



VICTORIA WELLNESS



S O F I T E L

KRÓLEWSKA 11 – 00-065 – WARSAW – POLAND
T: +48 22 657 8011 – F: +48 22 657 8057
sofitel.com

S O F I T E L
WARSAW VICTORIA

LIVE
THE FRENCH
WAY

ZADBAJ O SIEBIE W STYLU FRANCUSKIM

Dzięki promiennym, wzmacniającym skórę zabiegom, które oczyszczają i rewitalizują oraz eleganckiemu, spokojnemu otoczeniu odzyskaj równowagę umysłu, ciała i ducha w strefie Victoria Wellness.

Dla nas piękno to coś więcej niż wygląd - to styl życia. Naszym celem jest wielowymiarowe podejście, łączące tradycję z nowoczesnością tak, aby pomóc Ci wyglądać i czuć się jak najlepiej.

Zespół Victoria Wellness zaprasza
od 7:00 do 22:00 od poniedziałku do niedzieli.

Skontaktuj się z nami i odkryj swój francuski blask:

Concierge
e-mail: h3378-cr@sofitel.com
tel.: +48 22 657 8289

Victoria Wellness
e-mail: h3378-gr2@sofitel.com
tel.: +48 22 657 8616

PIĘKNO JEST
W TOBIE



RYTUAŁY



REJUVENATE,
THE FRENCH
WAY

ART DE VARSOVIE

85 min – 460 PLN

Antystresowy masaż całego ciała połączony z ajurwedyjskim masażem głowy i aromaterapią

Rytuał ten przejawia ideę holistycznego podejścia do naszego ciała, czyli łączy w sobie zabiegi, które zadbają o wszystkie zmysły i struktury. Masaż wykonuje się z wykorzystaniem naturalnych olejków eterycznych o właściwościach terapeutycznych. Dodatkowo ajurwedyjski masaż głowy, wywodzący się z medycyny indyjskiej, zniweluje pokłady stresu i zrównoważy energię w całym organizmie na wszystkich trzech poziomach: fizycznym, psychicznym i duchowym.

SO GLOW

85 min – 460 PLN

Peeling i masaż relaksacyjny całego ciała wykonany masłem shea

Rytuał kojący odbywa się w dwóch etapach. Pierwszy to peeling całego ciała, przygotowujący Cię do głębokiego odprężenia, któremu oddasz się podczas masażu relaksacyjnego. Całość zabiegu pozwoli Twojemu ciału na pełną regenerację.

ORIENT FLOW BY VICTORIA

85 min – 480 PLN

Masaż balijski + nałożenie balsamu odżywczego i owinięcie folią

Masaż balijski jest połączeniem masażu relaksacyjnego, akupresury i refleksologii. Dodatkowo stosuje się specjalne techniki wspomagające rozciąganie i odprężenie mięśni. Zabieg ten uwolni ciało od napięć, poprawiając Twoje samopoczucie.

Dodatkowo po masażu nakładany jest odżywczy balsam zawierający niezbędne witaminy i aminokwasy. Następnie ciało owijane jest folią. Owijanie wspomaga wchłanianie balsamu, a tym samym uaktywnia proces regeneracji skóry i nawilżenia.



ZABIEGI

SZWEDZKI KLASYCZNY MASAŻ

25 min – 190 PLN / 55 min – 290 PLN / 85 min – 390 PLN

Masaż, który w zależności od formy i intensywności może leczyć, pobudzać lub relaksować. Stosowane techniki oddziałują bezpośrednio na skórę, tkankę podskórną, mięśnie, więzadła, torebki stawowe, a także na układ krwionośny, nerwowy i limfatyczny.

UKOJENIE DLA STÓP

25 min – 210 PLN

Wyjątkowy masaż, który odpręży i ożywi Twoje stopy. Zastosowanie akupresury, czyli specjalnych technik ucisku, gwarantuje ukojenie i przyjemność.

