

A woman with long dark hair, wearing a red one-piece swimsuit, is lying on her side on a wooden bench in a sauna. She is looking towards the right. The background wall is made of large, rectangular, light-colored stone tiles that are illuminated from behind, creating a warm, golden glow. The floor and other benches are made of dark wood.

Vaše lično putovanje ka unutrašnjem balansu.

Wellness & Spa

MENU

“

Tamo gde planina diše, a
telo se iznova budi.

Pravi luksuz je trenutak u
kome jasno čuješ sopstvene
otkucaje srca – bez ijednog
spoljašnjeg šuma.

Snaga dolazi iz unutrašnjeg mira

Naša misija je da gostima pružimo jedinstveno spa i wellness iskustvo koje će ih nadahnuti da žive zdravije, svesnije i ispunjenije – pretvarajući njihove želje i namere u stvarnost.

U svetu u kome dan prolazi u buci i brzini, pravi luksuz krije se u trenutku tišine – u mestu gde možete da usporite, udahnete dublje i na tren utišate sve spoljašnje tonove da biste ponovo čuli sebe. Gorski Wellness & Spa nije samo destinacija za relaksaciju, već vaš lični predah od svakodnevice – to je prostor u kojem se telo opušta, um se oslobađa tereta, a energija se tiho vraća u ravnotežu.

Dozvolite sebi iskustvo istinskog mira i oslušnite snagu koja izvire iznutra.



Spokoj nije luksuz već
vaša suštinska potreba.



Verujemo da istinska nega počinje iznutra. Gorski Wellness & Spa pretvara prirodu i okruženje Kopaonika u eliksir koji vraća snagu, mekoću pokretima i jasnoću mislima.

Više od tretmana i više od opuštanja – stvaramo celovito iskustvo koje podstiče ravnotežu tela, uma i duha.

Svaki ritual, masaža i tretman pažljivo su osmišljeni da se prilagode vašem ritmu, umire um, rasterete telo i pomognu da vaš unutrašnji kompas ravnoteže ponovo pokaže ka vama samima.

Naš pristup zasniva se na holističkom pristupu zdravlju, svesnosti i ličnom rastu. Svakom gostu pristupamo individualno, vodeći ga kroz pažljivo odabrane rituale, prirodne tretmane i umirujuću energiju prostora koji isceljuje.

Uz vrhunske terapeute, snagu prirodnih elemenata i pažljivo odabrane profesionalne preparate najvišeg kvaliteta, Gorski Wellness & Spa vas vodi u stanje u kome se regenerišete na svim nivoima.

Ovo je vaš trenutak da usporite,
oslušnete sebe i napravite korak
ka zdravijem životu – u potpunoj
harmoniji sa prirodom.

Dress code

Obavezan je kupaći kostim.

Ukoliko ste zaboravili kupaći
kostim, u našem Spa butiku vas
čeka pažljivo odabran izbor
modernih i elegantnih modela,
kako biste bezbrižno uživali u
svom wellness iskustvu.



Dobrodošli u termalni svet Gorski Wellness & Spa – prostor u kome se toplota, para i hladni kontrasti pretvaraju u lični ritual.

Termalni svet – rituali vode i vatre

Ruska sauna

Suva toplota visokog intenziteta snažno podstiče znojenje, ubrzava eliminaciju toksina i opušta celo telo. Preporučuje se kraće, ali redovno korišćenje, uz rashlađivanje između ciklusa.

