



pürovel spa & sport

OPERATION HOURS:

Fitness and Pool Area 6:30am - 11pm
Spa Treatments 8am - 10pm

CONTACT DETAILS

Pürovel Spa & Sport

Swissôtel The Bosphorus, Istanbul

Phone: +90 212 326 2990

In house guest, please dial 2990 or press the
Spa Speed Dial button (3304).

ÇALIŞMA SAATLERİ:

Fitness ve Havuz Alanı 06.30 - 23.00
Spa Bakımları 08.00 - 22.00

KONTAK BİLGİLERİ

Pürovel Spa & Sport

Swissôtel The Bosphorus, Istanbul

Tel: (0212) 326 2990

Otel misafirlerimiz, lütfen 2990'ı arayın ya da
Spa Hızlı Arama butonuna (3304) basın.

purovel.istanbul@swissotel.com

www.purovel.com/istanbul

www.swissotel.com

www.swissotel.com.tr/istanbul

Pürovel is a distinctive group of deluxe spa & sport facilities located within Swissôtel Hotels & Resorts worldwide. It provides an Alpine-inspired solution to healthy living within a stylish and contemporary environment.

The Pürovel philosophy is derived from the origin of well-being and the use of nature's resources, such as stone, wood, water, flora, pure invigorating Alpine air and the changing seasons of the Swiss mountains. Pürovel spa treatments, using essential oils organically produced in Switzerland, work in symmetry with the sports training facilities, having both been designed to invigorate and vitalise in rhythm with the seasons.

Along with Pürovel products we are proud to work with Aromatherapy Associates, who have been at the forefront of aromatherapy for over 30 years. Their essential oils with unique and recognizable aromas are highly effective in enhancing physical, mental and emotional well-being.

Cinq Mondes cosmetic products, inspired by ancient recipes, take you on genuine sensorial journeys thanks to their fantastic range of high quality, authentic treatments.

Tüm dünyada Swissôtel Hotels & Resorts'lar bünyesinde hizmet veren Pürovel, ayırt edici özelliklere sahip bir spa ve spor grubudur. Alpler'den ilham alan sağlıklı yaşam çözümlerini, misafirlerine şık ve güncel bir ortamda sunar.

Pürovel felsefesi; 'well-being' kavramının yanı sıra taş, tahta, su ve flora gibi doğanın kaynakları, Alpler'in tazeleyici havası ve dağlardaki mevsimsel değişimden hareketle oluşturulmuştur. İsviçre'de üretilen çeşitli organik yağların kullanıldığı Pürovel spa bakımları, spor çalışmalarıyla birlikte etki gösterir ve her ikisi de mevsimlerin ritmiyle canlandırmak ve güç vermek üzere dizayn edilmiştir.

Pürovel ürünleriyle birlikte; 30 yıldır aromaterapi alanının önde gelen markalarından biri olan Aromatherapy Associates'i de sunmaktan gurur duyuyoruz. Markanın benzersiz ve anında fark edilen aromalara sahip temel yağları; fiziksel, zihinsel ve duygusal hissedışı yükseltmede büyük bir etki sağlıyor.

Antik reçetelerden ilham alan Cinq Mondes kozmetikleri ise kalite, otantiklik ve ritüelle özdeşleşmiş geniş bir yelpazedeki bakımlarıyla misafirlerimizi gerçek bir duyumsal yolculuğa çıkarıyor.



pürovel spa & sport signature treatments

PÜROVEL ALPINE SPRING MASSAGE 50/80 MINUTES

A relaxation style massage with medium pressure eases tension and stimulates blood flow. Deep breathing with our signature Pürovel aromatherapy blend clears the mind and breathing passages. A perfect massage for active people who need some muscle recovery.

PÜROVEL MOUNTAIN MEADOW MASSAGE 50/80 MINUTES

This customised relaxation massage uses long, smooth strokes to relax muscles and aid both the lymphatic and circulatory systems. Deep breathing with our signature Pürovel aromatherapy blend starts the relaxation process and prepares you for this nourishing body, mind and skin massage.

PÜROVEL MOUNTAIN STONE MASSAGE 50/80 MINUTES

Our signature Pürovel aromatherapy blend combines essential oils with hot stones, to create a deep heat massage which releases tensions, relieves muscles and melts away stress.

TURKISH HAMMAM 30/60 MINUTES

This helps the blood circulation in your body to improve and is followed by a soap massage, where your body will be covered from head to toe in a pleasant smelling lather of soap.

SHIATSU MASSAGE 50/80 MINUTES

This Far Eastern traditional massage is based on using acupressure on meridian points activating your self-healing power and releasing blockages in your own energies. Shiatsu means "fingerprint" and is a massage that helps to recover your energy and equilibrium.

THAI MASSAGE 50/80 MINUTES

This massage is an interactive form of bodywork, involving deep muscle stretching which improves the flexibility of the entire body. Switch off your mind and begin your journey, guided by your professional therapist.

REFLEXOLOGY 20/50 MINUTES

The soles of the feet act much like a mirror of your body, reflecting related reflex zones in your muscles and organs. Reflexology therefore helps to support your inner body, mind and spirit.

pürovel spa & sport imzalı bakımlar

PÜROVEL ALPLER BAHAR MASAJI 50/80 DAKİKA

Orta şiddette basınç uygulaması içeren bu rahatlama masajı, tansiyonu hafifletir ve kan dolaşımını artırır. Pürovel'in özel aromaterapi karışımını derin derin solumak ise zihni temizler, solunum yollarının açılmasını sağlar. Kaslarındaki gerilimi atmak isteyen aktif kişiler için mükemmel bir masajı...

PÜROVEL DAĞ ÇAYIRI MASAJI 50/80 DAKİKA

Bu kişiye özel masaj, uzun ve yumuşak dokunuşlarla kasları gevşetirken hem lenf, hem de dolaşım sistemi üstünde olumlu etki yaratır. Pürovel'in özel aromaterapi karışımı rahatlama sürecini başlatır ve sizi; beden, zihin ve cildi besleyen bu masaja hazırlar.

PÜROVEL DAĞ TAŞI MASAJI 50/80 DAKİKA

Esansiyel yağlarla sıcak taşın bir araya geldiği Pürovel'in özel aromaterapi karışımıyla tansiyonu hafifleten, kasları rahatlatan ve stresi uzaklaştıran bir derin ısı masajıdır.

TÜRK HAMAMI 30/60 DAKİKA

Cildinizi arındırmak için bu Osmanlı geleneğinde yerinizi alın. Teniniz, tekrar hava alması için keselenerek ölü deri hücrelerinden arındırılır. Bu işlem, kan dolaşımınıza da iyi gelir. Bunu, harika bir koku bulutunun altında baştan ayağa yapılan bir sabun masajı takip eder.

SHIATSU MASAJI 50/80 DAKİKA

Shiatsu, kendi iyileştirici gücünüzü harekete geçirmek ve içsel enerji akışınızı bloke eden unsurları ortadan kaldırmak amacıyla vücudunuzdaki meridyen noktalar üzerine basınç uygulama tekniğine dayalı bir Uzak Doğu masajıdır. "Parmak izi" anlamına gelir ve enerji dengenizi onarmanıza yardımcı olur.

THAI MASAJI 50/80 DAKİKA

Genel vücut esnekliğini artırmayı amaçlayan, derin kas esnetme hareketleri içeren etkileşimli bir masajdır. Zihninizin şalterini indirin ve profesyonel terapistinizin rehberliğinde bu yeni, zenginleştirici yolculuğa çıkın.

REFLEKSOLOJİ 20/50 DAKİKA

Ayak tabanlarınız bedeninizin ve iç organlarınızın aynası gibidir, bunların refleks noktalarını yansıtır. Şimdi bedeninize, zihninize ve spiritüel dengenize daha çok destek olmanın tam zamanı.

man's world

THE REFINERY ESSENTIAL FACIAL

50 MINUTES

When time is short and you need to look your best, this deep cleansing and brightening facial will leave your skin looking clean and luminous. The results are a clear, clean and bright complexion, full of health and vitality.

