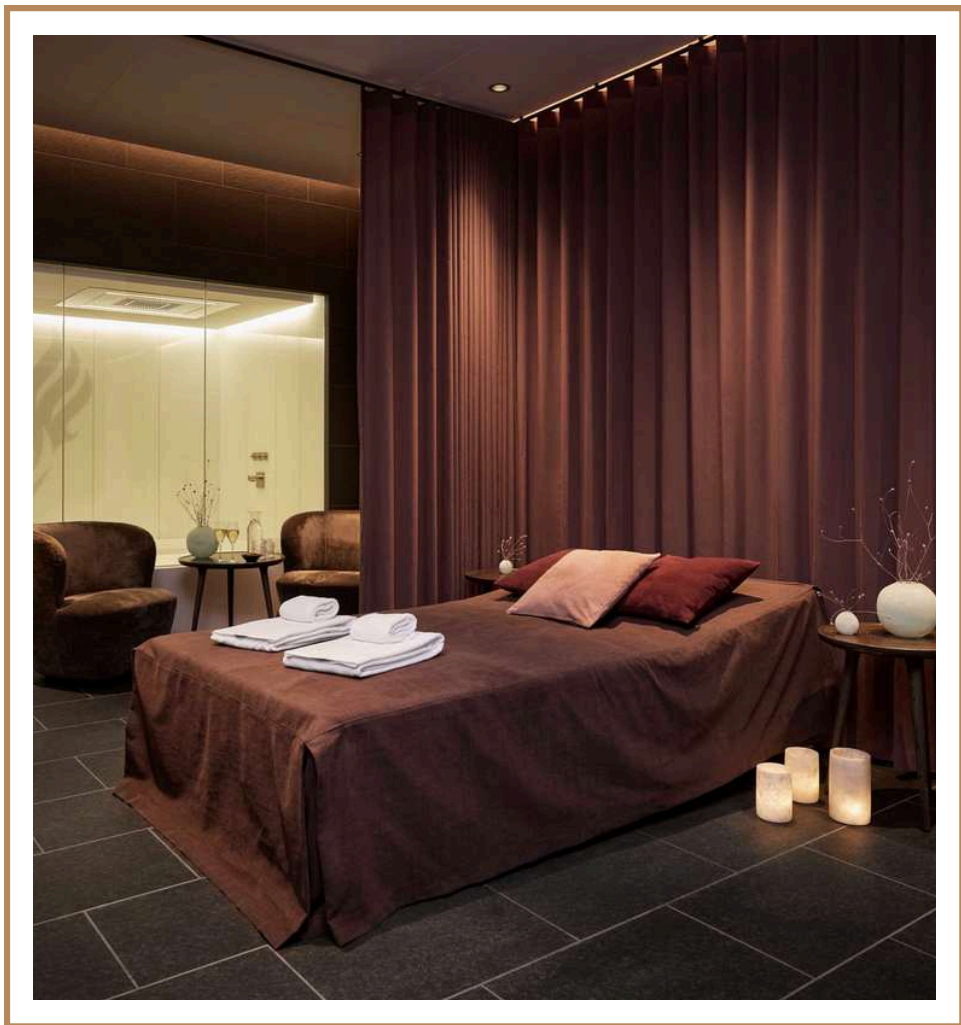




GREAT NORTHERN

# TREATMENTS

*Great Northern Spa*





GREAT NORTHERN

---

## ... A WORLD OF RELAXATION ...

Vi ved, at mange af vores gæster har en travl og til tider overstimuleret hverdag. Mobiltelefoner giver spændinger i nakke og skuldre og hverdagens høje tempo fratager os evnen til at stoppe op og nyde de mange af livets glæder; mad, dufte, berøring, synsindtryk og ro.

Vi har derfor udviklet et eksklusivt udvalg af behandlinger, der tager vare på dig og dit velvære.

