



ANNINA

wellness & spa

AMi
HOTEL SPA CONFERENCE



Annina Wellness & Spa je oaza holističkog
odmora gdje vas očekuje jedinstveno iskustvo
koje podstiče pozitivan duh, opušta tijelo i um, i
podiže vašu vitalnost.

(SPA-sanus per aquam) podstaći će Vaše
sposobnosti da bolje prihvatite izazove života i
budućnost na nov opušten način.



SPA WELLBEING cjenovnik

- | | | | |
|------------------------------------|-------|---|-------|
| • Bazen dnevna ulaznica | 15 € | • Spa dnevna ulaznica (korišćenje bazena, sauna, parna soba, teretane, tuševi) | 25 € |
| • Bazen mjesečna ulaznica | 80 € | • ANNINA “Spa romance” dnevna ulaznica za par (bazen, sauna, parna soba, teretana, tuševi doživljaja i antistress masaža 30') | 110 € |
| • Teretana dnevna ulaznica | 10 € | • Spa mjesečna ulaznica “CLASSIC” | 140 € |
| • Teretana mjesečna ulaznica | 60 € | • Spa šestomjesečna ulaznica “GOLD” | 700€ |
| • Saune dnevna ulaznica | 15 € | • Spa godišnja ulaznica “PLATINUM” | 1200€ |
| • Saune mjesečna | 100 € | | |
| • Slana soba - haloterapija 20 min | 15 € | | |
| • Slana soba - haloterapija 30 min | 20 € | | |



MASAŽE – UMIJEĆE DODIRA

Uronite u svijet potpune relaksacije i njege kroz pažljivo kreirane tretmane koji objedinjuju eleganciju dodira, umirujuću atmosferu i snagu prirodnih aroma. Naš profesionalni tim terapeuta koristi sofisticirane tehnike kako bi pružio iskustvo koje revitalizuje tijelo, opušta um i obnavlja duh.

Masaža je proistekla iz jednog unutrašnjeg instikta kao reakcije na bol, a to je dodir. Najstarija je forma liječenja koja se spominje u svim starim kulturama. Brojni su pozitivni učinci masaže, od kojih izdvajamo sposobnost organizma da tokom masaže oslobađa endorfin, tako da, pored čokolade, je odlično sredstvo za borbu protiv stresa koji izaziva depresiju, bolove, slabost i nervozu.



MASAŽE CJENOVNIK

- 1. Klasična masaža – 50min (62€), 80min (96€)**
Umirujuća i regenerativna tehnika koja poboljšava cirkulaciju, smanjuje napetost i doprinosi kvalitetnijem snu.
- 2. Antistres masaža leđa – 30min (42€)**
Dubinska masaža fokusirana na „zone stresa“ – za trenutno olakšanje napetosti i osjećaj rasterećenja.
- 3. Sportska masaža – 30min (47€), 60min (82€)**
Intenzivan tretman za revitalizaciju mišića, idealan nakon fizičke aktivnosti ili napora.
- 4. Aromatična masaža – 50min (67€)**
Ritmični, nježni pokreti u kombinaciji sa mirisnim uljima za duboku relaksaciju i osjetilni užitak.
- 5. Refleksna masaža stopala – 25min (40€), 50min (70€)**
Stimulacijom tačaka na stopalima uspostavlja se energetska ravnoteža i harmonija cijelog organizma.
- 6. Masaža lica – 25min (37€)**
Nježno tonira, hidrira i osvježava kožu lica – za blistav i zdrav izgled.
- 7. Invisible Aging tretman – 90min (102€)**
Ekskluzivna anti-age njega koja podstiče produkciju kolagena, popunjava bore i vraća elastičnost.
- 8. Spring Water tretman – 50min (68€)**
Intenzivna hidratacija koja revitalizuje i obnavlja kožu, idealna za sve tipove tena.
- 9. Deep Freshness tretman – 60min (73€)**
Detoksikacija i dubinsko čišćenje koje koži vraća svježinu, sjaj i čistoću.
- 10. After Sun Facial – 30min (38€)**
Osvježavajuća njega sa efektom hlađenja, savršena poslije izlaganja suncu.