THE REFINERY POWER LIFT FACIAL

80 MINUTES

A thorough and results-driven facial using electrical micro-currents, which increase the power of the active products and stimulate the skin at the deepest level. Facial muscles are lifted and toned and skin is boosted and hydrated, smoothing fine lines and wrinkles. A pressure point massage is carried out on the neck and shoulder area to aid relaxation.

DEEP TISSUE MASSAGE

50/80 MINUTES

Deep tissue is a powerful, toning muscle massage technique, which has a relaxing and regenerating effect. Its deep action relieves muscular and nervous tension. Particular attention is given to the back, shoulders and legs.

Deep tissue massage is suitable for both ladies and gentlemen.

erkeğin dünyası

THE REFINERY ÖZLÜ YÜZ BAKIMI

50 DAKİKA

Zamanınız darsa ve iyi görünmeniz gerekiyorsa, bu derinlemesine temizleyen ve aydınlatan yüz bakımı cildinizin temiz ve ışıltılı görünmesini sağlayacak. Sonuç sağlık ve canlılık dolu, duru, temiz ve parlak bir yüz.

THE REFINERY POWER LIFT YÜZ BAKIMI

80 DAKİKA

Aktif ürünlerin gücünü artırmak ve cildi en derin seviyede uyarmak için "galvanik ve mikro akım" kullanan eksiksiz ve sonuç-odaklı bir yüz bakımı. Yüz kaslarını kaldırır ve onlara ton verir, cildi canlandırır ve nemlendirir; ince çizgileri ve kırışıklıkları düzeltir. Rahatlamaya yardımcı olmak için boyun ve omuz bölgesine basınç noktası masajı uygulanır.

DERİN DOKU MASAJI

50/80 DAKİKA

Derin Doku rahatlatıcı ve yenileyici bir etkisi olan, güçlü, ton kazandıran bir kas masajı tekniğidir. Derin etkisi kas ve sinir gerilimini giderir. Sırt, omuzlar ve bacaklara özel önem verilir.

Derin doku masajı hem erkekler hem de kadınlar için uygulanabilmektedir.



aromatherapy well-being!

RELAX DE-STRESS REVIVE SUPPORT ENRICH RENEW

THE ULTIMATE AROMATHERAPY EXPERIENCE^{AA} 50/80 MINUTES

This personalised treatment caters for your individual needs, releasing tension and leaving you feeling deeply relaxed and re-charged.

ESSENTIAL BACK MASSAGE^{AA} 20 MINUTES

A deep tissue back massage to relieve muscular tension and soothe any aches and pains.

INTENSIVE MUSCLE RELEASE^{AA} 50/80 MINUTES

An intensive massage that works deep into stiff, tight, aching muscles, to instantly release pain and tension.

LYMPHATIC DRAINAGE MASSAGE^{AA} 50 MINUTES

A treatment to cleanse and detoxify your body, eliminating toxins and waste by using pressure points and lymphatic drainage.

aromatherapy well-being!

RELAX DE-STRESS REVIVE SUPPORT ENRICH RENEW

ÜST DÜZEY AROMATHERAPY DENEYİMİ^{AA} 50/80 DAKİKA

Size özel bir aromaterapi deneyimi ile ihtiyaçlarınıza göre düzenlenir, stresinizi azaltır, derin bir rahatlama ve zindelik sunar.

GENEL SIRT MASAJI^{AA} 20 DAKİKA

Kas gerginliğini azaltıcı, ağrı ve acı hafifletici derin doku sırt masajı.

YOĞUN KAS GEVŞETİCİ MASAJI^{AA} 50/80 DAKİKA

Acı ve gerilimi hızla azaltmak amacıyla sertleşen, gergin kaslar üzerinde uygulanan yoğun bir masajdır.

LENFATİK DRENAJ MASAJI^{AA} 50 DAKİKA

Yüzdeki basınç noktaları ve lenfatik drenaj ile vücudunuzu temizleyen ve toksinlerden arındıran bir bakımdır.



cinq mondes massages

Discover the benefits of Cinq Mondes massages and well-being treatments, one of the world's best treatment ranges for recovering the harmony of your body and mind.

RELAXING BACK MASSAGE

20MINUTES

Discover the virtues of this deeply relaxing massage. By focusing on the back, neck and shoulder blades, this treatment releases built-up tension providing a feeling of well-being and total relaxation.

ENVELOPING BALINESE MASSAGE

50 MINUTES

Immerse yourself in an ancestral ritual massage from Bali which uses a traditional tropical nut balm. This massage includes gentle Thai pulling and traditional stretching movements.

TONING INDIAN AYURVEDIC MASSAGE RITUAL

50 MINUTES

This hot oil, toning massage is derived from ancient Indian tradition and uses a variety of invigorating strokes. Enjoy the vanilla and cardamom fragrances of this treatment which helps to relieve muscles, encourage sound sleep and leave skin silky-soft.

RELAXING NORTH AFRICAN MASSAGE RITUAL

50 MINUTES

A skilled massage that works on the entire body using delicately perfumed hot Argan oil. The expert hands of the massage therapist work on tender knots and tensions to eliminate toxins and muscle pain while promoting a state of pure wellness.

cinq mondes masajları

Vücudunuzun ve zihninizin uyumunu yeniden kazanmak için dünyanın en iyi masajları ve zindelik bakımlarından faydalanın.

RAHATLATICI SIRT MASAJI

20 DAKİKA

Bu derinlemesine rahatlatan masajın faydalarını keşfedin. Sirt, ense ve kürek kemiklerine odaklanan bu bakım biriken gerginliği gidererek zindelik hissi ve tam anlamıyla rahatlama sağlar.

SARMALAYICI BALİ MASAJI

50 DAKİKA

Geçmişten aktarılan bir Bali Ritüel masajından gelen geleneksel Tropical Nuts Melting balm ile yaratılan bir sükûnet dünyasına dalın. Bu küçük kaçamak zarif Tayland çekme ve geleneksel germe hareketlerini içerir.

TON KAZANDIRAN HİNT AYURVEDA MASAJ RİTÜELİ

50 DAKİKA

Binlerce yıllık Hint geleneğinden gelen bu sıcak ton kazandırıcı masaj canlandırıcı darbelerin bir birleşimine dayanır. Kasların rahatlamasına yardımcı olan, deliksiz bir uykuyu çağırır ve cilde ipek yumuşaklığı veren bu bakımdaki vanilya ve kakule kokularının tadını çıkarın.

RAHATLATICI KUZEY AFRIKA MASAJ RİTÜELİ

50 DAKİKA

Zarif parfümlü Argan yağı kullanılarak tüm vücut üzerinde uygulanan yaşayan gerçek masaj sanatı. Masaj terapistinin uzman elleri hassas düğümler ve gerilimler üzerinde çalışarak toksinleri ve kas ağrılarını giderirken, saf bir zindelik hali kazandırır.



aromatherapy associates facial treatments

SOOTHING FACIAL^{AA} WITH BACK MASSAGE

50 MINUTES
80 MINUTES

A truly soothing and calming facial suitable for irritated or inflamed skin, helping to reduce redness, nourish, soothe, and restore the skin's natural radiance.

DEEP CLEANSE FACIAL^{AA} (STEAMING, EXTRACTION & HOT TOWEL COMPRESSES)

80 MINUTES

An intensive treatment that incorporates steaming, extraction and hot towel compresses, alongside facial massage and a freshwater mud mask, leaving a super clean and fresh skin.

EXPRESS FACE OR EYE TREATMENT^{AA} (ADD-ON ONLY)

20 MINUTES

Specialised cleansing and massage techniques improve drainage and circulation, helping to reduce puffiness and dark circles, leaving the eyes fresh.

aromatherapy associates yüz bakımları

RAHATLATICI YÜZ BAKIMI^{AA} SIRT MASAJIYLA BİRLİKTE

50 DAKİKA
80 DAKİKA

Zarar görmüş veya iltihaplı ciltlerde gerçek bir rahatlama ve serinleme yaratan bu bakım; kırmızılıkları azaltır, cildi besler ve doğal ışıltısını ona geri kazandırır.

