



H15  
PALACE

KRAKOW

*Atmosfera*

uzdrowienia i relaksu

---

ZABIEGI ORIENTALNE  
ORIENTAL TREATMENTS

MENU

---

Zapraszamy na orientalne zabiegi  
wykonywane przez masażystkę  
Amari SPA

# MASAŻE TAJSKIE

## THAI MASSAGES

---

### TRADYCYJNY MASAŻ TAJSKI

#### ROYAL THERAPY

Tradycyjny masaż inspirowany starożytną sztuką Tajlandii, łączący pasywną jogę, głęboką akupresurę oraz techniki rozciągania. Stopniowo uwalnia napięcia zgromadzone w mięśniach i kręgosłupie, poprawia elastyczność ciała oraz przywraca swobodny przepływ energii. Pozostawia uczucie lekkości, harmonii i głębokiego odprężenia.

50 min  
540 pln

### ROYAL THERAPY

#### TRADITIONAL THAI MASSAGE

A traditional treatment inspired by the ancient art of Thailand, combining passive yoga, deep acupressure, and stretching techniques. It gradually releases tension accumulated in the muscles and spine, improves body flexibility, and restores the natural flow of energy. Leaves you feeling light, balanced, and deeply relaxed.

75 min  
740 pln

---

### KWIAT LOTOSU

#### AROMATYCZNY MASAŻ TAJSKI

Otulający zabieg z wykorzystaniem ciepłych, aromatycznych olejków, który koi zmysły i rozluźnia ciało niczym delikatny powiew tropikalnego wiatru. Skóra odzyskuje jedwabistą gładkość, a umysł zanurza się w błogim relaksie.

50 min  
520 pln

### LOTUS FLOWER

#### AROMATIC THAI MASSAGE

A soothing ritual using warm, aromatic oils that gently embrace the body and calm the senses like a soft tropical breeze. The skin regains silky smoothness, while the mind drifts into a state of blissful relaxation.

75 min  
720 pln

---

---

## ŚWIĄTYNNE UZDROWIENIE MASAŻ TERAPEUTYCZNY

Intensywna ceremonia inspirowana tradycyjną medycyną tajską, skoncentrowana na głębokiej pracy z mięśniami i ścięgnami. Redukuje napięcia, wspiera regenerację i przywraca ciału siłę oraz witalność.

50 min  
560 pln

## TEMPLE HEALING THERAPEUTIC MASSAGE

An intensive ritual inspired by traditional Thai medicine, focused on deep work with muscles and tendons. It reduces tension, supports recovery, and restores strength and vitality to the body.

75 min  
760 pln

---

## ENERGIA WOJOWNIKA MASAŻ SPORTOWY

Połączenie tradycyjnych technik z aromatycznymi olejkami, wspierające regenerację mięśni, poprawiające mobilność i przywracające lekkość ciała.

50 min  
580 pln

## WARRIOR ENERGY SPORTS MASSAGE

A combination of traditional techniques and aromatic oils that supports muscle recovery, improves mobility, and restores lightness to the body.

90 min  
780 zł

---

## MASAŻ LOMI LOMI

Egzotyczny rytuał łączący dotyk, oddech i muzykę. Głęboko relaksuje, redukuje stres i ból.

50 min  
640 pln

## LOMI LOMI MASSAGE

An exotic ritual combining touch, breath, and music. Deep relaxation, stress relief, and pain reduction.

80 min  
840 zł

---

---

## UKOJENIE ZMĘCZONYCH NÓG

Relaksujący masaż nóg i stóp, który przynosi natychmiastową ulgę po całym dniu aktywności. Redukuje uczucie ciężkości, pobudza krążenie i rozluźnia napięte mięśnie, pozostawiając nogi lekkie, odprężone i pełne komfortu. Doskonały po podróży, długim spacerze lub wielu godzinach spędzonych na nogach.

25 min  
350 pln

## SOOTHING RELIEF FOR TIRED LEGS

A relaxing leg and foot massage that provides immediate relief after a long day of activity. It reduces the feeling of heaviness, stimulates circulation, and relaxes tense muscles, leaving the legs light, refreshed, and comfortable. Perfect after travel, long walks, or city strolls.

---

## UKOJENIE ŻŁOTEGO RAMIENIA

Skoncentrowany masaż karku, ramion i pleców, inspirowany tajską sztuką pracy z napięciem. Delikatnie, a zarazem skutecznie rozluźnia spięte mięśnie, przywraca swobodę ruchu i pomaga odzyskać uczucie lekkości. Idealny dla osób spędzających wiele godzin przy biurku lub odczuwających napięcie w górnych partiach ciała.

25 min  
320 pln

## GOLDEN ARM RELIEF

A focused massage of the neck, shoulders, and back, inspired by Thai techniques for relieving tension. Gently yet effectively relaxes tight muscles, restores freedom of movement, and brings back a feeling of lightness. Ideal for those spending long hours at a desk or experiencing upper body tension.

---

# MASAŻE TWARZY

## FACE MASSAGES

---

### MŁODOŚĆ KRÓLOWEJ ORIENTU

Ekskluzywny i specjalistyczny masaż twarzy łączący techniki Kobido, liftingu manualnego oraz elementy masażu inspirowanego Tajlandią. Intensywnie ujędrnia skórę, wygładza drobne zmarszczki i poprawia owal twarzy. Cera odzyskuje świeżość, naturalny blask i młodzieńczy wygląd.

50 min  
550 pln

### YOUTH OF THE ORIENTAL QUEEN

Manual face lifting combining Kobido, Sculpture Face Lifting, and Thai massage techniques. Leaves skin firmer, smoother, and radiant.

# CEREMONIE NA CIAŁO

## BODY CEREMONIES

---

### CEREMONIA POMARAŃCZOWEJ ŚWIĄTYNI

Luksusowa ceremonia na ciało inspirowana egzotycznymi ogrodami Tajlandii. Łączy delikatny peeling, odżywczą maskę oraz relaksujący masaż ciepłym olejem pomarańczowym. Skóra staje się idealnie gładka i promienna, a ciało odzyskuje głębokie odprężenie oraz poczucie pełnej harmonii.

110 min  
980 pln

### ORANGE TEMPLE CEREMONY

A luxurious body ritual inspired by the exotic gardens of Thailand. Combines a gentle exfoliation, nourishing mask, and a relaxing massage with warm orange oil. The skin becomes perfectly smooth and radiant, while the body experiences deep relaxation and complete harmony.

---

H 1 5  
PALACE

KRAKOW

H15 Palace, a Luxury Collection Hotel, Kraków  
Świętego Jana 15, 31-017 Kraków, Poland

THE LUXURY COLLECTION HOTELS & RESORTS