

Victoria
Wellness
menu

S O F I T E L
WARSAW VICTORIA






VICTORIA
WELLNESS

Gdzie zmysły budzą się na nowo

Odzyskaj równowagę umysłu, ciała i ducha dzięki promiennym, wzmacniającym skórę zabiegom, które oczyszczają i rewitalizują, oraz eleganckim i wyciszającym wnętrzom naszego basenu, sauny i siłowni.

Dla nas piękno to coś więcej niż wygląd – to styl życia. Naszym celem jest wielowymiarowe podejście, łączące tradycję z nowoczesnością tak, aby pomóc Ci wyglądać i czuć się jak najlepiej.

SZTUKA SNU BY SOFTEL AUTORSKI ZABIEG NA SEN

W Sofitel spokojny sen jest kluczowy dla dobrego samopoczucia, zwłaszcza podczas podróży. Nasza kolekcja zabiegów na sen oferuje unikalne rytuały, specjalnie opracowane w celu poprawy jakości snu.

Szukaj ikony Księżyca ☾ w tym menu spa, aby znaleźć zabiegi dedykowane relaksowi i głębokiemu wypoczynkowi. Poczuj najwyższy poziom odprężenia i obudź się w pełni zregenerowany.



Autorskie Rytuały dla Ciała

Doświadcz najwyższego relaksu dzięki naszym ekskluzywnym Autorskim Rytuałom, które zostały starannie zaprojektowane, aby zanurzyć Cię w niezrównanym luksusie i spokoju. Te wyjątkowe doznania spa łączą najlepsze techniki pielęgnacyjne z elementami czystej przyjemności, pozostawiając Cię w stanie całkowitej błogości.

ART DE VARSOVIE

Antystresowy masaż całego ciała połączony z ajurwedyjskim masażem głowy i aromaterapią

Rytuał ten przejawia ideę holistycznego podejścia do naszego ciała, czyli łączy zabiegi, które zadbają o wszystkie zmysły i struktury. Masaż wykonuje się z wykorzystaniem naturalnych olejków eterycznych o właściwościach terapeutycznych. Dodatkowo ajurwedyjski masaż głowy, wywodzący się z medycyny indyjskiej, zniweluje pokłady stresu i zrównoważy energię w całym organizmie na wszystkich trzech poziomach: fizycznym, psychicznym i duchowym.

SO GLOW

Peeling i masaż relaksacyjny całego ciała wykonany masłem shea

Rytuał kojący odbywa się w dwóch etapach. Pierwszy to peeling całego ciała, przygotowujący Cię do głębokiego odprężenia, któremu oddasz się podczas masażu relaksacyjnego. Całość zabiegu pozwoli Twojemu ciału na pełną regenerację.

ORIENT FLOW BY VICTORIA

Masaż balijski + nałożenie balsamu odżywczego i owinięcie folią

Masaż balijski jest połączeniem masażu relaksacyjnego, akupresury i refleksologii. Dodatkowo stosuje się specjalne techniki wspomagające rozciąganie i odprężenie mięśni. Zabieg ten uwolni ciało od napięć, poprawiając Twoje samopoczucie. Dodatkowo po masażu nakładany jest odżywczy balsam zawierający niezbędne witaminy i aminokwasy. Następnie ciało owijane jest folią. Owijanie wspomaga wchłanianie balsamu, a tym samym uaktywnia proces regeneracji skóry i nawilżenia.

VICTORIA WELLNESS RYTUAŁ DLA PARY

Najdoskonalszy holistyczny zabieg na ciało, który przywraca równowagę ciała i duszy. Regenerujące działanie technik aromaterapii, akupresury, refleksologii z indywidualnie dobraną mieszanką esencjonalnych olejków eterycznych oraz sesją inhalacji i masażem twarzy.

RYTUAŁ DLA PANÓW

Połączenie odświeżającego peelingu z relaksacyjnym masażem całego ciała oraz wzmacniająco-regenerujący zabieg na twarz, opracowany specjalnie z myślą o potrzebach skóry mężczyzn.