DERİN ARINDIRMA YÜZ BAKIMI^{AA} (BUHAR, EKSTRAKSİYON & SICAK HAVLU KOMPRESİ)

80 DAKİKA

Buhar, ekstraksiyon ve sıcak havlu kompresinin ortak etkisi, yüz masajı ve tatlı su çamur maskesi ile inanılmaz temiz ve taze bir cilde kavuşmanızı sağlayan yoğun bir bakımdır.

EKSPRES YÜZ VEYA GÖZ BAKIMI^{AA} (EK OLARAK ALINABİLİR)

20 DAKİKA

Drenaj ve kan sirkülasyonunu artırarak gözlerdeki şişkinliği ve göz çevresindeki halkaları azaltmak suretiyle tazelik sunan özel bir masaj tekniğidir.



aromatherapy anti-ageing and aroma radiance lift treatments

AGE REPAIR FACIAL^{AA} (FIRMING)

80 MINUTES

An intensive treatment for ageing skin, including a unique dual layering of intensive masks, with specific lifting, plumping and firming massage. Delivers instantly visible results.

AROMA LIFT FACIAL^{AA}

50 MINUTES

A treatment to help combat the first signs of ageing - a lack of elasticity, the appearance of fine lines and wrinkles, as well diminishing luminosity and radiance. This treatment is ideal for when you need visible and instant results, including lifted and toned facial muscles, smoothing of fine lines and re-plumped skin for a glowing and radiant complexion.

AROMA CLEAR FACIAL^{AA}

50 MINUTES

For those needing a deep and effective cleanse that cannot be achieved with products alone. This facial is recommended to maintain super clear skin and pores and is also perfect for problematic skin. The results are a clear, clean and bright complexion, full of health and vitality.

ULTIMATE AROMA RADIANCE FACIAL^{AA}

80 MINUTES

The ultimate treatment combining Aroma Lift and Aroma Clear, this is for those whose skin is dull, tired and lacking tone or elasticity. Visible immediately, your skin will be deeply cleansed, lifted and toned, while fine lines are plumped out giving you natural glowing, healthy and radiant skin. The result of the Ultimate Radiance Facial is supremely nourished, hydrated skin with a visible lifting and toning of the facial muscles.

aromatherapy anti-aging ve aroma ışıltı lift bakımları

YAŞLANMA KARŞITI YÜZ BAKIMI^{AA} (SİKILAŞTIRMA) 80 DAKİKA

Yaşlanan cilde yönelik eşsiz çift katmanlı özel maske uygulamasının yanı sıra; spesifik kaldırma, dolgunlaştırma ve sıkılaştırma masajları da içeren çok özel bir bakımdır. Sonuçları anında fark edilir.

AROMA LIFT YÜZ BAKIMI^{AA}

50 DAKİKA

Yaşlanmanın ilk işaretlerinden kaygılananlar için: Esneklik eksikliği, ince çizgiler ve kırışıklıkların görülmesi ile ışıltı ve parlaklığın azalması durumlarında. Görünür ve hızlı sonuçlara ihtiyaç duyduğunuzda... Sonuç parlayan ve ışıldayan bir yüz için kaldırılmış ve ton kazanmış yüz kasları, ince çizgilerin düzeltilmesi ve yeniden dolgunlaştırılmış bir cilt.

AROMA CLEAR YÜZ BAKIMI^{AA}

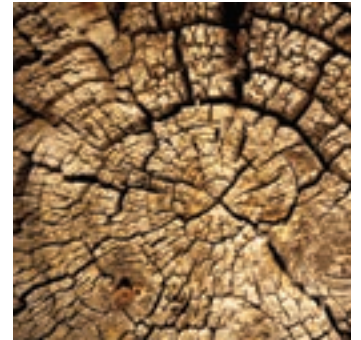
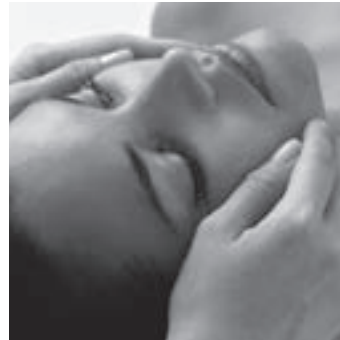
50 DAKİKA

Sadece ürünlerle gerçekleştirilemeyecek derin ve etkili bir temizliğe gereksinim duyanlar için. Bu yüz bakımı tertemiz bir cilde ve gözeneklere sahip olmak için önerilir ve ayrıca sorunlu ciltler için de mükemmeldir. Sonuç sağlık ve canlılık dolu, duru, temiz ve parlak bir yüz.

ULTIMATE AROMA IŞILTIL YÜZ BAKIMI^{AA}

80 DAKİKA

Aroma Lift ve Aroma Clear'ı bir araya getiren en ileri bakım. Cildinin donuk, yorgun ve ton ile esnekliğini kaybetmiş olmasından kaygılananlar için... Anında ve görünür sonuçlar sunar. Cildiniz derinlemesine temizlenir; kaldırılır ve ton kazanırken, ince çizgiler doldurulur ve doğal bir şekilde ışıldayan, sağlıklı ve parlak bir tene kavuşursunuz. Bakımın sonucu; yüz kaslarının görünür bir şekilde kalkıp ton kazandığı, derinlemesine beslenmiş ve nemlenmiş bir cilttir.



cinq mondes facial treatments

Our facials, tailor-made to suit the requirements of your skin, combine the efficiency of professional products, natural active ingredients from traditional plants and herbs and high-performance techniques to smooth facial lines and relax the entire body.

BALI FLOWERS RITUAL EXPRESS RADIANCE FACIAL 20 MINUTES

Enjoy the delicate scents of tropical flowers in this “express radiance” treatment, paired with a relaxing massage of the face, neck and scalp. Inspired by Balinese beauty rituals, discover the virtues of this treatment combining skin cleansing, well-being and beauty.

BALI FLOWERS AND FRUITS RITUAL SKIN RENEWAL FACIAL 50 MINUTES

Deep cleansing treatment, skin perfecter and “radiance booster” inspired by Balinese beauty rituals. Take full advantage of the benefits of the natural tropical flowers and natural AHA fruit acids active ingredients which restore purified and smoothed skin for a radiant complexion.

FIVE FLOWERS RITUAL ILLUMINESCENCE FACIAL 50 MINUTES

Based on an ancestral Balinese ritual, this treatment includes a purifying deep pore cleanse and a relaxing massage of the face, neck and shoulder muscles. The treatment blends the extracts of five tropical flowers and a patented ingredient, Kombuchka®, which helps the skin to glow.

PRECIOUS “KO BI DO®” GLOBAL ANTI-AGE FOUNTAIN OF YOUTH FACIAL 80 MINUTES

This “global anti-ageing” facial includes a manual anti-wrinkle treatment from the Japanese “Ko Bi Do” ritual paired with a regenerating mask. The treatment works deeply on wrinkles, firmness and results in a dewy complexion. With a focus on the eye contours, lips, neckline and arms, skin feels soft and youthful as a result.

cinq mondes yüz bakımları

Yüz bakımları-masajlarımız cildinizin ihtiyaçlarına uygun bir şekilde oluşturulur; yüz çizgilerini düzleştirmek ve tüm vücudu rahatlatmak için profesyonel ürünlerin etkinliğini, geleneksel farmakopelerin doğal etkin bileşenlerini ve yüksek performanslı hareketleri bir araya getirir.

BALI ÇİÇEK RİTÜELİ HIZLI PARILTI YÜZ BAKIMI 20 DAKİKA

Rahatlatıcı yüz, boyun ve kafa masajının eşlik ettiği bu “hızlı parıltı” bakımın tropik çiçeklerden gelen narin kokularının tadına varın. Bali güzellik ritüellerinden esinlenen ve cilt temizliği, sağlık ve güzelliği bir arada sunan bu bakımın faydalarını keşfedin.

