



RE:CUPERA

WELLNESS AND SPA

Retreat.
Recharge.
Repeat.

CONTENT | SADRŽAJ

Philosophy Filozofija	2
Spa Etiquette Pravila ponašanja	4
Facilities Sadržaji	9

Treatments by Valmont Valmont tretmani	19
Treatments by Aromatherapy Associates	20
Aromatherapy Associates tretmani	
Treatments by Ila Ila tretmani	23
Treatments by Margaret Dabbs	25
Margaret Dabbs tretmani	

Med Contour Med Contour	26
Med Visage Med Visage	29
Skin Peeler Mikrodermoabrazija	30
Pressotherapy Presoterapija	33
Laser hair removal Epilacija	35
VISIA VISIA	37
SECA SECA	38

PHILOSOPHY

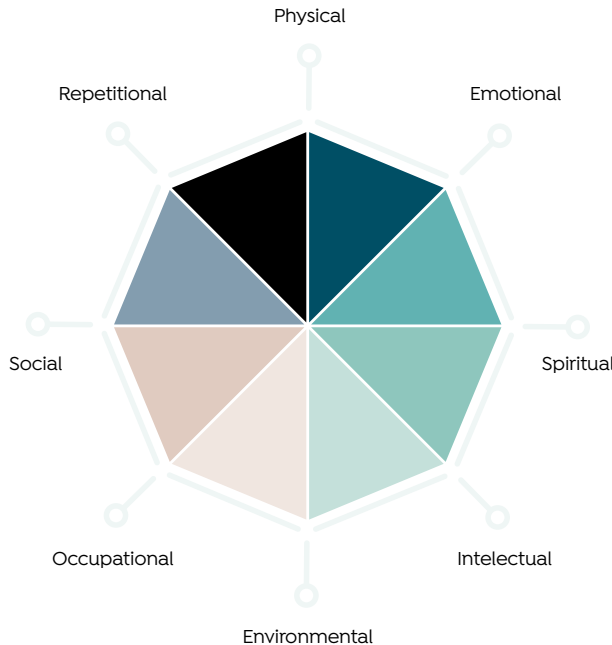
As soon as you walk through our doors, your RE:CUPERA journey begins. Whether you are here to improve your overall wellbeing or simply to relax and enjoy tranquility of our spa, we would like to take you on an unforgettable journey through the world of RE:CUPERA. The journey starts with detailed consultations about your needs and preferences. Our experts will guide you through the process of finding the perfect balance for a healthier and better life.

Wellness and wellbeing is much more than physical strenght, it is a mixture of different aspects of life, and our philosophy is set around 8 dimensions of it.

FILOZOFIJA

Vaše RE:CUPERA putovanje započinje od trenutka kad zakoračite u naš wellness and spa. Pобоljšanje опсег здравственог stanja ili jednostavno опушtanje, koji god razlog Vašeg dolaska bio, nezaboravno putovanje kroz svijet RE:CUPERE Vas čeka. Započeti će s detaljnim konzultacijama o Vašim željama i potrebama, a zatim će Vam naši stručnjaci pomoći u pronalasku idealnog recepta za zdraviji i kvalitetniji život.

Zdravlje je mnogo više od same snage tijela, ono podrazumijeva kombinaciju raznih aspekata života, a naša filozofija se upravo bazira na njima. Točnije, bazira se na 8 dimenzija nužnih za zdravlje i zdrav način života.



SPA ETIQUETTE

RE:CUPERA EXPERIENCE

The Environment:

The spa is an adult sanctuary (guests must be 16 years of age or older). Mobile phones or other electronic devices are not permitted in the spa environment. If you wish to receive messages during your experience, please advise one of our spa experience coordinators who will be glad to assist you.

Spa Experience Coordinators:

All of our spa experience coordinators are available to assist you in customising your own personal experience, from planning your treatments to answering any of your questions or concerns.

Spa Arrival and Etiquette:

We recommend that you arrive 30 minutes prior to your scheduled appointment; to enjoy the heat and cooling facilities before your treatment begins.

To increase the movement of toxins in your body, use the sauna, steam room, or whirlpool. This will clear your breathing, start the cleansing process and warm your muscles. To bring your body temperature back to normal, have an 'ice shower' or enjoy a refreshing cold drink in the relaxation lounge.

