



Island Resort & Spa

Apostolata Island Resort & Spa
Treatment Menu

Καλωσορίσατε στο Apostolata Spa

Πιστοί στη φιλοσοφία μας για την αναζήτηση φυσικών μεθόδων και αγνών προϊόντων, δημιουργήσαμε ένα μοναδικό προορισμό για όσους θέλουν να αποδράσουν από τους έντονους ρυθμούς της σύγχρονης ζωής και να αναζωογονήσουν τόσο το σώμα, όσο και το πνεύμα τους.

Μία μόνο επίσκεψη στο Apostolata Spa αρκεί για να σας χαρίσει μια μαγική, σχεδόν μυστικιστική εμπειρία απόλυτης χαλάρωσης και αναζωογόνησης. Ξεκινήστε το ταξίδι της αποπλάνησης με ένα χαλαρωτικό τζακούζι, χαμάμ ή σάουνα που προσφέρονται στους πελάτες μας δωρεάν και ένας παράδεισος γαλήνης θα σας δελεάσει και θα σας απαλλάξει από το καθημερινό στρες.

Οι αποκλειστικές θεραπείες του Apostolata Spa, είναι εμπνευσμένες από μοναδικά Ελληνικά προϊόντα και συστατικά προερχόμενα από την Ελληνική φύση, που αποτελούν μερικές από τις κυριότερες και θρεπτικές ουσίες για τον άνθρωπο όπως το θαλασσινό αλάτι και το λάδι ελιάς και υπόσχονται να σας προσφέρουν μια πρωτόγνωρη χαλαρωτική εμπειρία.

Σε συνεργασία με την Ariadne Athens η οποία είναι μια ιδιαίτερη σειρά φυσικών προϊόντων φροντίδας με οργανικά στοιχεία και βιολογικά βότανα από την ελληνική φύση και την Zealots of Nature που συνδυάζει την παραδοσιακή γνώση, τα φυσικά συστατικά και τη σύγχρονη έρευνα, δημιουργήσαμε ένα μοναδικό προορισμό και ένα μενού υπηρεσιών εμπνευσμένο από μοναδικά Ελληνικά προϊόντα, που σας προσφέρουν μια πραγματικά ολιστική εμπειρία Spa για «σώμα και ψυχή».



Welcome to Apostolata Spa

At Apostolata Spa our philosophy is to always look for natural methods and pure products, therefore we have created a unique destination for those who want to escape the vigorous pace of modern life and rejuvenate both their body and their spirit.

A unique visit to the Apostolata Spa is enough to give you a magical, almost mystical experience of total relaxation and rejuvenation. Start the seduction journey by using the jacuzzi, steam bath or sauna that are offered to our clients for free and a haven of serenity will push you and relieve you of the daily stress.

Apostolata Spa's exclusive treatments are inspired by unique Greek products and ingredients that come from the Greek nature such as the pure olive oil and the salt. We are always looking forward to providing you with an unforgettable relaxing experience.

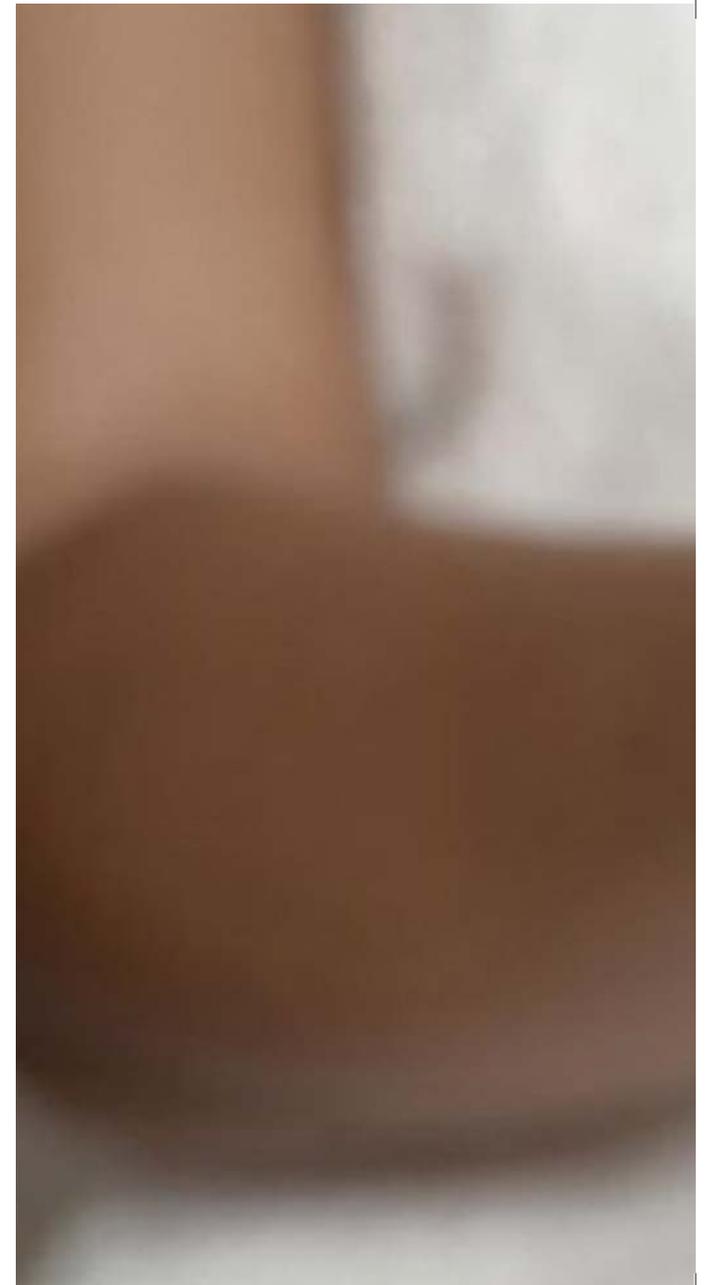
In collaboration with the Greek-born concept "Ariadne-Athens" inspired by the relaxing atmosphere of the Mediterranean blue sea, indulge in a journey to the enchanting landscapes and unique aromas of the Greek islands, and "Zealots of Nature", a young Greek passionate company that brings together traditional knowledge, natural ingredients and modern research.

We have created a unique destination and Spa services menu inspired by unique Greek nature, our treatments, offer you a truly holistic Spa experience for "body and soul".



