

2024 WINTER SEASON

# LUCKY SPA MENU

INTERNAL PHONE | İÇ HAT

**134**

MOBILE PHONE : (+90) 538 011 64 43



**LUCKY MONKEY**  
HOTEL



**LUCKY MONKEY**  
HOTEL



# Lucky Spa

Zihninizi ve bedeninizi  
tazelerken ruhunuzu  
arındırın...

Refresh your mind and  
body while cleansing  
your soul...





### Spa Etiketi

Spa rezervasyonlarınız öncesi aşağıdaki bilgilere dikkatini-  
zi çekmek isteriz.

### Spa Etiquette

Please take the following points into consideration, prior  
to your next appointment.

### Spa Rezervasyon

Spa ile ilgili herhangi bir soruşturma ya da bilgi için, 134'ü  
tuşlayın ya da telefon ekranında 'spa' düğmesine basın.  
Önceden rezervasyon yaptırmanız tavsiyemizdir. Lütfen  
hamamımız konusunda ön bilgi alın. Sizin gizliliğinizi  
sağlamak bizim için önemlidir. Hamamı kullanmak için  
rezervasyon yaptırmanız gerekir.

### Spa Reservation

For any enquiries or information regarding the spa, please  
dial 134 or press the "spa" button on your telephone  
display. Advance bookings are highly recommended to  
secure your preferred time. Please be informed that our  
hammams are privacy-based and to ensure your privacy,  
we need you to make a reservation to use hammam area.

### Hazırlık

Odanız güvenlidir. Tüm değerli takılarınızı Spa'ya gelme-  
den odanızda bırakmanızı öneririz. Spa'da gerçekleşen  
kayıplarınızdan Spa sorumlu tutulamaz. Erkekler için yüz  
bakımlarından maksimum sonuç sağlamak için gelmeden  
önce iyi bir traş önerilir.

### Preparation

We recommend that you leave all jewellery in the safe of  
your room before coming to the spa. The spa will not be  
held responsible for any valuables lost within the spa. For  
men – please shave prior to all facial treatments to  
ensure maximum results.

### Ulaşım

Rezervasyonunuzdan 15 dakika önce geliniz. Aldığınız  
hizmete bağlı olan herhangi bir komplikasyona sahip olup  
olmadığınızı öğrenmek için sizden tıbbi kontrol formu  
doldurmanızı rica ediyoruz.

### Arival

Please arrive 15 minutes prior to your treatment. We ask all  
our clients to complete a Medical Check Form to ensure  
you do not have any contradictions for your treatment.

### Danışma

Sizi beklentilerinizi belirlemek ve size en uygun olan kişisel-  
leştirilmiş Spa paketinizi belirlemek için sizi spamıza davet  
ediyoruz.

### Consultation

We invite you to our spa for a private consultation to  
determine your needs and to allow us to design your  
treatment experience. Your personalised package will be  
tailor-made with suitable treatments, techniques and  
products.

### İptaller

Rezervasyonunuzu iptal etmek için en az 3 saat önceden  
haber vermelisiniz. 3 saatlik süre içerisinde yapılan iptaller-  
de hizmetin %50 kısmı odanıza faturalandırılacaktır.

### Cancellation

Please give us a three-hour cancellation notice for all  
treatments. Cancellations within the three-hour notice  
period will be charged for 50% of the treatment price to  
your room account.

### Çalışma Saatleri

Düşük Sezon : 09.00 - 21.00 | Sauna 13:00 - 21.00  
Yüksek Sezon : 09.00 - 21.00 | Sauna 11:00 - 21:00

### Working Hours

Low Season: 09.00 - 21.00 | Sauna 13:00 - 21.00  
High Season: 09.00 - 21.00 | Sauna 13:00 - 21.00



# SPA

## Klasikleri



### **Antiselülit Masajı (Lokal) | 25 dk.**

Karın bölgesine, kalçalara ve bacaklara uygulanan sert ve yoğun masaj hareketleriyle vücuttaki deformasyonu ve portakal görünümünü yok etmeye yardımcı, kan dolaşımını hızlandıran masajdır.

### **Aromaterapi Masajı | 50 dk.**

Bu masaj Akdeniz bitkilerinden elde edilen hoş kokulu yağların sağladığı ruhsal ve fiziksel rahatlamayı vadeden nazik bir tüm vücut masajıdır.

