



emerge
brighter



perfecting

your journey

eforea spa at Hilton Tallinn Park is a place like no other where you will reconnect with self and emerge brighter. Our Essentials and Escape Journeys feature both results-oriented and locally inspired therapies.

Signature to eforea spa are the Journey Enhancements, powerful mini treatments that are added to your existing services or enjoyed by themselves. These treatments have been specially designed for eforea and introduce guests to special, commonly unexperienced techniques from the most fabled spa cultures around the world.

täiustades

sinu teekonda

Hilton Tallinn Park hotelli eforea SPA on ainulaadne koht. Seal saad võimaluse end uuesti leida ning lahkudes tunned end taas säravana. Meie *essentials* ja *escape* rännakud hõlmavad endas tulemustele orienteeritud ja kohalikust keskkonnast inspireeritud teraapiaid.

eforea spaadele on omased ka täiustavad hoolitsused. Need on mõjusad lühihoolitsused, mida saab lisada juba olemasolevale teenusele. Samuti on võimalus neid ka iseseisvate hoolitsustena nautida. Need hoolitsused on just eforea jaoks spetsiaalselt välja töötatud ning pakuvad küllastajatele erilist, tavapärastest teistsuguseid tehnikaid, mis pärinevad kõige muinasjutulisematest spaakultuuridest üle kogu maailma.



head & face pea ja nägu

Find clarity. This illuminating experience draws from mystical practices of ancient Indian massage and powerful Thai therapies.

Leia tasakaal. See meeltesse selgust toov teraapia pärineb iidse India massaaži müstilistest tavadest ja võimsatest Tai teraapiatest.

shoulder, neck & scalp õlad, kael ja pea

Lighten your load. This deep relaxation experience draws from Chinese acupressure, modern science of trigger point therapy, and traditional methods of Swedish massage.

Vabasta end pingetest. See sügavuti rahustav teraapia pärineb Hiina akupunktuurist, moodsa teaduse trigerpunktiteraapiast ja traditsioonilistest Rootsi massaaži meetoditest.

jalad feet

Ground yourself. This foot and legs experience combines the richness of ancient Egyptian reflexology with spiritual concepts of Native American healers.

Enjoy true serenity with 30 minute enhancement for 35 € or book all three for 95 € Spa day guests can upgrade their experience with an enhancement for just 30 €

Too end maa peale. Selles jalgade teraapias on kombineeritud iidse Egiptuse refleksoloogia küllus põlisameerika tervendajate spirituaalse lähenemisega.

Naudi meeliülendavat rahu ühe 30-minutilise täiustava hoolitsuse kestel hinnaga 35 € või broneeri kõik kolm hinnaga 95 €. Päevaspaa külastajad saavad nautida täiustavat hoolitsust vaid 30 € eest.



essentials

journey



Elemis

The Pro-Collagen Marine Cream has been a bestselling Elemis product for 10 years. Its much loved fragrance of mimosa and rose with its

Pro-Collagen Marine Cream on olnud Elemise kõige populaarsem toode juba 10 aastat. Kreemil on meeldiv aroom, milles on tunda mimoosi ja roosi lõhna, ning lisaks jääb

signature soft after-feel also delivers a beautiful base for makeup. Clinically proven to reduce the appearance of wrinkles by up to 78%

nahk pärast kreemi kasutamist alati pehme, mistõttu sobib see suurepäraselt ka meigi aluskreemiks. Kliiniliselt on tõestatud, et ainult 14 päevaga vähendab Pro-Collagen Marine

and increase hydration in the skin up to 45% in just 14 days. One is sold every minute around the world!

Cream kortse kuni 78% võrra ja taastab naha niiskustasakaalu 45% ulatuses. Iga minut müüakse üks Pro-Collagen Marine Cream maailmas!

face nägu

ELEMIS Pro-Collagen Age Defy

75MIN 85 €

Clinically proven to reduce the number of wrinkles by up to 94% and improve skin firmness by up to 57% after just one treatment. Helps to re-energise cell communication and rejuvenate skin.

