



#### Hoidot varattavissa:

Tiistai-lauantai  
sopimuksen mukaan

#### sähköposti:

aulanko.hygge@gmail.com

#### Puhelin:

050 378 5599

#### HOITOLASSA ei ole päivystystä

Suosittelemme hoidon varaamista ennakkoon, näin varmistat hoidon saatavuuden

**! DUO-huoneemme mahdollistaa parihoitojen saatavuuden samassa hoitohuoneessa.**

### KASVOHOIDOT

#### EXPRESS KASVOHOITO

30min. 55 €

Virkistävä ja hoitava kasvohoito.

sis. alkupuhdistus, kuorinta, hieronta tai naamio

#### HYGGE KLASINEN KASVOHOITO

60min. 98 €

Puhdistava, kosteuttava, rauhoittava tai kiinteyttävä.

Sis. Hygge-rituaali, alkupuhdistus, kuorinta, seerumi, kasvo- ja decoltehieronta, naamio.

Naamion aikana hierotaan päänahka, kädet tai jalkaterät.

#### HYGGE IHONPUHDISTUS

60min. 98 €

Ihoa tasapainottava, kirkastava hoito.

Syväpuhdistus vaihe tehdään ihon kunnon mukaan: timanttihionta, ultraääni tai kevyt

hedelmähappokuorinta.

sis. Hygge-rituaali, alkupuhdistus, kuorinta, syväpuhdistus, seerumi ja naamio.

#### STELLAR ANTIAGE DE LUX

70min. 110 €

Kiinteyttävä kasvohoito. Aktiiviaineet madaltavat juonteita ja iho tuntuu kimmoisalle. Mikäli iho kaipaa akuuttia boostia, hoitoa on mahdollista tehostaa laitekäsittelyllä.

Sis. alkupuhdistus, kuorinta, tehoseerumi, kasvo- ja decoltehieronta, eksklusiivinen naamio. Silmänympärysihon hoito. Naamion aikana hierotaan päänahka, kädet tai jalkaterät.

#### BLUE LIGHT ANTIOX

70min. 110 €

Altistumme päivittäin älypuhelimien, tablettien ja tietokoneiden lähettämälle haitalliselle siniselle valolle. Tämä sininen valo (HEV) vahingoittaa ihoamme ja stimuloi ihon ikääntymistä, Hoidossa käytettävät tuotteet on suunniteltu korjaamaan sinisen valon aiheuttamia vaurioita ihossa.

Sis. alkupuhdistus, kuorinta, seerumi, kasvo- ja decoltehieronta, kasvo- ja silmänympäryrnaamio. Naamion aikana hierotaan päänahka, kädet tai jalkaterät.

### MINDFULNESS

#### HYGGE LULLABY

70min. 115 €

" Kosketuksen voima "

Rauhoittava, rentouttava hyvinolon hoito kasvoille ja vartalolle.

Täydellinen rentoutuminen kiireisen elämäntyylin vastapainoksi.

Hyggen signature hoito.

**Varaukset ja tiedustelut ainoastaan sähköpostitse**

#### GUA SHA KASVOHOITO

45min. 75 €/ 60min. 98 €

Kiinalaiseen lääketieteeseen pohjautuva hoitomuoto.

Tämä miellyttävä hoito kirkastaa ihoa, poistaa turvotusta sekä kiinteyttää kasvonpiirteitä.

Kristallilla sivellään ja rapsutetaan ihoa. Lisääntynyt mikroverenkierto tuo ihon pintakerroksiin hapettunutta verta, mikä saa ihosolukon uudistumaan nopeammin.

Sis. alkupuhdistus, akupainanta, seerumi, Gua Sha-hieronta.

Silmänympärysihon hoito.

**60minuutin hoitoon sisältyy naamio.**

### MINDFULNESS

#### JADE ROLLER KASVOHOITO

45min. 75 €/ 60min. 98 €

Kiinalaiseen lääketieteeseen pohjautuva hoitomuoto.

Jaderullaus vaikuttaa lymfakiertoon, vähentää turvotusta ja terävöittää kasvonpiirteitä. Hellä rullaus myös rentouttaa kasvojen mikrojännityksiä mikä ehkäisee juonteiden syntyä. Väsymyksen merkit häviävät kasvoilta ja ilme on kirkas.