Zabiegi autorskie

Odkryj unikalne, autorskie masaże, które łączą w sobie tradycyjne techniki z nowoczesnymi metodami relaksacyjnymi. Nasze zabiegi są dopasowane do Twoich indywidualnych potrzeb, zapewniając głęboki relaks oraz przywrócenie harmonii ciała i umysłu.

SZWEDZKI KLASYCZNY MASAŻ

Masaż, który w zależności od formy i intensywności może leczyć, pobudzać lub relaksować. Stosowane techniki oddziałują bezpośrednio na skórę, tkankę podskórną, mięśnie, więzadła, torebki stawowe, a także na układ krwionośny, nerwowy i limfatyczny.

UKOJENIE DLA STÓP

Wyjątkowy masaż, który odpręży i ożywi Twoje stopy. Zastosowanie akupresury, czyli specjalnych technik ucisku, gwarantuje ukojenie i przyjemność.

MASAŻ RELAKSACYJNY

Masaż ten zalecany jest przede wszystkim osobom zestresowanym, ze wzmożonym napięciem nerwowo-mięśniowym. Ruchy wykonywane przez masażystę są spokojne, powolne, rytmiczne i łagodne. Masaż doskonale odpręża, wycisza oraz przywraca równowagę między duszą a ciałem.

MASAŻ TKANEK GŁĘBOKICH

Masaż tkanek głębokich to bardzo efektywna forma pracy na strukturach ciała. Polega na niwelowaniu napięć i dysfunkcji w obrębie tkanek miękkich i układu mięśniowo-powięziowego. Celem tego masażu jest zmniejszenie dolegliwości bólowych, poprawa elastyczności i gibkości mięśni.

MASAŻ GORĄCYMI KAMIENIAMI

Wykorzystuje przekazywanie energii zgromadzonej w podgrzewanych kamieniach bazaltowych w kluczowe miejsca na ciele (czakry) oraz miejsca przepływu energii (meridiany). Siła i natężenie, z jakimi wykonywany jest masaż ciepłymi kamieniami, są dobierane indywidualnie. Masaż daje poczucie głębokiego relaksu, pozwalającego na uwolnienie zgromadzonego stresu.

MASAŻ MODELUJĄCY BAŃKĄ CHIŃSKĄ

Masaż ten świetnie drenażuje i modeluje. Polega na wytworzeniu podciśnienia we wnętrzu bańki, zassaniu skóry i tkanki podskórnej do jej wnętrza, a następnie przesuwaniu bańki ruchami o różnej częstotliwości i sile po miejscach z widocznymi problemami, takimi jak cellulit czy nadmierna tkanka tłuszczowa. Masaż ten należy do intensywnych, dość bolesnych, ale bardzo efektywnych, zwłaszcza w walce z cellulitem.

MASAŻ ŚWIECĄ AROMATERAPEUTYCZNĄ

Relaksacyjny rytuał łączący ciepło, zapach i pielęgnację skóry. Ciepło rozluźnia mięśnie, a składniki odżywcze nawilżają i regenerują skórę. Dodatkowo aromaterapia działa kojąco na zmysły, redukując stres i napięcie. To idealny wybór dla osób szukających głębokiego odprężenia i luksusowej pielęgnacji.



Informacje

GODZINY OTWARCIA

Zespół Victoria Wellness zaprasza od 7:00 do 22:00 od poniedziałku do niedzieli.