Περιεχόμενα - Contents

Spa Discovery Rituals	8-9
Θεραπείες Προσώπου Facial Treatments	10-11
Περιποιήσεις Σώματος - Απολέπιση Body Treatments - Exfoliation	12-15
Περιποιήσεις Σώματος - Special Treatments	16-18
Massage Journeys	19-21
Apostolata Spa Etiquettes	22-23





Spa Discovery Rituals

Διαθέστε λίγο από τον χρόνο σας, ώστε να ενημερωθείτε επαρκώς για τις θεραπείες μας και δημιουργήστε το προσωπικό σας “Spa Time Package” που θα ανταποκρίνεται στις δικές σας ατομικές ανάγκες. Εναλλακτικά, επιλέξτε κάποιο από τα “Spa Journeys”, τα οποία δημιουργήθηκαν για να σας προσφέρουν το τέλειο αντίδοτο ενάντια στο άγχος της καθημερινότητας... Είμαστε εδώ για να σας προσφέρουμε τη βοήθεια και τη γνώση μας, ώστε να επιλέξετε τις υπηρεσίες που σας ταιριάζουν καλύτερα.

Browse through our list of spa treatments and create your own ‘Spa Time Package’ to suit your individual needs. Alternatively choose from one of our ‘Spa Journeys’, which have been put together to offer the perfect antidote to the stresses of everyday life...

We are here to assist you.

*Day packages are limited and subject to availability

Minoan Princess

Μία πρωτότυπη εμπειρία χαλάρωσης και ευεξίας που απελευθερώνει τον νού και ηρεμεί το σώμα! Δώστε στον πολύτιμο εαυτό σας το εισιτήριο για ένα ταξίδι πλούσιο σε παραδοσιακές Κρητικές γεύσεις και αρώματα, όπως αυτά του φασκόμηλου, της μαλοθήρας και άλλων μοναδικών Κρητικών προϊόντων και βοτάνων. Μία ολοκληρωμένη περιποίηση σώματος που συνοδεύεται από μία χαλαρωτική μάλαξη με έλαιο δικτάμου και Κρητικού κρόκου, που αφήνει την επιδερμίδα εμφανώς αναζωογονημένη και απαλή. Η θεραπεία ολοκληρώνεται με ένα δροσιστικό gel από φρέσκα κόκκινα σταφύλια και ρακή, το οποίο ενυδατώνει σε βάθος, ενώ παράλληλα προσφέρει τόνωση της διάθεσης!

An exhilarating experience of relaxation and wellness, that releases and calms both of your body and mind. Treat yourself to a journey featuring the wealth of Mediterranean flavors and aromas, such as sage, mountain tea and other local herbs. The treatment includes the application of a rich body mask, prepared on the spot just for you, incorporating a refreshing cocktail of organic honey, bee pollen, royal jelly, which contributes significantly to the renewal, regeneration and tightening of the epidermis. The mask is followed by an elaborate massage of dittany oil infused with Cretan crocus, leaving the skin silky and smooth. The treatment ends with the application of a refreshing gel containing red grape and raki that leaves your skin deeply hydrated, while also stimulating your mood!

Key elements: Body Scrub & Body Mask, Facial Treatment, 40' Body Massage with pouches

90' | € 110

Under The Moon Light

Πολυτελής θερ απεία αντιγήρανσης, θρέψης και σύσφιξης της επιδερμίδας του σώματος που έχει ως αποτέλεσμα ένα λείο, λαμπερό και εμφανώς αναζωογονημένο δέρμα! Η θεραπεία περιλαμβάνει απολέπιση με φυσικό scrub με μεθυστικό άρωμα από άνθη γιασεμιού και γαρδένιας, για την απομάκρυνση των νεκρών κυττάρων της επιδερμίδας του σώματος, και εφαρμογή μίας μάσκας σώματος με φύλλα χρυσού με αντιγηραντική δράση χάρη στους πολύτιμους λίθους του ροζ χαλαζία, της ακουαμαρίνας, και της φεγγαρόπετρας. Η θεραπεία ολοκληρώνεται με μία χαλαρωτική μάλαξη με έλαιο starflower («αστρολούλουδο»). Η εφαρμογή της θεραπείας γίνεται αυστηρά μετά την Δύση του ηλίου, όταν οι κρύσταλλοι αλληλεπιδρούν με το φως του φεγγαριού και απελευθερώνουν την ενέργειά τους!

Luxurious anti-ageing body treatment that nourishes and tightens the skin, giving you a smooth, shiny and visibly rejuvenated complexion. The beginning of the treatment includes exfoliation using a natural scrub with a heady fragrance of jasmine and gardenia flowers, which removes dead skin cells. This is followed by a magnificent body mask with gold leaves and anti-ageing effect thanks to the precious gems of pink quartz, aquamarine and moonstone. The treatment ends with a relaxing massage with starflower oil. This extraordinary, golden therapy is available strictly after sunset, when the crystals interact with the light of the moon and release their energy.

Key elements: Body Scrub & Body Mask, Facial Treatment & Massage with crystals, 40' Body Massage

90' | € 110

Spa Time Journey

Αφιερώστε στον εαυτό σας χρόνο για χαλάρωση και πραγματική ανανέωση. Ξέρουμε ότι η καθημερινότητα μπορεί να γίνει πολύ περίπλοκη - γι' αυτό, κάντε κράτηση για όση ώρα επιθυμείτε και αφήστε μας να εμπνευστούμε αποκλειστικά από τις δικές σας ανάγκες και να δημιουργήσουμε μαζί τον προσωπικό σας συνδυασμό θεραπειών!

This is your time to release, relax and rejuvenate. We know that everyday life can be complicated, so reserve as much time as you aspired to, and allow us to get inspired by your individual needs and propose you an exclusively personalized combination of treatments, tailor-made for you!

90' - 180' | € 120 - € 200



Θεραπίες Προσώπου - Facial Treatments

Spa Islands Facial

This luxurious facial treatment promise to lavish your skin with velvety texture, while granting it firmness, elasticity, hydration and radiance. Choose one of the following according to your personal needs.

Luminously Radiant Look

Glowing therapy inspired by the windmills of Mykonos and the undeniable charm, glamour and lifestyle of the island.

Anti-oxidant Protection & Ultimate Prevention

Lavish skin care using a proprietary multi-vitamin complex to counter the signs of premature ageing caused by exposure to the sun.