Kliiniliselt on tõestatud, et juba pärast esimest hoolitsust vähenevad kortsud 94% võrra ning naha elastsus paraneb 57% võrra. Aitab taastada rakkudevahelist toimimist ning noorendab nahka.

ELEMIS BIOTEC Line Eraser

60MIN 69 €

The ultimate wrinkle-smoothing treatment to rejuvenate ageing skin.

Suurepärase kortse siluv hoolitsus vananeva naha noorendamiseks.

ELEMIS BIOTEC Firm-a-Lift

60MIN 69 €

A super-lift facial to help firm and tighten cheeks, neck and jaw line.

Naha elastsust parandav hoolitsus, mis aitab pinguldada põski, kaela ja lõuajoont.

ELEMIS BIOTEC Sensitive Skin Soother

60MIN 69 €

A de-sensitising anti-redness therapy to soothe and calm delicate skin.

Suurepärase punetust vähendav hoolitsus tundliku naha rahustamiseks ja nahaärrituse leevendamiseks.

ELEMIS BIOTEC Skin Resurfacer

60MIN 69 €

A high-tech double peel with Ultrasonic peeling and light therapy, reveal a noticeably smoother and even skin tone, minimising the appearance of blemish marks and fine lines.

Kõrgtehnoloogiline kahekordne koorimine Ultrasonic koorimise ja valgusteraapiaga, mis muudab naha märgatavalt siledamaks ning ühtlustab nahatooni, vähendab iluvigasid ja peeneid kortse.

massage massaaž

Freestyle Custom Massage

60MIN 69 €

Designed by you and your professional therapist, this massage uses a variety of techniques and pressures to relieve muscular tension and pain.

Spetsiaalselt Sinu järgi disainitud massaaž lihaspingete ja valu leevendamiseks, kasutades erinevaid tehnikaid

ELEMIS Freestyle Deep Tissue Massage

60MIN 69 €

Dynamic blends of essential oils are prescribed to target individual needs and reduce specific stress and muscle tension with this powerful, customised sports massage.

Vastavalt Sinu vajadustele sobitatud eeterliku õliga tugev spordimassaaž, kasutades kindlaid efektiivseid massaaživõtteid.

body keha

ELEMIS Intensely Cleansing Salt Scrub – Lime and Ginger or Frangipani

45MIN 55 €

After light body brushing, skin is deeply cleansed and enriching camellia oil is drizzled luxuriously over the body. You will feel your senses lifted and your body invigorated.

Kerge keha harjamine puhastab naha sügavuti ja luksuslik rikkalik kameeliaõli toidab naha sügavuti. Hoolitsus parandab meeleolu ja ergutab keha.

ELEMIS Targeted Toning Tightener

90MIN 99 €

A powerful blend of massage and detoxifying clay for targeted toning and tightening on hips, thighs, abdomen and backs of arms. Clinically proven* to reduce the appearance of cellulite after just one treatment.

Mürke eemaldava savi ja massaaži tugev kooslus toniseerivad ja pinguldavad puusi, reisi, kõhtu ja käsivarsi. Kliiniliselt on tõestatud*, et tselluliit väheneb juba pärast esimest hooldust.

*Sõltumatud kliinilised uuringud.

for men ainult meestele

ELEMIS BIOTEC Super-Charger for Men

60MIN 69 €

A powerful deep cleansing and exfoliating facial, specially designed for men to reduce all visible signs of ageing.

Tugev sügavpuhastav ja kooriv näohooldus, mis on loodud spetsiaalselt meestele, et vähendada nähtavaid vananemise ilminguid.

ELEMIS High Performance Skin Energiser

75MIN 85 €

This multi-dynamic facial targets anti-ageing, dehydration and tired eyes, whilst scalp and foot massage deeply relax.