Sis. alkupuhdistus, akupainanta, seerumi, jaderullaushieronta.

Silmänympärysihon hoito.

**60minuutin hoitoon sisältyy naamio.**

### LAITEHOIDOT KASVOILLE

#### RADIOFREKVENSSI (RF)

45min. 75 € / 60min. 98 €

Ihoa kiinteyttävä ja tasoitettava hoito, jonka teho perustuu energiaan, joka lämmittää ihon kaikkia kerroksia. Hoito lisää kollageenin ja elastiinin muodostusta ihossa, mikä on ihon kiinteytymiselle olennaista.

Radiofrekvenssihoito tuntuu miellyttävänä lämpönä iholla.

sis. alkupuhdistus, RF-käsittely kasvot ja kaula, seerumi. **60 minuutin hoitoon sisältyy naamio.**

#### NEULATON MESOTERAPIA

45min 75 € /60min 98 €

Vaikuttavia aineita imeytetään ihoon sähköimpulssien avulla.

Hoito kiinteyttää tehokkaasti ikääntyvää ihoa ja parantaa ihon omaa kollageenin ja elastiinin tuotantoa.

Tulokset huomaa jo ensimmäisen hoitokerran jälkeen.

sis alkupuhdistus, seerumi, mesoterapia käsittely kasvot ja kaula.

**60minuutin hoitoon sisältyy naamio.**

#### ULTRAÄÄNI-KASVOHOITO

45min. 75 € / 60min. 98 €

Hoito irrottaa iholta kuolleen sarveissolukon ja jättää ihonpinnan sametinpehmeäksi.

Syväpuhdistusvaihe liuottaa ja pehmittää huokosissa olevan talin, rasvan ja muut epäpuhtaudet täysin kivutta.

sis. alkupuhdistus, ultraäänikäsittely, seerumi, hieronta.

**60minuutin hoitoon sisältyy naamio.**

#### TIMANTTIHIONTA

45min. 75 €/ 60min. 98 €

Säädettävät hoitopäät nostavat alipaineen avulla ihoa timanttipintaa vasten ja aikaansaavat kuolleen ihosolukon tehokkaan kuorinnan.

Elvyttää paksua elotonta ihoa ja madaltaa arpia. Hoitoaineet imeytyvät tehokkaammin. Soveltuu herkemmällekin iholle.

sis. alkupuhdistus, timanttihionta, seerumi, hieronta.

**60minuutin hoitoon sisältyy naamio.**

## SPA-HIERONNAT

### INTIALAINEN PÄNHIERONTA

45min. 75 €

Rentouttava ja stressiä lievittävä hieronta. Vilkastuttaa aineenvaihduntaa ja parantaa verenkiertoa. Intialaisen päänhieronta otteet ovat kevyet mutta tehokkaat.

### RELAX SPA-HIERONTA

60min 98 €

Rentouttava kokovartalohieronta. Hyggen osaavissa käsissä on helppo unohtaa arki hetkeksi. Spa-hoitajan ja hierojan tekemä rentouttava hieronta.  
**Suosittu DUO-hoitomme.**

### KUUMAKIVIHIERONTA

45/60/90min 75/98/115 €

Hieronta lisää ihon- ja lihasten aineenvaihduntaa, sekä aktivoi kehon energiakeskusta vaikuttaen näin kokonaisvaltaisesti hyvinvointiin. Kuumakivihieronta on tehokas stressin ja jännityksen lievittäjä. Lämmin olo jatkuu pitkään. Erinomainen "hyggeily" hoito.

### AROMAHIERONTA 60min. 98 €

Rentouttava kokovartalohieronta, jossa pitkillä rauhallisilla hierontaliikkeillä rentoutetaan koko vartaloa. Hoidossa käytetään eteerisiä hieronta öljyjä.

### STRESSINISKAHIERONTA 60min. 98 €

Stressiniskahieronta on tehokas täsmähoito jännittyneen niskahartiaseudun alueelle. Stressiniskahieronta perustuu hieronnan, kipu- eli triggerpisteiden käsittelyyn. Laukaisee tehokkaasti lihaskrampeja ja jännitystiloja.

### HIERONTA

#### URHEILU / KLASSINEN

Hierontamme on aina yksilöllistä, asiakasta kuunnellen. Se voi olla stressiniskahierontaa, rentouttavaa hierontaa tai sisältää esim. venytysliikkeitä.

