

Våre anbefalinger før behandlingen:

- For å bevare en avslappende atmosfære, ber vi alle gjester sku av mobiltelefonen under behandlingen. Dette for at du som kunde skal få en så herlig opplevelse som mulig.
- Dersom du har allergi, pacemaker, høyt blodtrykk eller er gravid, ber vi deg opplyse om dette ved bestilling, slik at vi får tilrettelagt for deg på best mulig måte.
- Vi anbefaler at du møter opp i god tid. Dersom du kommer for sent til behandling, vil behandlingstiden reduseres tilsvarende. Dette for å ivareta avtalen med ny kunder som kommer etter deg.
- Husk å drikk mye vann før og etter behandling.

Avbestilling av behandling må skje minimum 24 timer før avtalt tid. Ved avbestilling etter dette vil beløpet bli belastet i sin helhet.



For timebestilling:

Ring: 74 20 91 20 eller e-post

resepsjon@traen.no

www.traen.no

Besøksadresse:

Træn, Pinaveien 14 7801 Namsos

[træ:n]

Spa og velvære



VELKOMMEN til ren avslapping og velvære hos oss på Træn

100% naturlige produkter

MARIA
ÅKERBERG

DEEPSKIN ORGANICS

Spa har siden sin opprinnelse helbredet og forebyggt ubalanse i menneskets fysiske og mentale helse. Dette danner også grunnlaget når vi tar imot deg som gjest.

Vi inviterer deg inn i en verden der hverdagen blir glemt; til et sted du finner indre ro og der balansen i livet kommer tilbake. Vi vil gi deg en mulighet til påfyll av kraft til både kropp og sjel.

Vi ønsker å gi deg et minne for livet, en smak av velvære og inspirasjon til et helsebringende liv.

Anna Rønning
Sertifisert hud-, spa- og
massasjeterapeut.

KROPP

Træn Anti-stress

50 min 700:-

En riktig godbit for deg som ønsker å slappe av og frigjøre deg fra hverdagens stress. Behandlingen starter med en herlig ryggmassasje, etterfulgt av en oppfriskende mini-ansiktsbehandling med rens, peeling, maske og ansiktsmassasje. Massasje av nakke, hender og hode er også en del av denne fantastiske behandlingen for kropp og sjel.

Træn Fjellskrubb

75 min 1050:-

En fantastisk stund for deg som vil ha en unik nytelse og velværeopplevelse. Behandlingen starter med en rensende kroppsskrubb og fortsetter med en behagelig steinmassasje av hele kroppen med varme lavasteiner. Deretter følger en oppfriskende mini-ansiktsbehandling med rens, peeling, serum og ansiktsmaske. Mens masken virker, kan du nyte en avslappende nakke og hodemassasje. Anbefales!

Fra topp til tå

75 min 1050:-

En helhetsbehandling for deg som vill ha total avslapping. Vi begynner med en helkroppss- aromamassasje der du kan få velg fritt mellom forskjellige aromaoljer. Relaxing, energy, detox eller oppstrammende olje. Behandlingen avsluttes så med en oppfriskende ansiktskur på økologisk vis og med næringsrike ansiktsprodukter.

Myke Føtter

50 min 700:-

En behagelig «quickfix» for tørre og slitne føtter. Behandlingen starter med ett organisk fotbad, etterfulgt av saltskrubb med rosmarin som gjør dine føtter myk og avslappende. Føttene får deretter en næringsgivende innpakning og masseres med en god fotkrem. Behandlingen inkluderer også ansiktsrensning, peeling og maske før den avsluttes med ansiktsmassasje.

Snart mamma behandling

50 min 700:-

En helhetsbehandling for deg som er gravid. Behandlingen starter med en forfriskende ansiktsbehandling som rengjør og gjenoppretter hudens balanse. Massasje av nakke og øvre del av bryst utføres med spesielt fokus på muskelspenninger som kan oppstå under svangerskapet. Massasje av føtter, legger, hender og armer inngår også. Behandlingen gir sårt tiltrengt kraft og vitalitet til både kropp og sinn.

Mor & datter luksus

75 min 1050:-

Nyt en fantastisk stund sammen i vårt spa-rom. Vi starter med et økologisk fotbad, etterfulgt av saltskrubb og innpakning. Behandlingen inkluderer også en oppfriskende mini-ansiktsbehandling med økologiske produkter og ansikts/hodebunnmassasje. Denna behandling passer for mor og datter dra ca 7 år og oppover, avsluttes med lett make-up hvis ønskelig.

Drømmedag | for en

Når hverdagen tar på, er det viktig å unne seg en drømmedag. Derfor har vi laget en perfekt behandling til deg som ønsker å gi deg selv en sårt tiltrengt pause eller kanskje du skal spandere pakken på noen du vet trenger det litt ekstra? I behandlingen inngår det kroppsskrubb, innpakning, aromamassasje, ansiktsbehandling med spesialmaske og lett dag make-up. En totalpakke som bør oppleves!

Ca 4 ½ h pris 4990:-



MASSASJE

Træn SPA-massasje

25 min nakke/rygg 500:-

50 min helkropp 700:-

En avslappende og sirkulasjonsfremmende massasje med eteriske oljer som vil få deg til å glemme alt stress

Træn Sportsmassasje

25 min 500:-

50 min 700:-

Behandlingen er fleksibel og har fokus på ømme og stive muskler. En kraftfull massasje med mange varierte grep som passer godt etter trening. Eller for deg som plages av stive muskler.

VOKSING

Voksing 50 min (velg mellom full ben, bikini/full ben og armhuler eller full ben 700:-

(Brazilian) 600:- første gang, Kun 400:- for påfølgende voksing)

Voksing 25 min (velg mellom legg/lår/rygg/bryst/mage eller bikini 400:-

Voksing 15 min (velg mellom armhule/ armer eller ansikt) 250:-

ANSIKT

Mini-ansiktsbehandling

25 min 500.-

En oppfriskende behandling på økologisk vis. Behandlingen inkluderer rens, peeling, ansiktsmassasje og maske.

Klassisk ansiktsbehandling

60 min 750:-

Styrk dine sanser og gi næring till huden med denne økologiske og klassiske ansiktsbehandlingen. Rens, peeling, poretømming, nærende oljer, ansiktsmaske og velgjørende massasje for ansikt og hodebunn inngår i denna klassikeren.

Træn de- luxe

90 min 1250:-

Vår mest luksuriøse ansiktsbehandling med AHA-peeling og dyptvirkende c-vitamin serum som gjør huden ren, myk og oppstrammende med ny glød. I behandlingen inngår også en rygg/nakkemassasje samt ansikts, hender og hodebunns massasje, farging av vipper og bryn- samt napping av bryn. En totalopplevelse for deg som vil ha alt!

Pure Cell treatment

60 min 1495:-

Dette er en unik ansiktsbehandling som starter med rens og peeling. Deretter påføres og masseres huden med levende celler fra rosenrot. Dette gir huden spenst og cellefornyelse og økt kollagenproduksjon i huden. Behandlingen gir høyintensiv næring som bygger opp huden på cellenivå og gir umiddelbart resultat.

Vipper og bryn

Farging av vipper og bryn samt forming **25 min 350:-**

Napping/voksing av bryn **150:- / 200:-**

Farging av kun vipper og bryn **250:-**

Farging vipper eller bryn kun **150:-**

MAKE-UP VEILEDNING

50 min 700:-

Ønsker du deg tips og råd om økologisk make-up? Vi finner fargene som er idelle for deg slik at du kan fremheve dine flotte konturer! Når veiledningen er over kan du fritt velge deg make-up produkter for hele summen.