Vital Hydration & Nutrition

A rich facial treatment packed with thirst-quenching elements that instantly restore your skin's ideal hydration levels.

Key Elements: Cleanse, Exfoliation, Mask, Facial and Neck Massage, Hand Massage

45' | € 60

Miracle Skin Rebirth

Εξειδικευμένη, καινοτόμα θεραπεία προσώπου, υψηλής απόδοσης που αξιοποιεί το πρωτοποριακό προϊόν Skin Rebirth Miracle Skin Reinventing gel και τα αξιοσημείωτα θεραπευτικά οφέλη της ρίζας alkanna tinctoria, με πολλαπλές αντιγηραντικές και αντιοξειδωτικές ιδιότητες για το δέρμα. Αυτή η θεραπεία προσώπου υπόσχεται να ενυδατώσει βαθιά και να αναζωογονήσει το δέρμα ενώ ενισχύει εντυπωσιακά την φυσική διαδικασία ανανέωσης των κυττάρων.

This high-performance, all-in-one personalized treatment utilizes the innovative product 'Skin Rebirth - Miracle Skin Reinventing Gel' with the remarkable healing effects of alkanna tinctoria root and its multiple anti-ageing and anti-oxidant properties. This facial treatment promises to deeply moisturize and regenerate your skin while reinforcing the natural skin cell turnover.

Key Elements: Cleanse, Exfoliation, Latex Mask, Skin Rebirth Massage Oil, Hand Massage

55' | € 80

Deep Care Treatment

Ιδανική περιποίηση προσώπου για όλους τους τύπους δέρματος στοχεύοντας σε ιδιαίτερες ανάγκες όπως αφυδάτωση, αποσυμφόρηση, ξηρότητα και ευαισθησία. Εφαρμόζονται δύο εξειδικευμένες μάσκες που συνδυάζουν τον βαθύ καθαρισμό με την πλούσια ενυδάτωση.

The tailor-made facial treatment is prescribed as an intensive boost for all skin types and is customized to target specific skin conditions as dehydration, congestion, dryness and sensitivity. Two specialized masks are applied during the treatment to both purify and provide the skin with deep hydration.

Key Elements: Cleanse, Exfoliation, Double Mask, Pressure Point Face Massage, Hand Massage & Feet Massage
55' | € 70

Everyday Aesthetics

Μια εξατομικευμένη περιποίηση προσώπου, σχεδιασμένη για να δίνει σε κάθε τύπο επιδερμίδας την τόνωση που χρειάζεται. Βασισμένη σε βιολογικό Ελληνικό λάδι ελιάς που ενυδατώνει σε βάθος, αλόε βέρα για μια πιο ήπια φυσική φροντίδα και υαλουρονικό οξύ για λάμψη. Ιδανική για κανονικό έως μεικτό δέρμα, εφηβική επιδερμίδα, αλλά και για όσους χρειάζονται μια πιο ήπια, φυσική φροντίδα.

A tailor-made facial designed to give each skin type the boost it really needs. Based on Greek bio olive oil for deep moisturizing, Aloe Vera for more gentle and natural care and Hyaluronic Acid for shine. Ideal for normal or combination skin, teenage skin or for those who need a calming natural skincare regime.

Key Elements: Cleanse, Exfoliation, Mask, Pressure Point Face Massage, Hand Massage
45' | € 50

Cannabis Anti-Ageing

Εξειδικευμένη θεραπεία προσώπου βασισμένη στην κάνναβη, πλούσια σε συστατικά υψηλής ενυδάτωσης τα οποία δρουν ως φυσικό αντιοξειδωτικό ενάντια στις ρυτίδες και στις λεπτές γραμμές. Εμπλουτισμένη με αποστάγματα τροπικών φρούτων – μάνγκο, παπάγια, ανανά – για μεγαλύτερη τόνωση και αναγέννηση των κυττάρων.

Specialized face treatment featuring cannabis oil, rich in highly moisturizing ingredients which act as a natural antioxidant against wrinkles and fine lines. Enriched with tropical fruit extracts -mango, papaya, pineapple – for cell growth and cell regeneration.

Key Elements: Cleanse, Exfoliation, Serum, Latex Mask, Lifting Face Massage, Neck & Scalp Massage, Hand Massage
70' | € 100

Total Man

Μια περιποίηση προσώπου που δημιουργήθηκε αποκλειστικά για τους άνδρες και αποτελεί το τέλει αντίδοτο ενάντια στις σκληρές επιπτώσεις που επιφέρουν οι καθημερινοί ρύποι και το ξύρισμα στην επιδερμίδα. Λειτουργεί τόσο στοχευμένα, βοηθώντας στην ανάπλαση του δέρματος, ενισχύοντας και καταπραΰνοντας την επιδερμίδα. Συνδυάζεται ιδανικά με ένα αναζωογονητικό μασάζ πλάτης που θα διώξει την ένταση.

This facial treatment created exclusively for men is the perfect antidote to the harsh effects of shaving and everyday pollutants. It regenerates the skin, but also has an overall invigorating, nourishing, strengthening and soothing effect. Combine it with a rejuvenating back massage and feel the tension evaporate.

Key elements: Facial Treatment, Neck & Scalp Massage plus Back & Shoulder Massage
70' | € 80