Please leave your jewellery and valuables in your guest room safe or in the hotel safe. All treatments will end as scheduled, so that the next guest may begin on time.

PRAVILA PONAŠANJA

RE:CUPERA ISKUSTVO

SPA je istinska oaza za odrasle (posjetitelji ne smiju biti mlađi od 16 godina). Mobilni telefoni ili drugi elektronski uređaji nisu dopušteni unutar spa prostora. Ako želite primiti poruku tijekom tretmana, molimo Vas obavijestite jednog od naših spa koordinatora kojima će biti drago pomoći Vam.

Koordinatori spa iskustva:

Svi naši spa koordinatori su na raspolaganju kako bi Vam pomogli u kreiranju Vašeg jedinstvenog iskustva, od planiranja tretmana do odgovora na sva Vaša pitanja ili nedoumice.

Dolazak i pravila ponašanja:

Preporučujemo da dođete 30 minuta prije dogovorenog tretmana; uživajte u toplim i hladnim prostorijama prije početka tretmana.

Radi intenzivnijeg kretanja toksina u tijelu, koristite saunu, parnu kupelj ili whirlpool, koji će pročistiti dišne puteve, započeti proces čišćenja i zagrijati mišiće. Kako bi se temperatura tijela vratila u normalu, otuširajte se u 'ledenom tušu' ili uživajte u osvježavajućem hladnom napitku u salonu za opuštanje.

Molimo Vas, ostavite svoj nakit i druge vrijedne stvari u sefu Vaše sobe ili u hotelskom sefu. Svi tretmani će završiti u dogovoreno vrijeme, tako da sljedeći gost može početi s tretmanom na vrijeme.

Spa Attire:

You will receive a robe and slippers to wear and a locker for your personal belongings. For your comfort, undergarments may be worn during treatments, however our therapists are highly trained in the correct draping procedures for your privacy. Please note, that swimsuits are required in some areas of the spa.

Health Matters:

Please inform us of any health conditions when booking your appointment e.g. high blood pressure, heart conditions, allergies or if you are pregnant. Also, consumption of alcohol before, during or directly after the treatment is not recommended.

Gift Certificates:

Gift certificates are available for purchase for all spa services and packages. Please contact the Spa reception for further information.

Pricing: All prices are in Croatian Kuna.

Hours of Operation: Spa appointments are available from 8am – 10pm.

Cancellation Policy:

If you reschedule or cancel your appointment, please notify the spa reception at least 6 hours in advance to avoid being charged.

Making An Appointment:

Please call +385 21 500 400 or e-mail info@recuperaspa.com. Advance reservations are recommended to accommodate your preferences.

Odjeća:

Dobit ćete odgovarajuću odjeću i papuče za nošenje, te ormarić za svoje osobne stvari. Naši terapeuti će Vam objasniti što trebate nositi ili s čime se pokriti pri izvođenju pojedinih tretmana, no radi Vaše udobnosti, donje rublje se može nositi tijekom tretmana. Imajte na umu da su kupaći kostimi potrebni u nekim dijelovima spa centra.

Zdravstvena pitanja:

Molimo da nas obavijestite o svim zdravstvenim stanjima/poteškoćama prilikom rezerviranja tretmana, npr. povišeni krvni tlak, srčano stanje, alergija ili trudnoća. Konzumacija alkohola se ne preporučuje prije, tijekom ili neposredno nakon tretmana.

Darovne kartice:

Darovne kartice su dostupne za kupnju za sve spa usluge i pakete. Molimo Vas kontaktirajte spa recepciju za dodatne informacije.

Cijene: Sve cijene su u hrvatskim kunama.

Radno vrijeme: Svi tretmani su dostupni od 8 do 22 sata.

Otkazivanje rezervacija:

Ako odgodite ili odustanete od svog zakazanog tretmana, molimo Vas, obavijestite spa recepciju najmanje 6 sati unaprijed kako biste izbjegli plaćanje.

Zakazivanje tretmana:

nazovite +385 21 500 400 ili pošaljite e-mail na adresu info@recuperaspa.com. Preporučujemo da napravite rezervacije kako bismo se prilagodili Vašim željama.