DOSTĘP DO SPA

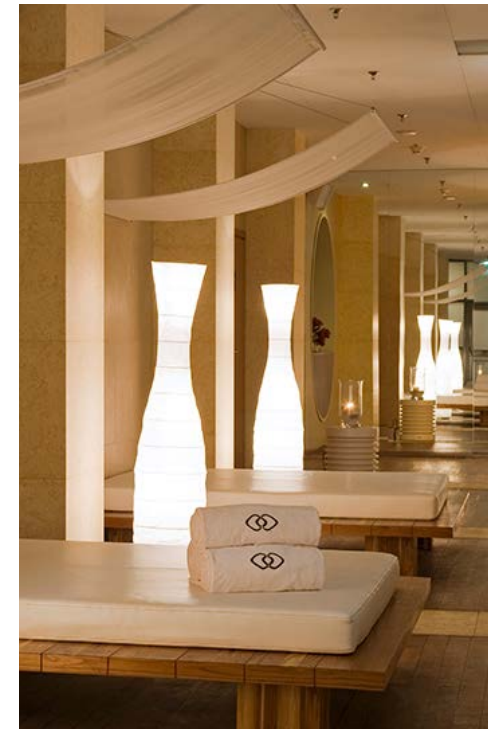
Do dyspozycji osób korzystających z zabiegów są szafki, szlafroki i ręczniki. Dla maksymalnego komfortu zalecamy, aby przebrać się w szlafrok w pokoju. W strefie basenowej zalecane jest używanie kłapek antypoślizgowych.

REZERWACJE

Sugerujemy, aby zarezerwować masaż z wyprzedzeniem, by mieć możliwość dużego wyboru godzin. Uprzejmie prosimy o przybycie na zabieg 10 minut przed jego planowanym rozpoczęciem w celu uniknięcia opóźnień.

ANULOWANIE ZABIEGU

Anulowanie lub zmiana godziny zabiegu są bezpłatne na minimum 24 godziny przed jego rozpoczęciem. Po upływie tego terminu pobierana będzie opłata równa 50% ceny zabiegu.



ZALECENIA ZDROWOTNE

Z zabiegów mogą korzystać osoby, które ukończyły 18 lat. Masaże nie są zabiegami medycznymi ani paramedycznymi. Ich zadaniem jest poprawa samopoczucia i stanu skóry.

Więcej zabiegów:





Odkryj *inne udogodnienia*

Skorzystaj z szerokiej gamy wyjątkowych udogodnień wellness, stworzonych z myślą o Twoim relaksie i dobrym samopoczuciu. Rozpocznij od orzeźwiającej kąpieli w naszym wyjątkowym basenie, idealnym zarówno do sportowych treningów, jak i błęgiego wypoczynku. Zrelaksuj się w ciepłej saunie, gdzie para i wysoka temperatura delikatnie oczyszczają organizm, rozluźniają mięśnie i redukują stres.

Dla tych, którzy pragną aktywnego zastrzyku energii, centrum Sofitel Fitness oferuje nowoczesny sprzęt oraz spersonalizowane opcje treningowe, pomagające utrzymać motywację i energię. Ciesz się każdą chwilą swojej podróży do lepszego samopoczucia — nasze udogodnienia czekają, aby uczynić Twój pobyt niezapomnianym.

BASEN

Zanurz się w pełnym relaksie i odkryj naszą spokojną oazę basenową, stworzoną zarówno do orzeźwiających kąpieli, jak i błęgiego wypoczynku. Niezależnie od tego, czy chcesz nabrać energii, pływając kilka długości, czy po prostu zrelaksować się nad wodą, nasz basen zapewnia idealną ucieczkę od codzienności.

Godziny otwarcia: 7:00-22:00

SAUNA

Zanurz się w atmosferze spokoju, odkrywając naszą odprężającą saunę, gdzie ciepło i para harmonijnie oczyszczają ciało i odświeżają ducha. Nasze udogodnienia to spokojna oaza stworzona, aby wzbogacić Twoją podróż do pełni zdrowia i relaksu.

Godziny otwarcia: 7:00-22:00

SOFITEL FITNESS

Odkryj swój pełny potencjał w naszym nowoczesnym centrum fitness, gdzie wellness spotyka się z inspiracją. Nasza przestrzeń oferuje szeroki wybór najnowocześniejszego sprzętu, który można dostosować do wszystkich poziomów zaawansowania. Niezależnie od tego, czy chcesz wzmocnić swoje treningi siłowe, czy postawić na odświeżającą sesję cardio, nasi doświadczeni trenerzy są tutaj, aby wspierać i motywować Cię na każdym kroku.