### **Manuel Lenf Drenaj | 50 dk.**

Lenf drenajının görevi vücudun lenf sistemini harekete geçirmektir. Lenf sadece vücuttaki suyu atma, yumuşatma ve toksinlerden arındırma etkisiyle kalmaz, aynı zamanda organizmanın tüm savunma sisteminin taşıyıcısıdır.

### **Lucky Spa İmza Masajı | 30 dk. | 50 dk.**

Sert ve yumuşak teknikler bir arada kullanılarak seçtiğiniz hoş kokulu yağlarla yapılan bu masaj kaslarınızı gevşetirken tüm stresinizi alacak. 30 dk.' masajımız lokal masaj olup sadece sırt masajıdır.

### **Spor Masajı | 50 dk.**

Yaratıcı ve rahatlatıcı bir masaj şeklidir. Bu masajın öncelikli amacı kan dolaşımını hızlandırmaktır. Özel spor masaj teknikleri ile tenisçi dirseği tedavi edilir, kas fonksiyonları ölçülür, kaslar güçlenir.

### **Reflexoloji | 30 dk.**

Özel bir teknikle uygulanan bu masajda, ayaktaki belli noktalara yoğunlaşarak vücuttaki her türlü gerginlik giderilir.



# SPA Classics

## **Anti-Cellulite Massage** | 25 min.

This is an intensive massage for the stomach, thighs and legs. It slims down the body, eliminates excess adipose deposits, stimulates circulation, reduces water retention and relieves muscle fatigue.

## **Aromatherapy** | 50 min.

This is a slow, gentle full-body massage using a variety of aromatic oils extracted from Mediterranean plants, endowing both spiritual and physical relaxation.

## **Aromatherapie** | 25 min.

Eine Ganzkörpermassage, die mit leichten und langsamen Bewegungen ausgeführt wird. Dabei werden unterschiedliche aromatische Öle mediterraner Pflanzen verwendet, die Körper und Seele zutiefst beruhigen.

Dauer : 50 min.

## **Manual Lymph Drainage** | 50 min.

The purpose of the lymph drainage is to reactivate the body's lymph system. The lymph does not only have the affect of discharging the water in the body, softening it and removing the toxins, but it is also the carrier of the whole defense system of the organism.

## **Lucky Spa Signature Massage**

30 min. | 50 min.

This is a muscle-relaxing and stress-relieving massage incorporating both soft and strong techniques. The goal is to relax the tissues by massaging them with your choice of aromatic oils.

## **Sports Massage** | 50 min.

This massage is creative and relaxing. The primary aim of this massage is to accelerate blood circulation. Special sports massage techniques are applied, the muscles are strengthened, muscle functions are measured tennis arms are treated, etc.

## **Reflexology** | 30 min.

This is a concentrated foot message performed using special techniques. By focusing on specific points on your feet, any tension that you have can be relieved.



# Türk Hamamı

## **Kese ve Köpük Hamamı** | 25 dk.

İsteğinize göre tüm vücudunuz keselenebilir ya da arzuunuza göre sadece vücudu kaplayan hoş kokulu sabun köpükleri cildiniz temizlenerek canlandırır ve rahatlatır.

## **Geleneksel Türk Hamamı** | 50 dk.

Paşa Hamamı'na ek olarak, özel hoş kokulu yağlar ve dairesel hareketler ile yapılan masajda, kafa derisine, ellere ve ayaklara yoğunlaşarak beden yeniden canlandırılır.

## **Lucky Detoks Hamamı** | 60 dk.

Ritüeliniz seçiminize göre kahve çekirdeği veya deniz tuzu peelingi ile başlar. Siz hoş kokulu köpüklerle kaplı bir şekilde uzanırken, başınıza, ellerinize ve ayaklarınıza özel yağlar eşliğinde dairesel hareketlerle masaj yapılır. Zencefil çayı ikramı ile son bulur.





# Turkish Bath

## **Scrub & Foam Treatment** | 25 min.

The body is carefully rubbed with a textured mitt or covered with the fragrant froth of soap, which cleanses and revitalizes the skin, creating a feeling of relaxation and well being.

## **Traditional Turkish Bath** | 50 min.

In addition to the Pasha Treatment, special aromatic oils and circular massage movements in typical hammam fashion are used to revitalize the muscles while particular attention is paid to the scalp, hands and feet.

## **Detox By Lucky** | 60 min.

Your ritual begins with a body-peeling scrub of your choice, where either coffee or seasalt are applied to your body. As you lie enveloped in the froth of aromatic soaps, your scalp, hands and feet are massaged by a therapist using special oils and circular movements. The ritual ends with a ginger tea service.