THERMAL ZONE

Whether you want to invigorate your body, find some peace of mind or simply a relaxing place to do some soul-searching, the Thermal zone allows you to refocus on what is important to you. Combining hot and cold treatments will help you lessen muscular aches, detoxify skin, increase blood circulation and improve mental wellness

TERMALNA ZONA

Bez obzira želite li „oživjeti“ svoje tijelo, prepustiti se opuštajućim mislima ili jednostavno naći mjesto u kojem možete pronaći potpuni mir, Termalna zona je upravo ono što trebate. Kombiniranjem toplo-hladnih terapija umanjiti ćete bolove u mišićima, očistiti kožu od neželjenih naslaga, poboljšati cirkulaciju i unaprijediti mentalno zdravlje.





INDOOR + OUTDOOR POOL

RE:CUPERA Wellness & Spa has two large pools, indoor and infinity outdoor pool that is overlooking the Adriatic Sea. Infinity pool is your perfect location to relax and enjoy wonderful sunsets.

UNUTARNJI + VANJSKI BAZEN

RE:CUPERA Wellness & Spa ima dva bazena, unutarnji i vanjski. Vanjski, beskonačni, bazen je idealno mjesto za opuštanje jer se nalazi tik do mora i mjesto je na kojem možete svjedočiti najljepšim zalascima sunca.

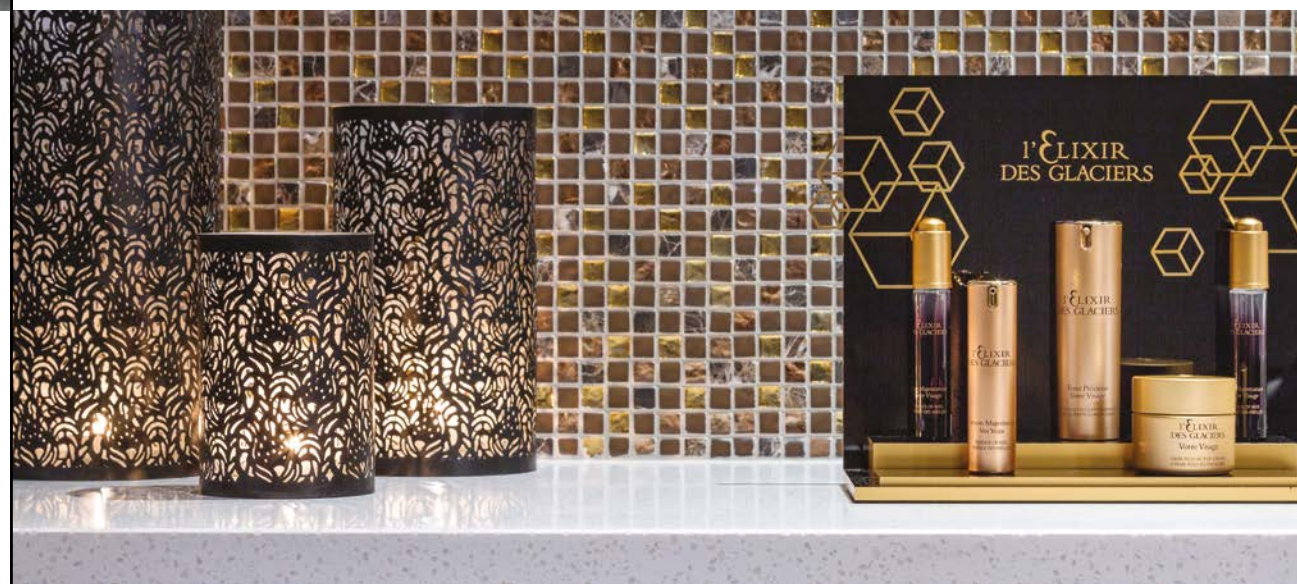


TREATMENT ROOMS

Calm environment and ease of mind was our leitmotif when designing treatment rooms. All of them are exquisitely decorated, have state of the art equipment, mood adjusting lights and ambient music. Everything is designed for your enjoyment

TRETMANSKE SOBE

Umirujuća okolina i bezbrižnost bili su naš lajtmotiv pri dizajniranju tretmanskih soba. Sve naše sobe odišu profinjenim dekoracijama, posjeduju modernu opremu, imaju podesivu rasvjetu i ambijentalnu glazbu. Sve je podređeno Vašem užitku.





