



ANASA
WELLNESS & SPA



Καλώς ήρθατε στο ANASA Spa, μια οάση ηρεμίας και αναζωογόνησης που βρίσκεται στο Patmos Aktis Suites & Spa.

Η ANASA είναι η ελληνική λέξη για την αναπνοή και όπως η αναπνοή είναι απαραίτητη για τη ζωή, το spa μας είναι αφιερωμένο στο να σας προσφέρει μια εμπειρία που αναζωογονεί το μυαλό, το σώμα και την ψυχή σας.

Πιστεύουμε ότι όταν αφιερώνετε χρόνο για να αναπνεύσετε βαθιά και να απαλλαγείτε από το άγχος, μπορείτε να επιτύχετε μια αίσθηση εσωτερικής γαλήνης και ισορροπίας. Οι θεραπείες μας έχουν σχεδιαστεί για να σας βοηθήσουν να βρείτε αυτήν την ισορροπία και να επανασυνδεθείτε με τον εαυτό σας.

Ελάτε λοιπόν να πάρετε μια βαθιά ανάσα μαζί μας στο ANASA Wellness & Spa και αφήστε μας να σας καθοδηγήσουμε στο ταξίδι σας στην ευεξία.

Welcome to ANASA Spa, an oasis of tranquility and rejuvenation located within Patmos Aktis Suites & Spa.

ANASA is the Greek word for breath and just as breath is essential to life, our spa is dedicated to providing you with an experience that revitalizes your mind, body, and soul.

We believe that when you take the time to breathe deeply and let go of stress, you can achieve a sense of inner peace and balance. Our treatments are designed to help you find this balance and reconnect with yourself.

So come and take a deep breath with us at ANASA Wellness & Spa, and let us guide you on your journey to wellness.



RITUALS

ILA CHAKRA WELLBEING

120'/220€

Το απόλυτο τελετουργικό για την εξισορρόπηση νου, σώματος και ψυχής όσο εξαίσιος όσο και ολιστική, αυτή η εξατομικευμένη θεραπεία, προσαρμοσμένη στις ανάγκες του κάθε ατόμου, δρα στους μύες, τη λέμφο και το νευρικό σύστημα συνολικά. Βασισμένο σε επτά μείγματα αιθέριων ελαίων που εξισορροπούν τα chakras. Κάθε μοναδικό τελετουργικό περιλαμβάνει βαθιά χαλάρωση του νευρικού συστήματος, λεμφική παροχέτευση, ενεργειακή θεραπεία των chakras και έκχυση ζεστού ελαίου στο τρίτο μάτι για την χαλάρωση κάθε αίσθησης. Τελετουργικό περιποίησης: Express mini scrub σώματος, ντους, θεραπεία πλάτης Kundalini, προαιρετικό μασάζ στο μπροστινό μέρος του σώματος, θεραπεία προσώπου Ananda, διάχυση ελαίων στο chakra του τρίτου ματιού που ρέουν προς τα μαλλιά.

The ultimate ritual for restoring mind, body & soul.