---





GREAT NORTHERN

# SIGNATURE TREATMENT

*Velkommen til en 3 timers behandlingsrejse i vores unikke Spa Suite, hvor du bydes velkommen til en skøn verden af velvære udført med 100% økologiske produkter.*

*En aromatisk velværerese med dig som det erklærede centrum.*

*Vi starter med at åbne hudens porer i dit private dampbad, efterfulgt af en nænsom scrub af hele kroppen, med vores saltbarer fra Kystnær - som skånsomt sætter retningen for resten af din rejse.*

*Efter en rolig start, kan du nu give dig hen til roen i rummet og indlogere dig under den betagende stjernehimmel, i din private sauna. I saunaen fortsættes den aromatiske rejse, hvor små is-kugler langsomt og roligt smeltes og omdanner saunaen til et inferno af duft og ro.*

*Rejsen fortsættes med en afslappende helkroppsmassage.*

*Her bruges anvendes varme Akwaterra sten, som får musklerne til at slappe af, skaber ro og sikrer balance. Vi arbejder med jordforbindelse og trykpunktsmassage i fødderne, så vi får kroppen helt ned i gear og opnår en følelse af "forbundethed" i kroppen.*

*En afsluttende, men himmelsk, ansigtsbehandling sikrer at vi kommer hele kroppen igennem. Målet er at sikre en blød og gennemfugtet hud, naturligvis med brug af nærende økologiske produkter.*

*Sidste del af din behandling er en afslappende hovedbundsmassage. Et ultimativt punktum for din behandlingsrejse.*

*Efter timer fyldt med selvforkælende behandlinger, afsluttes oplevelsen hvor den startede med en lille forfriskning, så du i fred og ro, kan få give din krop tid og plads til at vågne op.*

3 TIMERS BEHANDLINGSREJSE | 5.495 DKK (2 PERSONER)



\*\*\* NYHED \*\*\*

## DEEP RELIEF

*Deep relief er en dybdegående massageoplevelse, der kombinerer varme og fysiologisk massage for at løsne spændinger og fremme restitution.*

*I modsætning til velværebehandlinger er Deep Relief en massage, der går i dybden for at løsne spændinger, og arbejde målrettet med problemzoner og myoser. Massagen er ikke kun afslappende, men en intensiv og effektiv behandling, der hjælper kroppen med at restituere og finde balance.*

*Behandlingen starter med 20 minutters "Hot Towel Massage", som gennem-varmer og blødgør muskulaturen, øger blodcirkulationen og forbereder kroppen på en dybdegående afspænding.*

*Herefter følger 15 minutters fokuseret massage, hvor din terapeut arbejder intensivt med spændte områder og problemzoner. Kombinationen af varme og dybdegående massage skaber en følelse af forløsning, der mærkes i hele kroppen, mindsker ømhed, reducerer muskelspændinger og kan virke mentalt afstressende.*

*For den optimale oplevelse kan behandlingen med fordel kombineres med et forudgående ophold i den infrarøde sauna, hvor varmen hjælper med at løsne musklerne og forstærke effekten af massagen.*

---

45 MINUTTER | 895 DKK



GET THE BEST SKIN OF YOUR LIFE

# HYDRAFACIAL

*HydraFacial er en aktiv ansigts- og halsbehandling  
- som sikrer dig øjeblikkelige og langtidsholdbare resultater.*

*Behandlingen starter med 3 fundamentale elementer:  
Eksfolierende Peeling / Rensning af porerne / Hydrering med fugt og antioxidanter*

*Herefter personliggøres din behandling, hvad enten du ønsker at:*

***Nære:** Tilføje boostere der adresserer hudens behov*

***Forynge:** LED-lysterapi, som mindsker forekomst af rynker og akne*

***Forme:** Lymfeterapi, som hjælper med at tone, give kontur og eliminere toksiner*

*Hydra Facial er altså meget mere, end blot en almindelig ansigtsbehandling.  
Det er en avanceret - men samtidig skånsom - behandling, der kan nydes af alle.*

*Forkæl dig selv med en unik oplevelse, og mærk hvordan huden lyser op  
og får en utrolig flot glød og udstråling.*

60 MINUTTER 1.895 DKK



## FEEL GOOD

*En klassisk velværemassage hvor vi arbejder med en række af de mest anerkendte massageteknikker - som gør behandling ideel ved muskeltræthed, eller manglende energi i kroppen.*

*Massage stimulerer blodcirkulationen og vi kan derigennem øge kroppens energiniveau, vække dine sanser, samt nære huden omsorgsfulgt med naturlige olier.*

*Du forlader rummet med en vidunderlig ro og balance i kroppen.*

*I denne massage kan du tilvælge et ekstra boost til din massage, din dygtige terapeut kan rådgive dig inden behandlingen starter – vælg mellem:*

*Tørborstning af hele kroppen / Varme sten / Gua-Sha sten*

*Fælles for ovenstående elementer er, at de giver et ekstra boost til blodcirkulationen og kan være medvirkende til at gøre din massage mere effektiv.*