BALI ÇİÇEK VE MEYVE RİTÜELİ CİLT YENİLEME YÜZ BAKIMI 50 DAKİKA

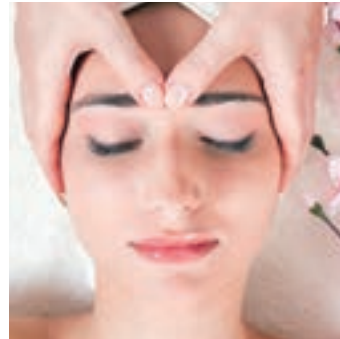
Bali güzellik ritüellerinden esinlenen derinlemesine temizleme bakımı, cilt düzeltici ve “parıltı artırıcı” için doğal tropik çiçeklerin ve doğal AHA meyve asitlerindeki aktif bileşenlerin faydalarından duru ve kırışksız cilt ile parlak bir yüze yeniden sahip olmak için faydalanın.

BEŞ ÇİÇEK RİTÜELİ İŞİLTİ YÜZ BAKIMI 50 DAKİKA

Geçmişten gelen Bali ritüeline dayanan bu bakım, arındırıcı derinlemesine gözenek temizleme içerir ve beş tropik çiçek özünü ile cildin parlamasını sağlayan patentli bir bileşen olan Kombuchka®'yı harmanlar. Yüz, ense ve omuz kaslarına uygulanan büyüleyici bir masaj cildin canlılığını uyandırır.

DEĞERLİ “KO BI DO®” GLOBAL ANTI-YAŞLANMA GENÇLİK PINARI YÜZ BAKIMI 80 DAKİKA

Japon “Ko Bi Do” ritüelinden gelen bu kırışık giderici “global anti-yaşlanma” yüz bakımı, birlikte uygulandığı canlandırıcı maske ile kırışıklıklar üzerinde çalışarak sıklık ve çiğ tazeliği sağlar, göz çevresi, dudaklar, boyun hattı ve kollar üzerine odaklanır. Cildiniz yumuşak ve genç bir hissiyata kavuşurken, ruhunuz ve zihniniz dinlenecek.



aromatherapy associates body treatments

INTENSE NOURISHMENT^{AA} 80 MINUTES

A deep treatment for dry, lifeless skin, to leave the whole body intensely nourished and smooth. Includes a scrub, followed by the layering of hydrating marine algae and a velvety moisturising body butter.

DETOX & REVIVE^{AA} 50 MINUTES

Perfect for times of over-indulgence or when you're just feeling a little sluggish, this treatment combines zesty citrus oils to leave you feeling invigorated and full of energy.

BESPOKE SKIN POLISH^{AA} 20 MINUTES

A relaxing all-over exfoliation and layering of richly nourishing products, to leave the skin looking radiant and feeling wonderfully smooth.

aromatherapy associates bath ritual

20 MINUTES

RELAX DE-STRESS REVIVE SUPPORT ENRICH RENEW

Based on your emotional and individual needs, we will personalise your bath experience using one of our exotic aromatherapy oils.

aromatherapy associates pregnancy treatments

ULTIMATE ROSE PREGNANCY MASSAGE^{AA} 50 MINUTES

Relieve stresses and strains, heavy legs and an aching back with this all-over body treatment. Includes relaxing and rejuvenating full scalp and facial massage.

ULTIMATE ROSE POST PREGNANCY SKIN NOURISHER^{AA} 50 MINUTES

This deeply restorative, pampering, all-over body treatment incorporates exfoliation and the layering of products, to immediately restore the skin's quality and appearance.

aromatherapy associates vücut bakımları

YOĞUN BESLEYİCİ^{AA} 80 DAKİKA

Kuru, canlılığını yitirmiş ciltlere özel, tüm vücudu derinlemesine besleyen ve pürüzsüz kılan yoğun bir bakımdır. Peeling'in ardından hidrasyon için deniz yosunu ve kadifemsi bir nemlendirme için vücut kremi uygulanır.

DETOKS VE CANLANMA^{AA} 50 DAKİKA

Kendinizi biraz bitkin hissettiğinizde veya şımartmak istediğinizde, sizi zindelik ve enerjile dolduracak aromatik limon yağlarıyla mükemmel bir bakım sunar.

KİŞİYE ÖZEL CİLT CİLASI^{AA} 20 DAKİKA

Bu bakım; cildinizi ölü hücrelerden arındırıp zengin besleyici ürünlerle kaplayarak rahatlatır; teninizi ışıltılı bir görünüme ve olağanüstü yumuşak bir dokuya kavuşturur.

aromatherapy associates banyo ritüeli

20 DAKİKA

RELAX DE-STRESS REVIVE SUPPORT ENRICH RENEW

Duygusal ve bireysel gereksinimleriniz doğrultusunda, egzotik aromaterapi yağlarımızı kullanarak banyo deneyiminizi size özel kılacağız.

aromatherapy associates hamile bakımları

ÜST DÜZEY GÜL BAZLI HAMİLE MASAJI^{AA} 50 DAKİKA

Tüm vücuda uygulanan bu bakım; stres ve gerilime, bacaklardaki yorgunluğa ve sırt ağrılarına iyi gelir. Rahatlatıcı ve yenileyici kafa derisi ve yüz masajı içerir.

ÜST DÜZEY GÜL BAZLI HAMİLELİK SONRASI CİLT BESLEYİCİ^{AA} 50 DAKİKA

Bu derin onarıcı ve şımartıcı tam vücut bakımında, cildiniz ölü hücrelerinden temizlenip gül içerikli ürünlerle kaplanır; cildin kalite ve görünümünü hızla tekrar yapılandırır.

cinq mondes body treatments (preparatory treatments)

PURIFYING & EXFOLIATING SCRUB WITH TRADITIONAL BLACK SOAP **20 MINUTES**

Discover this body purification process inherited from the Oriental Hammam tradition. The North African Beldi black soap is an ancient recipe that deeply exfoliates whilst improving the skin's silkiness when applied with an authentic Kassa glove.

PURIFYING DETOX TREATMENT WITH NORTH AFRICAN RHASSOUL POULTICE **20 MINUTES**

A purifying and detoxifying wrap, using a therapeutic North African Rhassoul Poultrice. Traditionally found in a Hammam, this natural Arabic clay promotes visible toning, silkiness and detoxification of the skin.

POLISHING "PAPAYA PURÉE" SCRUB **20 MINUTES**

A delicate yet effective body polish, derived from an ancient Siamese ritual. The skin is polished using a rich and finely grained papaya purée. Lushly perfumed, your skin is buffed to perfection and shines with a superb radiance.

REFINING AROMATIC SCRUB WITH PRECIOUS AND RARE SPICES **20 MINUTES**

Delight yourself in an ancestral ritual, inspired by a deeply rooted custom of body renewal from Java. With a fascinating earthy scent and a brilliant refining recipe featuring zesty spices and sea salts, you'll emerge with a satin smooth skin and increased energy levels.

AROMATIC BATH **20 MINUTES**

The ceremony of the Aromatic Bath combines the benefits of essential oils and chromotherapy for total relaxation.

cinq mondes vücut bakımları (hazırlayıcı bakımlar)

GELENEKSEL SİYAH SABUN İLE ARINDIRICI VE YENİLEYİCİ PEELING **20 DAKİKA**

Doğuya özgü hamam geleneğinden gelen bu vücut arındırma işlemini keşfedin. Kuzey Afrika Beldi siyah sabunu, otantik kese ile uygulandığında cildi derinlemesine yenilerken ona ipeksilik sağlayacak kadim bir reçetedir.