MASAŻ RELAKSACYJNY

55 min – 330 PLN / 85 min – 420 PLN

Masaż ten zalecany jest przede wszystkim osobom zestresowanym, ze wzmożonym napięciem nerwowo-mięśniowym. Ruchy wykonywane przez masażystę są spokojne, powolne, rytmiczne i łagodne. Masaż doskonale odpręża, wycisza oraz przywraca równowagę między duszą a ciałem.

MASAŻ TKANEK GŁĘBOKICH

55 min – 370 PLN

Masaż tkanek głębokich to bardzo efektywna forma pracy na strukturach ciała. Polega na niwelowaniu napięć i dysfunkcji w obrębie tkanek miękkich i układu mięśniowo-powięziowego. Celem tego masażu jest zmniejszenie dolegliwości bólowych, poprawa elastyczności i gibkości mięśni.

MASAŻ GORĄCYMI KAMIENIAMI

55 min – 370 PLN / 85 min – 460 PLN

Wykorzystuje zdolności przekazywania energii zgromadzonej w podgrzewanych kamieniach bazaltowych w kluczowych miejscach na ciele (czakrach) oraz miejscach przepływu energii (meridianach). Siła i natężenie, z jakimi wykonywany jest masaż ciepłymi kamieniami, są dobierane indywidualnie. Masaż daje poczucie głębokiego relaksu, pozwalającego na uwolnienie zgromadzonego stresu.

MASAŻ MODELUJĄCY BAŃKĄ CHIŃSKĄ

40 min – 280 PLN / 70 min – 320 PLN

Masaż ten świetnie drenażuje i modeluje. Polega na wytworzeniu podciśnienia we wnętrzu bańki, zassaniu skóry i tkanki podskórnej do jej wnętrza, a następnie przesuwanie ruchami o różnej częstotliwości i sile po miejscach z widocznymi problemami, takimi jak cellulit czy nadmierna tkanka tłuszczowa. Masaż ten należy do intensywnych, dość bolesnych, ale bardzo efektywnych, zwłaszcza w walce z cellulitem.



REJUVENATE,
THE FRENCH
WAY

LIVE
THE FRENCH
WAY

GO WITH THE FLOW

Treat yourself to the French glow.
From radiant skin-boosting experiences that detox, cleanse and revitalize to the chic, tranquil setting that combats the demands of modern life. Rebalance your mind, body and spirit in the Victoria Wellness area.

Here, beauty is more than skin-deep. Taking care of yourself is a lifestyle and our approach is multi-dimensional, blending innovation with tradition to help you look – as well as feel – your absolute best.

Equipped with the savoir-faire, attention to detail and passion for modern French art de vivre, The Victoria Wellness team welcomes you
from 7 am to 10 pm Monday to Sunday.

Get your French glow, contact:

Concierge
e-mail: h3378-cr@sofitel.com
tel.: +48 22 657 8289

Victoria Wellness
e-mail: h3378-gr2@sofitel.com
tel.: +48 22 657 8616

FIND YOUR FRENCH GLOW



RITUALS



REJUVENATE,
THE FRENCH
WAY

ART DE VARSOVIE

85 min – PLN 460

Anti-stress full body massage combined with Ayurvedic head massage and aromatherapy.

This ritual manifests the idea of a holistic approach to your body by combining treatments that take care of all your senses and textures. The massage is performed using natural essential oils with therapeutic properties. In addition, Ayurvedic head massage, derived from an ancient Indian practice of medicine is designed to reduce your stress levels and balance your energy throughout your body at all three levels: physical, mental and spiritual.

SO GLOW

85 min – PLN 460

Full body scrub & relaxation massage performed with Shea butter

This soothing ritual includes two phases. The first one is full body exfoliation which prepares your body to immerse in complete relaxation, which occurs in the second phase due to full body relaxing massage. The massage is preceded by a shower to wash off scrub particles. The whole treatment will leave your body completely regenerated, drifted into a state of deep bliss.

ORIENT FLOW BY VICTORIA

85 min – PLN 480

Balinese massage with an application of a nourishing lotion & foil wrap

Balinese massage combines a relaxing massage, acupressure and reflexology. In addition, it is performed with special techniques that support stretching and relaxing the muscles. This treatment will relieve your body from tensions, improving your sense of well-being. Following the massage, a nourishing lotion containing essential vitamins and amino acids is applied, then the body is wrapped in foil. Wrapping increases balm absorption and thus activates the process of skin regeneration and hydration.