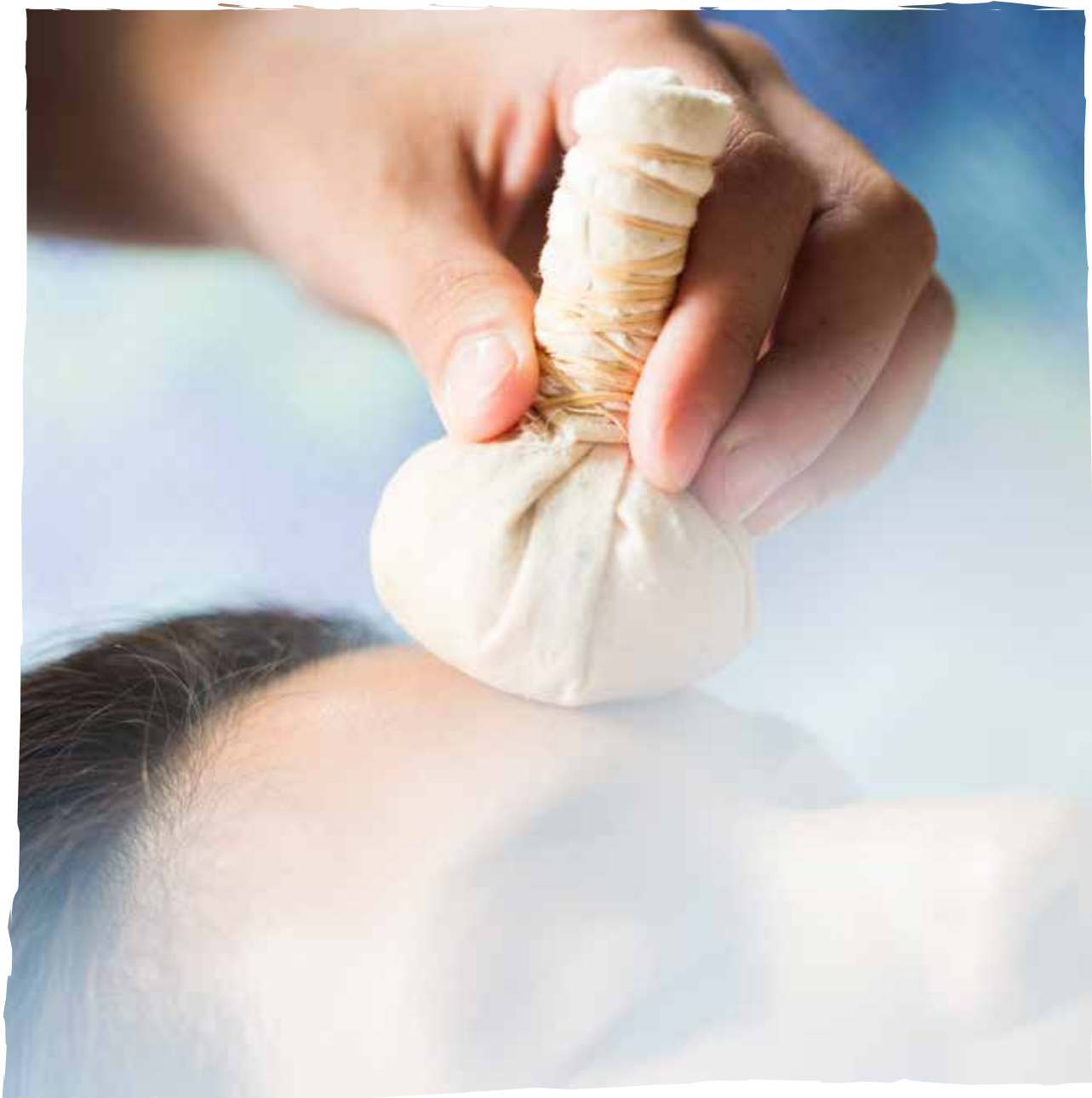
As exquisite as it is holistic, this bespoke treatment – tailored to the needs of each individual – works on the muscles, lymph and nervous system as a whole. Based around seven blends of chakra-balancing essential oils, each unique ritual involves deep relaxation of the nervous system, sensuous lymphatic drainage, subtle healing of the chakras and the pouring of warm oil over the third eye to restore and relax every sense. Treatment ritual: Express mini body scrub, shower, Kundalini back treatment, optional massage to the front of the body, Ananda face therapy, oil pouring over third eye chakra into hair.



HOT CABINS

60' /70€ for 1 guest | 100€ for 2 guests

ΑΤΜΟΛΟΥΤΡΑ / STEAM BATHS



FACIALS

ANANDA

30'/65€ | 60'/110€

Θρεπτικό - Ευδατικό - Αναζωογονητικό

Για ταλαιπωρημένο & καταπονημένο δέρμα. Χρησιμοποιώντας τη συλλογή Glowing Radiance της ila, αυτή η θεϊκή θεραπεία ξεκινά με ένα προϊόν καθαρισμού από αλόη και ρόδι, ακολουθεί απαλή απολέπιση με προϊόντα από φραγκοστάφυλο & μέλι και συνεχίζει με τόνωση των κυττάρων του δέρματος με ισχυρά έλαια ρόδου Δαρμασκού και σανταλόξυλο. Οι εξειδικευμένες τεχνικές μασάζ marma αποκαθιστούν τη φυσική λάμψη, ενώ μια μάσκα με πράσινο άργιλο μειώνει τη φλεγμονή. Το δέρμα λάμπει και μια αίσθηση γαλήνης διαπερνά το σώμα.

Τελετουργικό περιποίησης:

Καθαρισμός, απολέπιση & τόνωση, κλασικές τεχνικές έναρξης, ενεργοποίηση των marma, ενεργειακές τεχνικές, μάσκα με πράσινο άργιλο.

Nourishing - Hydrating - Rejuvenating

For stressed & exhausted skin. Using ila's Glowing Radiance Collection, this divine therapy begins with an aloe vera & pomegranate cleanse and a gentle blackcurrant & honey exfoliation to the face, followed by powerful damascene rose otto and sandalwood oils to stimulate energy to skin cells. Specialized marma massage techniques restore natural luminance, whilst a green clay mask reduces inflammation. Skin glows with radiance and a sense of peace pervades the body.

Treatment ritual:

Cleanse, exfoliation & tone, classic opening techniques, marma & light therapy, green clay mask.