KUZEY AFRİKA RASUL LAPASI İLE ARINDIRICI DETOKS BAKIMI **20 DAKİKA**

İyileştirici Kuzey Afrika Rasul Lapası formülü kullanan arındırıcı ve toksin giderici bir yıkı. Bu doğal Arap kili cilde görünür şekilde ton ve ipeksilik kazandırırken detoks sağlar. Hamamın büyüülü evrenine taşınmış gibi hissedeceksiniz.

CİLALAYICI "PAPAYA PÜRESİ" PEELING **20 DAKİKA**

Bu hassas ama etkili vücut cilalama uygulaması, davetkâr bir koyu mandalina rengine sahip zengin ve ince taneli "papaya püresi" içeren bir Siyam ritüelinden doğmuştur. Nefis bir kokuya sahip olacak olan cilt mükemmel bir şekilde dolgunlaşır ve ışıldar.

DEĞERLİ VE ENDER BAHARATLARLA PÜRÜZSÜZLEŞTİRİCİ AROMATİK PEELING **20 DAKİKA**

Java menşeli, kökeni eskilerde yatan vücut yenileme geleneğinden esinlenen geçmişten gelen bir ritüelin keyfine varın. Büyüleyici bir topraklı koku ve lezzetli baharatlar ve deniz tuzları içeren müthiş bir pürüzsüzleştirici reçete ile saten pürüzsüzlüğünde bir cilde ve uyarıcı bir enerjiye uyanacaksınız.

AROMATİK BANYO **20 DAKİKA**

Aromatik Banyo seremonisi, özel yağlarla ve tam rahatlama sağlayan kromoterapiyi bir araya getiriyor.



cinq mondes slimming and firming treatments to refine your silhouette

SLIMMING AND TONING UDVARTANA INDIAN RITUAL 50 MINUTES

A thousand-year-old Indian body slimming treatment that incorporates drainage techniques to help fight cellulite on the legs, hips and arms. This treatment is preceded by a warm body wrap to maximise detoxification and optimise the benefits of a concoction of ginger and Lipocare® (a patented slimming active ingredient).

SLIMMING AND FIRING BRAZILIAN RITUAL 50 MINUTES

Inspired by a Brazilian ritual, this firming and contouring treatment combines caffeine, well known as the most powerful slimming ingredient, with a unique massage and kneading technique to fight cellulite on the legs, abdomen, hips and arms. This treatment is followed by a fresh, firming and purifying body wrap.

silüetinizi düzelten cinq mondes inceltici ve sıkılaştırıcı bakımları

İNCELTİCİ VE SİLÜET BİÇİMLENDİRİCİ UDVARTANA HİNT RİTÜELİ 50 DAKİKA

Bacaklar, karın bölgesi ve kollarda drenaj ve anti-selülit hareketi yaratan, bin yıllık geçmişe sahip bu Hint inceltme bakımında, ciltte detoks sağlamak ve zencefil ile Lipocare®'in (patentli inceltici aktif bileşim) performansını etkili kılmak amacıyla öncelikle beden sıcak bir şekilde sarılır.

İNCELTİCİ VE BİÇİMLENDİRİCİ BREZİLYA RİTÜELİ 50 DAKİKA

Bir Brezilya geleneğinden ilham alan bu inceltici ve şekillendirici bakım; bilinen en güçlü inceltici madde olan kafein ile bacak, karın ve kollardaki selülitte karşı etkili benzersiz bir masaj ve yoğurma tekniğini birleştirir. Bakımımız; biçimlendirici ve arındırıcı taze bir sargı ile tamamlanır.



aromatherapy associates rituals

CLEAR YOUR MIND^{AA}

110 MINUTES

Relieve stress and calm your mind with a refreshing yet soothing experience for body, mind and soul. A chamomile and olive grain scrub refreshes legs and feet before you are treated to a traditional aromatherapy massage using a blend of wild chamomile and frankincense.

JET LAG CURE^{AA}

80 MINUTES

This ritual is for the weary traveller to get you back on track when you're feeling fuzzy and tired. The treatment begins with a dry body brush to smooth and revitalise the skin, followed by a specialised massage to bring you back to reality.

couple ritual - reinvent yourself and your partner

90 MINUTES

TOTAL TIME IN LOTUS EXPERIENCE

110 MINUTES

This complete spa ritual is tailored to you and your partner's emotional and physical needs and is carried out in our Spa suite using our luxury facilities. Your journey starts with a steam to relax the muscles, followed by your prescribed scrub and three different, specially-targeted masks to vitalise every part of your skin. Finishing with an encompassing massage to take every last bit of tension away.

cinq mondes rituals

AYURVEDIC RITUAL

80 MINUTES

Refining Aromatic Scrub with precious and rare spices and Tonifying Indian Ayurvedic Massage Ritual.

RITUAL OF THE ORIENT

80 MINUTES

Purifying & Exfoliating Scrub with Traditional Black Soap, Purifying Detox Treatment with North African Rhassoul Poultice and Relaxing North African Massage Ritual.

"KO BI DO[®]" IMPERIAL YOUTHFUL RITUAL

110 MINUTES

Aromatic Bath, Relaxing Back Massage and "Ko Bi Do" Lifting and Plumping "Fountain of Youth" Facial.

RITUAL FROM SIAM

110 MINUTES

Aromatic Bath, Polishing "Papaya Purée" Scrub and Enveloping Balinese Massage.

aromatherapy associates ritüelleri

ZİHNİNİZİ BOŞALTIN^{AA}

110 DAKİKA

Zihninizdeki karmaşa ve stresi; beden, akıl ve ruhunuza aynı anda iyi gelen, tazeleyici ve iyileştirici bir deneyimle atabilirsiniz. Yabani papatya ve sıgla karışımının kullanıldığı geleneksel bir aromaterapi masajı öncesinde, papatya ve zeytin bileşimiyle yapılan bakım, bacak ve ayaklarınızı tazeleyecek.

JET LAG'DEN KURTULUN^{AA}

80 DAKİKA

Yere inmeden kalkış yapın! Yorucu uçuşlar yapıyor ve kendinizi bitkin hissediyorsanız bu ritüel tam size göre. Önce kuru bir vücut fırçası ile cildinizi yumuşatıp canlandıran, sonra çok özel bir masajla sizi gerçek dünyaya hazırlayan bir bakım...

çift ritüeli-kendinizi ve partnerinizi yeniden keşfedin

90 DAKİKA

TOPLAM LOTUS DENEYİMİ

110 DAKİKA

Siz ve partnerinizin fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarına göre tasarlanan bu kişiye özel gerçek spa ritüeli, spa süitimizin lüks imkanları kullanılarak gerçekleştirilir. Yolculuğunuz önce buharla kaslarınızı gevşeterek başlar; sonra öngörülen peeling aşaması ve cildinizin her bir noktasını minerallerle buluşturan üç farklı özel maske uygulaması ile devam eder. Tüm geriliminizi geride bırakacağınız, nazik, harikulade bir tam vücut masajıyla sonlanır.

cinq mondes ritüelleri

AYURVEDİK RİTÜEL

80 DAKİKA

Ender bulunan değerli baharatlarla aromatic peeling ve güçlendirici ayurvedik Hint masaj ritüeli.

DOĞU RİTÜELİ

80 DAKİKA

Kara sabun ile arındırıcı peeling, Kuzey Afrika Rhassoul lapasıyla Arındırıcı Detox Bakımı ve Rahatlatıcı Kuzey Afrika masaj ritüeli.

"KO BI DO[®]" İMPARATORLARA ÖZEL GENÇLEŞTİRME RİTÜELİ

110 DAKİKA

Aromatik Banyo, Rahatlatıcı Sırt Masajı "Ko Bi Do[®]" Toparlayıcı "Gençlik Kaynağı" Yüz Bakım Masajı.

SIYAM RİTÜELİ

110 DAKİKA

Aromatik Banyo, Parlatıcı "Papaya Purée" Peeling ve Kaplayıcı Bali Masajı.

aromatherapy associates day packages

MOOD ENHANCER

150 MINUTES

For times when you need a little emotional pampering, this indulgent treatment helps to harmonise and rejuvenate the spirits to suit your needs, completed with a one hour facial to rejuvenate your skin.