MASAŽE CJENOVNIK

- 11. Only for Him tretman – 60min (68€)**
Namijenjen muškarcima – kombinacija masaže i njege koja obnavlja i revitalizuje.
- 12. Marine Body Scrub – 30min (38€)**
Piling sa morskom solju koji čisti, omekšava i ostavlja kožu glatkom i sjajnom.
- 13. Sea Mud Body Wrap – 30min (43€)**
Tretman morskim blatom sa termoeftom – za opuštanje, detoks i bolju pokretljivost.
- 14. After Sun Body tretman – 40min (50€)**
Umirujuće pakovanje koje hidrira i revitalizuje kožu izloženu suncu.
- 15. Intensive Slimming Treatment – 75min (93€)**
Anticelulit tretman koji oblikuje tijelo, učvršćuje i podstiče eliminaciju viška tečnosti.
- 16. Sea Garden Body Treatment – 100min (123€)**
Luksuzna njega koja dubinski hidrira, mineralizuje i donosi osjećaj potpune ravnoteže.
- 17. Kraljevska masaža (četiri ruke) – 60min (130€)**
Sinhronizovana masaža dva terapeuta – iskustvo potpune harmonije i luksuza.



SPECIJALIZOVANI FIZIOTERAPEUTSKI TRETMANI

Bilo da ste u procesu rehabilitacije, suočeni sa specifičnim bolnim stanjima ili jednostavno želite unaprijediti pokretljivost – naši terapijski programi su pažljivo prilagođeni vašim individualnim potrebama.

1. Kineziterapija – 45min (53€)

Terapijski pokreti i vježbe u cilju obnavljanja funkcije nakon povreda i smanjenja bola.

2. "Dry" cupping terapija – 50min (63€)

Kombinacija manuelne masaže i vakum čaša – za opuštanje mišića i bolju cirkulaciju.

3. "Wet" cupping terapija – 60min (86€)

Metoda koja podstiče detoksikaciju organizma uklanjanjem metaboličkih ostataka iz tkiva.

4. Kiropraktika – (30€)

Manuelna korekcija zglobova radi smanjenja bola i povećanja mobilnosti.

5. Medicinska akupunktura – (37€)

Efikasna metoda za tretman mišićnog bola i napetosti uz pomoć finih igala.

6. Kinezitejping – (32€)

Postavljanje elastičnih traka koje rasterećuju mišiće i poboljšavaju stabilnost zglobova.

7. Pregled i konsultacije sa fizioterapeutom – (20€)

Procjena stanja, individualne preporuke i savjeti za optimalan oporavak.



TRENING PROGRAM

Bez obzira na kondicioni nivo, naš stručno vođeni program treninga pomaže vam da postignete vitalnost, snagu i dobrobit – kroz pokret.

- **Grupne vježbe – 45min (20€ po klijentu)**
Dinamični treninzi u manjoj grupi, prilagođeni različitim nivoima kondicije.
- **Individualni trening – 45min (40€)**
Personalizovan pristup sa fokusom na vaše ciljeve – idealan za efikasne rezultate.