Slana soba

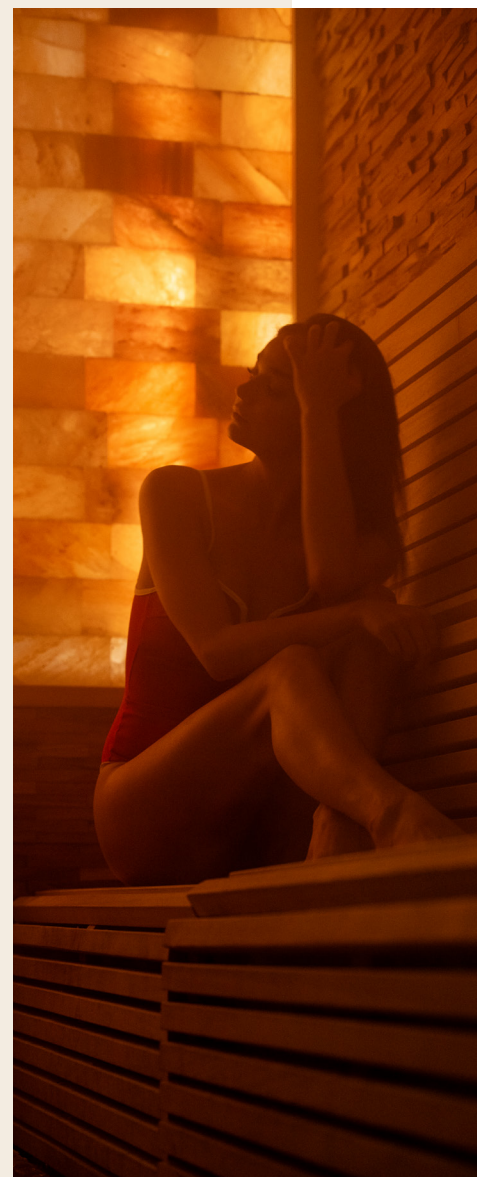
Poznata kao haloterapija. Prostor ispunjen mikročesticama soli koje dopiru do disajnih puteva. Boravak u slanoj sobi može doprineti boljem funkcionisanju respiratornog sistema, jačanju imuniteta, smanjenju napetosti i osećaju dubinskog opuštanja.

Finska sauna

Tradicionalna sauna sa višom vlažnošću i umerenijom temperaturom. Idealna je za postepeno zagrevanje, podstiče cirkulaciju, detoksikaciju i opuštanje mišića, uz snažan osećaj regeneracije.

Bio sauna

Nežnija verzija finske saune, sa prijatnijom temperaturom i većom vlažnošću, pogodna za osetljive osobe. Pruža opuštanje bez napora, poboljšava prokrvljenost kože i blagotvorno deluje na disajne puteve.





Zona regeneracije i opuštanja

Tepidarijumi, jedinstvena relaks-soba sa vodenim krevetima, specijalni tuševi, unutrašnji i spoljašnji bazen, đakuzi i ice bath kreiraju savršen ritam smene toplog i hladnog, mirovanja i pokreta. Ovo je prostor za pauzu između tretmana, tišinu, čitanje ili jednostavno – zatvorene oči.

Parno kupatilo

Topla para i visoka vlažnost stvaraju snažan detoks i osećaj oslobađanja. Parno kupatilo pomaže otvaranje pora, poboljšava cirkulaciju, čisti disajne puteve i olakšava umor posle dana provedenog na stazi ili u prirodi.





ENVIRON®

U saradnji sa brendom Environ i osnivačem Dr. Des Fernandesom, pionikom u primeni vitamina A i snažnih antioksidanasa u nezi kože, kreirali smo protokole koji podržavaju zdravlje kože iznutra i spolja – za rezultate koji su realni, postojani i vidljivi.

Tretmani lica – luksuz koji se vidi

Ništa ne osvežava poput vrhunskog tretmana lica. Bilo da birate intenzivnu hidrataciju, anti-age podršku ili pročišćavanje, naši terapeuti prilagođavaju tretman potrebama vaše kože, kako biste zavoleli svoj odraz i onaj neponovljiv osećaj lakoće i svežine koji ostaje nakon tretmana.

Osvežite kožu, probudite čula i zablistajte prirodnom lepotom uz tretmane lica koji spajaju naprednu kozmetologiju i opuštajuće rituale. Svaki protokol pažljivo je osmišljen da pruži vidljive rezultate – odmah, ali i dugoročno.



Dr. Des Fernandes

Vizionarski plastični hirurg iz Južne Afrike, pionir je savremene anti-age medicine i osnivač brenda Environ. Njegova istraživanja vitamina A i regeneracije kože radikalno su promenila estetiku, podižući nivo lica na nivo ozbiljne nauke.



Osnovni Environ tretmani – elektrosonični

ESSENTIAL YOUTH RESET 90 min / 15.900 RSD

Jedinstven anti-age tretman obogaćen peptidima i visokim dozama vitamina koji pomažu u ublažavanju finih linija i bora, poboljšavaju elastičnost i tonus kože. Idealan je za umornu, fotooštećenu i zrelu kožu kojoj je potrebna intenzivna regeneracija i „reset“ mladalačkog sjaja. Rezultat je koža koja izgleda odmornije, čvršće i vidno podmlađeno.