RENEWED RECOVERY

60'/110€ | CBD EDITION 60'/145€

Σύσφιξη - Εξισορρόπηση - Ανανέωση

Για ορμονική ισορροπία, ζωή στην πόλη και jetlag. Χρησιμοποιώντας την Renewed Recovery Collection της ila, αυτή η επανορθωτική θεραπεία προσώπου για την αναζωογόνηση των κυττάρων του δέρματος, βασίζεται στα έντονα θεραπευτικά εκχυλίσματα του τροπικού δάσους. Τεχνικές λεμφικής παροχέτευσης, ζεστά καταπλάσματα με βότανα και μάσκα λάσπης Αμαζονίου, ενισχύουν την αποτοξίνωση, μειώνουν την κατακράτηση υγρών, αυξάνουν την κυκλοφορία του αίματος και προάγουν την παραγωγή κολλαγόνου. Το δέρμα φωτίζεται και οι μύες ηρεμούν απαλύνοντας τις λεπτές γραμμές και τις ρυτίδες.

Τελετουργικό περιποίησης:

Καθαρισμός, απολέπιση & τόνωση, κλασικές τεχνικές έναρξης, λεμφική παροχέτευση & ζεστά καταπλάσματα βοτάνων, μάσκα λάσπης Αμαζονίου.

Firming - Balancing - Renewing

For hormone imbalance, city living & jetlag. Using ila's Renewed Recovery Collection, this restorative face therapy draws on intensely healing rainforest extracts to rejuvenate skin cells. Lymphatic drainage techniques, warm herbal poultices and an Amazonian mud mask, encourage toxin release, reduce water retention, increase blood supply and boost collagen production. Skin tone is brightened, and muscle contraction is inhibited, softening fine lines and wrinkles.

Treatment ritual:

Cleanse, exfoliation & tone, classic opening techniques, lymphatic drainage & warm herbal poultices, Amazonian mud mask.



GUA SHA SIGNATURE FACIAL TREATMENT

40'/70€

Ενεργειακή τόνωση – Αιματική κυκλοφορία - Αποτοξίνωση

Για ανόρθωση, λάμψη & μυϊκή τόνωση. Αυτή η ιδιαίτερη θεραπεία προσώπου προσφέρει αποτοξίνωση, μείωση της κόπωσης, ανόρθωση του οβάλ και βελτίωση της όψης των ρυτίδων του προσώπου και του λαιμού. Ανορθωτικές και αποσυμφορητικές τεχνικές, εξειδικευμένο μασάζ με τα gua sha, φτιαγμένα από θεραπευτικούς κρυστάλλους χαλαζία και πιέσεις στα βελονιστικά σημεία σε συνδυασμό με τα καταλληλότερα αιθέρια έλαια βασισμένα στην αρωματοθεραπεία. Η φυσική λάμψη και η σφριγηλότητα του προσώπου αναδεικνύονται και ένα αίσθημα ευεξίας και γαλήνης διαπερνά ολόκληρο το σώμα.

Τελετουργικό περιποίησης:

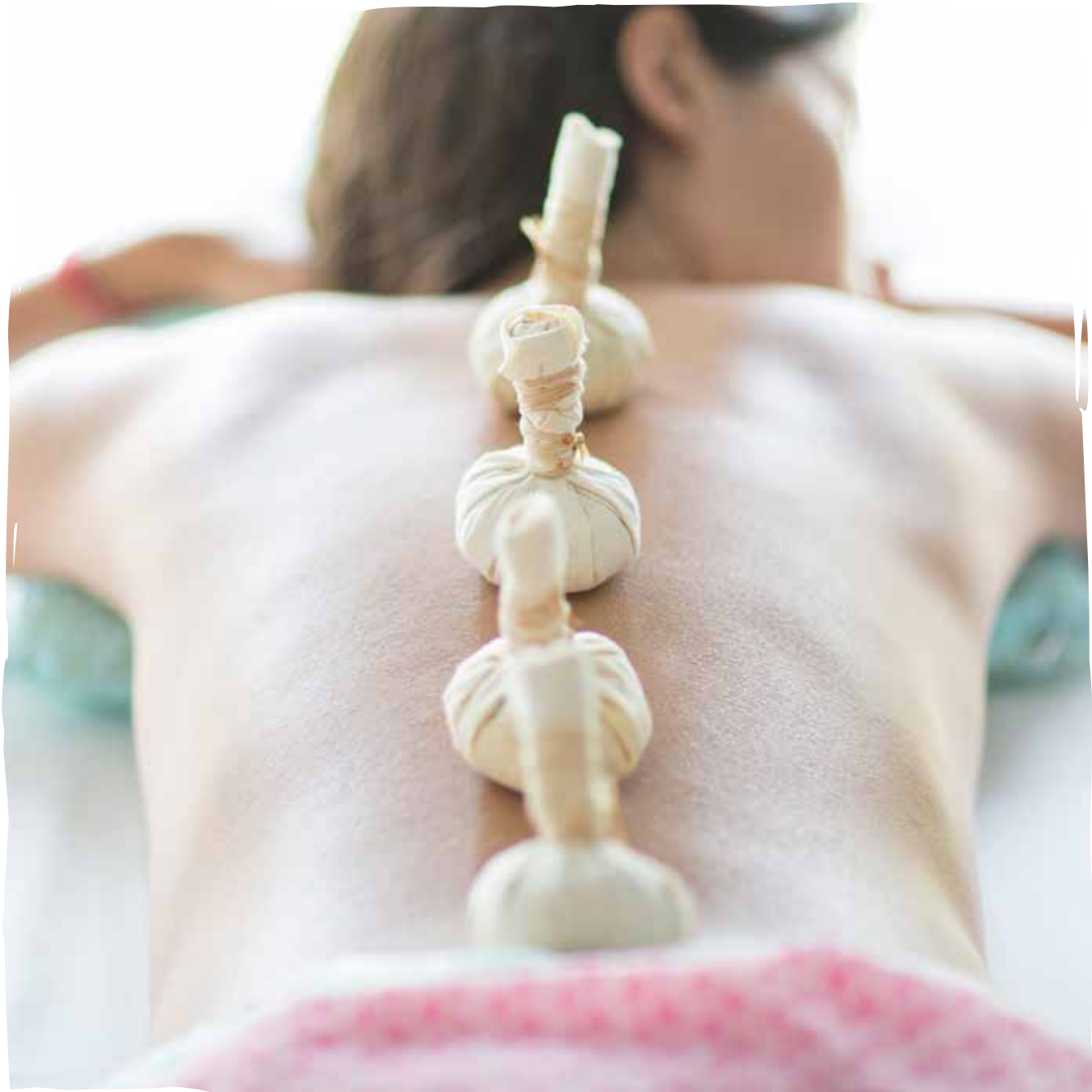
Καθαρισμός, τόνωση, πιέσεις βελονιστικών σημείων, τεχνικές gua sha, λεμφική παροχέτευση.

