



Scandinave Les Bains Vieux-Montreal

Монреаль, Канада

A vast old warehouse building in the centre of Montreal now contains so-called Scandinavian baths – hot and cold springs that restore strength, cleanse the organism, and have a calming effect. Start with a hot bath and aromatic sauna to open the pores of your skin, then move on to a cold bath.

В центре старого Монреаля, напротив городского порта, в здании, где полвека назад были склады, сейчас находится термальный спа-центр площадью 12 000 м². Здесь оборудованы так называемые скандинавские ванны – холодные и горячие источники, заключенные в купели. Вода в них возвращает силы и успокаивает, также прекрасно очищает организм, улучшает кровообращение и способствует выработке эндорфинов. Оздоровительный курс местные специалисты советуют начать с горячих источников и ароматических саун – поры кожи раскроются, и она легко впитает полезные вещества. А затем уже перейти к холодным ваннам.



Thermae Bath Spa

Бат, Англия

The only spa hotel in England with a thermal source that is more than 10,000 years old. In addition to the hot thermal baths, treatments include a hammam with aromatic steam, stone therapy, and Pantai-Luar, a massage with hot herb-filled bags.

Это единственный в Англии спа-отель, где есть термальные источники, возникшие более десяти тысяч лет назад. Недалеко от отеля находятся небольшие коттеджи, и если необходимо сделать отдых более бюджетным, то можно поселиться в одном из них – уровень спа-обслуживания от этого не изменится. К вашим услугам горячие термальные ванны, вода в которых помогает при ревматизме и проблемах с дыханием. А также хаммам с ароматизированным паром, stone-терапия на горячих камнях и довольно-таки редкая процедура **Pantai-Luar** – массаж горячими мешочками, наполненными различными травами.



Blue Lagoon

Гриндавик, Исландия

This geothermal spa in the south-west of Spain uses 65% seawater containing quartz, blue-green seaweed, and white clay that draws out toxins from the body.

«Голубая лагуна» – геотермальный бассейн на юго-западе Исландии – считается символом этой страны. Вода в нем на 65% морская, а также в ее формуле обнаружили кварц и даже синезеленые водоросли. А молочный цвет воды объясняется наличием в ней белой глины, которая обладает уникальным свойством выводить из организма токсины и шлаки. В отеле **Blue Lagoon** вам предложат большой перечень процедур прямо в самой лагуне: массажи с использованием минеральных солей и масел, программы на основе кремневой грязи и контрастный душ.