TREATMENTS

SWEDISH CLASSIC MASSAGE

25 min – PLN 190 / 55 min – PLN 290 / 85 min – PLN 390

Depending on the intensity, the massage can be therapeutic, stimulating or relaxing. Massage techniques directly affect your skin, subcutaneous tissue, muscles, ligaments, joint capsules, as well as the circulatory, nervous and lymphatic systems.

SOOTHING FOOT EXPERIENCE

25 min – PLN 210

Pamper your feet with a unique massage designed to restore vitality to your feet. The application of acupressure – a specific compression technique delivers relief and sheer pleasure.

RELAXING MASSAGE

55 min – PLN 330 / 85 min – PLN 420

This massage is highly recommended for those seeking an effective stress-relieving treatment and suffering from increased neuromuscular tension. A massage therapist will apply tranquil, slow, rhythmic and gentle strokes to induce a state of deep relaxation and restore balance between body & soul.

DEEP TISSUE MASSAGE

55 min – PLN 370

Deep tissue massage is a highly effective form of work on the structures of our body. It is designed to relieve severe tension in the muscle and treat myofascial system dysfunctions. The purpose of this massage is pain reduction, improved muscle elasticity and flexibility.

HOT STONE MASSAGE

55 min – PLN 370 / 85 MIN – PLN 460

It uses the ability to transfer energy stored in heated basalt stones, to key places on your body (chakras) and energy flow points (meridians). The strength and intensity with which the hot stone massage is performed is tailored to your specific requirements. A deeply relaxing massage, leaving you feeling blissfully serene.

CHINESE CUPPING MODELING MASSAGE

40 min – PLN 280 / 70 min – PLN 320

A perfect drainage & modelling massage. It creates a vacuum inside the cup, sucking the skin and underlying tissues and then moving it with movements of varying frequency and force over visibly problematic areas, such as cellulite or excessive fat tissue. This massage is intense, quite painful, but highly effective, especially when it comes to combating cellulite.



REJUVENATE,
THE FRENCH
WAY



ETYKIETA STREFY VICTORIA WELLNESS

Z zabiegów mogą korzystać osoby, które ukończyły 18 lat. Masaże nie są zabiegami medycznymi ani paramedycznymi. Ich zadaniem jest poprawa samopoczucia i stanu skóry.

Anulacja lub zmiana godziny zabiegu jest bezpłatna na minimum 1 godzinę przed jego rozpoczęciem. Po upłygnięciu tego terminu pobierana będzie opłata równa 50% ceny zabiegu.

Uprzejmie prosimy o przybycie na zabieg 10 minut przed jego planowanym rozpoczęciem w celu uniknięcia opóźnień.

Do dyspozycji osób korzystających z zabiegów są szafki, szlafroki i ręczniki. Dla maksymalnego komfortu zalecamy, aby przebrać się w szlafrok w pokoju.

Sugerujemy, aby zarezerwować masaż z wyprzedzeniem, aby mieć możliwość dużego wyboru godzin.

W strefie basenowej zalecane jest używanie kłapek antypoślizgowych.

Istnieje możliwość rezerwacji usługi nauki pływania i treningu personalnego.



VICTORIA WELLNESS AREA ETIQUETTE

We offer treatments for persons aged 18 and over. Our massages are non-medical and non-paramedical. They are designed to enhance your sense of well-being and improve the condition of your skin.

If you wish to reschedule or cancel your appointment, please notify the Victoria Wellness reception one hour in advance. Missed appointments without proper notice are subject to a 50% charge for reserved services.

Please arrive 10 minutes prior to your appointment time in order to avoid delays.

During your treatment, you will have a robe, towels and a locker at your disposal. To ensure your comfort, we kindly ask that you change into the robe inside your room.

We recommend that you book your massage in advance to get the best selection of available hours.

For your safety please wear anti-slip flip-flops in the pool area.

Swimming lessons and personal training sessions can be booked.