# Dünya Masajları

## **Geleneksel Bali Masajı** | 50 dk.

Kökü Bali'ye uzanan bu derin baskı masajı vücudun basınç noktalarına odaklanarak yüzey altı kas dokularına ulaşır. Kas gerginliklerini yok ederek vücudun enerjisini dengeler.

## **Taş Masajı** | 50 dk.

Eski Hint şifalarına dayalı bu masajda sıcak bazalt taşlar vücudun enerji noktalarına yerleştirilir. Taşların baskısı ve sıcaklığı kan dolaşımını hızlandırırken kasları rahatlatmaya yardımcı olur.

## **Yağlı Thai Masajı Masajı** | 50 dk.

Özellikle Tayland'da yaygın olarak kullanılmakta olan Thai Blend Masajı çoğunlukla gerdime hareketlerini kapsamakta ve sonrasında sıcak hoş kokulu yağlar kullanılarak ruhsal ve bedensel dinginlik sağlanmaktadır. Vücuttaki dolaşımı düzenleyen, sertlik ve gerginlikleri gideren, sinir sistemi üzerinde etki göstererek gevşeme duygusu uyandıran özelliğe sahiptir.

## **Derin Doku Masajı** | 50 dk.

Derin baskı masajı (bağ doku) kas, eklem ve bağ doku üzerinde etkilidir. Özellikle kronik ağrılar, gergin boyun, bel ağrısı, bacak sertleşmesi ve donuk omuz sendromu gibi eklem hareket kısıtlılığı konusunda tedavi destekleyici bir masajdır.







# SPA World Massages

## **Traditional Bali Massage** | 50 min.

This deep-pressure massage originating from Bali uses medium-depth strokes and focuses on the body's pressure points to reach sub-surface layers of the muscles. This massage helps to relieve muscle tension and subtly balances the body's energy for a heightened sense of well being.

## **Hot Stone Therapy** | 50 min.

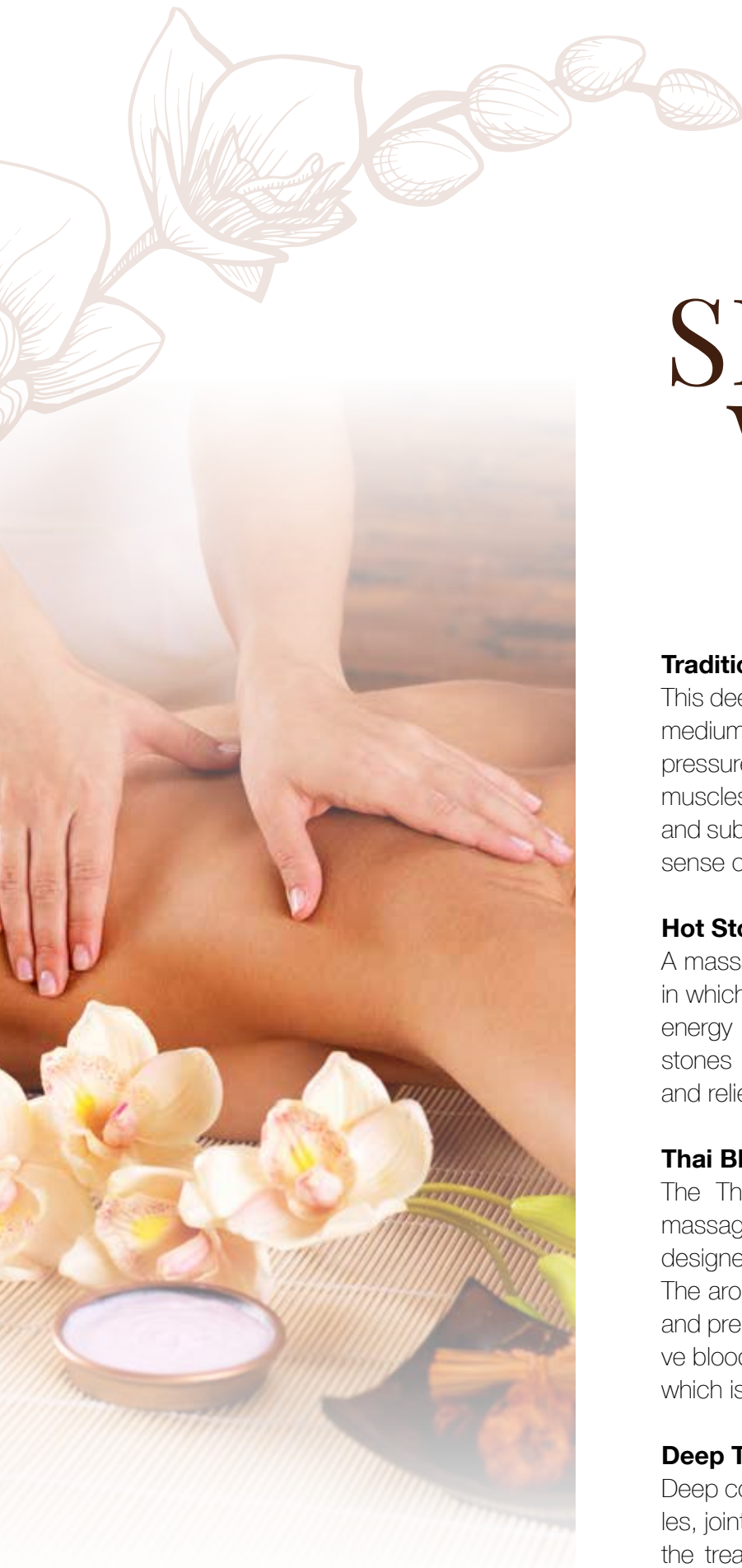
A massage based on ancient Indian healing methods, in which stones of hot basalt are placed on the body's energy points. The pressure and temperature of the stones help to improve blood circulation in the tissue and relieve stubborn tensions.