ESSENTIAL COMFORT CALM 60 min / 8.900 RSD • 90 min / 11.900 RSD

Tretman osmišljen za osetljivu, reaktivnu i crvenu kožu. Umirujući i zaštitni sastojci deluju na smanjenje iritacije, osećaja zatezanja i neprijatnosti, dok istovremeno obnavljaju prirodnu barijeru kože. Lice će izgledati smirenije i blistavo, sa vidljivo poboljšanom teksturom.

ESSENTIAL RADIANCE REVEAL 60 min / 8.900 RSD • 90 min / 11.900 RSD

Tretman za umornu, sivu i neujednačenu kožu sa pojavom tamnih fleka i diskoloracija. Pažljivo bira-na kombinacija aktivnih sastojaka deluje na posvetljivanje tena, poboljšava ujednačenost i vraća koži osvežen izgled. Rezultat je glatkija, blistavija i revitalizovana koža koja zrači.

ESSENTIAL VITAMIN TOUCH 60 min / 8.900 RSD

Tretman je namenjen gostima kod kojih se ne preporučuje primena elektrosonične tehnologije. Kroz pažljivo osmišljene manuelne tehnike i bogate vitaminske komplekse, koža dobija sve što joj je potrebno: hidrataciju, zaštitu i dubinsku ishranu. Idealno za osetljivu, umornu ili istanjenu kožu.



Tretmani COOL PEEL

Environova jedinstvena Cool Peel tehnologija predstavlja neinvazivan, inteligentan pristup površinskom pilingu kože. Kreirana je da postepeno i kontrolisano uklanja površinski sloj, pomažući da se koža pročišćava, profinjuje i osveži – bez agresivnog ljuštenja i iritacije.

Doživite stvarnu i dugotrajnu transformaciju svoje kože – zahvaljujući nauci u službi lepote.

YOUTH RENEW COOL PEEL 60 min / 8.900 RSD • 90 min / 11.900 RSD

Tretman koji cilja znakove preranog starenja: fine linije, bore i neujednačen ton. Nežno obnavlja površinski sloj kože, podržava sintezu kolagena i vraća glatkoću i punoću. Idealno za kožu oštećenu suncem ili vidno umornu, kojoj je potreban novi početak.

MOISTURE BOOST COOL PEEL 60 min / 8.900 RSD • 90 min / 11.900 RSD

Osmišljen za suhu, dehidriranu i umornu kožu. Tretman kombinuje nežan piling sa intenzivnom hidratacijom, pomažući koži da zadrži vlagu i povrati mekoću. Pogodan je za primenu tokom cele godine, ne izaziva vidljivo ljuštenje i savršen je izbor za redovnu negu i osvežen izgled.

DEEP CLEANSING COOL PEEL 60 min / 8.900 RSD • 90 min / 11.900 RSD

Dubinski, ali nežan tretman za mešovitu i masnu kožu sklonu zapušavanju pora i nepravilnostima. Pomaže u regulisanju viška sebuma, pročišćava pore i smanjuje pojavu upalnih procesa. Nakon tretmana koža deluje čistije, uravnoteženo i matirano, uz osećaj svežine i lakoće.

Ajurvedski tretmani tela

Uronite u svet ajurvede, najstarijeg holističkog sistema nege tela i duha. Ovi rituali kombinuju toplu uljnu masažu, specifične terapijske tehnike i umirujuće mirise koji duboko opuštaju i regenerišu ceo organizam. Ovo je iskustvo koje ne deluje samo na telo – već transformiše energiju, emocije i um.

ABHYANGA MASAŽA 90 min / 12.900 RSD

Sansāra – „neprekidni tok“ – simbol je ovog rituala. Topla, bogata ajurvedska ulja nanose se ritmičnim pokretima koji prate energetske tokove tela, podstiču cirkulaciju, deluju na više „slojeva“ fizičkog i suptilnog tela i duboko opuštaju mišiće, pomažući da se umiri nervni sistem i otpuste nakupljeni stres i umor. Rezultat je osećaj lakoće, topline i unutrašnjeg mira koji traje dugo nakon tretmana.