FITNESS CENTER

Exercising and taking care of your body is not a trend anymore, it's a lifestyle. Le Méridien Lav wants you to experience modern and efficient exercising programmes designed to improve your physical and mental health. On top of redefining your physical appearance we are going to introduce you to proper ways of taking care of your body.

FITNESS CENTAR

Vježbanje i briga o vlastitom tijelu više nije samo trend nego i način života, stoga Vam Le Méridien Lav pruža moderne i učinkovite programe vježbanja, posebno kreirane kako biste unaprijedili tjelesno i mentalno zdravlje. U našoj ponudi pronaći će se svatko tko želi ne samo lijepo izgledati već i usvojiti sva potrebna znanja kako i na koji način voditi brigu o svom tijelu.

HAIR SALON

Need to look your best for a special night, or just hoping to freshen up your look while you're on vacation?

RE:CUPERA Wellness & Spa offers a full-service hair salon, so you can look your best for a special day, or just for the fun of it. Try out a new look with a stylish hair cut, color or hair style - and even up-dos for your special event

FRIZERSKI STUDIO

Želite zablistati na svečanoj večeri ili vjenčanju? Možda samo promijeniti imidž dok ste na godišnjem odmoru?

Naši stilisti će ispuniti sve Vaše želje kako biste dobili idealnu frizuru.





Their exceptional quality is the fruit of a subtle alliance of alpine ingredients and advanced scientific expertise.

Njihova izuzetna kvaliteta je plod spoja alpskih sastojaka i napredne znanstvene ekspertize.

RE:CUPERA
WELLNESS AND SPA

VALMONT

The master of anti-age treatments since 1985, Valmont perpetuates the unique expertise of Swiss cellular cosmetics with incomparably efficient care treatments giving immediate, long-lasting results. Valmont care treatments find their source in Switzerland's pure and protected environment.

VALMONT

Majstor anti-age tretmana od 1985., Valmont pruža jedinstvenu stručnost švicarske kozmetike i učinkovitih tretmana koji daju trenutne i dugotrajne rezultate. Valmont tretmani svoje korijene vuku iz čistog i zaštićenog okoliša Švicarske.



AROMATHERAPY ASSOCIATES

For more than 30 years Aromatherapy Associates, a truly British brand, has been specialising in harnessing the natural healing powers of the finest natural ingredients, purest extracts and essential oils to include in our products and treatments.

Many years of experience as therapists enabled them to see first hand how essential oils have effectively enhanced the state of people's physical, mental and emotional wellbeing.

AA's renowned and award-winning products and treatments have transformed the therapeutic aromatherapy experience into something highly effective yet luxurious and exceptional.

AROMATHERAPY ASSOCIATES

Više od 30 godina britanski brend Aromatherapy Associates slovi kao predvodnik u korištenju prirodnih i ljekovitih svojstava najfinijih prirodnih sastojaka, najčišćih ekstrakata i eteričnih ulja koje koriste u proizvodima i tretmanima.

Tijekom dugogodišnjeg terapijskog iskustva spoznali su kako eterična ulja učinkovito poboljšavaju stanje fizičkog, mentalnog i emocionalnog blagostanja ljudi.

Poznati i nagrađivani proizvodi i tretmani AA-a učinili su terapijsko iskustvo aromaterapije visoko učinkovitim, a opet iznimno luksuznim.





The RE:CUPERA Wellness & Spa is proud to partner with Ila and offer some of it's most exclusive products.

RE:CUPERA Wellness & Spa je ponosan na suradnju s Ila-om i u ponudi imamo neke od njihovih najkvalitetnijih proizvoda.

RE:CUPERA
WELLNESS AND SPA

ILA

„Ila's vocation is to bring purity, energy, and balance into everyday life by creating luxurious skincare products that work to improve natural beauty through the health and vitality of our skin, to increase wellbeing through the transforming effects of energy healing, and to connect to a greater sense of inner serenity.“ – Ila founder Denise Leicester

ILA

“Sama bit kozmetičkog brenda Ila je omogućiti čist, energičan i uravnotežen život, stvaranjem luksuznog proizvoda koji poboljšava prirodnu ljepotu kroz zdravlje i vitalnost kože. Cjelokupno zdravstveno stanje se poboljšava kroz transformirajuće učinke energije iscjeljivanja i povezivanja s osjećajem unutarnjeg spokoja.“ – osnivač Ila-e Denise Leicester.