## **Thai Blend Massage** | 50 min.

The Thai Blend Massage uses medium to strong massage pressure. These techniques are specifically designed to stimulate circulation and improve flexibility. The aromatic of hot oil massage with gentle stretching and pressure points relieve tired muscles and to improve blood circulation for a noticeable sense of calm and which is experienced both physically and mentally.

## **Deep Tissue Massage** | 50 min.

Deep connective tissue massage is effective on muscles, joints and connective tissue. It is especially used in the treatment of chronic pain, tense neck, low back pain, leg stiffness and closed shoulders.





# Lucky Spa'da Daha Fazlası

Bu menüdeki bakımlardan birini veya birkaçını seçerek Lucky Spa deneyiminizi daha keyifli hale getirebilirsiniz.

## **Mini Cilt Bakımı** | 25 dk.

Üç ayrı bakımı olan bu şık bakımlar kısa sürede cildinizin ihtiyacı olan derin temizliği veya nemlenmeyi ya da yaşlanmayı geciktirici bakımı sunacaktır. Keyifli bakımları ardından da size özel bakımlarla cildinizi doyurabileceğiniz bir ritüel başlangıcıdır.

Süre: 25

## **Toparlayıcı Yüz Masajı** | 25 dk.

Cildi gerginleştirici ve toparlayıcı özel lifting bakımımızla kombine edince mükemmel sonuçlar veren etkili bir lifting masajı. Yüz kaslarının üzerinde yoğun çalışma ile daha sıkı ve toparlanmış bir cilt elde edilir.

Süre: 25 dk.

## **Şımartıcı El Masajı** | 25 dk.

Eller insan vücudunda en çok çalışan bölgelerdir. El masajı tansiyonun dengelenmesine, dolaşımın hızlanmasına ve günün yorgunluğunu alarak ellerin rahatlamasını sağlar. Ayrıca yoğun çalışma sonucu oluşan kaslardaki sertleşmeyi gevşemesine de yardımcı olur.

Süre: 25 dk.





# Spa Additions & Upgrades

Discover an enriching menü designed to enhance your personal journey with us.

## **Express Facial Treatment** | 25 min.

This is a gentle quick fix facial that can be tailored to suit all skin types if you are "tight for time" or as an "introduction facial". A combination of our professional cosmeceutical facial products will be selected in order to combat and target your specific skin concerns and needs.

## **Lifting Massage** | 25 min.

Lifting massage to slow down the aging process and achieve younger looking and healthier skin.

## **From Hands To Hands** | 25 min.

Pamper dry hands with an exfoliation and rich cream infused with prickly pear and floral oil.



# Lucky Me Çocuk Spa

Prens ve Prenseslerinizi lüks bir dokunuş ile şımartalım.

Günlük yaşamızın stresinden kurtulmak ve yaşamdan biraz daha keyif almak için spa merkezlerini ziyaret ederiz. Çocuklarımızda bizimle aynı dünyada yaşıyorlar ve tıpkı bizler gibi aynı günlük stresleri yaşıyorlar. Peki Lucky Spa'da bu stresten çocuklarınızla birlikte kurtulmaya nedeersiniz?