Περιποιήσεις Σώματος Body Treatments

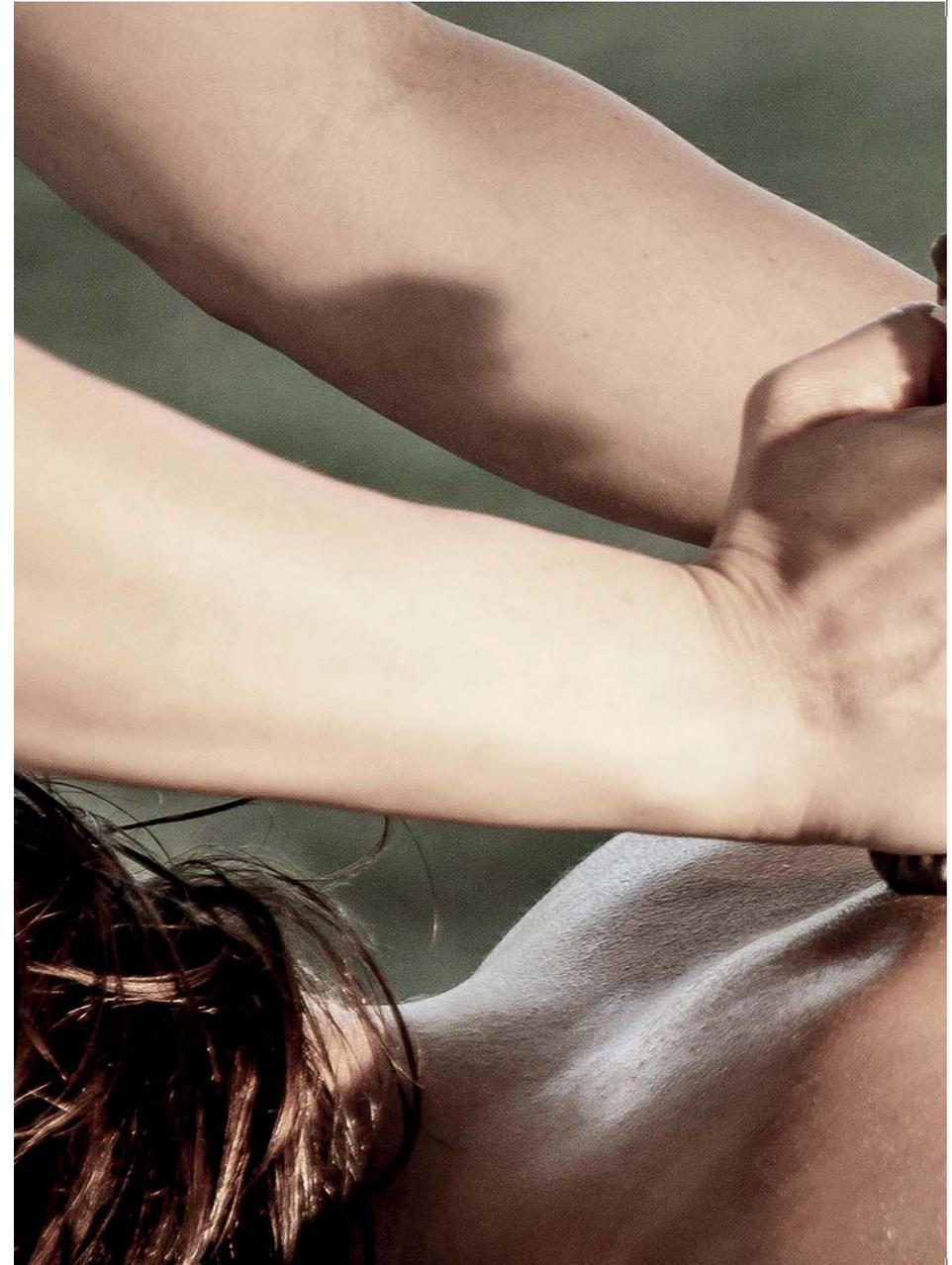
Herbal Loofah Exfoliation

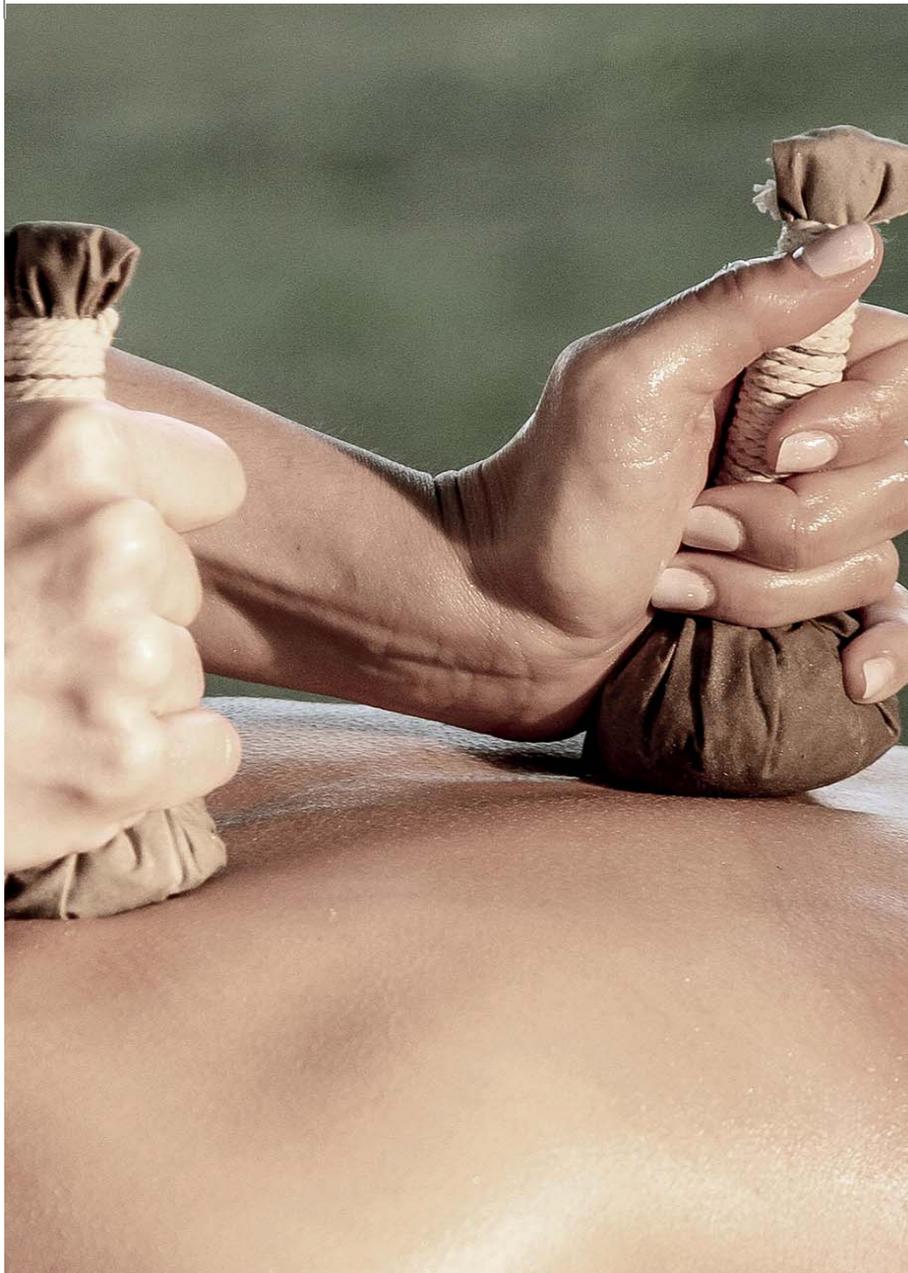
Ολοκληρωμένη περιποίηση σώματος βασισμένη στη φύση. Φυσική λούφα σε συνδυασμό με σαπούνι με αιθέρια έλαια μανταρινιού αφήνει το δέρμα λείο και απαλό ολοκληρώνοντας την αίσθηση αναζωογόνησης με ενυδατική body lotion σε όλο το σώμα. Το δέρμα μένει απαλό και πλήρως ενυδατωμένο έχοντας μια υπέροχη αίσθηση.