SHIRODHARA TRETMAN 60 min / 9.900 RSD

Sveobuhvatni tretman koji donosi duboko umirenje nervnog sistema i osećaj mentalne jasnoće. Kontrolisan, nežan mlaz toplog ulja prelivan preko čela pomaže da se smire misli, ublaže glavobolje i napetost, a san učini kvalitetnijim, dok posebno formulisano Shankara Shirodhara ulje, kreirano po tradicionalnoj ajurvedskoj recepturi, istovremeno hrani kosu i kožu temena. Shirodhara je idealan izbor za one koji traže dubok unutrašnji mir, emocionalno rasterećenje i trenutak potpune harmonije.





Shankara

Muscle Relief
Muscle & Joint



Shankara

Nourishing
Foot Oil
Moisturizing & Purifying



Shankara

Calming
Ultra Nourishing
Body Oil
Vegan



Shankara

Soothing
Deeply Hydrating
Body Oil
PITTA



HARMONIZING TRETMAN

60 min / 9.900 RSD

Posebno osmišljeni harmonizujući protokoli namenjeni su ženama u periodima hormonskih promena, uključujući perimenopauzu i menopauzu. Negujući i regenerišući tretman celog tela pomaže da se opuste napeti mišići, smanji osećaj „unutrašnje napetosti“ i da se telo ponovo oseti lagano. Ajurvedske tehnike dodatno produbljuju relaksaciju, doprinose dubljoj ravnoteži, emocionalnom miru i suštinskom blagostanju.

5 STAR TRETMAN

60 min / 9.900 RSD

Ovaj jedinstveni ritual počinje energetizovanjem ključnih meridijana – glave, ruku i stopala – uz nežnu masažu leđa. Poput pet tačaka zvezde, ove zone predstavljaju centre snažne životne energije. Tretman najpre usmerava pažnju na stopala i ruke: piling, dubinska hidratacija i masaža uz osvežavajuća aromaterapijska ulja bude cirkulaciju, otpuštaju napetost i vraćaju lakoću pokretima.

Shankara 5-Star ritual zaokružuje se fokusom na glavu: umirujućom masažom skalpa i luksuznim tretmanom za kosu koji hrani, omekšava i vraća prirodni sjaj. Kada se „zvezda“ kompletira, telo i um ulaze u stanje ravnoteže.



SCRUB – PILING TRETMAN

60 min / 8.900 RSD

Tretman počinje kratkim uvodom i relaksacijom uz prijatnu aromaterapijsku inhalaciju, pripremajući telo za potpuni ugođaj. Ovi negujući pilinzi tela pozivaju vas da otpustite napetost i „stari sloj“ umora.

Nakon toga, sledi piling celog tela uz Shankara piling soli iz Mrtvog mora. Svaki od njih pruža intenzivnu obnovu kože, uklanja zadebljale ćelije i ostavlja kožu glatkom, svilenkastom i osveženom. Tretman se izvodi uz nežne Abhyanga tehnike i bogata ulja, koja dodatno hrane i štite kožu.



Oslobodite telo i osetite punu snagu dodira. Uživajte u svakom potezu, u svakom dahu opuštanja. Učinite svoj ritual potpunim – prepustite se tišini saune pre ili posle masaže i otkrijte sve čari našeg Wellness & Spa sveta.

Masaže i terapije tela



Topao tuš pre tretmana

Kratko tuširanje neposredno pred masažu opušta mišiće i uklanja soli, minerale ili proizvode sa kože koji bi, u kombinaciji sa masažnim uljima, mogli da zapuše pore. Posle tuširanja obucite bade-mantil i prijavite se na recepciji.

Prepustite se trenutku

Zatvorite oči, usmerite pažnju na disanje i dozvolite telu da se stopi sa tišinom. Svakim izdahom neka napetost polako nestane. Ovo je vaš trenutak mira; vreme da budete potpuno prisutni – samo sa sobom.

Razgovarajte sa terapeutom

Pre početka masaže recite terapeutu koje regije želite da dobiju posebnu pažnju, a koje da izbegne. Tokom tretmana slobodno naglasite ako pritisak nije odgovarajući ili osećate nelagodnost – važno je da se u svakom trenutku osećate prijatno. Otvorena komunikacija je ključ masaže prilagođene baš vašim potrebama.