Margaret Dabbs

Their secret is to fuse together the best of medical with the best of beauty to produce an exclusive range of effective, results driven yet luxurious products and treatments

Tajna ovog brenda je spajanje najboljih medicinskih i „beauty“ praksi kako bi se proizvele ekskluzivne linije učinkovitih ali i luksuznih proizvoda i tretmana.

RE:CUPERA
WELLNESS AND SPA

MARGARET DABBS

Margaret Dabbs is the celebrated podiatrist and foot expert who founded her first foot clinic in London in 1998 in private consulting rooms in the Harley Street area of central London. She went on to create the Margaret Dabbs London brand to include foot clinics with nail spas across the globe.

MARGARET DABBS

Margaret Dabbs je slavna stručnjakinja za probleme zglobova i stopala koja je 1998. osnovala svoju prvu kliniku u središtu Londona, u dijelu grada poznatijem kao Harley Street. Nastavila je razvijati brend Margaret Dabbs London koji je posjedovao klinike za stopala sa spa tretmanima za nokte, širom svijeta.



MED CONTOUR

Med Contour is a new, specially developed ultrasound device that combines the effects of low and high frequency of the ultrasound by the two powerful ultrasound heads integrated into applicator, vacuum and special handpiece for lymphdrainage. The energy from the two ultrasound heads connected in subcutaneous tissue destroys fat cells without damaging the skin and tissue.

Med Contour is PROVEN the best alternative to operational liposuction by the words of world-renowned doctors.

MED CONTOUR

Med Contour je novi, specijalno razvijeni ultrazvučni uređaj koji kombinira djelovanje niske i visoke ultrazvučne frekvencije. Visoku frekvenciju omogućuju dvije snažne glave ultrazvuka integrirane u aplikator, vakuum i posebna sonda za limfnu drenažu. Energija iz dvije ultrazvučne glave spaja se u potkožju i uništava masne stanice bez oštećenja kože ili tkiva.

Prema riječima svjetski poznatih liječnika, Med Contour je dokazano najbolja alternativa operativnoj liposukciji!





MED VISAGE

Med Visage is the innovative system that combines technique of ultrasound and radiofrequency, known as non-surgical face lifting.

This treatment immediately improves texture, tone, and elasticity of the skin.

Med Visage also stimulates the growth of new collagen and elastin, cellular mechanisms responsible for the restoration and regeneration of tissue, while producing a natural lifting effect.

MED VISAGE

Med Visage, inovativni sustav koji kombinira tehnologiju ultrazvuka i radiofrekvencije, poznat i kao ne kirurško zatezanje lica.

Ovaj tretman poboljšava teksturu, ton i elastičnost kože.

Med Visage također stimulira stvaranje novog kolagena i elastina, stanične mehanizme odgovorne za obnovu i regeneraciju tkiva te postiže prirodni efekt zatezanja lica.

SKIN PEELER

Controlled Microdermabrasion with the REVIDERM Skin Peeler is a modern technique for treating the skin gently and successfully.

The range of applications is very broad, because the REVIDERM Skin Peeler can quickly and safely repair many different problems related to the biological regeneration of the skin.

Microdermabrasion is ideally suited to treating the following indications:

- Horny Layers (Hyperkeratosis)
- Before any active agent and general skin regeneration treatment.
- Atrophic and aging skin
- UV Light and sun damaged skin
- Pigmentation disorders and age spots
- Skin impurities and acne scars
- Body treatments for striae, stretch marks and cellulite
- Scars of every type on the face and body

MIKRODERMOABRAZIJA

Kontrolirana mikrodermoabrazija s REVIDERM Skin Peeler-om je moderna tehnika za uspješnu njegu kože.

Raspon primjene je vrlo širok jer REVIDERM Skin Peeler može brzo i sigurno popraviti razne probleme vezane uz biološku regeneraciju kože.