Complete nature based body care. Natural loofah combination with mandarin soap essential oil leaves the skin smooth and soft, completing the rejuvenation with a moisturizing body lotion throughout the body. The skin remains soft and fully hydrated with a wonderful feeling.

Key Elements: Full Body Exfoliation with Soap and Natural Plant sponge loofah, Skin Nourishing Body Lotion

40' | € 45





Love Nature

Απολέπιση σώματος για απομάκρυνση των νεκρών κυττάρων από την επιδερμίδα με άνθη λεβάντας και κόκκους ελιάς. Μια ολοκληρωμένη περιποίηση δέρματος με βαθιά ενυδάτωση σε όλο το σώμα για δέρμα λείο και απαλό αφήνοντας ένα υπέροχο άρωμα.
Σε συνδυασμό με 10' Χαμάμ ή Σάουνα

Enjoy a full body exfoliation therapy with lavender flowers and olive grains to deeply cleanse and purify your skin, leaving it smooth and soft.
In combination with 10' hammam or sauna

Key Elements: Full Body Exfoliation and Skin Nourishing Body Lotion
40' | € 50

Key Elements: Body Scrub or Facial Treatment & Full Body Massage
90' | € 100

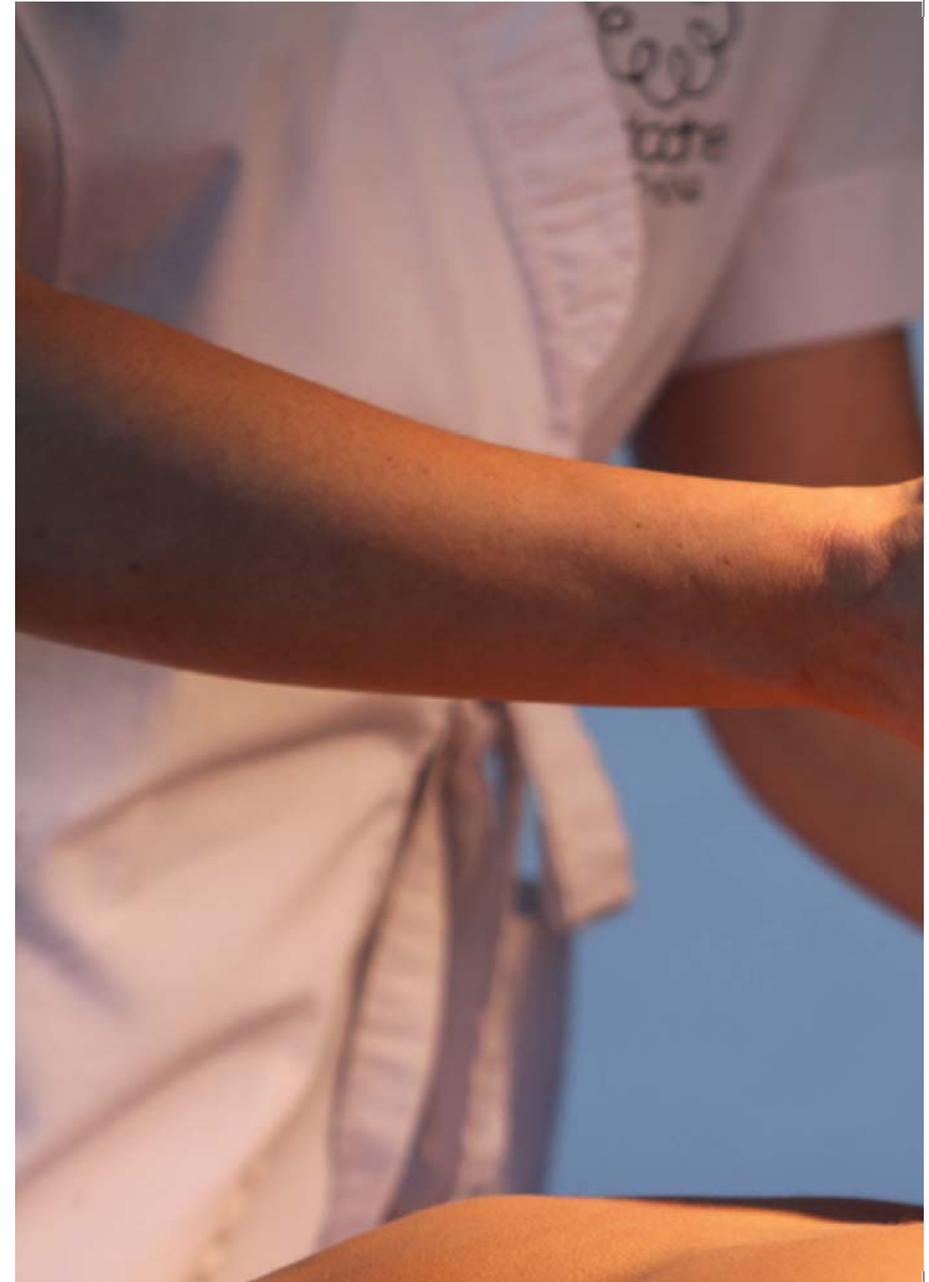
Περιποιήσεις Σώματος Body Treatments

Apostolata Spa Escape

Αισθανθείτε τους μύες σας να απελευθερώνουν όλη την ένταση, ξεκινώντας απομακρύνοντας απαλά τα νεκρά κύτταρα της επιδερμίδας, επιλέγοντας ανάμεσα σε άρωμα σοκολάτας & φλούδας πορτοκαλιού ή άρωμα γιασεμιού αποκαλύπτοντας ένα απαλό και λείο δέρμα. Ακολουθεί μυοχαλαρωτικό μασάζ σε όλο το σώμα ολοκληρώνοντας αυτή την απόλυτα ισορροπημένη εμπειρία χαλάρωσης και ηρεμίας.