Çocuk Spa hizmeti süresince bir yetişkin odada bulunması gerekmektedir. Tüm çocuk spa hizmetlerimiz 12 yaşından küçük çocuklarımız için geçerlidir.

**Lucky Me Masaj** | 20 dk.

Çocuğunuzun vücudundaki stres ve gerginliği mini me masajı ile yok edelim.

**Lucky Me Çocuk Yüz Bakımı** | 20 dk.

Çocuğunuz için yapılan temizleme işlemi ve maske-den oluşmaktadır. Bakım sonrası temiz cildin önemi-ne ilişkin temel dersler çocuğunuz ile paylaşılacaktır. Süre: 20 min.

**Lucky Me Çocuk Köpük Hamamı** | 20 dk.

Türk hamamında yapılan köpük bakımı ile çocuğunuz köpükler ile sarılıyken aynı zamanda vücudundaki stresten arınır.





# Lucky Me Kids Spa

Let us indulge your prince & princess with a touch of luxury.

We head to the spa to relax, unwind and escape the stresses of everyday life. Our kids are living in the same world with the same stresses. Give them the gift of relaxation

Services Kid's spa services are conducted in the spa and must have an adult in the room during the time of the service. These services are only for those 12 and under.

## **Lucky Me Massage** | 20 min.

Let us massage out the stress and tension in your child's body. An adult must be present in the room during the massage service. For children 12 and under.

## **Lucky Me Kids Facial Care** | 20 min.

This treatment includes cleansing and a mask designed specifically for your child. After the session, basic lessons on the importance of clean skin will be shared with your child.

## **Lucky Me Foam Hammam** | 20 min.

Let us foam massage in hammam out the stress and tension in your child's body..



# Spa Paketleri

Lucky Spa ruhsal ve zihinsel dinginliđiniz için size özel paketler öneriyor

## **Dođanın Gücü** | 75 dk.

Yolculuđunuz sadece ölü deriyi arındırmakla kalmayıp vücudu istenmeyen toksinlerden arandıran ve lenfatik drenajı da destekleyen tuz peelingi ile başlar. Peelingi hemen ardından fiziksel ve ruhsal dengeyi sağlamaya yardımcı olan, vücudunuzu ve ruhunuzu arandıran iç huzura yönelik rahatlatıcı Aromaterapi Masajı ile doğa' nın gücüne ve huzuruna kendinizi bırakın.

## **Keyifli Başlangıçlar** | 110 dk.

Sizi çevreleyen ve iç güzelliğinizin parlamasına sağlayan bakımlarımız ile huzura doğru bir yolculuğa çıkın. Geleneksel Türk Hamamı ve Lucky Spa İmza Masajının keyfini çıkarttıktan hemen sonra size özel hazırlanan meyve tabağının keyfini çıkartın.

## **Jet-Lag Paketi** | 50 dk.

Vücudun yeni bir zaman dilimine alışması zorlu bir süreçtir. Bu esnada yorgunluk, stres, su kaybı ve kramp gibi rahatsızlıklar yaşanabilir. Artık jet-lag'ın bu istenmeyen etkilerinden kolaylıkla kurtulabilirsiniz. 25'er dakikalık hamam ve sırt masajından bakımından oluşan paketimiz sizi rahatlatacak ve tazeleyecek



# Spa Packages for you

Lucky Spa has designed the perfect packages for your wellness and relaxation.

## **The Power Of The Nature** | 75 min.

Treatment will start off with a 25 minutes salt body scrub to cleanse and slough off dead skin cells while fortifying skin with minerals that has powerful healing effects, leaving your skin revitalized and ultra-soft. Treatment is followed by a relaxing 50 minute Aromaterapy Massage to improve blood circulation and eliminate toxins from the body to ease fatigue and water retention.

## **Blissful Beginnings** | 110 min.

You can reach the peace of your dreams with us. Let your inner beauty to shine through. Enjoy a 50-minute Traditional Turkish Bath, a 50-minute Lucky Spa signature massage and a complimentary fruit salad.

## **Jet Laga Package** | 50 min.

This treatment includes cleansing and a mask designed specifically for your child. After the session, basic lessons on the importance of clean skin will be shared with your child.





**LUCKY MONKEY**  
HOTEL

DİNLENME ZAMANI  
*Time to Relax*

INTERNAL PHONE | İÇ HAT

**134**

MOBILE PHONE : (+90) 538 011 64 43