SPA ETIKETA

- Osigurajte sebi vremena da na zakazani tretman stignete 10 min ranije.
- Ako ste u mogućnosti, molimo Vas da na tretman dođete u bademantilu.
- Molimo Vas da sa nama podjelite informaciju ukoliko imate nekih zdravstvenih problema.
- Ako ste trudni, molimo Vas da se konsultujete sa svojim ljekarom ukoliko želite da koristite Wellness&Spa.
- Savjetujemo Vas da svoj nakit i stvari od vrijednosti ostavite u sefu u sobi.
- Osoblje ne snosi odgovornost za gubitak stvari.
- Ukoliko odustajete od zakazanog tretmana molimo Vas da nam javite do 16 h dan ranije.
- Tretman koji nije otkazan na vrijeme biće naplaćen u punom iznosu.
- Budite obzirni prema drugim gostima koji su došli da se opuste u miru i tišini i ne koristite mobilne telefone.
- Vrijeme vašeg tretmana počinje teći od trenutka kada vas terapeut/kinja uvede u sobu i traje do trenutka kada Vas isprati do recepcije. Svako kašnjenje skraćuje trajanje tretmana.
- Sve tretmane i usluge Wellness & Spa koristite na sopstvenu odgovornost.
- Maloljetnicima nije dozvoljeno korišćenje teretane.
- Djeca od 14 do 18 godina mogu koristiti teretanu i saune isključivo u pratnji roditelja/staratelja, na sopstvenu odgovornost.

Hvala na razumijevanju



Annina Wellness & Spa is a place where you can experience a truly holistic wellness and spa journey — one that nurtures a positive state of mind, deep relaxation, health, happiness, and vitality. Wellness, as a healthy lifestyle concept combined with the power of water (SPA – sanus per aquam), will inspire your inner strength to embrace life’s challenges and the future in a new, relaxed way.

SPA WELLBEING PRICE LIST

- Swimming Pool – Daily Pass: €15
- Swimming Pool – Monthly Pass: €80
- Gym – Daily Pass: €10
- Gym – Monthly Pass: €60
- Saunas – Daily Pass: €15
- Saunas – Monthly Pass: €100
- Salt Room – Halotherapy (20 min): €15
- Salt Room – Halotherapy (30 min): €20
- SPA Daily Pass (includes use of pool, saunas, steam bath, gym, experience showers): €25
- ANNINA “Spa Romance” – Daily Pass for Couples (pool, sauna, steam bath, gym, experience showers + 30’ anti-stress massage): €110
- SPA Monthly Pass “CLASSIC”: €140
- SPA 6-Month Pass “GOLD”: €700
- SPA Annual Pass “PLATINUM”: €1200

MASSAGES

Immerse yourself in a world of complete relaxation and care through carefully designed treatments that combine the elegance of touch, a calming ambiance, and the power of natural aromas. Our professional team of therapists uses refined techniques to provide an experience that revitalizes the body, relaxes the mind, and restores the spirit.

Massage originated from an inner instinct — a natural response to pain — through the power of touch.

It is the oldest known form of healing, mentioned in all ancient cultures.

Massage offers numerous benefits, among which is the body’s ability to release endorphins during treatment.

This makes massage, alongside chocolate, an excellent remedy against stress — the root of depression, pain, fatigue, and nervous tension.

- Classic Massage – 50min (€62), 80min (€96)**
A soothing and restorative technique that improves circulation, reduces tension, and promotes better sleep.
- Anti-Stress Back Massage – 30min (€42)**
A deep tissue massage focused on “stress zones” – offering immediate relief and a sense of lightness.
- Sports Massage – 30min (€47), 60min (€82)**
An intensive treatment to revitalize muscles, ideal after physical activity or effort.

- Aromatic Massage – 50min (€67)**
Gentle, rhythmic movements combined with fragrant oils for deep relaxation and sensory pleasure.
- Foot Reflexology Massage – 25min (€40), 50min (€70)**
Stimulates pressure points on the feet, restoring energy balance and harmonizing the entire body.
- Facial Massage – 25min (€37)**
Gently tones, hydrates, and refreshes facial skin – for a glowing, youthful appearance.
- Invisible Aging Treatment – 90min (€102)**
An exclusive anti-aging ritual that boosts collagen production, reduces wrinkles, and restores elasticity.
- Spring Water Treatment – 50min (€68)**
An intense hydration experience that refreshes and renews the skin, suitable for all skin types.
- Deep Freshness Treatment – 60min (€73)**
A detoxifying and deep-cleansing facial that restores radiance and clarity to the skin.
- After Sun Facial – 30min (€38)**
Cooling and refreshing skincare – perfect after sun exposure.
- Only for Him Treatment – 60min (€68)**
Designed for men – a blend of massage and facial care that rejuvenates and restores.
- Marine Body Scrub – 30min (€38)**
A sea salt exfoliation that smooths and softens the skin for a silky finish.