Selle mitmetasandilise näohoolduse eesmärk on vähendada vananemise ilminguid, turgutada väsinud silmade ümbrust ning niisutada nahka, sel ajal kui pea- ja jalamassaaž aitavad täielikult lõõgastuda.

face nägu

ELEMIS Superfood Pro-Radiance

75MIN 85 €

A nutritional boost rich in superfoods and essential minerals designed to pack stressed, dull skin with energising, detoxifying actives. Clinically proven* to leave skin plumper, radiant and lit up with good health. *Independent Clinical Trials.

Supertoitvate ja oluliste mineraalidega rikastatud hoolitsus, mille tulemusena varustatakse stressis ja tuhmi nahka energiat andvate ja mürkaineid eemaldavate toimeainetega. Kliiniliselt on tõestatud*, et hoolitsuse järel on nahk siledam, säravam ja tervisest pakatav. *Sõltumatud kliinilised uuringud.

Essence Facial

60MIN 69 €

A deep cleansing facial which will bring radiance back to lifeless complexions, combining bespoke massage techniques and a blend of exquisite aromas.

Sügavpuhastav näohoolitsus, milles on ühendatud kliendi vajadustest lähtuvad massaažitehnikad ja peenete aroomide segu, taastades näonaha särava jume.

body keha

ELEMIS Body Nectar Nourishing Wrap – Sweet Orchid or Frangipani

60MIN 69 €

Drenching the skin with moisture to rehydrate and comfort, this exotic therapy provides ultimate radiance, vitality and all-over body glow. Treatment concludes with our signature body rocking technique and tea.

Selle eksootilise kehahoolitsuse tulemuseks on särav, elujõuline ja sädelev nahk.

signature treatments erihooldused

Nordic Peat Detox Wrap

90MIN 115 €

A highly active restorative and deeply relaxing treatment. Using a 100% Nordic peat mud wrap to detoxify while lymphatic massage completes the cleansing process.

Ülimalt efektiivne taastav ja lõõgastav hoolitsus. Mürkainete väljutamiseks kasutatakse 100% Põhjamaise turbamuda mähist ning protsessi kiirendatakse lümfimassaaži abil.

ELEMIS Deeper Than Deep Hot Stone Massage

90MIN 99 €

Small stones are placed on key energy points, whilst luxuriously warmed oils are massaged deeply into the body for maximum relaxation and a completely new body experience.

Peamistele energiapunktile asetatud kivid koos luksusliku sooja õli massaažiga, tagavad maksimaalse lõõgastuse ja täiesti uudse kehatunnetuse.

Essence Aroma Massage

60MIN 69 €

Massage is a voyage of discovery, awakening the senses through touch and aroma. Using the power of real aromatherapy maritime oils and signature massage techniques to melt tension and harmonise the body.

Massaaž on avastuste retk, mis äratab meeled puudutuse ja aroomide kaudu. Kasutades meremänni õli jõudu ja erilisi massaažitehnikaid, vähendatakse pingeid ja tasakaalustatakse keha.

ELEMIS Couture Touch

75MIN 85 €

Experience a sensational full body massage combined with a prescribed booster anti-ageing facial, and concluding with a signature foot cleanse and balancing tea to leave you relaxed and revived.

Kogege sensatsioonilist kogu keha massaaži, millele on lisatud vananemisevastane näohoolitsus ja mis lõpeb erilise jalgade puhastuse ja tasakaalustava teega, et tagada tõeline lõõgastus ja taastada elujõud.

exclusively for men ainult meestele

ELEMIS Hot Mineral Body Boost

75MIN 85 €

This powerful body treatment stimulates every cell in the body. Completed by a facial massage, this is a revolutionary experience of energising wellness.

See jõuline kehahoolitsus stimuleerib iga keharakku. Näomassaažiga lõppev hoolitsus on revolutsiooniline kogemus, mis tagab energias pakatava heaolutunde.