Energy boosting - Blood circulation - Detoxifying

For firming, glowing & muscle tone. A unique facial treatment encourages toxin release, decreases the sense of fatigue, reshapes the face oval and improves the skin appearance including the face and neck wrinkles. Firming & draining techniques, specialized gua sha massage, which are made of therapeutic quartz crystals and pressures to acupuncture points are combined with the most suitable essentials oil that are based on aroma psychology. The natural luminance and firmness are restored and a sense of wellness and peace pervades whole body.

Treatment ritual:

Soft cleanse, tone, acupuncture pressure points, gua sha techniques, lymphatic drainage.



MASSAGE THERAPIES

PRANA VITALITY MASSAGE

60'/110€ | 90'/160€

Ενίσχυση Ενέργειας & Θετικής διάθεσης - Αποτοξίνωση

Για χαμηλή ενέργεια και υποτονικό κυκλοφορικό. Αυτό το full body αναζωογονητικό μασάζ προσφέρει αποτοξίνωση, μείωση της κόπωσης και αποκατάσταση της σωματικής και πνευματικής ευεξίας. Οι ήπιες, χαλαρωτικές τεχνικές μασάζ και η θεραπεία marma, με ενεργειακά αιθέρια έλαια από άρκευθο, γεράνι, λεμονόχορτο και πατσουλί, επιτρέπουν στο μυαλό, το σώμα και το πνεύμα να πλημμυρίσουν από ζωντάνια και ενέργεια.

Energy Boosting & Positive Mood Enhance - Detoxifying

For low energy & sluggish circulation. This revitalizing full body massage helps release toxins, reduce fatigue and restore physical and mental strength. Invigorating massage & marma therapy with energy enhancing essential oils of juniper berry, geranium, lemongrass and patchouli leave mind, body and spirit sparkling with vitality.

INNER PEACE BODY TREATMENT

60'/110€ | 90'/160€

Βαθιά χαλάρωση – Θρέψη

Ιδανικό για στρες, ανησυχία-ευεργετικό μετά από εγκυμοσύνη. Αυτή η θεραπεία θρέφει το δέρμα και ρυθμίζει το νευρικό σύστημα, χαλαρώνοντας και ανανεώνοντας συγχρόνως το σώμα και το πνεύμα. Το εξειδικευμένο μασάζ και η θεραπεία marma με τριαντάφυλλο, το οποίο εξισορροπεί τα συναισθήματα, το σανταλόξυλο με τις θεραπευτικές του ιδιότητες και το γιασεμί που ανανεώνει, συνδυάζονται υπέροχα σε αυτή τη θεραπεία. Το δέρμα θρέφεται, η ψυχή καλλιεργείται και μια βαθιά αίσθηση εσωτερικής γαλήνης σας διαπερνά.

Deep Relaxation – Nurturing

For anxiety, restlessness & post pregnancy. This blissfully balancing treatment feeds skin and senses, relaxing and reviving both body and spirit. Specialized massage & marma therapy with emotionally balancing rose, healing sandalwood, and renewing jasmine combine in this wonderful massage. The skin is nourished, the soul nurtured, and a profound sense of inner peace pervades.