13. Sea Mud Body Wrap – 30min (€43)

A warming sea mud treatment for deep relaxation, detoxification, and improved mobility.

14. After Sun Body Treatment – 40min (€50)

A soothing wrap that hydrates and revitalizes sun-exposed skin.

15. Intensive Slimming Treatment – 75min (€93)

An anti-cellulite program that sculpts, firms, drains excess fluids, and hydrates the skin.

16. Sea Garden Body Treatment – 100min (€123)

A luxurious full-body ritual that deeply hydrates, mineralizes, and balances the skin.

17. Royal Four-Hand Massage – 60min (€130)

A synchronized massage performed by two therapists – for a deeply harmonious and luxurious experience.

SPECIALIZED PHYSIOTHERAPEUTIC TREATMENTS

Whether you are undergoing rehabilitation, facing specific pain conditions, or simply wish to improve mobility – our therapeutic programs are carefully tailored to your individual needs.

1. Kinesiotherapy – 45min (€53)

Therapeutic movements and exercises designed to restore function after injury and reduce pain.

2. Dry Cupping Therapy – 50min (€63)

A combination of manual massage and vacuum cups – to relax muscles and improve circulation.

3. Wet Cupping Therapy – 60min (€86)

A detoxifying method that removes metabolic waste from tissues to cleanse the body.

4. Chiropractic Adjustment – (€30)

Manual joint adjustments to relieve pain and improve mobility.

5. Medical Acupuncture – (€37)

An effective technique for treating muscle pain and tension using fine needles.

6. Kinesio Taping – (€32)

Application of elastic tapes to relieve muscle tension and support joint stability.

7. Physiotherapy Consultation – (€20)

Evaluation, personalized recommendations, and advice for optimal recovery.

TRAINING PROGRAM

Regardless of your fitness level, with the expert guidance of certified trainers, our structured training program helps you achieve vitality, strength, and well-being – through movement.

• **Group Workouts – 45min (€20 per client)**

Dynamic small-group sessions tailored to various fitness levels.

• **Personal Training – 45min (€40)**

A customized approach focused on your individual goals – for effective and lasting results.

SPA ETIQUETTE

- Please make sure to arrive at least 10 minutes before your scheduled treatment.
- If possible, we kindly ask you to come to your treatment wearing a bathrobe.
- Please inform us in advance if you have any health conditions we should be aware of.
- If you are pregnant, we advise you to consult your doctor before using the Wellness & Spa facilities.
- We recommend that you leave your jewelry and valuables in the safe in your room.
- If you need to cancel your appointment, please notify us by 4 PM the day before.
- Appointments not cancelled in time will be charged in full.

- Please be considerate of other guests who came to relax in peace and quiet — refrain from using mobile phones.
- Your treatment time starts when the therapist welcomes you into the room and ends when they escort you back to the reception. Any delay will shorten the duration of your treatment.
- All Wellness & Spa treatments and services are used at your own risk.
- Minors are not allowed to use the gym.
- Children aged 14 to 18 may use the gym and saunas only when accompanied by a parent or guardian, and at their own risk.

Thank you for your understanding.





Annina Wellness & Spa — это место, где вы можете испытать подлинный холистический опыт велнеса и спа, который способствует позитивному состоянию ума, расслаблению, здоровью, счастью и жизненной энергии.

Велнес как концепция здорового образа жизни в сочетании с водой (SPA – sanus per aquam) стимулирует вашу способность легче принимать жизненные вызовы и смотреть в будущее с новым ощущением спокойствия.