Godziny otwarcia: 24/7

JOGA

W każdy poniedziałek o godzinie 11:00 zapraszamy na zajęcia jogi. Liczba miejsc ograniczona, prosimy o kontakt z Recepcją w celu rezerwacji miejsca.

NAUKA PŁYWANIA I TRENING PERSONALNY

Istnieje możliwość rezerwacji usługi nauki pływania i treningu personalnego. Prosimy o kontakt z Recepcją.





Where senses reawaken

Rebalance your mind, body and spirit in the Victoria Wellness area. From radiant skin-boosting experiences that detox, cleanse and revitalize to the chic, tranquil setting of the pool, sauna and gym that combats the demands of modern life.

THE ART OF SLEEP BY SOFITEL SIGNATURE SLEEP TREATMENT

At Sofitel, restful sleep is key to wellness, especially while traveling. Our Sleep Treatment Collection offers signature treatments specifically crafted to enhance sleep quality. Look for the Moon icon  on this spa Menu to find treatments dedicated to promoting restful sleep. Embrace ultimate relaxation and leave feeling restored.



VICTORIA
WELLNESS



Signature Body Rituals

Experience the ultimate relaxation with our exclusive Signature Rituals, each thoughtfully designed to immerse you in unparalleled luxury and serenity. These bespoke spa experiences blend the finest pampering techniques with elements of pure indulgence, leaving you in a state of total bliss.

ART DE VARSOVIE

Anti-stress full body massage combined with Ayurvedic head massage and aromatherapy.

This ritual manifests the idea of a holistic approach to your body by combining treatments that take care of all your senses and textures. The massage is performed using natural essential oils with therapeutic properties. In addition, Ayurvedic head massage, derived from an ancient Indian practice of medicine is designed to reduce your stress levels and balance your energy throughout your body at all three levels: physical, mental and spiritual.

SO GLOW

Full body scrub & relaxation massage performed with shea butter

This soothing ritual includes two phases. The first one is full body exfoliation which prepares your body to immerse in complete relaxation, which occurs in the second phase due to full body relaxing massage. The massage is preceded by a shower to wash off scrub particles. The whole treatment will leave your body completely regenerated, drifted into a state of deep bliss.

ORIENT FLOW BY VICTORIA

Balinese massage with an application of a nourishing lotion & foil wrap

Balinese massage combines a relaxing massage, acupressure and reflexology. In addition, it is performed with special techniques that support stretching and relaxing the muscles. This treatment will relieve your body from tensions, improving your sense of well-being. Following the massage, a nourishing lotion containing essential vitamins and amino acids is applied, then the body is wrapped in foil. Wrapping increases balm absorption and thus activates the process of skin regeneration and hydration.

VICTORIA WELLNESS RITUAL FOR TWO

Ultimate, holistic full body treatment. This experience combines the balancing and restorative powers of aromatherapy, acupressure, reflexology techniques with a personalized blend of potent essential oils and face massage.

RITUAL FOR MEN

A combination of refreshing scrub with a relaxing full body massage and a strengthening and regenerating facial treatment developed especially for men's skin needs.



Signature treatments

Discover unique, signature massages that combine traditional techniques with modern relaxation methods. Our treatments are tailored to meet your individual needs, ensuring deep relaxation and restoring harmony between body and mind.

SWEDISH CLASSIC MASSAGE

Depending on the intensity, the massage can be therapeutic, stimulating or relaxing. Massage techniques directly affect your skin, subcutaneous tissue, muscles, ligaments, joint capsules, as well as the circulatory, nervous and lymphatic systems.

SOOTHING FOOT EXPERIENCE

Pamper your feet with a unique massage designed to restore vitality to your feet. The application of acupressure – a specific compression technique delivers relief and sheer pleasure.

RELAXING MASSAGE

This massage is highly recommended for those seeking an effective stress-relieving treatment and suffering from increased neuromuscular tension. A massage therapist will apply tranquil, slow, rhythmic and gentle strokes to induce a state of deep relaxation and restore balance between body & soul.