*Vælger du 45 min. behandlingen vil vi fokusere på et bestemt område af kroppen, som du selv vælger - aftales med din terapeut inden din behandling starter.*

---

45 MINUTTER | 895 DKK

90 MINUTTER | 1.495 DKK



## FEEL FREE

*Forbered dig på en afslappende oplevelse, hvor både huden, kroppen og sanserne forkæles.  
Feel Free er en sanserig bodyscrub, udført med saltbarer fra danske Kystnær  
- som både eksfolierer huden og giver fornyet energi og glød.*

*Efter en sanserig body scrub vil du opleve, at huden føles nærmest silkeblød.  
Vi er nu klar til den afsluttende del af behandlingen, som er en indsmøring af hele kroppen  
i vores Rebiome Body Cream - som både genfugter og revitalisere huden i dybden.*

---

45 MINUTTER | 795 DKK



## A NEW BEGINNING

*I denne behandling peeles hele kroppen med vores saltbarer fra Kystnær.  
Her fjernes kroppens tørre hudceller med hjemmehæklede hørhandsker  
og huden føles efterfølgende fornyet og blød.*

*Saltbar peeling sætter gang i blodcirkulationen og øger varmen og velbefindende i kroppen.  
Mineralerne renser og nærer huden effektivt og skånsomt.*

*Efter endt peeling indsmøres kroppen i vores nærende Rebiome Body Cream,  
som nænsomt masseres ind i huden gennem en afspændende og behagelig massage.*

---

90 MINUTTER | 1.495 DKK





## FACE TIME

*Face Time er skabt til dig, som søger rolig og nænsom ansigtsforkælelse.*

*Her bydes du velkommen til en plejende og rolig ansigtsbehandling, hvor huden forkæles med naturlige produkter. En vidunderlig oplevelse, som giver fornyet ro og styrke til huden.*

*Vi starter behandlingen med en nærende botanisk renseolie, som renser i dybden - uden at forstyrre hudens naturlige balance. Næste skridt er en peeling med saltbarer fra danske Kystnær - som har til formål at fjerne hudens udtørrede celler.*

*Den sidste del af din velværeoplevelse er en blid ansigtsmassage, med sunde olier og botaniske ekstrakter, som efterfølges af en rensemaske, der både plejer og genopbygger.*

*Alt imens vi nænsomt masserer din hårbund.*

*Nydelse i sin reneste form, som får energien til at strømme og huden til at stråle.*

*Hele behandlingen er bygget op omkring præbiotiske olier, som virker afbalancerende og styrker hudens egen microbiome.*

---

45 MINUTTER | 895 DKK



## MOTHER'S TREAT

*En velværebehandling målrettet gravide, som tilpasses efter dine behov  
- alt efter hvor du er i din graviditet.*

*Vi benytter naturligvis 100 % naturlige produkter samt graviditets pude, hvor du kan ligge behageligt på maven eller som du finder det bedst.*

*I behandlingen indgår en scrub med nærende mineraler til dine fødder og underben. Efterfølgende påføres en rensende mineralmaske, som arbejder imens vi masserer hele kroppen med en afkoblende og afstressende massage, som får alle dine sanser i ro.*

*Vi afslutter med en behagelig ansigtsmassage med sunde og naturlige ansigtsolier, hvor vi bruger en Gua-Sha sten til at fjerne affaldsstoffer og spændinger med. Huden efterlades blød, klar og behagelig.*

*Vi spørger altid ind til hvor langt i din graviditet du er og tilpasser behandlingen herefter.*

---

90 MINUTTER | 1.495 DKK



## BACK BREAK

*Back Break er en unik massageoplevelse der anvender infrarød sauna  
- som en aktiv del af din oplevelse.*

*Behandlingen starter med 20 minutters ophold i vores specialdesignede infrarøde sauna.  
Her kan du stille og roligt finde roen og lade tankerne fordufte,  
alt imens rygmuskulaturen opvarmes og afslappes.*

*Den infrarøde sauna er godt for kroppens muskulatur og sikrer vores behandlere de bedste forudsætninger  
for at gå i dybden med den afsluttende massage. En nænsom velværemassage  
hvor ryggen bearbejdes og musklerne forkæles.*

---

45 MINUTTER | 695 DKK



## FOOT THERAPY

*I vores Foot Therapy arbejdes der med specifikt fokus på fødderne  
- men med gavnlige effekter for hele kroppen.*

