



SPA etiketas

Einant į SPA verta susipažinti su kai kuriomis taisyklėmis arba normomis, apie kurias pamirštame ar nepatogu klausti.

- ❖ Maloniai prašome **atvykite 5-10 min.** prieš SPA procedūrą.
- ❖ Nurodytas **procedūrų laikas** apima ir pasiruošimo procedūrai laiką, todėl labai prašome nevėluoti. **Vėlavimas gali sutrumpinti Jūsų procedūros laiką** (po jūsų gali būti suplanuota kita procedūra).
- ❖ Prašome **nesinešti elektroninių prietaisų** (mobilųjų telefonų, planšetinių ir nešiojamų kompiuterių ir kt.) į SPA patalpas arba **juos nustatyti "Skrydžio režimu"**.
- ❖ Procedūros pradžioje **informuokite** SPA darbuotoją **apie alergijas, neseniai turėtas operacijas, traumas, injekcijas, kitas savo sveikatos problemas (pvz. aukštas/žemas kraujospūdis ir/ar kt.)** kurios gali paveikti procedūros atlikimą. Šie veiksniai gali turėti įtakos parenkant ir /ar atliekant SPA procedūras.
- ❖ SPA procedūrų **reiktų atsisakyti**, jei peršalote, karščiuojate, prastai jaučiatės.
- ❖ **Registruojantis** SPA procedūrai **būtinai praneškite, jei laukiatės ar maitinate krūtimi** – specialistai parinks jums tinkamas procedūras.
- ❖ Atvykstant į SPA procedūras rekomenduojame **pasirūpinti asmens higiena**, ypačingai pabuvojus plaiažė, **patartina nusiplaukite smėlį**, kad atliekant procedūras išvengtumėte nepageidaujamų pojūčių.
- ❖ Nerekomenduojame **pradėti procedūros tuščiu skrandžiu** arba iškart po valgio, venkite sunkaus maisto bent vieną valandą iki procedūros.
- ❖ **Alkoholis ir SPA procedūros – nesuderinami dalykai**, nevartokite alkoholio prieš procedūras ir iškart po jų.
- ❖ **Nerekomenduojame dėvėti/segėti papuošalų**, kadangi juos galite pamesti.
- ❖ **Venkite skutimosi ar depiliacijos procedūros dieną**, ypač, jei planuojate atlikti kūno šveitimą, naudojamos priemonės gali suerzinti odą.
- ❖ **Rekomenduojame** į SPA procedūras **ateiti be makiažo**.
- ❖ Jei Jūs užsisakėte masažą ar procedūrą kūnui, **rekomenduojame gerti daugiau skysčių**, pakankamas skysčių kiekis organizme užtikrins maksimalų detoksikuojantį efektą.
- ❖ Prieš veido procedūras būtinai **informuokite apie nešiojamus kontaktinius lęšius**, jei turite galimybę juos išsiimkite prieš procedūrą.
- ❖ Atliekant **kūno procedūras**, Jums bus pasiūlytos **vienkartinės kelnaitės**. Jei norite, galite dėvėti **savo apatinį trikotažą**, tačiau įspėjame, kad kai kurių procedūrų metu jis **gali būti ištemptas** procedūrai naudojamomis kosmetinėmis priemonėmis.