ELEMIS Total Time Out Massage

120MIN 129 €

The ultimate skin and body therapy for men. Elemis men's facial combined with the dynamic Deep Tissue Muscle Massage. Achieve the ultimate goal of Total Time Out!

Suurepärase naha- ja kehahoolitsuse meestele. Elemise meeste näohoolitsus koos jõulise Elemise spordimassaažiga. Täiuslik lõõgastus!

escape

journey



Elemis

‘Defined by Nature, led by science’ something which Elemis take very seriously and always

„Pärineb loodusest, tugineb teadusel“ on Elemise moto, mida väga täpselt järgitakse ning millele toetudes tooteid

formulate their products with this in mind. Elemis always take the purest extract, highest

luuakse. Elemis valib alati kõige puhtamad ekstraktid ja tugevaimad kontsentratsioonid, mida seejärel laboris

concentrate and then develop in the lab to push the science to the limit.

arendatakse, kuni saavutatakse parim võimalik tulemus.

spa packages / spa paketid

All our packages include use of the spa facilities. Package additions may be added and include afternoon tea, champagne, strawberries, gift packs, lunch or any combination including overnight stays. Just ask!

Kõik meie paketid sisaldavad spaa saunade- ja basseinala kasutust. Pakettidele võib lisada näiteks pärastlõunase tee, vahuveini, maasikad, kingipaki, lõuna või, mis tahes kombinatsiooni, kaasa arvatud ööbimise. Küsige julgelt!

Eforea Indulgence

90MIN 105 €

A half hour signature massage followed by an exclusive half-hour exotic moisture facial. Indulgently completed with exotic, softening hand treatment.

Pool tundi kestev eriline massaaž, millele järgneb eksklusiivne poole tunnine eksootiline niisutav näohooldus. Lõpetuseks eksootiline ja pehmendav kätehooldus.

Eforea Escape

90MIN 129 €

It's Your choice! Choose from any one hour facial or body wrap followed by our Freestyle custom massage.

Teie valik! Valige, mis tahes ühetunnine näohooldus või kehamähis, millele järgneb Freestyle Custom Massage.

Eforea Retreat

180MIN 199 €

The ultimate eforea experience wheter you choose to detox or pamper yourself.

Ülim Eforea kogemus, ükskõik kas soovite mürkaineid väljutavat või täiuslikku nahka hellitavat elamust.

Total body detox

This detoxifying experience begins with an uplifting Lime & ginger body scrub followed by our Targeted toning tightener. This treatment package offers real results and is completed with an one-hour Freestyle deep tissue massage.

See elamus algab meeliülendava kehakoormisega, millele järgneb naha pinguldamine. See pakett tagab kohesed tulemused ja lõpeb ühetunnise spordimassaažiga.

Ultimate pampering

A complete experience for the entire face and body. Starting with a Body nectar nourishing wrap followed by an Essence aroma massage. To leave you feeling totally radiant and pampered, this package is completed with a smoothing Superfood pro-radiance facial.

Täiuslik kogu keha kogemus, mis algab toitva kehamähisega, millele järgneb aroomimassaaž. Paketi lõpetuseks on silendav supertoitev näohooldus, et tunneksite end säravalt ja hoolitsetult.

CANCELLATION POLICY

It is our aim to meet our guest needs wherever possible by offering a flexible appointment and booking system. To achieve this, we need to be able to maximise the availability of our treatment rooms, which are sometimes reserved by a guest who fails to make their scheduled appointment. To alleviate this and instigate an even more effective diary management, we have the following policy on cancellation or no-show. Less than 24 hours-notice, 100% of the retail price of the beauty/spa service or spa package.

SPA ATTIRE & ETIQUETTE

Day Spa guests will be provided with a robe, towel and slippers, swimwear is compulsory within the pool and thermal area. To preserve the serenity of eforea spa we kindly ask that our guests either silence or switch off all mobile devices please.