MASSAGE THERAPIES

DEEP THERAPEUTIC MASSAGE

60'/120€ | 90'/170€

Για μυϊκή κόπωση & πόνο στις αρθρώσεις, καθιστική ζωή & απόλυτη χαλάρωση.

Ένα δυνατό, αποτελεσματικό full body μασάζ με τεχνικές Shiatsu σε συνδυασμό με ρυθμικά, χαλαρωτικά σημεία πίεσης που συνεργάζονται για να απελευθερώσουν βαθιά μοτίβα έντασης και να ηρεμήσουν τον νου. Όλη η εμπειρία έχει σχεδιαστεί με αγάπη για να είναι ταυτόχρονα επανορθωτική και χαλαρωτική: ιδανική για όποιον χρειάζεται μια έντονη απελευθέρωση της σωματικής και νοητικής έντασης.

For muscular fatigue & joint pain, computer shoulders & deep rest.

A firm, effective full-body massage with Shiatsu stretches along with rhythmic, hypnotic pressure points that work together to release deeply-held patterns of tension and pacify your mind. The whole experience has been lovingly designed to be both remedial and relaxing: ideal for anyone needing a strong release of physical tension from the body.

HOLISTIC SIGNATURE MASSAGE

75'/150€

Για Ενεργειακή εξισορρόπηση – Μυϊκή χαλάρωση - Ψυχοσωματική αρμονία.

Βασισμένη στην εμπειρία και τις τεχνικές των θεραπειών μας, αυτή η ολιστική, θεραπευτική οπτική του μασάζ, προσαρμόζεται ιδανικά στις προσωπικές σας ανάγκες και επιθυμίες. Τα αιθέρια έλαια ανακουφίζουν, οι εξειδικευμένες τεχνικές κινητοποιούν τη ροή της ενέργειας και το νευρικό σύστημα ηρεμεί, προσφέροντας αναζωογόνηση και ευεξία. Μία αξέχαστη ολοσωματική εμπειρία.

For Energy balance - Muscle release - Body & Soul harmony

An holistic, therapeutic perspective of massage is harmonizing with the experience and techniques of our therapists, who are tailored to the needs of each individual. The essential oil blends relive, the proper techniques boost the energy and nervous system is relaxed encouraging revitalization and wellness. An unforgettable full body experience.

SCRUBS & WRAPS EXPERIENCES

ENERGISING & DETOXIFYING BODY RENEWAL

30'/70€ | 60'/110€

Τόνωση - Λάμψη – Καθαρισμός

Για εξάντληση & καταπολέμηση της κυτταρίτιδας. Χρησιμοποιώντας τις ιονιστικές ιδιότητες των κρυστάλλων αλατιού Ιμαλαΐων, αυτή η ανανέωση του σώματος γίνεται μέσω του μασάζ με αποτέλεσμα την ταχεία απολέπιση και την αποβολή τοξινών και έντασης. Σε υψηλό επίπεδο, καθαρίζει και ενισχύει τα βιοενεργειακά πεδία αφήνοντας το μυαλό, το σώμα και το πνεύμα ανυψωμένο.

Τελετουργικό περιποίησης:

ila core full body μασάζ, θεραπεία marma, ντους, εφαρμογή λαδιού/κρέμας σε ολόκληρο το σώμα.

Toning -Illuminates skin –Cleansing

For exhaustion & combatting cellulite. Using the ionizing properties of Himalayan Salt Crystals, this body renewal is subtly massaged into the skin resulting in rapid exfoliation and the elimination of toxins and tension. On a subtle level, it cleanses and strengthens the bio-energy fields leaving mind, body and spirits uplifted.

Treatment ritual:

ila core full body massage, marma therapy, shower, full body oil/cream application.

ROSE AND ALOE SUN COOLER WRAP

60'/155€

Αντιφλεγμονώδες - Επανορθωτικό – Καταπραϋντικό

Για καταπόνηση από τον ήλιο, αφυδατωμένο & ταλαιπωρημένο δέρμα. Αυτή η full body εμπειρία αναζωογονεί και αναπληρώνει το ταλαιπωρημένο ή καμένο δέρμα από τον ήλιο, μειώνοντας τη σωματική θερμότητα. Καταπραϋντική επάλειψη με απόσταγμα ρόδου, δροσιστικό μασάζ με κρέμα σώματος & κρύσταλλοι ροζ χαλαζία για λάμψη, ηρεμοούν και μαλακώνουν τα ηλιακά εγκαύματα και την ευαισθησία. Ένα gel wrap από τριαντάφυλλο και aloe vera εφαρμόζεται απαλά στο ευαίσθητο δέρμα, ενώ οι κρύσταλλοι ροζ χαλαζία που τοποθετούνται στους μεσημβρινούς του προσώπου αποκαθιστούν την ισορροπία και την δύναμη.

Τελετουργικό περιποίησης: Rose hydrolat body misting, ila core full body μασάζ, εφαρμογή gel wrap, κλασικές τεχνικές έναρξης & cool crystal gliding στο πρόσωπο. Προαιρετικά δροσερό ντους.

