



REJUVENATION

BY LIFE.SPA

*thalatta*  
SEASIDE HOTEL

SMALL  
LUXURY  
HOTELS  
OF THE WORLD





## MASSAGE

### RELAX MASSAGE

duration 50' / €55

Το κλασσικό μυοχαλαρωτικό μασάζ που ανακουφίζει αποτελεσματικά από πόνους του μυοσκελετικού, καταπολεμά τη νευρική κόπωση και την έλλειψη ενέργειας.

### AROMATHERAPY DELIGHT

duration 50' / €65

Το μασάζ αρωματοθεραπείας «λιώνει» την ένταση και το στρες, τρέφει σε βάθος το δέρμα και εξισορροπεί το νευρικό σύστημα, εναρμονίζοντας τα αρνητικά συναισθήματα. Επιλέξτε ανάμεσα στα αιθέρια έλαια λεβάντας, ylang ylang και εσπεριδοειδών και απολαύστε τις ευεργετικές δυνάμεις της φύσης σε ένα μασάζ.

### LIFE.SPA ROYAL MASSAGE

duration 60' / €80

Μοναδικό μίγμα διαφορετικών τεχνικών μασάζ. Η απόλυτη εμπειρία ενός βαθιά χαλαρωτικού συνδυασμού αρωματοθεραπείας, αγιουρβεδικού μασάζ κεφαλής και αυχένα, ρεφλεξολογίας και shiatsu.

### HEAD MASSAGE

duration 30' / €25

Μασάζ σε κεφάλι, αυχένα, πρόσωπο και ώμους, εστιάζει στα σημεία όπου συσσωρεύεται η ένταση και το άγχος. Συνδυάζει ήπιες μαλάξεις και πιέσεις που απαλύνουν τον πονοκέφαλο και τις δυσκαμψίες του αυχένα, ενώ ταυτόχρονα «φωτίζουν» το πρόσωπο και «τρέφουν» το τριχωτό της κεφαλής.

### BACK NECK & SHOULDERS

duration 30' / €35

Χαλαρωτικό μασάζ πλάτης, μέσης και αυχένα. Ανακουφίζει από πιασίματα, μυϊκούς πόνους και ένταση. Μια γρήγορη antistress θεραπεία.

### SPORTS MASSAGE

duration 60' / €70

Βαθύ μασάζ που αυξάνει την ελαστικότητα και ευλυγισία του μυοσκελετικού, με συνδυασμό μαλάξεων πιέσεων και τεχνικών stretching. Ιδανικό για όσους αθλούνται.

### WARM CANDLE MASSAGE

duration 30' / €50

duration 60' / €90

Απολέπιση σώματος και βαθιά χαλαρωτικό μασάζ με πολύτιμα αρωματικά κεριά white mask, ylang ylang ή green tea, που δίνουν ενέργεια, χαλαρώνουν και εξισορροπούν την διάθεση. Ζεστό και πλούσιο μασάζ, που απομακρύνει κάθε είδους ένταση.

### AROMA HOT STONE THERAPY

duration 60' / €75

Ζεστές πέτρες, τοποθετούνται σε σημεία κλειδιά και σε συνδυασμό με μασάζ από πολύτιμα θεραπευτικά έλαια, διαπερνούν με τη θερμότητα τους σώμα και νου, χαρίζοντάς σας μια πλήρη αίσθηση γαλήνης και ανανέωσης. Ιδανική θεραπεία για πιασμένους μυς, ένα ιδιαίτερο συναίσθημα ξεκούρασης και αναζωογόνησης.

### LYMPHATIC MASSAGE

duration 50' / €55

Εξειδικευμένη τεχνική μάλαξης που ενεργοποιεί τη ροή της λέμφου για την αποβολή των τοξινών, λιπών και νεκρών κυττάρων από το σώμα. Ιδανικό στην αντιμετώπιση της κυτταρίτιδας και των οίδημάτων, βελτιώνει την κυκλοφορία, αποτοξινώνει και ενισχύει την άμυνα του οργανισμού.

