

Get stronger...

Sonbaharın vücudumuzdaki etkilerini iyice hissetmeye başladığımız Kasım ayında bağışıklık sistemimizi güçlü tutarak hastalıklara karşı önlemimizi almanın tam zamanı. Bu ay da birbirinden özel bakım ve aktivitelerle sağlık ve mutluluk dolu günler Amrita Spa & Wellness'ta sizi bekliyor.

In November, when our bodies really start to feel the impact of the fall weather and shorter days, is the right time to take steps to keep from getting sick and de-energized. This month's exclusive treatments and activities mean that a happier, healthier you is waiting at Amrita Spa & Wellness.



Spa Bayram Paketi

Hamam, masaj ve yüz bakımından oluşan bu özel paketle bayramın keyfine varın.

60 dakika Türk Hamamı
30 dakika İsveç Masajı
Derinlemesine Temizleyen Yüz Bakımı

168 Euro

Bayram Spa Package

Pamper yourself during Bayram (Eid al-Adha) with this exclusive package featuring a Turkish bath, massage and facial.

60 minutes Turkish Bath
30 minutes Swedish Massage
Deep Cleaning Facial

168 Euro

Spa Günlük Paketleri

Gününüzü Amrita Spa & Wellness'ta değerlendirmeniz için farklı paketler...

- **Şımartan Dokunuş**
(Hamam - Derinlemesine Temizleyen Yüz Bakımı - Rahatlama Masajı)
- **Beyler Kaçamağı**
(Hamam - Amrita Erkek Yüz Bakımı - İsveç Masajı)
- **Amrita'nın Altın Dokunuşu**
(Hamam - Amrita Baş ve Boyun Masajı - Refleksoloji)
- **Amrita Detox**
(Lotus Dokunuşu - İnceltici Vücut Maskesi - İnceltici Masaj)

Yeni Fitness Paketleri

Özel eğitmen eşliğinde haftada 3 gün olmak üzere toplam 6 haftalık bir programla istediğiniz vücuda sahip olun.

- Fit Life (Giriş - Orta Seviye - Pofesyonel)
- Fat Burning (Giriş - Orta Seviye - Pofesyonel)
- PNF Stretching

Daily Spa Packages

With these relaxing and revitalizing packages, Amrita Spa & Wellness is the ideal place to spend the day...

- **Pamper Yourself**
(Turkish Bath - Deep-Cleaning Facial - Relaxing Massage)
- **Men's Get Away**
(Turkish Bath - Amrita Men's Facial - Swedish Massage)
- **Amrita's Golden Touch**
(Turkish Bath - Amrita Recovery Head and Neck Massage - Reflexology)
- **Amrita Detox**
(Lotus: First Temptation - Shaping Body Mask - Slimming Massage)

New Fitness Packages

Get the body you want with this exclusive six-week program, featuring three sessions a week with a private trainer.

- Fit Life (Beginner - Intermediate - Advanced)
- Fat Burning (Beginner - Intermediate - Advanced)
- PNF Stretching

Kasım Aktiviteleri

Triathlon başlıyor

15 Kasım - 16 Aralık tarihleri arasında yüzme, bisiklet ve koşu bölümlerinden oluşan Fitness Triathlon'la zamana karşı yarışarak dayanıklılık kazanın ve hareket yeteneklerinizi geliştirin.

Trekking

15 Kasım Pazar günü gerçekleşecek Tracking aktivitemizde Erikli Yaylası'nda olacağız.



November Activities

Compete in the Fitness Triathlon

From November 15th - December 16th, we will be holding the Fitness Triathlon, consisting of swimming, biking and running stages. It's the perfect way to build your endurance and flexibility.

Trekking

On Sunday, November 15th, we will head to the Erikli Yayla for trekking.



swissôtel THE BOSPHORUS
ISTANBUL

Bayıldım Cad. No: 2 Maçka, Beşiktaş 34357 İstanbul - Türkiye
Tel: (0 212) 326 1100 Fax: (0 212) 326 1122