Anti-Inflammatory - Repairing – Soothing

For sun burn, dehydrated & damaged skin. This full body experience refreshes and replenishes sun-damaged or overheated skin by reducing bodily heat. A soothing mist of Rose hydrolat, a cooling massage with Body Cream for Glowing Radiance and rose quartz crystals calm and soothe sunburn or sensitivity. A rose and aloe vera gel wrap is gently applied over sensitive skin, whilst rose quartz crystals, placed upon facial meridians, restore balance and strength.

Treatment ritual: Rose hydrolat body misting, ila core full body massage, cool crystal gliding, gel wrap application, classic opening techniques & cool crystal gliding on face. Optional cool shower.

HOLISTIC THERAPIES

by guest therapist Mrs. Sofia Vlachou

BODY DETOXIFICATION TECHNIQUE

60'/120€

Για κυκλοφορία της Λέμφου – ενίσχυση ανοσοποιητικού – αντιμετώπιση κυτταρίτιδας – κατακράτησης υγρών – ανάπλαση κυττάρων – ευεξία.

Αφυπνίστε τις αισθήσεις σας με την τεχνική του μασάζ αποτοξίνωσης και τα θεραπευτικά έλαια. Μία ολοκληρωμένη εμπειρία που σκοπό έχει να βελτιώσει την κυκλοφορία του αίματος, της λέμφου και να βοηθήσει στην αποβολή των τοξινών και τη γενική ευεξία. Ξεμπλοκάρετε το σώμα σας δώστε ψυχική και σωματική ανάταση.

Experience the rejuvenating power of our detox massage and essential oils, designed to invigorate your senses. Indulge in a comprehensive treatment that enhances blood and lymph circulation, eliminates toxins, and fosters holistic well-being. Unleash your body, granting it the rejuvenation it truly deserves, both physically and mentally.

REFLEXOLOGY

45'/90€

Αυτοθεραπεία του ατόμου - ψυχική ισορροπία - αντιμετώπιση του στρες, βελτίωση του ύπνου, πεπτικά, μυοσκελετικά προβλήματα.

Αρχαία κινεζική πρακτική, που αντιμετωπίζει το άτομο ως ολότητα έχοντας στόχο να επιφέρει μία κατάσταση σωματικής αλλά και ψυχικής αρμονίας.

Μια εξειδικευμένη και ασύγκριτη τεχνική που χαλαρώνει ολόκληρο το σώμα και το νου.

Εφαρμόζεται στα πέλματα του ποδιού με δακτυλοπιέσεις

Experience the transformative power of reflexology, an ancient Chinese practice dedicated to individual self-healing, mental equilibrium, stress reduction, and alleviation of sleep, digestive, and musculoskeletal concerns. This unparalleled and highly specialized technique aims to harmonize both the body and mind, offering deep relaxation and rejuvenation. During a reflexology session, the practitioner skillfully applies targeted pressure to specific points on the soles of your feet, unlocking a world of holistic well-being.

INWARDNESS

60'/110€

Βρίσκοντας το εσωτερικό κέντρο του σώματος και του νου. Ιδανική θεραπεία με μαλάξεις και αιθέρια έλαια για την επικράτηση του παρασυμπαθητικού και την ηρεμία της ψυχής. Εξειδικευμένη και προσαρμοσμένη στις δικές σας ανάγκες.

Finding the inner part of your body and soul. An ideal therapy with massage and essences for the dominance of the parasympathetic and the peacefulness of the mind. Tailored to your needs.

HOLISTIC THERAPIES

by guest therapist Mrs. Sofia Vlachou

RELEASE

60'/140€

Αντιμέτωπιση στάσιμης ενέργειας - απελευθέρωση συναισθημάτων - χαλάρωση - αναζωογόνηση.

Επιτυγχάνεται, μ' αυτόν τον τρόπο, η αντιμετώπιση της συσσωρευμένης έντασης της καθημερινότητας αλλά και των βαθύτερων συναισθηματικών τραυμάτων. Μεταφέρονται πληροφορίες ενέργειας χρησιμοποιώντας τα χέρια σταθερά πάνω στο σώμα. Τελετουργικό ενέργειας και αφύπνιση των αισθήσεών σας.

Immerse yourself in a transformative journey of releasing stagnant energy, achieving emotional liberation, experiencing deep relaxation, and reviving your spirit. Let go of accumulated stress, whether it be from daily life or profound emotional wounds. Through the gentle placement of hands over your body, energetic information flows, facilitating a cleansing ritual that rejuvenates your senses and restores balance within.