### FOOT MASSAGE

duration 30' / €25

Εξαιρετικά αποτελεσματική μορφή θεραπευτικού μασάζ των ποδιών. Οι ειδικές πιέσεις ρεφλεξολογίας στο πέλμα και τα δάκτυλα ωφελούν όλες τις βασικές λειτουργιές του οργανισμού, ξεκουράζουν και επιφέρουν ισορροπία σε σώμα και νου.

### RELAX MASSAGE

duration 50' / €55

The all time classic muscles relaxing massage that effectively removes muscles pain, spiritual fatigue and lack of energy.

### AROMATHERAPY DELIGHT

duration 50' / €65

An aroma therapeutic massage that removes all tension and stress, feeds the skin and balances your nervous system. Choose among lavender, ylang ylang or citrus and indulge in nature's wonder through the massage.

### LIFE.SPA ROYAL MASSAGE

duration 60' / €80

A unique blend of various massage techniques. Enjoy the ultimate experience of a soothing mix of aromatherapy, ayurvedic, neck and head massage, reflexology and shiatsu.

### HEAD MASSAGE

duration 30' / €25

A head, neck, face and shoulders massage that focuses on that particular parts that stress and tension appear more often. A combination of mild massage movements and strokes, that soothes headache and neck problem.

### BACK NECK & SHOULDERS

duration 30' / €35

A relaxing back, neck and waist massage that soothes muscles pain and tension. A quick and effective antistress treatment.

### SPORTS MASSAGE

duration 60' / €70

A deep massage that increases the myosceltic flexibility with a combination of stretching techniques and deeper strokes.

### WARM CANDLE MASSAGE

duration 30' / €50

duration 60' / €90

Peeling and deep soothing massage with aromatic white mask, ylang ylang or green tea candles, that gives you energy relax and balance your mood. A rich and warm massage that removes tension.

### AROMA HOT STONE THERAPY

duration 60' / €75

Hot stones are placed in your body's energy spots and combined with a nutritious oil massage gives you through the heat a unique feeling of renewal and peace of mind. Ideal for tensed muscles.

### LYMPHATIC MASSAGE

duration 50' / €55

A specialized massage technique that stimulates lymphatic flow to eliminate toxins, fat and dead cells from the body. Ideal for the treatment of cellulite and edema (swelling), it improves circulation, detoxifies, and strengthens the body's immune system.

### FOOT MASSAGE

duration 30' / €25

An extremely effective form of feet therapeutic massage. Special reflexology pressure on foot and toes that has an impressive positive effect in your body's functionality as well a mind and body balancing effect.



## FACIAL TREATMENTS

### EXPRESS FACIAL BEAUTY

duration 30' / €40

Περιποίηση ενυδάτωσης και λάμψης, για φωτεινή και ανανεωμένη επιδερμίδα. Συνδυάστε την ιδανικά με ένα μασάζ ή body treatment για μια πιο ολοκληρωμένη εμπειρία Spa.

### HEART OF THE OCEAN

duration 60' / €60

Ιδανική φροντίδα ομορφιάς, εμπλουτισμένη με θαλάσσια ενεργά συστατικά & εκχυλίσματα, ικνοστοιχεία και πρωτεΐνες που καθυστερούν τον χρόνο γήρανσης των κυττάρων. Τρέφει σε βάθος, αποκαθιστά την υγρασία του δέρματος και φωτίζει το πρόσωπο με ζωτική ενέργεια και ελαστικότητα. Για κάθε τύπο δέρματος

### COLLAGEN VELVET FACE

duration 60' / €75

Θεραπεία βαθιάς ενυδάτωσης και ανάπλασης με πολύτιμο θαλάσσιο κολλαγόνο, πηγή ομορφιάς και κυτταρικής ανανέωσης. Το δέρμα αποκτά βελούδινη υφή και υγεία.

### SILICIUM

#### ANTIAGING & LIFTING

duration 70' / €85

Πρωτοποριακή, εντατική θεραπεία με στόχο την άμεση σύσφιξη της επιδερμίδας και την επιβράδυνση της πρόωρης γήρανσης. Επανορθώνει ορατά τα σημάδια του χρόνου, λειαίνει, «γεμίζει» τις γραμμές έκφρασης και διορθώνει σημαντικά και άμεσα το περίγραμμα του προσώπου. Ένα ελιξίριο νεότητας και φροντίδας, βασισμένο στην σοφία της φύσης και την επιστημονική έρευνα.