DEEP TISSUE MASSAGE

Deep tissue massage is a highly effective form of work on the structures of our body. It is designed to relieve severe tension in the muscle and treat myofascial system dysfunctions. The purpose of this massage is pain reduction, improved muscle elasticity and flexibility.

HOT STONE MASSAGE

It uses the ability to transfer energy stored in heated basalt stones, to key places on your body (chakras) and energy flow points (meridians). The strength and intensity with which the hot stone massage is performed is tailored to your specific requirements. A deeply relaxing massage, leaving you feeling blissfully serene.

CHINESE CUPPING MODELING MASSAGE

A perfect drainage & modelling massage. It creates a vacuum inside the cup, sucking the skin and underlying tissues and then moving it with movements of varying frequency and force over visibly problematic areas, such as cellulite or excessive fat tissue. This massage is intense, quite painful, but highly effective, especially when it comes to combating cellulite.

AROMATHERAPEUTIC CANDLE MASSAGE

A relaxing ritual that combines warmth, fragrance, and skin care. The heat helps relax muscles, while nourishing ingredients moisturize and regenerate the skin. Additionally, aromatherapy soothes the senses, reducing stress and tension. This is the perfect choice for those seeking deep relaxation and luxurious care.



Information

HOURS OF OPERATION

The Victoria Wellness team welcomes you from 7:00 a.m. to 10:00 p.m. Monday to Sunday.

SPA ACCESS

During your treatment, you will have a robe, towels and a locker at your disposal. To ensure your comfort, we kindly ask that you change into the robe inside your room. For your safety please wear anti-slip flip-flops in the pool area.

RESERVATION

We recommend that you book your massage in advance to get the best selection of available hours. Please arrive 10 minutes prior to your appointment time in order to avoid delays.

CANCELATION POLICY

If you wish to reschedule or cancel your appointment, please notify the Victoria Wellness reception 24 hours in advance. Missed appointments without proper notice are subject to a 50% charge for reserved services.



HEALTH MATTERS

We offer treatments for persons aged 18 and over. Our massages are non-medical and non-paramedical. They are designed to enhance your sense of well-being and improve the condition of your skin.

More treatments:





Discover *other facilities*

Enhance your spa experience by exploring our range of exceptional wellness facilities, each designed to elevate your relaxation and well-being. Start with a refreshing swim in our serene pool, ideal for both invigorating laps and peaceful lounging. Unwind in the warmth of our sauna, where steam and heat gently detoxify, soothe muscles, and relieve stress. For those seeking an active boost, the Sofitel Fitness center offers cutting-edge equipment and personalized training options to keep you energized and motivated. Embrace every moment of your journey to wellness—our facilities await to make your visit truly unforgettable.

THE POOL

Dive into pure relaxation and discover our serene pool oasis, designed for both refreshing swims and peaceful lounging. Whether you are looking to energize with a few laps or simply unwind by the water, our pool offers the perfect escape.

Opening hours: 7:00 a.m. - 10:00 p.m.

SAUNA

Immerse yourself in tranquility by discovering our rejuvenating sauna, where the heat and steam work in harmony to cleanse the body and refresh the spirit. Our facilities offer a serene retreat designed to enhance your wellness journey.

Opening hours: 7:00 a.m. - 10:00 p.m.

SOFITEL FITNESS

Unleash your potential and discover our state-of-the-art fitness center, where wellness meets inspiration. Our facility features a wide range of cutting-edge equipment designed to suit all fitness levels. Whether you're looking to elevate your workout with strength training or enjoy a refreshing cardio session, our expert trainers are here to guide and motivate you every step of the way.