GORSKA RELAX MASAŽA

50 min / 7.900 RSD • 75 min / 9.900 RSD

Raskošna i jedinstveno opuštajuća masaža celog tela kombinuje prilagođene tehnike koje tope napetost i uvode telo u balans. Topli, sigurni pokreti terapeuta podstiču cirkulaciju, oslobađaju zgrčene mišiće i ostavljaju iza sebe osećaj blaženstva.

VULKANSKO TOPLO KAMENJE

50 min / 8.900 RSD • 75 min / 10.900 RSD

Glatko, zaobljeno bazaltno kamenje se lagano zagreva, a toplina i težina kamenja, u kombinaciji sa umirujućim uljem, prodiru duboko u mišićno tkivo bez osećaja preopterećenja.

AROMATERAPIJA

50 min / 7.900 RSD • 75 min / 9.900 RSD

Priušтите sebi prirodan beg od svakodnevnice uz mirisnu masažu celog tela sa pažljivo odabranim eteričnim uljima. Tretman istovremeno neguje kožu, jača imunitet i vraća unutrašnju ravnotežu.

TRETMAN MIŠIĆNE NAPETOSTI (leđa, vrat i ruke)

50 min / 8.900 RSD

Tretman koji ciljano deluje na regije koje su najviše opterećene. Kombinacijom snažnijih tehnika terapeut oslobađa napetost u leđima, vratu i rukama, vraćajući pokretljivost i osećaj olakšanja. Napomena: masaža ne obuhvata celo telo.



LIMFNA MASAŽA 50 min / 7.900 RSD

Izuzetno lagani, ritmički pokreti stimulišu limfni sistem, pomažu u eliminaciji viška tečnosti i toksina i ublažavaju osećaj težine u telu. Idealna je nakon dužeg sedenja, putovanja ili perioda pojačanog umora, kada je telu potrebna regeneracija i povratak unutrašnje ravnoteže.

SPORTSKA MASAŽA 50 min / 9.900 RSD • 75 min / 11.900 RSD

Intenzivna, ciljano usmerena masaža za one koji žele snažniji pritisak. Posebno je pogodna posle sportskih aktivnosti, skijanja ili zahtevnih treninga – kada su mišići preopterećeni i „natečeni“ od napora. Duboki zahvati pomažu u razbijanju mišićnih blokada i ubrzavaju oporavak.

DODIR ZA UMORNA STOPALA I LISTOVE 50 MIN / 7.900 RSD

Svaki aspekt blagostanja je povezan – od glave do vrednih prstiju na nogama. Ovaj posebno osmišljen tretman stopala i listova oslobađa napetost, umiruje bolna mesta i vraća lakoću u vaš korak. Idealno posle dana provedenog na stazi, u planinarenju ili dugom stajanju. Napomena: preporučuje se nošenje udobne, šire odeće.

REFLEKSOLOGIJA 50 min / 8.900 RSD

Refleksologija se zasniva na radu sa refleksnim tačkama na stopalima koje odgovaraju različitim delovima tela. Kroz precizne pritiske i ritmičke pokrete, ova masaža pomaže u oslobađanju životne napetosti, poboljšanju cirkulacije i ponovnom uspostavljanju energije. Savršen izbor za one koji žele da povrate ravnotežu u celom telu – kroz tretman koji počinje od stopala.

DEČIJA MASAŽA 30 min / 5.900 RSD

Posebno osmišljena, nežna masaža za decu. Slatki, lagani pokreti umiruju mališane, opuštaju mišiće i pomažu da se rasterete posle aktivnosti. Prirodna ulja neguju dečiju kožu, dok prijatan ambijent i stručne ruke terapeuta stvaraju osećaj sigurnosti, poverenja i mira.

PRENATALNA MASAŽA 30 min / 6.900 RSD • 50 min / 8.900 RSD

Nežna, pažljivo prilagođena masaža za trudnice, osmišljena da smanji napetost u leđima, kukovima i nogama, ublaži otroke i doprinese kvalitetnijem snu. Koriste se posebno odabrana ulja i položaji koji obebeđuju maksimalnu udobnost i sigurnost za mamu i bebu. Napomena: masaža je namenjena trudnicama u drugom i trećem tromesečju.

PROPO STEAM INHALACIJA 20-25 min / 3.900 RSD

Propo Steam je blag, prirodan inhalacioni tretman sa propolisom. Kontrolisanim zagrevanjem propolisa oslobađaju se aromatične i bioaktivne komponente koje se, u obliku toplog aerosola, udišu kroz nos i usta.