### REVITALIZING EYE TREATMENT

duration 30' / €35

Ενισχυμένη θεραπεία ματιών που καταπολεμά την ξηρότητα και τις γραμμές έκφρασης, μειώνει τα οίδημα και τους μαύρους κύκλους, ενώ παράλληλα δίνει ελαστικότητα, βοηθά στην ανόρθωση και σύσφιξη των βλεφάρων.

### EXPRESS FACIAL BEAUTY

duration 30' / €40

A hydration treatment for a bright and renewed skin. Ideally combined with a massage or body treatment for a full spa experience.

### HEART OF THE OCEAN

duration 60' / €60

Using rich soothing creams that deeply nourishes the skin, this facial beautifies the face and makes the complexion radiant. The ideal natural way to take care of your skin, inspired from the deep ocean and mother nature

### COLLAGEN VELVET FACE

duration 60' / €75

A deep hydration and restoration treatment with sea collagen, source of beauty and cellular rejuvenation. Skin becomes healthier and smooth like velvet.

### SILICIUM

#### ANTIAGING & LIFTING

duration 70' / €85

An innovative, intensive treatment aiming at the immediate tightening of the skin and the slowing of premature aging. Corrects visible signs of aging, smoothes, "fills" expression lines and immediately, and substantially corrects facial contour. An elixir of youth and care, based on the wisdom of nature and scientific research.

### REVITALIZING EYE TREATMENT

duration 30' / €35

An enhanced eye treatment that combats dryness and expression lines and reduces puffiness and dark circles while giving elasticity, helping to lift and tighten the eyelids.

## TOP EXCLUSIVE TREATMENTS

### REJUVANCE

duration 60' / €70

Το Ρεζουβάν είναι ένα επαναστατικό μασάζ αναζωογόνησης προσώπου που γίνεται με τις άκρες των δακτύλων και λειτουργεί σαν φυσικό face-lifting καθώς κάνει ανόρθωση-σύσφιξη και αναζωογόνηση προσώπου. Ταυτόχρονα , χαλαρώνει όλο το σώμα. Έχει εμφανές αποτέλεσμα από την πρώτη κιόλας συνεδρία. Κατάλληλο για μια εντυπωσιακή εμφάνιση.Ολόκληρη η θεραπεία αποτελείται από 6 διαφορετικές συνεδρίες.

#### special offer

(3)three sessions €160 από/from €210

(6)six sessions €320 από/from €420

### THERAPEUTIC MASSAGE

duration 35' / €45

Εστιάζει σε συγκεκριμένη περιοχή που παρουσιάζει ενόχληση, κυρίως πλάτη, μέση, αυχένα. Απομακρύνει τους μυϊκούς σπασμούς, αποκαθιστά τη φυσιολογική κινητικότητα της σπονδυλικής στήλης, ενώ αποτρέπει την πίεση και το πιάσιμο των νευρών, εξομαλύνει πόνους στην μέση και στον αυχένα καθώς και ανακουφίζει από πονοκεφάλους.

### PREGNANT MASSAGE

duration 40' / €55

Η πιο ευαίσθητη περίοδος μιας γυναίκας είναι αυτή της εγκυμοσύνης. Τότε χρειάζεται ιδιαίτερη φροντίδα! Στο μασάζ αυτό εφαρμόζονται απαλές κινήσεις και ειδικές τεχνικές, ώστε να χαλαρώσουν το μυϊκό σύστημα, να ανακουφίσουν τα πονεμένα σημεία και να δώσουν στο σώμα το αίσθημα της άνεσης και της ευεξίας! Προτείνεται από τον 4ο μήνα της κύησης και εφαρμόζεται έως τον 7ο μηνια.

### JUNIOR MASSAGE

duration 20' / €25

Ένα απαλό μασάζ σε όλο το κορμάκι του παιδιού σας, με φαρμακευτικά έλαια ειδικά για παιδιά. Θα τα ξεμουδιάζει, θα τονώσει τους μυες του και θα τα χαλαρώσει.Γιατί τα μωρά το απολαμβάνουν το μασάζ εξίσου το ίδιο με εμάς.