SINGING BOWL MASSAGE

Sound Healing by guest therapist Mrs. Hanna Van Der Weck

30'/65€ | 60'/110€

Για το άγχος, ενεργειακά μπλοκαρίσματα, αϋπνία & για γενική ευεξία

Αυτή η κατευναστική θεραπεία χρησιμοποιεί τα ισχυρά εφέ ήχου και δόνησης των Νεπαλέζικων Singing Bowls πάνω και γύρω από το σώμα για να δημιουργήσει μια κατάσταση διαλογισμού, επιδρά στο φυσικό και λεπτό σώμα και να απελευθερώσει σημεία έντασης και κράτησης. Μια παραδοσιακή θεραπεία, το μασάζ ήχου δημιουργεί μια όμορφη ολιστική αρμονία σώματος, νου και ψυχής, αφήνοντάς σας πιο ανάλαφρους, γαλήνιους και σε ροή.

For stress, energy blockages, sleeplessness & for general wellbeing

This calming treatment uses the powerful sound and vibration effects of Nepalese Singing Bowls on and around the body to create a meditative state, tapping into the physical and subtle body, and releasing places of tension and holding. A traditional, evidence-based treatment, singing bowl massage creates a beautiful holistic harmony of body, mind and soul, leaving you lighter, at peace and in flow.



LITTLE ANGELS MASSAGE

20'/50€

Μια απαλή και χαλαρωτική θεραπεία μασάζ σχεδιασμένη ειδικά για παιδιά ηλικίας 5-12 ετών. Οι έμπειροι θεραπευτές μασάζ μας χρησιμοποιούν ελαφριές και καταπραϋντικές τεχνικές για να μειώσουν την ένταση και να προωθήσουν τη χαλάρωση. Η θεραπεία εστιάζει στον αυχένα, την πλάτη, τα χέρια και τα πόδια και μπορεί να προσαρμοστεί για να αντιμετωπίσει οποιαδήποτε συγκεκριμένες περιοχές έντασης ή δυσφορίας. Το μασάζ διεξάγεται σε ασφαλές και άνετο περιβάλλον και οι γονείς είναι ευπρόσδεκτοι να είναι παρόντες κατά τη διάρκεια της συνεδρίας εάν το επιθυμούν.

A gentle and relaxing massage therapy designed specifically for children aged 5-12. Our skilled massage therapists use light and soothing strokes to help ease tension. The therapy focuses on the neck, back, arms, and legs, and can be customized to address any specific areas of tension or discomfort. The massage is conducted in a safe and comfortable environment, and parents are welcome to be present during the session if they wish.

TEENAGER RADIANCE FACIAL

30'/65€

Μια εξειδικευμένη θεραπεία σχεδιασμένη για να αντιμετωπίσει τις μοναδικές ανησυχίες του δέρματος των εφήβων ηλικίας 13-18 ετών. Οι θεραπευτές μας χρησιμοποιούν ήπιες και αποτελεσματικές τεχνικές για τον καθαρισμό, την απολέπιση και την ενυδάτωση του δέρματος, αφήνοντάς το να φαίνεται και να αισθάνεται αναζωογονημένο και αναζωογονημένο. Το πρόσωπο περιλαμβάνει βαθύ καθαρισμό για την αφαίρεση ακαθαρσιών, απαλή απολέπιση για την απομάκρυνση των νεκρών κυττάρων του δέρματος και μια προσαρμοσμένη μάσκα για να καλύψει τις ατομικές ανάγκες του δέρματος.

A specialized treatment designed to address the unique skin concerns of teens aged 13-18. Our therapists use gentle and effective techniques to cleanse, exfoliate, and hydrate the skin, leaving it looking and feeling refreshed and revitalized. The facial includes a deep cleanse to remove impurities, a gentle exfoliation to slough away dead skin cells, and a customized mask to address individual skin needs.



ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΑΚΡΩΝ / NAIL CARE

Αλλαγή χρώματος / Polish change	20' / 10€
Γρήγορο μανικιούρ / Express manicure	30' / 20€
Γρήγορο πεντικιούρ / Express pedicure	40' / 30€
Ολοκληρωμένο μανικιούρ με απλό βερνικι / Full manicure with simple nail polish	45' / 25€
Ολοκληρωμένο πεντικιούρ με απλό βερνικι / Full pedicure with simple nail polish	60' / 45€
Ολοκληρωμένο μανικιούρ με ημιμόνιμη βαφή / Full manicure with Semi-permanent color	65' / 45€
Ολοκληρωμένο πεντικιούρ με ημιμόνιμη βαφή / Full pedicure with Semi-permanent color	80' / 65€
Θεραπευτικό πεντικιούρ / Therapeutic pedicure	80' / 55€
Αφαίρεση ημιμόνιμης βαφής / Gel removal	15' / 10€
Γραμμήτου γαλλικού / French line	+10' / 5€
Σχέδιο / Nail art design	Ρωτήστε μας / Ask us
Ειδική θεραπεία με απολέπιση & παραφίνη / Special treatment with exfoliation and paraffin	30' / 30€