Topla, nežna para vlaži i umiruje sluzokožu, olakšava disanje i može doprineti ublažavanju neprijatnog osećaja suvog, nadraženog ili „zapušenog“ nosa – posebno nakon boravka na vetru, hladnoći ili u klimatizovanom prostoru.

Napomena: Tretman je deo wellness ponude i ne predstavlja medicinsku terapiju niti zamenu za preporučeno lečenje.

Express meni

Kada vam treba kratko, ali intenzivno opuštanje, izaberite jedan od brzih tretmana fokusiranih na ključne zone napetosti. Idealni su pre ili posle dana na stazi, između sastanaka ili kao kratak predah posle puta.



LEĐA, VRAT & RAMENA 30 min / 5.900 RSD

Fokus na najopterećenijim regijama tela. Ukočen vrat i zategnuta ramena omekšavaju pod rukama terapeuta, dok se napetost polako topi.

MASAŽA STOPALA 30 min / 5.500 RSD

Oslobađa težinu i umor iz stopala, podstiče cirkulaciju i vraća lakoću koraku. Savršen mali „reset“ posle celog dana aktivnosti.

MASAŽA LICA 30 min / 4.900 RSD

Nežna masaža lica, vrata i dekoltea opušta izražajne mišiće, ublažava osećaj zatezanja i vraća koži trenutno osvežen izgled.

MASAŽA RUKU & ŠAKA 30 min / 4.900 RSD

Posebno pogodna za one koji mnogo rade za računarom ili intenzivno koriste ruke. Opušta zglobove, šake i podlaktice i vraća osećaj lakoće.





Ponuda za vanhotelske goste

Iskoristite mogućnost da doživite Gorski Wellness & Spa i ako ne boravite u hotelu.

Wellness & Spa termin do 15 h / 3.900 RSD

Deca od 6 do 12 godina – 50 % popusta

Wellness & Spa termin od 15 h / 8.000 RSD

Deca od 6 do 12 godina – 50 % popusta

Napomena: termini su u trajanju od 2 sata. Zbog ograničenog kapaciteta, molimo da svoj termin rezervišete unapred.

Teretana

Dnevna karta / 1.900 RSD

Nedeljna karta / 6.900 RSD

Mesečna karta / 15.900 RSD

Opšte informacije

U cilju očuvanja zdravlja i udobnosti svih gostiju, pušenje nije dozvoljeno u Gorski Wellness & Spa zoni.

Za sigurnost vaših ličnih stvari preporučujemo korišćenje ličnih ormarića. Molimo vas da dragocenosti i vredne predmete ne unosite u termalne i tretmanske zone; Gorski Wellness & Spa i hotel ne mogu preuzeti odgovornost za eventualne gubitke ili oštećenja ličnih stvari.

Naše ljubazno i stručno osoblje tu je da vam pomogne da odaberete tretman, uskladite termine i kreirate iskustvo koje najbolje odgovara vašim potrebama.

Ukoliko imate posebne želje, zdravstvene specifičnosti ili pitanja, obratite nam se – zajedno ćemo pronaći kombinaciju tretmana koja će biti i korisna i istinski prijatna.

Uslovi otkazivanja

Tretman možete besplatno otkazati najkasnije 6 sati pre zakazanog termina. Za otkazivanje u kraćem roku od 6 sati naplaćuje se 50 % cene tretmana. U slučaju nedolaska ili otkazivanja unutar 1 sata od zakazanog termina naplaćuje se 100 % cene tretmana. Promena termina unutar 6 sati od zakazanog vremena tretmana nije moguća. Povraćaj novca nije moguć za usluge koje su već iskorišćene ili otkazane van predviđenog roka. Ako vaše iskustvo, iz bilo kog razloga, ne ispuni očekivanja, molimo vas da se obratite Spa menadžeru – tu smo da čujemo vaš utisak i pronađemo najbolje rešenje.

Napojnica nije obavezna niti je uključena u cenu usluga. Ukoliko želite na taj način da izrazite zahvalnost terapeutu, slobodno to učinite diskretno u kešu.



www.gorskihotel.com



+381 60 25 00 542
spa@gorskihotel.com

Radno vreme
10:00-22:00

Poziv iz sobe
883