ПРАЙС-ЛИСТ SPA WELLBEING

- Бассейн – разовое посещение: **15€**
- Бассейн – абонемент на месяц: **80€**
- Тренажёрный зал – разовое посещение: **10€**
- Тренажёрный зал – абонемент на месяц: **60€**
- Сауны – разовое посещение: **15€**
- Сауны – абонемент на месяц: **100€**
- Соляная комната – галотерапия (20 мин): **15€**
- Соляная комната – галотерапия (30 мин): **20€**
- SPA – разовое посещение (включает бассейн, сауны, паровую баню, тренажёрный зал, душ-впечатления): **25€**
- ANNINA “Spa Romance” – разовое посещение для пары (бассейн, сауна, паровая баня, тренажёрный зал, душ-впечатления + антистресс мас-

саж 30 мин):

- SPA абонемент на месяц “CLASSIC”: **140€**
- SPA абонемент на 6 месяцев “GOLD”: **700€**
- SPA абонемент на год “PLATINUM”: **1200€**

МАССАЖИ

Погрузитесь в атмосферу полного расслабления и заботы с помощью тщательно подобранных процедур, сочетающих элегантность прикосновения, спокойную атмосферу и силу природных ароматов. Наша профессиональная команда терапевтов использует изысканные техники, чтобы подарить вам ощущение обновления тела, умиротворения разума и восстановления духа.

Массаж возник как внутренняя инстинктивная реакция на боль — через прикосновение.

Это самая древняя форма исцеления, упоминаемая во всех древних культурах.

У массажа множество положительных эффектов, среди которых особенно выделяется способность организма выделять эндорфины во время процедуры.

Поэтому массаж, наряду с шоколадом, является отличным средством в борьбе со стрессом — причиной депрессии, боли, усталости и раздражительности.

1. **Классический массаж – 50 мин (62€), 80 мин (96€)**
Успокаивающая и восстанавливающая техника, улучшающая кровообращение, снимающая напряжение и способствующая более качественному сну.
2. **Антистресс массаж спины – 30 мин (42€)**
Глубокий массаж, направленный на «зоны стресса» — мгновенное облегчение и чувство легкости.
3. **Спортивный массаж – 30 мин (47€), 60 мин (82€)**
Интенсивная процедура для восстановления мышц, идеально подходит после физической нагрузки.
4. **Ароматический массаж – 50 мин (67€)**
Нежные ритмичные движения с ароматическими маслами для глубокой релаксации и удовольствия для чувств.
5. **Рефлексотерапия стоп – 25 мин (40€), 50 мин (70€)**
Стимулирует энергетические точки на стопах, восстанавливает баланс и гармонию всего организма.
6. **Массаж лица – 25 мин (37€)**
Деликатно тонизирует, увлажняет и освежает кожу лица — для сияющего и молодого внешнего вида.
7. **Процедура «Невидимое омоложение» – 90 мин (102€)**
Эксклюзивный антивозрастной ритуал, стимулирующий выработку коллагена, разглаживающий морщины и восстанавливающий эластичность кожи.
8. **Процедура «Родниковая вода» – 50 мин (68€)**
Интенсивное увлажнение и обновление кожи, подходит для всех типов.

9. **Процедура «Глубокая свежесть» – 60 мин (73€)**
Детоксикация и глубокое очищение кожи, возвращающее сияние и чистоту.
10. **Процедура после загара для лица – 30 мин (38€)**
Освежающий уход с охлаждающим эффектом, идеально после пребывания на солнце.
11. **Мужская процедура «Только для него» – 60 мин (68€)**
Создана специально для мужчин — сочетание массажа и ухода за кожей для обновления и восстановления.
12. **Морской пилинг тела – 30 мин (38€)**
Солевой пилинг, который очищает, смягчает и придаёт коже шелковистость.
13. **Обёртывание с морской грязью – 30 мин (43€)**
Тёплая процедура с морской грязью для расслабления, детокса и улучшения подвижности.
14. **Процедура после загара для тела – 40 мин (50€)**
Успокаивающее обёртывание, которое увлажняет и восстанавливает кожу, подвергшуюся солнечному воздействию.
15. **Интенсивная процедура для похудения – 75 мин (93€)**
Антицеллюлитная программа, моделирующая, укрепляющая и увлажняющая кожу, способствующая выведению лишней жидкости.
16. **Процедура «Морской сад» – 100 мин (123€)**
Роскошный ритуал для всего тела с глубоким увлажнением, минерализацией и восстановлением баланса кожи.