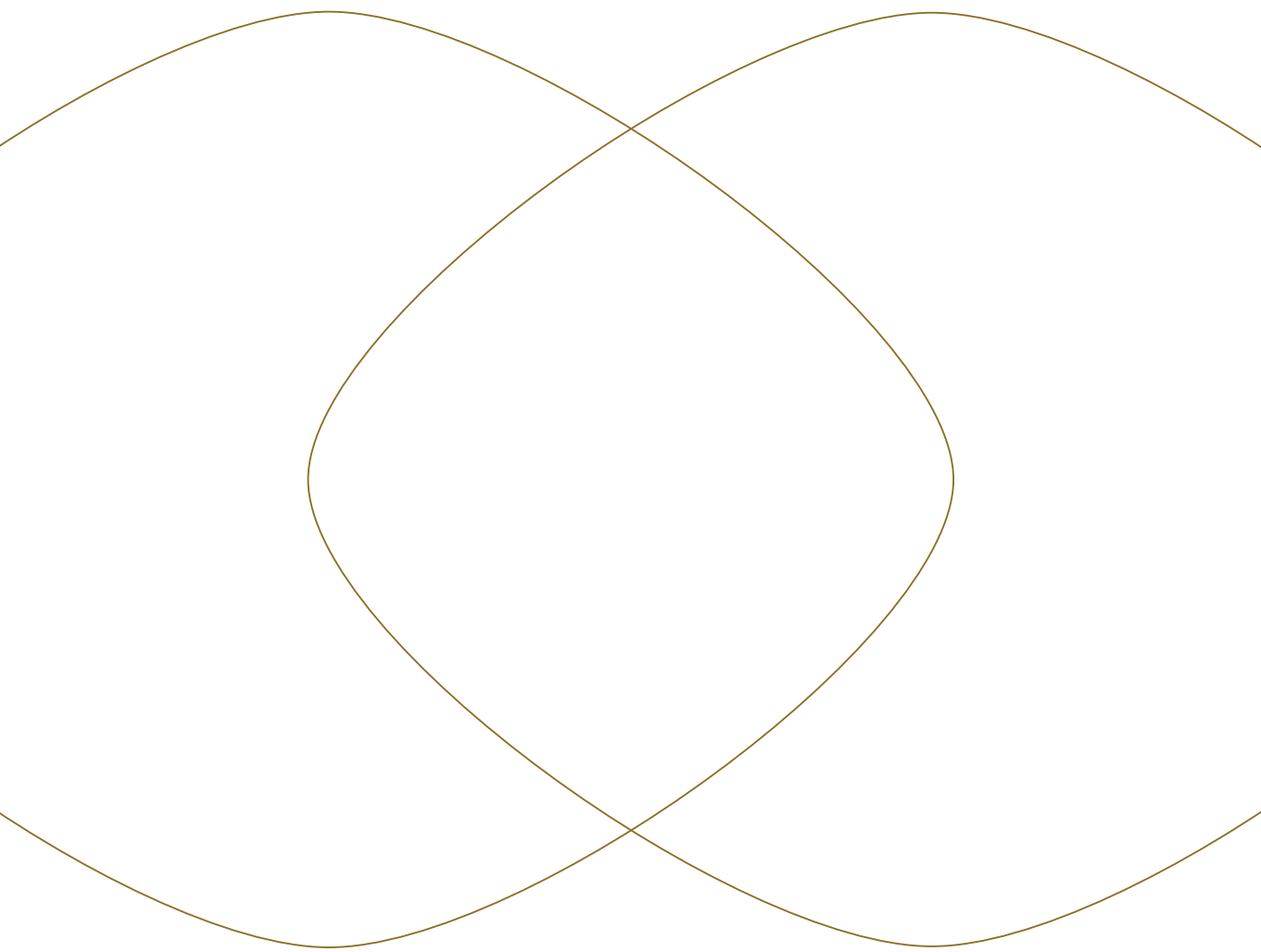
Opening hours: 24/7

JOGA

Every Monday at 11:00 a.m. we invite you for yoga classes. Prior booking is required, please contact our Front Desk.

SWIMMING LESSONS AND PERSONAL TRAINER

Swimming lessons and personal training sessions can be booked. Please contact our staff to make a booking.



SOFITEL WARSAW VICTORIA

KRÓLEWSKA 11 — 00-065 WARSZAWA — POLSKA
TEL. +48 22 657 8011
H3378@SOFITEL.COM
WWW.SOFITEL-VICTORIA-WARSAW.COM