*For at optimere effekterne af din fodbehandling, vækker vi indledningsvist muskler og led med det  
skønneste varmekompres, efterfulgt af en nærende salt scrub.*

*Nu hvor både fødder og underben er klar, påbegyndes en nænsom massage, hvor vi med salve og blide  
bevægelser, løsner op for muskulaturen i og omkring fødderne.  
Stimulerer blodcirkulationen, løsner op og sikrer ro og velvære i fødderne*

*Effekterne af behandlingen begrænser sig ikke kun til dine fødder, men virker også beroligende og  
genoprettende for resten af kroppen, hvor en følelse af lethed vil sprede sig.*

---

45 MINUTTER | 895 DKK



## GOOD FLOW

*En behandling hvor vi arbejder med hele din krop og skaber den unikke oplevelse af velvære.  
Vi benytter naturligvis 100 % naturlige produkter.*

*Behandlingen starter med en himmelsk scrub, fuld af nærende mineraler til dine fødder og underben.  
Behandlingen afsluttes med en lækker og blødgørende indsmøring i vores Rebiome Body Cream, mens vi  
masserer resten af kroppen med en afstressende massage, som får alle dine sanser i ro.*

*Vi afslutter med en behagelig ansigtsmassage med naturlige og plejende produkter fra Rebiome,  
hvor vi sammen med Gua-Sha sten fjerner affaldsstoffer og spændinger.  
Huden efterlades blød, klar og behagelig..*

---

90 MINUTTER | 1.495 DKK



## AROMA BATH

*Få en både effektiv og eksklusiv oplevelse af velvære og kropslig ro. Giv dig hen til vandets varme og duftens blide omfavelse i en sanseoplevelse, der skaber ro og fornyet energi. Aroma Bath kombinerer nærende ingredienser med beroligende massagedysser, der løsner spændinger og fugter huden.*

*Til denne oplevelse anvender vi aroma steamers fra Kystnær – som er danskproducerede og skabt af naturlige, danske råvarer. Mens du slapper af i den blide strøm af vand, vil du mærke, hvordan aromaerne åbner sanserne og skaber en dyb følelse af velvære.*

*Perfekt til dig, der ønsker en sanselig pause fra hverdagen – enten som en selvforkælende oplevelse, et supplement til en af vores behandlinger eller en beroligende afslutning på dit Aqua Spa-besøg. Når du forlader vandet, vil din hud føles nærret og gennemfugtet, mens din krop og dit sind er i harmoni.*

*Ønsker du en helt bestemt oplevelse?  
Spørg din terapeut om vores udvalg af dufte, der kan tilpasses dit behov  
– uanset om du ønsker dyb afslapning og ro eller fornyet energi.*

---

20 MINUTTER | 550 DKK



## SALTTARIUM

*Behandlingen består af afslappende varmt vand med lette massagedysser  
- tilsat epsom salt og en skøn blanding af æteriske olier.*

*En aromatisk oplevelse, som kan meget mere end blot varme din krop op. Vi har sammensat en behandling  
som giver mental ro og en afstressende virkning på både hud og muskler.*

*Trods navnet "Epsom salt" er badesaltet ikke en salt, men derimod et mineral, som indeholder magnesium  
- som igen er vigtigt for kroppen.*

*Det siges at magnesium optages bedre gennem huden end ved indtagelse.*

---

20 MINUTTER | 550 DKK



## SWAY BED

*Træd ind i en verden af uforstyrret ro og sanselig selvforkælelse.  
Velkommen til et lille, men effektivt, åndehul i en ellers travl hverdag.*

*Lad dig nænsomt indhulle i ro og varme, i mens din Sway Bed blidt svejer fra side til side i en cyklisk rytme, der synkroniseres med dine hjernebølger. I samspil med den infrarøde lysterapi - placeret over din Sway Bed - opleves en helt unik oplevelse af ro i både krop og sind, som svarer til at tage en "powernap" - og stimulerer hudens naturlige kollagen-niveau.*

*Giv dig hen til momentets ro og oplev, hvordan du på kun 20 minutter vil opnå en nærmest meditativ følelse af hvile, i både krop, sind og sjæl.*

*Dette er særlig velværeoplevelse, som vi anbefaler alle at opleve på egen krop.*

---

20 MINUTTER | 395 DKK





GREAT NORTHERN  
*Spa*