30min 55 € / 45min 70 €

60min 89 € / 90min 105 €

## ESTEETTISET SPA-PEDIKYYRIT

### Huomioithan, että Hyggen jalkahoidot ovat esteettisiä SPA- pedikyyrejä.

Hoidot eivät vastaa ns.klassisia jalkahoitoja, jossa poistetaan känsiä, kovettumia tai leikataan/siistitään kynsiä. SPA -hoitajamme hoitavat ainoastaan terveitä jalkoja ja kynsiä.

30min. pedikyyri 55 €

Jalkakylpy, kuorinta, hieronta

45min. pedikyyri 75 €

Jalkakylpy, kuorinta, kynsien viilaus, pitkä jalkahieronta

60min. pedikyyri 89 €

Jalkakylpy, kuorinta, kynsienviilaus, hieronta, naamio, kynsien lakkaus. Lakan saa mukaansa.

## MINDFULNESS

### FEET -AVANTO

Jalkapohjat sisältävät suuren määrän hermoja, jotka ovat yhteydessä muuhun vartaloosi. Tämä tarkoittaa, että ne ovat eräänlainen ovi hyvinvointiisi, jota sinun ei pidä laiminlyödä.

Jääkylpy mm. vähentää turvotusta ja kiihdyttää verenkiertoa.

30min 55 €

sis. jääkylpy jaloille, kuorinta, hieronta.

60min 89 €

sis. jääkylpy jaloille, kuorinta, hieronta ja naamio.

## DUO-HUONE



DUO-huoneemme mahdollistaa parihoitojen saatavuuden samassa hoituhuoneessa. Voitte varata

mieluisia hoitoja hinnastostamme. Suosittelemme kuitenkin

samanpituisia hoitoja. Mikäli sopivaa aikaa ei löydy, olettehan meihin yhteydessä. Autamme mielellämme DUO-hoitojen suunnitteluissa ja varauksissa.

## ETIKETTI- HYVÄ TIETÄÄ

**Sijainti:** Hygge Day Spa sijaitsee Scandic Aulanko Kylpylä -Areena siivessä, ensimmäisessä kerroksessa.

**Hoitovaraukset:** Suosittelemme hoitojen varaamista ennakkoon.

### Raskaus ja hoidot

Raskaudesta kannattaa mainita myös vaikka raskaus olisi aivan alussa. Asiantunteva henkilökuntamme osaa kertoa, millaiset hoidot ja kotihoitotuotteet ovat odottajalle sopivia.

**Saapuminen:** Saavuthan paikalle hyvissä ajoin (10-15 min) ennen omaa hoitoaikaasi. Täytyä esitietolomake huolella. Nauti teetä ja rentoudu hetki lepotuoleilla takkatulen ääressä.

**Pukuhuoneet:** Hoitolassa on miehille ja naisille omat pukuhuoneet, joissa on lukolliset kaapit, suihku, hiustenkuivaaja. Vartalohoitoihin ja hierontoihin (60-90min) sisältyy kylpytakki ja tossut käyttöönnne. Hotellivieraita suosittelemme pukeutumaan kylpytakkiin ja tossuihin jo omassa hotellihuoneessa.

**Myöhästyminen:** Myöhästyessäsi hoidoista, hoitoaikasi lyhenee myöhästymisen verran. Hoidon koko hinta veloitetaan huolimatta lyhyemmästä hoitoajasta.

**Peruutukset:** Peruutukset tulee tehdä 48 tuntia ennen hoidon alkua. Mikäli peruutus tehdään 24 tuntia ennen hoidon alkua, veloitamme 50 % hoidon hinnasta. Peruuttamattomista hoitovaruksista veloitamme palvelun koko hinnan. Peruutukset sähköpostilla tai puhelimitse.

**Ikäraja:** 16

### Maksutavat:

**Olemme käteisvapaa hoitola.**

Maksuvälineinä käyvät yleisimmät kortit

**Pyhäpäivinä hoitoihin lisätään 20%.**

Hinnat sis alv 24 %  
Oikeudet hinnannuutoksiin pidätetään.

**Huomioithan, että toistaiseksi huonelaskutus ei ole mahdollista.**