ARRIVAL & SPA FACILITIES

We recommend you arrive at eforea spa reception at least 15 minutes prior to your scheduled appointment. If you are running late we ask that you contact us as soon as you can. Every effort will be made to honour your treatment time, however this may not always be possible.

MINIMUM AGE

The minimum age is 16 for all spa treatments.

GIFT CERTIFICATES

Our team will be delighted to help you select the perfect gift. Spa Gift Certificates can be purchased by telephone, in person or via our website.

YOUR HEALTH

We advise that thermal and hydrotherapy experiences are not to be used by guests under 16, during pregnancy or under medical supervision of any kind. For all treatments if you are undergoing medical treatment or think you may be pregnant please advise at the time of booking as some of the treatments that are offered are not suitable for guests with certain medical conditions.

SCHEDULING AN APPOINTMENT

It's easy to schedule an appointment. Simply contact us at the spa reception on +372 6 305 430 and we can guide you on your selection. To ensure your preferred time and service is available we recommend to book in advance. Pricing & services are subject to change.

TÜHISTAMINE

Võimalusel tuleme vastu oma küllastajate vajadustele, pakudes paindlikku aegade broneerimise süsteemi. Selle saavutamiseks üritame tagada oma hoolitsuste ruumide maksimaalse kättesaadavuse, kuid vahel on need reserveerinud küllastajad, kellel ei ole võimalik broneeritud ajaks kohale tulla. Selliste olukordade vähendamiseks ja broneerimise süsteemi haldamise tõhustamiseks, kehtib meil järgmine tühistamise või tulemata jätmise poliitika. Kui etteatamise aeg on lühem kui 24 tundi, tuleb tasuda 100% spaatenuuse, või spaapaketi hinnast.

SPAA RIETUS JA ETIKETT

Päevaspaa küllastajatele antakse hommikumantel, Spaa rätik ja sussid. Saunade- ja basseinalal on kohustuslik kanda ujumisriideid. eforea spa rahuliku keskkonna tagamiseks, palume küllastajatel lülitada välja või panna hääletule režiimile oma mobiiltelefonid.

SAABUMINE JA SPAA SAUNADE- JA BASSEINIALA

Soovitame tulla eforea spa vastuvõttu vähemalt 15 minutit enne broneeritud aega. Kui jääte hiljaks, teavitage meid sellest esimesel võimalusel. Püüame Teile siiski pakkuda täies pikkuses hoolitsust, kuid alati ei ole see kahjuks võimalik.

MINIMAALNE VANUS

Kõikidele spaa hoolitsustele kehtib vanusepiirang 16 aastat.

KINKEKAARDID

Aitame meeeldi Teid ideaalse kinkekaardi valimisel. Spaa kinkekaarte saab osta telefoni teel või kohale tulles.

TEIE TERVIS

Kehamähiseid ei soovita me alla 16-aastastele, rasedatele või mis tahes meditsiinilise järelevalve all olevatele inimestele. Iga hoolitsuse puhul soovitame enne broneerimist personaali teavitada, kui läbite ravikuuri või usute, et võite olla rase, kuna mõned pakutavatest hoolitsusest ei sobi teatud meditsiiniliste näidustustega küllastajatele.

AJA BRONEERIMINE

Aja broneerimine on lihtne. Lihtsalt helistage meie spaa administraatorile telefonil +372 6 305 430 ning aitame Teil valikuid teha. Veendumaks, et soovitud aeg ja teenus on saadaval, soovitame ette broneerida.



eforea spa Hilton Tallinn Park

We can't wait to meet you. To get in touch with one of our team or to make an appointment, please call us or come and see us today and get to know a brighter version of yourself.

phone +372 6 305 430, e-post: tallinn.eforea@hilton.com

Ootame Teid! Kui soovite meiega ühendust võtta või aega kinni panna, helistage või tulge juba täna meile külla ning õppige tundma enda säravat poolt.