



Ryhmähetki täynnä Hyvinvointia

Ryhmäpalveluissa osallistujamäärä on minimi 6 henkilöä.

Private Spa huone 85 € / 1,5 h

Relax Center Haikosta löytyy kaksi upeaa Private Spa huonetta. Private Spa huoneessa on 2 hoitopöytää, poreamme, suihku/wc, mosaiikkipenkki sekä tilaa liikkua ja seurustella pienryhmässä. Toinen huone on yhtenäistä tilaa (Huone 1) ja toinen tila on jaettu väliseinällä (Huone 2). Private Spa on täydellinen esimerkiksi firmanne virkistyspäivään, ystäväporukalle, polttareihin tai babyshower juhliin. Privat Spa huoneeseen voitte ostaa kuorintoja/naamioita tms Spa Shopista ja huoneessa voimme myös toteuttaa ryhmille räätälöityjä yksilöhoitoja. (Max 6 hlö)

Sointukylpy eli ryhmä äänimaljarentoutus 60 min 30 € / hlö

Äänimaljahieronta, äänikylpy ja äänimaljameditaatio on ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia edistävä syvärentoutusmuoto, joka perustuu äänen harmonisoivaan vaikutukseen. Äänimaljaa soittaessa keholla, kehon noin 100 triljoonaa solua saa hierontaa niissä olevan veden värähdellessä. Kokonaisuudessaan kesto 75 min., josta sointukylpyä 60 min.

Kauneutta kasvoille -kasvoklinikka 60 min 30 € / hlö

Tässä kasvoja kuntouttavassa harjoittelussa keskitytään omaan kehoon ja mieleen, peiliä ei tarvita. Harjoittelu ei perustu kasvojen lihasten ns. väkisin jumppaamiseen vaan uudelleen hermotukseen ja ryhdin korjaantumiseen. Kaikki kokemukset ja tunteet vaikuttavat voimakkaasti kasvoin, siksi mielen rauhoittaminen on onnistuneen harjoittelun edellytys. Samalla saat elämäsi lisää onnellisuutta ja mielenrauhaa.

Meikkiopastus 60 min 40 € / hlö

Meikkiopastuksessa meikkaaja/maskeeraaja opastaa meikkauksen saloihin, omien parhaiden piirteiden korostamiseen ja itselleen sopivien sävyjen löytämiseen. Jokanen osallistuja tekee itselleen ohjatusti meikin opastuksen aikana, joten tämän ryhmähetken jälkeen olette heti valmiina jatkamaan iltaa vaikka illallisen merkeissä.

Ihohoidon ohjaus 60 min 40 € / hlö

Tässä ohjauksessa jokainen osallistuja tekee itselleen ihohoidon sisältäen alkupuhdistuksen, kuorinnan, kasvohieronnan sekä naamion. Kosmetologi kertoo tehokkaimmista ihonhoitorutiineista sekä ihohoidolle oleellisista kosmetiikan ainesosista, mitä tulisi suosia ja mitä välttää missäkin tilanteessa. Ryhmäpalvelun jälkeen saatte ihonhoitotuotteista - 10% alennuksen.

Luennot

60 min 300 € / ryhmä

(Luennot voidaan suorittaa myös etänä teamssilla, jolloin hinta 230 €)

HYVINVOINNIN PALAPELI

- Mitä ihminen tarvitsee voidakseen hyvin?
- Hyvinvoinnin peruspilarit – Elämäntapojen, palautumisen ja unen, liikunnan ja ravinnon vaikutus hyvinvointiin
- Elämän syklit

MOTIVOIDU LIIKKUMAAN

- Liikunnan vaikutus kehoon ja mielen terveyteen
- Tiedän että pitäisi – miksi en silti liiku?
- Motivaatiota liikuntaan

HYVÄ PAHA STRESSI

- Hyvä, paha stressi – mistä kyse?
- Palautumisen ja unen merkitys
- Miten hallita stressi

Yksilöhoidot ryhmille

Min kuuden hengen ryhmät.

Relaxed Mind pää- & hartiahieronta 30 min	60 €
Feet Relief kuivaharjaus & jalkahieronta 30 min	60 €
Express Glow kasvohoito 30 min	60 €
Neck-shoulder-decoltee Relief hieronta 30 min	60 €


RELAX CENTER
relaxation - wellbeing - beauty

www.relaxcenter.fi 040 0980 081 haikko@relaxcenter.fi

Ryhmäpalvelujen hinnat sisältävät alv 25,5%, ryhmäpalvelut laskutetaan etukäteen, viimeistään 7 vrk ennen tapahtumaa.