17. Королевский массаж в четыре руки – 60 мин (130€)

Синхронный массаж двумя терапевтами — полное ощущение гармонии и роскоши.

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ

Если вы проходите реабилитацию, сталкиваетесь с болевыми синдромами или просто хотите улучшить подвижность — наши терапевтические программы тщательно адаптированы к вашим индивидуальным потребностям.

1. Кинезитерапия – 45 мин (53€)

Лечебные упражнения и движения, направленные на восстановление функций и снижение

2. Сухое баночное лечение – 50 мин (63€)

Сочетание мануального массажа и вакуумных банок — для расслабления мышц и улучшения кровотока.

3. Мокрое баночное лечение – 60 мин (86€)

Метод детоксикации, способствующий выведению продуктов обмена веществ из тканей.

4. Хиропрактика – (30€)

Ручная коррекция суставов для уменьшения боли и увеличения подвижности.

5. Медицинская акупунктура – (37€)

Эффективная методика лечения мышечной боли и спазмов с помощью тонких игл.

6. Кинезиотейпирование – (32€)

Наложение эластичных лент для снятия напряжения и стабилизации суставов.

7. Консультация с физиотерапевтом – (20€)

Оценка состояния, персонализированные рекомендации и сопровождение в процессе восстановления.

ТРЕНИРОВОЧНАЯ ПРОГРАММА

Независимо от уровня физической подготовки, с профессиональным сопровождением сертифицированных тренеров, наша программа поможет вам достичь энергии, силы и хорошего самочувствия — через движение.

• Групповые тренировки – 45 мин (20€ с человека)

Динамичные занятия в малых группах, адаптированные под различные уровни подготовки.

• Индивидуальные тренировки – 45 мин (40€)

Персонализированный подход, ориентированный на ваши цели — для эффективного и устойчивого результата.

ЭТИКЕТ SPA

- Пожалуйста, приходите на назначенную процедуру за 10 минут до начала, чтобы всё прошло без спешки.
- Если возможно, просим вас приходить на процедуры в халате.
- Пожалуйста, сообщите нам заранее, если у вас есть какие-либо проблемы со здоровьем.
- Если вы беременны, проконсультируйтесь с вашим врачом перед посещением Wellness & Spa.
- Мы рекомендуем оставить драгоценности и ценные вещи в сейфе в вашем номере.
- Персонал не несёт ответственности за утерянные вещи.
- Если вы хотите отменить процедуру, пожалуйста, сообщите нам до 16:00 накануне.
- Процедуры, не отменённые вовремя, будут оплачены в полном объёме.
- Пожалуйста, уважайте других гостей, пришедших насладиться тишиной и отдыхом — не используйте мобильные телефоны в спа-зоне.
- Время процедуры начинается с момента, когда терапевт приглашает вас в кабинет, и заканчивается, когда он проводит вас до рецепции.
- Опоздание сокращает продолжительность процедуры.

- Все процедуры и услуги Wellness & Spa предоставляются на ваш страх и риск.
- Несоввершеннолетним запрещено пользоваться тренажёрным залом.
- Дети от 14 до 18 лет могут пользоваться тренажёрами и сауной только в сопровождении родителей/опекунов и на свой страх и риск.

Благодарим за понимание.





ANNINA Wellness&Spa team

Ami Budva Petrovac

+382 33 472 200

spa@amihotel.me

www.amihotel.me