Feel your muscles releasing all the tension as we begin with the gentle removal of dead skin cells, offering you a choice of either chocolate and orange peel or jasmine scent to reveal a smooth and soft skin. This is followed by a relaxing full-body massage to complete a balanced experience of relaxation and tranquility.

Key elements: Body Scrub and 40' Body Massage
55' | € 70





Apostolata Signature Journey

Απολαύστε μια παραδοσιακή τελετουργία η οποία περιλαμβάνει απολέπιση με φυσικό αλάτι και έλαια πορτοκαλιού μαζί με μία οργανική φυσική μάσκα σώματος και χαλαρωτικό μασάζ σώματος με αρωματικά έλαια. Τα αγνά και φυσικά συστατικά αυτής της περιποίησης θα σας δώσουν την αίσθηση ότι επιπλέετε στη θάλασσα του Αιγαίου...

Experience a traditional purifying ritual which includes a body scrub with natural salt, an organic natural body white clay mask, and a balancing full-body massage with essential orange oils. These pure and natural ingredients will leave you feeling like you are floating in the Aegean Sea.

Key elements: Full-body Natural Salt Scrub, White Clay Body Mask, 40' Body Massage with Orange Body Oil

70' | € 100

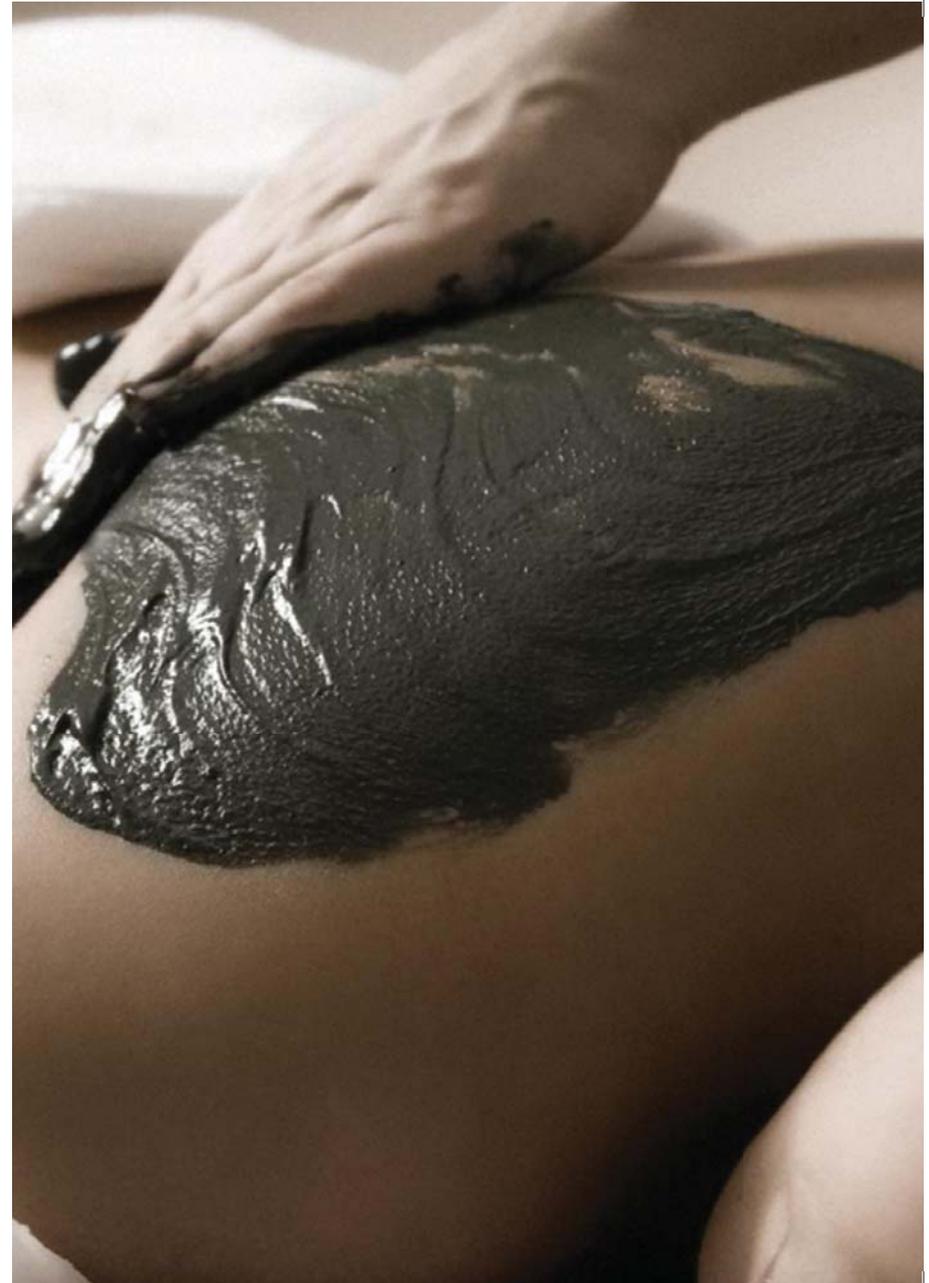
Special Treatments

Santorini Lava Touch Body Slimming Treatment

Δραστική θεραπεία σώματος βασισμένη στη δύναμη της ηφαιστειακής λάβας από την Σαντορίνη, που συμβάλλει αισθητά στην καταπολέμηση της κυτταρίτιδας και του τοπικού πάχους! Η θεραπεία περιλαμβάνει μία πληθώρα πολύτιμων δραστικών συστατικών όπως φύκια, θαλάσσια λάσπη, βασιλικό, πορτοκάλι και κανέλα που συμβάλλουν στην ενεργοποίηση του λεμφικού συστήματος και στην αποσυμφόρηση του οργανισμού.

Drastic body treatment using the powerful lava clay to fights cellulite and local fat. A plethora of active ingredients such as seaweed, basil and cinnamon help activate the lymphatic system and decongest the body. A specialized wrapping technique tones and firms the body and safely drains body toxins, leading to noticeable inch loss.