ΑΠΟΤΡΙΧΩΣΗ / WAXING

Φρύδια καθαρισμός / Brow cleaning	10'/10€
Φρύδια σχηματισμός / Brow shaping	20'/20€
Πόδια ολόκληρο / Full leg	35'/40€
Πόδια μισό / Half leg	20'/30€
Γραμμή μπικίνι / Bikini line	15'/20€
Ολόκληρο μπικίνι / Full bikini	25'/35€
Μασχάλες / Under arm	10'/20€
Χείλος / Upper lip	5'/10€
Χέρια / Arms	20'/30€
Γραμμή κοιλιάς / Belly line	5'/10€
Στήθος αντρών / Men's chest	10'/20€
Πλάτη αντρών / Men's back	Ρωτήστε μας / Ask us

PERSONAL TRAINING

Ρωτήστε μας / Ask us

COUPLES TRAINING

Ρωτήστε μας / Ask us

SPA ETIQUETTE

ARRIVING AT THE SPA

Σας συστήνουμε να έρθετε τουλάχιστον 15 λεπτά πριν από την προγραμματισμένη ώρα του ραντεβού σας για να έχετε χρόνο για να συμπληρώσετε την απαραίτητη φόρμα, να φορέσετε τη ρόμπα σας και να χαλαρώσετε πριν την θεραπεία σας.

We recommend that you arrive at least 15 minutes prior to your scheduled appointment time to allow time to complete the consultation form, changing into a robe and relax before your treatment.

RESPECTFUL BEHAVIOR

Προσπαθούμε να διατηρήσουμε ένα γαλήνιο και χαλαρωτικό περιβάλλον για όλους τους επισκέπτες μας. Σας παρακαλούμε να μιλάτε χαμηλόφωνα και να αποφεύγετε τη χρήση του κινητού σας τηλεφώνου ή άλλων ηλεκτρονικών συσκευών κατά την επίσκεψή σας.

We strive to maintain a peaceful and relaxing environment for all of our guests. We kindly ask that you speak softly and avoid using your cell phone or other electronic devices during your visit.

PERSONAL HYGIENE

Σας ζητάμε να κάνετε ντους πριν από οποιαδήποτε περιποίηση σώματος ή μασάζ. Επιπλέον, παρακαλούμε να μην φοράτε δυνατά αρώματα ή κολόνιες κατά την επίσκεψή σας, καθώς μπορεί να επηρεάσει την εμπειρία άλλων επισκεπτών.

We request that you shower before any body treatments or massages. Additionally, please refrain from wearing strong perfumes or colognes during your visit as it may impact the experience of other guests.

ATTIRE

Παρέχουμε άνετη ρόμπα, παντόφλες και εσώρουχα μιας χρήσης για την εξυπηρέτησή σας. Μπορείτε να επιλέξετε να φοράτε τα δικά σας εσώρουχα κατά τη διάρκεια των θεραπειών, εάν προτιμάτε. Σας συστήνουμε επίσης να αφήνετε κοσμήματα και άλλα τιμαλφή στο δωμάτιό σας.

We provide a comfortable robe, slippers, and disposable underwear for your convenience. You may choose to wear your own undergarments during treatments if preferred. We also recommend that you leave jewelry and other valuables in your room or at home.

HEALTH CONCERNS

Εάν έχετε οποιοσδήποτε ανησυχίες για την υγεία σας, αλλεργίες ή ιατρικές παθήσεις, ενημερώστε το προσωπικό μας πριν από το ραντεβού σας για να βεβαιωθείτε ότι παρέχουμε μια ασφαλή και κατάλληλη θεραπεία για εσάς.

If you have any health concerns, allergies, or medical conditions, please inform our staff prior to your appointment to ensure that we provide a safe and appropriate treatment for you.

CANCELLATION POLICY

Σε περίπτωση που επιθυμείτε να ακυρώσετε μια συνεδρία, ενημερώστε μας 24 ώρες νωρίτερα. Διαφορετικά, θα υπάρξει χρέωση 100% για οποιαδήποτε θεραπεία ακυρωθεί λιγότερο από 6 ώρες πριν από την προγραμματισμένη ώρα σας καθώς και για μη εμφάνιση. Θα υπάρξει χρέωση 50% για οποιαδήποτε θεραπεία ακυρωθεί έως και 6 ώρες πριν από τη συνεδρία. Η καθυστερημένη άφιξη θα μειώσει το χρόνο θεραπείας σας.

In case you wish to cancel a session, please inform us 24 hours in advance. Otherwise, 100% charge will be incurred for any treatment cancelled less than 6 hours prior to your scheduled time as well as in no show-up. 50% charge will be incurred for any treatment cancelled up to 6 hours before the session. Late arrival will shorten your treatment time.





+30 22470 35047 | spa@patmosaktis.gr | www.anasaspa.gr

IN COOPERATION WITH



Grikos Bay | 85500 Patmos Island, Greece | +30 22470 35040 | info@patmosaktis.gr

www.patmosaktis.gr