### REJUVANCE

duration 60' / €70

Revolutionary facial rejuvenation massage is with your fingertips and works as a nature face-lifting and doing physical lift-firming and doing physical lift-firming and revitalizing facial.Simultaneouslyit relaxes the whole body, it has obvious effect from the first session. Suitable for a striking appearance .The whole treatment consists of 6different treatments sessions.

#### special offer

(3)three sessions €160 από/from €210

(6)six sessions €320 από/from €420

### THERAPEUTIC MASSAGE

duration 35' / €45

Strong relaxing massage whole body with a variety of massage techniques, pressure, stretch, vibration and shock. Recommended for those who do strenuous exercise. Increases blood and lymphatic circulation, flexibility and relieves muscle pains.

### PREGNANT MASSAGE

duration 40' / €55

The most sensitive period of a woman is pregnancy. All you need is special care! In that massage, with delicately and special techniques we are relaxing the muscles, relieve sore points and give to body a feeling of comfort and wellness! It recommended by the 4th -7th month of pregnancy.

### JUNIOR MASSAGE

duration 20' / €25

A relaxing massage all over your baby body with pharmaceuticals essential oils that are made especially for babies.It will help them to relax and boost their muscles. Babies enjoy massage as we do!



BODY & SOUL ELIXIR

SYRAH GRAPE THERAPY

duration 40' / €35

Θεραπεία ενυδάτωσης και σύσφιξης με απολέπιση από κουκούτσια κόκκινων σταφυλιών, τζέλ από πράσινο τσάι και πλούσιο body lotion. Ο πιο φυσικός τρόπος περιποίησης του σώματος. Βοηθά στην καταπολέμηση της κυτταρίτιδας και δίνει απαλότητα και λάμψη.

ZANZIBAR

duration 75' / €75

Η θεραπεία αυτή είναι εμπλουτισμένη με εξωτικά αρώματα από καλοκαιρινά φρούτα, λουλούδια και τόνους κανέλλας, σας προσκαλεί να αποδράσετε και να ζήσετε την απόλυτη χαλάρωση σα να απολαμβάνετε ένα αφρικανικό ηλιοβασίλεμα στη μαγευτική Ζανζιβάρη.

INDOCEANE RITUAL

duration 80' / €80

Ο απόλυτος συνδυασμός περιποίησης του δέρματος με peeling από μαύρη ζάχαρη και αρωματικά αιθέρια έλαια της μεσογείου, πλούσιας ενυδατικής μάσκας από ρύζι και ιερό λωτό και μασάζ με πολύτιμο έλαια από ινδικά ξύλα αποτελεί ένα μυστικό βαθιάς χαλάρωσης, απαλότητας και λάμψης. Η θεραπεία περιλαμβάνει και ζεστό βασιλικό μπάνιο της Κλεοπάτρας.

POLYNESIA RITUAL

duration 90' / €85

Οι ρυθμικές, ρευστές κινήσεις του Lomi-Lomi μασάζ, το sea salt scrub από βανίλια και φλούδα καρύδας και η λευκή άμμος από τα νησιά Bora-Bora κλεισμένα σ' ένα πουγκί, μας ταξιδεύουν στη μακρινή Πολυνησία δημιουργώντας μια εμπειρία ανεκτίμητη. Η θεραπεία περιλαμβάνει ζεστό ocean aromatherapy bath.

HIGH PRECISION SHAPING

duration 60' / €65

Μια ολοκληρωμένη θεραπεία αδυνατίσματος που αντιμετωπίζει οριστικά την κυτταρίτιδα, τη χαλάρωση και το παραπνίσιμο βάρος. Ο συνδυασμός της oxy-active και sculpt active technology ενισχύει την οξυγόνωση των κυττάρων και εμποδίζει τη διόγκωση των λιποκυττάρων. Αναδιαμορφώνει και σμιλεύει το περίγραμμα του σώματος. Αποτελείται από υψηλής ακρίβειας μασάζ για εντυπωσιακά αποτελέσματα.