- Hammam 30 min
- The Ultimate Aromatherapy Experience 60 min
- Deep Cleanse Facial 60 min
- Free use of pool, gym and steam/sauna facilities.

PAMPER PARTY

210 MINUTES

This package covers everything you need to get yourself and your skin in the party spirit.

- Hammam 30 min
- Invigorating and Revive Massage 60 min
- Soothing Facial 60 min
- Reflexology 60 min
- Free use of pool, gym and steam/sauna facilities.

RESHAPE AND CONTOUR YOUR BODY

180 MINUTES

Need to slim into a dress size that's too small or looking to detoxify and eliminate toxins, this package is for you.

- Aromatherapy Associates Bath Ritual 30 min
- Lymphatic Drainage Massage 60 min
- Detox & Revive 60 min
- Aromatherapy Express Facial 30 min
- Free use of pool, gym and steam/sauna facilities.

THE TASTER PACKAGE

90 MINUTES

If you would like to experience all our treatments but don't have the time then this package is for you.

- Bespoke Skin Polish 30 min
- Intense Muscle Release 30 min
- Express Face or Eye treatment 30 min
- Free use of pool, gym and steam/sauna facilities.

aromatherapy associates günlük paketler

KEYİF ARTIRICI

150 DAKİKA

Kendinizi biraz şımartmak istiyorsanız, içinde bir saatlik çok özel bir yüz bakımının da olduğu bu mutlu edici bakım, ihtiyaç duyduğunuz içsel uyum ve canlanma hissini sunacak. Ve cildinizin yenilenmesini de sağlayacak.

- Hammam 30 dakika
- Üst Düzey Aromatherapy Deneyimi 60 dakika
- Derin Temizlik Yüz Bakımı 60 dakika
- Ücretsiz havuz, spor salonu ve ısı uygulamalarından yararlanma olanağı.

ŞİMARTICI BULUŞMA

210 DAKİKA

Bu paket, size ve cildinize parti hissi yaşatacak her tür bakım ve imkanı içeriyor.

- Hammam 30 dakika
- Zindeleştirici ve Tazeleyici Masaj 60 dakika
- Yatıştırıcı Yüz Bakımı 60 dakika
- Refleksoloji 60 dakika
- Ücretsiz havuz, spor salonu ve ısı uygulamalarından yararlanma olanağı.

VÜCUT HATLARINIZI ŞEKİLLENDİRİN

180 DAKİKA

Bedeninize küçük gelen bir elbiseye girmeye ya da toksinlerinizden arınmaya niyetliyseniz bu paket tam size göre.

- Aromatherapy Associates Banyo Ritüeli 30 dakika
- Lenf Direnç Masajı 60 dakika
- Detoks ve Canlanma 60 dakika
- Aromatherapy Ekspres Yüz Bakımı 30 dakika
- Ücretsiz havuz, spor salonu ve ısı uygulamalarından yararlanma olanağı.

TADIMLIK PAKET

90 DAKİKA

Tüm bakımlarımızı denemek istiyor ama yeterli zaman ayıramayacağınızı düşünüyorsanız, bu paket tam size göre.

- Kişiyeye Özel Cilt Cilasası 30 dakika
- Yoğun Kas Gevşetme 30 dakika
- Ekspres Yüz veya Göz Bakımı 30 dakika
- Ücretsiz havuz, spor salonu ve ısı uygulamalarından yararlanma olanağı.

SIMPLY THE BEST 5 HOURS

If you are only used to the best, then why not treat yourself to the ultimate collection of treatments covering every inch of your body.

- Hammam 60 min
- The Ultimate Aromatherapy Experience 90 min
- Age Repair Facial 90 min
- Reflexology 60 min
- Free use of pool, gym and steam/sauna facilities.

BRIDE TO BE (HEN PARTY)

4 HOURS PRIVATE HAMMAM RENTAL

Share precious moments with your beloved friends before you embark on married life. Experience a unique and special hen party in your private hammam at Pürovel Spa & Sport, where the traditional Turkish bath is re-interpreted with modern influences and superb treatments.

BRIDAL CARE: 150min treatment time

- Hammam 30 min
- Full Body Massage 60 min
- Facial 60 min

5 SAAT TEK KELİMEYLE EN İYİSİ

Daima en iyisini seçenlerdenim diyorsanız, en özel masajlarımızın bir bileşimi olan ve vücudunuzun her noktasına hitap eden bu paket sizin için.

- Hammam 60 dakika
- Üst Düzey Aromatherapy Deneyimi 90 dakika
- GençleştiriciYüz Bakımı 90 dakika
- Refleksoloji 60 dakika
- Ücretsiz havuz, spor salonu ve ısı uygulamalarından yararlanma olanağı.

GELİN OLUYORUM (BEKARLIĞA VEDA PARTİSİ)

4 SAAT ÖZEL HAMMAM KİRALAMA

Duyular birlikteyken yükselir; üzüntüler ve mutluluklar hep paylaşılmalıdır. Geleneksel Türk hamamını modern çizgilerle yorumlayan dünyanın en iyi spa merkezlerinden Pürovel Spa & Sport'un özel hamam bölümü, sevdiklerinizle birlikte yaşayacağınız keyifli bir bekarlığa veda partisi için hazır.

GELİN BAKIMI: 150 dakika bakım süresi

- Hammam 30 dakika
- Tam Vücut Masajı 60 dakika
- Yüz Bakımı 60 dakika



cinq mondes 5 senses experience

RELAXING RITUAL (2 DAYS)

Day 1: - Polishing "Papaya Purée" Scrub 30 min
- Enveloping Balinese Massage 60 min

Day 2: - "Bali Flowers and Fruits Ritual" Skin Renewal Facial 60 min
- Relaxing North African Massage Ritual 60 min

DETOX AND SLIMMING RITUAL (3 DAYS)

Day 1: - Refining Aromatic Scrub with precious and rare spices 20 min
- Slimming and Toning Udvartana Indian Ritual or Slimming and Firming Brazilian Ritual 60 min

Day 2: - Slimming and Toning Udvartana Indian Ritual or Slimming and Firming Brazilian Ritual 60 min
- Relaxing Back Massage 60 min

Day 3: - Slimming and Toning Udvartana Indian Ritual or Slimming and Firming Brazilian Ritual 60 min
- Relaxing North African Massage Ritual 60 min

For more extensive sensorial journeys, kindly let us know and we will customise an unforgettable experience for you!

cinq mondes 5 duyu deneyimi

RAHATLATICI RİTÜEL (2 GÜN)

1. Gün - Parlatıcı "Papaya Purée" Peeling 30 dakika
- Sarmalayıcı Bali Masajı 60 dakika

2. Gün: - Bali Çiçek ve Meyve Ritüeli/Cilt Yenileme Yüz Bakımı 60 dakika
- Rahatlatıcı Kuzey Afrika Masaj Ritüeli 60 dakika

DETOX VE İNCELME RİTÜELİ (3 GÜN)

1. Gün - Değerli ve Ender Baharatlarla Pürüzsüzleştirici Aromatik Peeling 20 dakika
- İnceltici ve Silüet Biçimlendirici Udvartana Hint Ritüeli veya İnceltici ve Biçimlendirici Brezilya Ritüeli 60 dakika

2. Gün - İnceltici ve Silüet Biçimlendirici Udvartana Hint Ritüeli veya İnceltici ve Biçimlendirici Brezilya Ritüeli 60 dakika
- Rahatlatıcı Sırt Masajı 60 dakika

3. Gün - İnceltici ve Silüet Biçimlendirici Udvartana Hint Ritüeli veya İnceltici ve Biçimlendirici Brezilya Ritüeli 60 dakika
- Rahatlatıcı Kuzey Afrika Masaj Ritüeli 60 dakika

Daha fazla duyu yolculuğu için bize başvurmanız durumunda, deneyiminizi size özel ve unutulmaz kılmaktan mutluluk duyarız!





spa tiers

Looking for a reason to start caring about yourself? Are you ready to get healthy, relax, lose weight, detox and conquer your stress and anxiety? Pürovel Spa Tier is the solution for you...