Key elements: Body Scrub, Body Wrap
70' | € 80



Under the Sun

The absolute multi-vitamin treatment for your skin

Σχεδιασμένη για την προστασία του προσώπου & σώματος πριν την έκθεσή του στον ήλιο! Η θεραπεία είναι πλούσια σε άνθη ίριδας και σπόρους ελιάς, ενώ η μάσκα σώματος με κουμκουάτ, ιερό λωτό και βιταμίνη C ενισχύει την δομή της επιδερμίδας, επαναφέρει την λάμψη και την ελαστικότητά της, και τηνθωρακίζει από τις βλαβερές ακτινοβολίες του ηλίου. Το πλούσιες υφής body butter καρύδας με εξωτικό άρωμα στο τέλος της θεραπείας ηρεμεί τις αισθήσεις και λειαίνει την υφή του δέρματος!

Expertly designed to offer thorough skin protection, prior to sun exposure! The treatment is rich in iris flowers and olive seeds, while the mask delivers a high concentration of kumquat, sacred lotus and vitamin C. This combination strengthens the structure of the skin, restores its shine and elasticity, and shields it against sunburn. To complete the treatment, nourishing exotic coconut body butter is applied to relax the senses and soothe the skin.

Key elements: Body Exfoliation, Body Wrap, Facial Treatment,
30' Body Massage with Nourishing Body Lotion
60' | € 70

Sea Breeze Feel

After Sun Face & Body Treatment

Η απόλυτη φροντίδα μετά την ηλιοθεραπεία! Μία θεραπεία με δροσιστικές σταγόνες με άρωμα θάλασσας, αλεύρι βελανιδιάς, μαστίχα Χίου και σύμφυτο που βοηθούν στην επανόρθωση και αποκατάσταση της υγρασίας του προσώπου και του σώματος, προσφέροντας μία μοναδική αίσθηση ανακούφισης έπειτα από την έκθεση σας στον ήλιο! Η αναζωογονητική μάσκα gel με νούφαρο, αγγούρι, αλόη και γιαούρτι, σύμφυτο που αναπληρώνει τα λιπίδια της επιδερμίδας, παρέχοντας την απαραίτητη ενυδάτωση, ανακουφίζοντας το δέρμα από τον ερεθισμό.

The ultimate after-sun skincare includes an after-sun face & body treatment that offers a pleasant sense of cool freshness. The sea breeze scented nourishing treatment is rich in acorn flour, Chios mastic and comfrey to help deeply hydrate sunburned skin and eliminate irritation. The application of a refreshing gel mask with water lily, cucumber, aloe and yoghurt replenishes the skin lipids and provides high moisture and smoothness.

Key elements: Face Treatment, Body Wrap and Nourishing Body Lotion,
Neck & Head Massage
60' | € 70



COUPLE EXPERIENCE JOURNEY

(Tailor Made from 80min to 180min)

Μοναδική εμπειρία, ένα ταξίδι χαλάρωσης για ζευγάρια με επιλογές και συνδυασμούς θεραπειών βασισμένο στις δικές σας ανάγκες. Η χαλάρωση ξεκινάει με 20' Jacuzzi και Hamam, 60' μασάζ σε όλο το σώμα και ολοκληρώνεται με θεραπεία επιλογής σας:

A unique experience, an expedition of relaxation for couples with choices and combinations of treatments based on your own needs. Relaxation Journey starts with 20' Jacuzzi & Hamam, Full Body Massage and ends with your treatment choice:

Τιμή: 120€ συν το κόστος της επιλογής σας

Price: 120€ plus the cost of your choice

- **Mini Facial Treatment** 30€

Μini θεραπεία προσώπου για λάμψη και βαθιά ενυδάτωση / Mini facial treatment for glow and deep hydration (20')

- **Body Exfoliation with Natural Plant sponge loaf**

Απολέπιση σώματος με φυσική λούφα για λείο και λαμπερό δέρμα / Body exfoliation with natural loofah for smooth and shiny skin (20')

- **Hair & Scalp Massage** 30€

Πιέσεις σε ενεργειακά σημεία του κεφαλιού για χαλάρωση από

Massage to avoid headaches and tension of the day (20')

- **Hand & Foot massage** 30€

Μασάζ άκρων για πλήρη ανακούφιση από μυϊκούς πόνους / Foot and hand massage for complete relief from muscular pains (20').

Massage Journeys

Candle Signature Massage

(Seductive • Energizing • Detoxing • Relaxing)

Χαλαρώστε και απολαύστε μία μοναδική εμπειρία μασάζ, καθώς η μαγευτική φλόγα λιώνει απαλά το κερί, μετατρέποντάς το σε ζεστό λάδι με μεθυστικά αρώματα. Νιώστε τις ζεστές σταγόνες του κεριού να αγγίζουν απαλά το σώμα σας, καθώς οι τέλεια ενορχηστρωμένες κινήσεις που ακολουθούνται στην μάλαξη αυτής της θεραπείας χαλαρώνουν τους μύες και διώχνουν όλη την συσσωρευμένη ένταση, προσφέροντας μία αξεπέραστη αίσθηση χαλάρωσης και ευεξίας.

Indulge your senses with this mystifying full-body massage ritual that will entice your mind, body and soul. Lay back and unwind while the mesmerizing flame gently burns the candle and the heated solid waxes slowly turn into liquid oil. Feel the delicately scented warm drops touch your skin, while the synchronized movements dissolve muscle tension and free blockages, offering a unique experience of relaxation and rejuvenation that promotes bliss, balance and well-being.

Key elements: Full-body Massage with Hot Candle
55' | € 80

Camvillia Aromatherapy Massage

(Anti-Oxidant • Relaxing • Revitalizing)

Το Signature Massage του Alas Spa με έλαια από την Zealots of Nature, εμπνευσμένο από παραδοσιακές τεχνικές μάλαξης έχει στόχο την εξισορρόπηση της ενέργειας και την ενίσχυση της ολιστικής ευεξίας πνεύματος και σώματος χαρίζοντας ένα ρυθμικό μασάζ σε όλο το σώμα από τα πέλματα έως το κεφάλι. Φυτικά αρωματικά έλαια επιλέγονται σύμφωνα με τις ατομικές σας ανάγκες – την χαλάρωση, αποτοξίνωση ή την απαλλαγή από μυϊκούς πόνους, σε συνδυασμό με πιέσεις και ρυθμικές κινήσεις δίνοντας αίσθηση αναζωογόνησης & ευεξίας.