SYRAH GRAPE THERAPY

duration 40' / €35

Pure and natural products with grapes, green tea and wine extracts that gives glow, detoxifies your skin and reduce cellulite, with the application of scrubs, toning gel and body lotion.

INDOCEANE RITUAL

duration 80' / €80

The ultimate combination of skin care with a brown sugar and aromatic oil peeling, a hydration mask from rice and holy lotus and massage with oils from Indian woods, a well kept secret of deep relaxation and softness. Treatment includes the famous Cleopatra's hot royal bath!

ZANZIBAR

duration 75' / €75

This treatment is enriched with exotic flavors of summer fruits, flowers and cinnamon tones, invites you to escape and feel the ultimate relaxation like enjoying an African sunset in the magical Zanzibar.

POLYNESIA RITUAL

duration 90' / €85

The harmonious movements of Lomi - Lomi massage, sea salt scrub from vanilla and coconut and the white sand from Bora Bora islands all in warm pouches takes us from the Aegean sea to Polynesia. Treatment includes a hot ocean aromatherapy bath.

HIGH PRECISION SHAPING

duration 60' / €65

A comprehensive slimming treatment that permanently treats cellulite and excess weight. The combination of oxy-active and sculpt active technology enhances oxygenation of cells and prevents swelling of adipocytes. Remodels and sculpts the body contour. High-precision massage techniques for impressive results.

WATER SESSIONS

CLEOPATRAS BATH

-WET TREATMENT-

duration 25' / € 60

Με πολύτιμο γάλα, μέλι και αιθέρια έλαια για απόλυτη ενυδάτωση του δέρματος και χαλάρωση του πνεύματος.

OCEAN AROMATHERAPY BATH

-WET TREATMENT-

duration 25' / € 30

Λουτρό βαθιάς ανανέωσης για μια στιγμή συμβίωσης με το υδάτινο στοιχείο. Στο λουτρό προστίθενται κρυστάλλινα άλατα και αιθέρια έλαια.

CLEOPATRAS BATH

-WET TREATMENT-

duration 25' / € 60

A treatment with essential oils, milk and honey for complete skin hydration and mind relaxation.

OCEAN AROMATHERAPY BATH

-WET TREATMENT-

duration 25' / € 30

Deep rejuvenation aromatherapy bath with crystal bath salts and essential oils.

# EXPERIENCE PACKAGES BY LIFE.SPA

## DAY LIFE.SPA

### LIFE.SPA SERENITY

duration 140' / €120 (από/from €155)

- ocean aroma bath
- aromatherapy massage
- heart of the ocean treatment

### DAY DREAMER LIFE.SPA

duration 150' / €150 (από/from €195)

- ocean aroma bath
- warm candles massage
- collagen velvet face

### EXTREME RELAXATION

duration 160' / €140 (από/from €170)

- polynesia ritual
- silicium facial treatment

### LIFE.SPA JOURNEY

duration 110' / €95 (από/from €125)

- ocean aroma bath
- relax massage
- express facial treatment

### EXPRESS LIFE.SPA JOURNEY

duration 90' / €85 (από/from €105)

- back neck shoulders
- foot massage
- express facial treatment

### LIFE.SPA ELIXIR

duration 120' / €100 (από/from €130)

- scrub  
with brown sugar,honey & essential oils
- high precision shaping
- express facial

## COUPLES SPECIAL

ALL PRICES FOR THE  
COUPLES SPECIAL PACKAGES  
ARE PER PERSON

### PARADISE FOR TWO

duration 70' / €80 (από/from €105)

- scrub with warm natural sponges
- aromatherapy massage

### LADIES & GENTLEMENS SECRET.SPA

duration 90' / €100 (από/from €120)

- royal massage
- express facial

-20%

TAILORMADE  
SPA.PACKAGES  
FOR TREATMENTS  
OVER 50 MINUTES

Δημιουργήστε το δικό σας  
πακέτο επιλέγοντας 3 θεραπείες  
και άνω από το μενού θεραπειών  
μας και επωφεληθείτε έκπτωση 20%!

Create your spa.package  
by choosing 3 or more treatments  
from our spa menu and embrace  
yourself with a 20% discount!

-BOOK YOUR APPOINTMENT-  
PLEASE DIAL 7006