Pürovel Gold Tier

- 25 treatments included (50 min)
- 20% retail discount

validity: one year

Pürovel Silver Tier

- 15 treatments included (50 min)
- 20% retail discount

validity: one year

spa çoklu paketleri

Kendinize iyi bakmak için bir sebep arıyor musunuz? Sağlıklı olmak, rahatlamak, kilo vermek, detoks yaptırmak, stresinizden arınmak için hazır mısınız? Pürovel Spa Çoklu Paketleri mükemmel bir çözüm sunuyor...

Pürovel Gold Paketi

- 25 bakım dahil (50 dakika)
- %20 toptan indirim

bir yıl geçerlilik

Pürovel Silver Paketi

- 15 bakım dahil (50 dakika)
- %20 toptan indirim

bir yıl geçerlilik









exceed your limits with pürovel spa & sport

We are at your service to strengthen your body and improve your overall health.

Our fitness programmes recreate the four seasons of nature, using the body's natural rhythm of exertion and rest to achieve peak performance.

- Prepare (emerge)
- Perform (peak)
- Enjoy (cool down)
- Hibernate (rest)

FITNESS

- Cardio
- Weight Lifting
- Pilates - Kinesis - Gravity - Power Plate - Yoga - Boxing
- Alternative Sports Activities: Table Tennis - Basketball
- Sultan Park Running Track
- Vita Parcours
- Private Classes
- Group Classes

TENNIS

- Open Court - Lit at Night
- Closed Court - for Winter Season
- Tennis Academies for Children and Adults
- Cardio Tennis
- Tournaments

SWIMMING

- Outdoor Pool (DJ music on Saturday & Sunday)
- Indoor Pool

WET AREAS

- Sauna
- Steam Room
- Hammam
- Relaxation Room with Heated Water Bed
- Tropical Shower
- Changing Rooms
- Ice Fountain
- Salt Pool
- Bio Sauna
- Jacuzzi

pürovel spa & sport ile limitlerinizi aşın

Vücudunuzu güçlendirmek ve genel sağlık durumunuzu geliştirmek için hizmetinizdeyiz.

Fitness programımızın canlılık etkisi, dört mevsiminkine benzer aşamalar içerir; vücudun doğal beslenme, efor sarf etme, dinlenme ve maksimum performans ulaşması için gereken adımlar gibi...

- Hazırlan (gün ışığına çık)
- Performans göster (zirveye tırman)
- Tadını çıkar (gevşe)
- Kış uykusuna yat (dinlen)

FITNESS

- Kardiyo
- Ağırılık
- Pilates - Kinesis - Gravity - Power Plate - Yoga - Boks
- Alternatif Spor Aktiviteleri: Masa Tenisi - Basketbol
- Sultan Park Koşu Pisti
- Vita Parcours
- Özel Dersler
- Grup Dersleri

TENİS

- Gece Aydınlatmalı Açık Kort
- Kış Sezonunda Kapalı Kort
- Çocuklara ve Yetişkinlere Tenis Akademileri
- Kardiyo Tenis
- Turnuvalar

YÜZME

- Açık Havuz (Cumartesi - Pazar DJ müziği)
- Kapalı Havuz

ISLAK ALANLAR

- Sauna
- Buhar
- Hammam
- Dinlenme Odası ve Sıcak Su Yatağı
- Tropikal Duş
- Soyunma Odası
- Buz Odası
- Tuz Havuzu
- Bio Sauna
- Jakuzi



private classes

Private classes are an ideal method of exercise involving an experienced trainer who will motivate you throughout the class, assist you in working out effectively and reach your personal goals.

FITNESS

You may reach your target with cardio and weight groups.

PILATES

Strengthens your deep muscle groups and helps you improve your posture.

KINESIS

Natural movements and exercises tailored to the needs of body and mind.

GRAVITY

Exercises with a customised machine to focus on your body weight.

YOGA

With proper posture and breathing exercises, you may relieve from stress and maintain your flexibility.

POWER PLATE

A revitalising exercise that activates your body's natural reactions against vibrations.

CROSS FIT

Exercise yourself with your body weight and gain endurance, speed, power.

TENNIS

You may join as a beginner or advanced, and get prepared for a tournament.

SWIMMING

You may learn to swim or improve your technique.

FITNESS PACKAGE

Prior the programme, a consultation session tailored for your needs including;

- Body Analysis - Body Composition
- Fat Burn Pulse Rate
- Fitness Test

Join any of our 18 fitness classes suitable for beginner, intermediate or advanced level.

- Fat Burning
- Firming
- Pnf Stretching

özel dersler

Sizi ders sırasında motive edecek ve kişisel hedeflerinize daha etkin bir şekilde ulaşmanızı sağlayacak eğitmeniniz eşliğinde egzersiz yapmanın ideal bir yolu.

FITNESS

Kardiyo ve ağırlık grubu ile hedefinize ulaşabilirsiniz.

PILATES

Derindeki kas gruplarını güçlendirir ve daha dik bir beden duruşu sağlamaya yardımcı olur.

KINESIS

Bedensel ve zihinsel gereksinimlere uygun doğal hareket ve egzersizler içerir.

GRAVITY

Özel geliştirilmiş makinesi ile vücut ağırlığının ön planda olacağı egzersizler yapmanızı sağlar.

YOGA

Duruş ve nefes egzersizleri ile stresten uzaklaşır, esnekliğini koruyabilirsiniz.

POWER PLATE

Bedenin titreşimlere karşı doğal tepkisini harekete geçiren hızlandırma egzersizidir.

CROSS FIT

Beden ağırlığınızı kullanarak dayanıklılık, hız ve güç kazanın.

TENİS

Yeni başlayabilir, ilerletebilir ve turnuvaya hazırlanabilirsiniz.

YÜZME

Yüzmeyi öğrenebilir, tekniğinizi geliştirebilirsiniz.

FITNESS PAKETİ

Program öncesinde; danışmanlık seansı ile ihtiyaçlarınıza özel;

- Vücut Analizi - Vücut Kompozisyonu
- Yağ Yakım Nabızı
- Fitness Testi çalışmaları

Sonra ise Başlangıç, Orta ve İleri Seviye için özel 18 derslik şu fitness paketleri ile arzu ettiğiniz hedefe ulaşabilirsiniz;

- Yağ Yakımı
- Sıkılaştırma
- Pnf Stretching



group classes

Workouts are performed in groups, accompanied by lively music specially chosen for the class. Through rhythmic movements accompanied by trainers, participants find the opportunity to burn more calories and practice in an entertaining atmosphere.

PILATES MAT
SPINNING
YIN YOGA
YOGA FOR BACK PAIN
VINYASA
ASHTANGA YOGA
LATIN STORM (dance)
FIESTA WORKOUT (dance)
TOTAL BODY
UPPER BODY
BUTTS & GUTS
CROSS FIT
ABSHAPE
VITA PARCOURS
BOOT CAMP
SIX PACK SPECIAL
AQUA GYM
AERO DANCE



grup dersleri

Stüdyo dersleri, dersin özelliğine göre özel seçilmiş yüksek volüm müzik eşliğinde grup olarak yapılır. Katılımcılar eğitmen eşliğinde ritmik olarak hep beraber yaptıkları hareketler sayesinde hem eğlenceli bir ortamda egzersiz yapma, hem de daha fazla kalori yakma fırsatı bulurlar.

PILATES MAT
SPINNING
YIN YOGA
YOGA FOR BACK PAIN
VINYASA
ASHTANGA YOGA
LATİN STORM (dans)
FIESTA WORKOUT (dans)
TOTAL BODY
UPPER BODY
BUTTS & GUTS
CROSS FIT
ABSHAPE
VITA PARCOURS
BOOT CAMP
SIX PACK SPECIAL
AQUA GYM
AERO DANCE



vita parcours

Pürovel Spa & Sport offers a parcours which is unequalled in Istanbul. The course provides an ideal surrounding, be it for group or personal training outdoors. 15 different activities are on offer in this Swiss-patented course.