Mikrodermoabrazija je idealna za liječenje sljedećih indikacija:

- Hiperkeratoze
- Prije korištenja bilo kojeg aktivnog sredstva za obnovu kože.
- Atrofičnosti i starenja kože
- UV svjetla i sunčanih kožnih oštećenja
- Poremećaja pigmentacije i mrlja
- Kožnih nečistoća i ožiljaka od akni
- Tretmana za strije i celulit
- Ožiljaka svih vrsta na licu i tijelu



PRESSOTHERAPY

Pressotherapy is used in the weight loss process e.g. in elimination of cellulite because it is most effective in the removal of excess fluid from the tissues and in the removal of waste products from the body, which are replaced with healthy nutrients that come with blood.

PRESOTERAPIJA

Koristi se u procesu mršavljenja npr. pri uklanjanju celulita jer je najučinkovitija u uklanjanju viška tekućine iz tkiva i uklanjanju otpadnih proizvoda iz tijela, koji zamjenjuju zdrave hranjive tvari u krvotoku.

LASER HAIR REMOVAL

Laser hair removal is a medical procedure during which the diode laser, which generates intense pulsed beam of specific wavelength (810 + 940 nm), removes unwanted hair. The energy of laser is used to prevent regrowth of hair. Diode laser, which is used for hair removal at RE:CUPERA Wellness & Spa has become synonymous with secure epilation with long term results.

EPILACIJA

Lasersko uklanjanje dlaka je medicinski postupak tijekom kojeg diodni laser stvara intenzivnu pulsnu zraku specifične valne duljine (810 + 940 nm), uklanja neželjene dlake. Energija lasera se koristi kako bi se spriječio ponovni rast dlake. Diodni laser, koji se koristi za uklanjanje dlaka u RE:CUPERA Wellness & Spa je postao sinonim za sigurnu epilaciju s dugoročnim rezultatima.



VISIA

A VISIA imaging session captures key visual information for six areas affecting complexion health and appearance: wrinkles, spots, pores, evenness (color variation in the skin tone), porphyrins (evidence of bacteria in pores), and UV spots (characteristic of photodamage, typically from overexposure to sun).

VISIA also provides a comparison of your complexion's characteristics to those of other women of your same age and ethnicity. This comprehensive information enables our providers to present the optimal treatments and regimens which are right for you.

A printed report which you can take home provides details of your imaging session and recommended rejuvenation and skin care options.

VISIA

Snimanje VISIA aparatom bilježi ključne vizualne informacije za šest područja koja utječu na ten: bore, mrlje, pore, jednakosti kože (varijacije boja tonusa kože), porfirini (dokazi bakterija u porama) i UV mrlje (karakteristične za tzv. foto oštećenja koje se javljaju zbog pretjeranog izlaganja suncu).

VISIA također pruža usporedbu karakteristika vašeg tena s karakteristikama tena drugih žena iste dobi i etničke pripadnosti. Ovi sveobuhvatni podaci omogućuju našim djelatnicima pružanje optimalnih tretmana i režima.

Tiskano izvješće koje možete ponijeti kući daje pojedinosti o vašoj snimci i preporuke o mogućnostima pomlađivanja i njege kože.

SECA

Benchmarks are set when this experience and passion for precision meets body analysis.

The result is the seca medical Body Composition Analyzer, or seca mBCA for short. It is the only body composition analyzer designed for medical use, and validated against the Four Compartment Model – the gold standard for fat mass estimation.

The seca mBCA is reliable, economical, and simple to use. It offers a non-invasive analysis which allows you to work more efficiently and precisely, while providing more to your patients.

SECA

Suvremeni uređaj, skraćeno nazvan SECA mBCA je postavio standarde u svijetu analize tijela.

To je jedini uređaj za analizu sastava tijela koji je dizajniran za medicinsku upotrebu i potvrđen četverokutnim modelom – zlatnim standardom za procjenu masnih naslaga.

SeCA mBCA je pouzdan, ekonomičan i jednostavan za korištenje. Nudi neinvazivnu analizu koja omogućuje terapeutima da učinkovitije i preciznije rade te pruže kvalitetniju uslugu svojim klijentima.



RE:CUPERA Wellness and Spa

Grljevačka 2a, 21312 Podstrana - Croatia

T + 385 21 500 400

F + 385 21 500 300

info@recuperaspa.com

OPENING HOURS:

Every day from 6 AM - 10 PM

RADNO VRIJEME:

Svakim danom od 6:00 - 22:00 sati