Alas Spa's Signature Massage using Zealots of Nature body oils is inspired by traditional massage techniques that operate to balance and realign energy flow, enhancing mind and body wellness. A choice of native aromatic oil blends are prescribed to address your individual needs – to relax, detoxify or relieve muscle pain – and combined with pressure points and rhythmic movements, giving a sense of rejuvenation and wellness..

Key elements: Full-body Relaxation Massage, with a choice of native aromatic oils

40' | € 50

55' | € 70



Massage Journeys

Deep Tissue Massage

Με στόχο την ανακούφιση από το στρες που προκαλεί ένταση στους μύες, αυτό το ευεργετικό μασάζ αναζωογονεί το σώμα σας με τη βοήθεια δυνατών πιέσεων. Η δράση των αιθέριων ελαίων θα ανακουφίσει την ένταση των μυών και τη δυσκαμψία, αφήνοντάς το δέρμα σας ανανεωμένο και εσάς απαλλαγμένους από πόνους και κούραση.

This massage intends to deeply relax all muscles and relieve tension using acupressure and kneading techniques which will feel like you had a proper workout. The power of essential oils will relieve muscle tension and stiffness, leaving you with a re-conditioned skin tone and feeling completely recharged and free from aches and fatigue.

Key elements: Full-body Sport Massage
55' | € 80

Key Elements: Full-body Sport Massage, extra time with warm Santorini lava mud
70' | € 100

Back & Shoulder Massage

Σουηδικό μασάζ που επικεντρώνεται στην πλάτη, τον αυχένα και τους ώμους και ανακουφίζει τους μύες σας από το στρες και την κούραση. Focusing on the back, neck & shoulders to help relax and release stress and tension from your muscles.

Key elements: Facial Aromatherapy, Back & Shoulder or Leg Massage
30' | € 40

Indian Head Massage

Το Ινδικό μασάζ κεφαλής ανακουφίζει την κούραση από τους ώμους, την πλάτη, τον αυχένα, το κεφάλι και το πρόσωπο και περιλαμβάνει την εξειδικευμένη τεχνική “raindrop” που καταπραΰνει και απελευθερώνει την συσσωρευμένη ένταση σε πνεύμα και σώμα.

Indian Head Massage to relieve tension in your shoulders, neck, head and face, using a “raindrop” technique with a soothing application of warm oil that alleviates any deep-seated tension from your body and mind.

Key elements: Back, Shoulder & Head Massage with Organic Raw Coconut Oil
45' | € 60

Lymphatic Drainage

Αυτό το απαλό μασάζ πραγματοποιείται με μείγματα αιθέριων ελαίων που έχουν διεγερτικές και αποτοξινωτικές ιδιότητες. Στοχεύει στην ενεργοποίηση της κυκλοφορίας της λέμφου και στην αποβολή των τοξινών που συσσωρεύονται με την πάροδο του χρόνου.

This gentle massage uses uplifting and detoxifying pre-blended natural massage oils. This form of therapy contributes to the body eliminate excess toxins and fluid that can build up over time.

Key elements: Full-body Lymphatic Massage
45' | € 60



SPA MANICURE - PEDICURE

Spa hand treatment 45 min 40€

Ένα ολοκληρωμένο manicure ενισχυμένο με απολέπιση, κρέμα για βαθιά ενυδάτωση και μασάζ που ανακουφίζουν τα χέρια. Η Spa hand treatment ολοκληρώνεται με βερνίκι χρώματος δικής σας επιλογής.

A complete manicure enriched with exfoliation, cream for deep moisturization and massage that relieve your hands. The Spa hand treatment is completed with a color varnish of your choice.

Spa foot treatment 70 min 60€

Θεραπεία που ανακουφίζει τα πρησμένα και κουρασμένα πόδια και περιέχει απολέπιση ποδιών με άνθη λεβάντας και κόκκους ελιάς για λείανση της επιδερμίδας και ολοκληρώνεται με χαλαρωτικό μασάζ ποδιών για πλήρη αναζωογόνηση. Ολοκληρώνεται με βερνίκι χρώματος επιλογής σας.

A treatment that relieves the swollen and tired feet and It contains feet exfoliation with lavender flowers and olive grains to smoothen the skin and is complete mented with a soothing foot massage for total rejuvenation. Completed with the color varnish of your choice.

ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ / GYM

Gym / Jacuzzi	For Hotel Guests Free
Sauna / Steam bath	20' min / 20€
One Day Visit	15€
One Week Guest	50€
One Month Guest	80€

ΑΠΟΣΤΟΛΑΤΑ SPA ETIQUETTE

Για τη διατήρηση της ασφάλειας, της άνεσης και της χαλάρωσης των πελατών μας, παρακαλούμε να τηρούνται κάθε φορά οι παρακάτω οδηγίες:

General

- The Spa and its environs are strictly NO SMOKING areas.
- Please conduct all conversations at levels consistent with a relaxing environment.
- The Spa is open to persons over the age of 16.
- Please leave all items of value in your locker. The Spa is not responsible for loss of or damage to a guest's personal belongings.
- All guests will be required to complete and sign a health & lifestyle questionnaire upon arrival and prior to treatments.
- To ensure the appointment time you prefer, we highly recommend advance reservations.
- Please note that a 24 hour cancellation notice is required for all bookings and services as a courtesy to our other guests.
- Guests are advised to arrive at least 20 minutes prior to their appointment to enjoy the facilities and to allow themselves ample time to check in and shower, as it is essential before any treatment. The beneficial oils used in our treatments are best absorbed through clean skin.
- Out of consideration for all Spa guests, late arrivals will not be given an extension of scheduled treatment times.
- During treatments, please let your therapist know if you are comfortable or uncomfortable, too warm or too cold, or if their pressure is too light or too firm. Your comfort and care is our greatest concern and priority.
- If you have a particular injury or physical condition, please explain it to the therapist. They can suggest appropriate adjustments to the treatment for your comfort and enhancement.



Island Resort & Spa

Apostolata Island Resort & Spa

Skala Kefalonia TK 28086 Greece T: +30 26710 83581 F: +30 26710 83583

E: apostolata@apostolata.gr, www.apostolata.gr