This 520 metre course works out all the major muscle groups and takes around 40 minutes to complete, burning between 400-550 calories each time.

This is a unique chance to undertake strength and stamina training in the heart of the city, yet surrounded by nature.

vita parcours

İstanbul'da böyle bir parkura sahip ayrıcalıklı kulüplerden biri olan Pürovel Spa & Sport, açık havada taze oksijenli bir ortamda grup eğitimleri ve kişisel egzersizler için ideal bir ortam sunar. İsviçre patentli bu parkurda 15 farklı istasyon bulunmaktadır.

Tamamı 520 metre olan bu alanda, yaklaşık 40 dakika hiç durmadan tüm kaslarınızı çalıştırabilir, her seferinde 400-550 kcal harcayabilirsiniz.

Şehrin göbeğinde yeşillikler arasında güç ve dayanıklılık egzersizleri yapmak için burası, alternatifli olmayan benzersiz bir imkan demektir.



tennis

A magnificent location where you can play tennis overlooking the Bosphorus awaits you. Our club, available in both summer and winter months with outdoor and indoor tennis courts at your service, offers many alternatives including private and group classes for beginners, and partner service for our guests who wish to improve their level.

Our club is open five days a week between 7am - 11pm and offers;

- Private and group classes for adults
- Tennis schools for children on winter weekends and summer weekdays
- Cardio Tennis accompanied by music
- Veteran Tennis Tournaments
- In-club tournaments
- Racket rental service.



tenis

Boğaz'a karşı tenis oynayabileceğiniz muhteşem bir mekân sizi bekliyor. Açık ve kapalı kortlarımız ile hem yaz, hem de kış aylarında hizmetinizde olan kulübümüzde yeni başlayanlar için özel ve grup dersleri, oyun seviyesini yükseltmek isteyenler için ise partner servisimiz yer alıyor.

Haftanın beş günü saat 07.00 - 23.00 arasında hizmet veren kulübümüzde;

- Yetişkinler için özel dersler ve grup dersleri
- Çocuklar için kış aylarında hafta sonu, yaz aylarında hafta içi tenis okulları
- Müzik eşliğinde Kardiyoloji Tenis
- Veteran Tenis Turnuvaları
- Kulüp içi turnuvalar
- Raket kiralama servisi ile tüm sezonu dolu dolu tenis oynayarak geçirebilirsiniz.



pilates

Joseph Hubertus Pilates was born in 1883 in Mönchengladbach, near Düsseldorf in Germany. Pilates developed a holistic training method that achieved worldwide fame. This unique system helps to strengthen the body and mind, to improve body awareness, flexibility, co-ordination and balance.

The body's central core is the starting point for all movements in Pilates.

The Pilates principle helps to strengthen deep muscles and improves your body posture.

memberships

Awaken your natural vitality!

We are happy to offer you different types of membership suitable for all needs. For more information please refer to our membership leaflet.

pilates

1883'te Almanya'da, Düsseldorf yakınlarındaki Mönchengladbach'ta doğan Joseph Hubertus Pilates, dünya çapında üne kavuşan bütüncül bir antrenman yöntemi geliştirmiştir. Bu benzersiz sistem bedeni ve zihni güçlendirmeye yardım eder, beden farkındalığını artırır, esnekliği, koordinasyonu ve dengeyi geliştirir.

Bedeninizin merkezi bütün hareketlerinizin başlangıç noktası ve itici gücüdür.

Pilates prensibi derindeki kasları güçlendirmeye ve daha dik bir beden duruşu sağlamaya yardımcı olur.

üyelik

Doğal canlılığınızı uyandırın!

Sürekli ağırladığımız değerli misafirlerimizden biri olmanız için size farklı tipte üyelik alternatifleri sunmaktan dolayı mutluyuz.



how to spa

ADMISSION

We are honoured to welcome you to our Pürovel Spa & Sport. To give you the possibility to enjoy an amazing spa experience we all must follow certain rules.

Fitness and Pool Area 6.30am - 11pm

Spa Area 8am - 10pm

Fitness and Pool are accessible as of 6am. No lifeguards or attendants are on duty.

If you have further questions please do not hesitate to contact us any time at our Pürovel Spa & Sport reception or via e-mail purovel.istanbul@swissotel.com

AGE REQUIREMENTS

Spa guests must be 16 years old or over to enjoy the Pürovel Spa & Sport.

All children under the age of 16 may use the pool area while accompanied by an adult; all the other facilities in the Spa are not accessible for children.

BOOKINGS

We recommend our guests to make bookings in advance. We do not accept bookings more than three months in advance. To guarantee your booking we need your credit card details.

Please complete our spa consultation form prior to having a treatment and register yourself prior to entering the Spa.

LATE ARRIVAL

To enjoy an unhurried and perfect spa experience including our welcome ceremony, please try to arrive 30 min early. If a late arrival is unavoidable please try to call our spa reception to notify them. For late arrivals we might have to shorten your treatment.

CANCELLATION POLICY

In case of cancellation, please inform us as soon as possible.

If you need to cancel or reschedule a reservation, we require 4 hours notice for individual services and packages. We require 4hr notice for individual services and packages. Appointments cancelled or rescheduled in less than the required time will be charged in full.

No-show guests will equally be charged in full.

Appointments booked for the same day in less than 4 hours prior to the treatments (last-minute appointments), are considered confirmed and cannot be cancelled.

STANDARD ETIQUETTE

Please respect all Spa Guests' right to privacy and serenity. In light of this the Spa is a mobile phone, Blackberry, pager and smoke-free zone.

HEALTH CONDITIONS

Kindly advise us of any health conditions, allergies or injuries, which could affect your service when making your Spa reservation.

FITNESS

Guests are advised to consult their doctors/physicians before starting a fitness programme. Before you begin your fitness programme, it is always advisable to warm up your muscles. We suggest avoiding heavy meals before any sports activity.

After a sport activity, it is always recommended to wait and cool down before you visit any sauna facilities.

Appropriate fitness shoes and clothes (trousers or shorts,t-shirts) are required as specified in activity areas. Topless workouts are prohibited at all times. Please wear gym shoes which do not mark the floor.

VALUABLES

We request that jewellery not be worn during your visit to the spa and suggest that all valuables be left in the safe in your room for security. Safes are also available at the reception for your convenience. The Management of Pürovel Spa & Sport accepts no responsibility for the loss or damage to personal property, or the safety of money, valuables and or any other personal item brought into the Spa premises.

GIFT VOUCHERS

Our Pürovel Spa & Sport staff can recommend from a wide selection of creative gifts, products and packages for your own use or for your loved ones.

DRESS CODE

We provide robes and slippers, as well as a locker, to store personal belongings during your visit.

Sports clothing and appropriate sports shoes must be worn in the fitness centre. Please remember to bring your swimwear.

Slippers are not permitted in any Sauna facilities.

Proper bathing attire must be worn at all times when using the pool or Jacuzzi. Cut-off shorts, ripped or torn clothes, diapers and street attire are prohibited in the pool.

In respect of different cultures, topless sunbathing and nudity is not allowed in the outdoor pool & spa except in the Sauna & Hammam

For every treatment you will be provided with disposable underwear that must be worn.

DURING YOUR TREATMENT

Let your therapists know if you are comfortable or uncomfortable, too warm or too cold, or if their pressure is too light or too firm. Our goal is to provide the ultimate spa experience.

HOME CARE

To continue your Spa experience at home, products used in our treatments are available from the Spa Reception.

PAYMENT

We accept cash or most credit cards. Hotel residents may charge treatments, services and products to their rooms All prices are quoted in Turkish Lira and are inclusive of VAT. Prices are subject to change without prior notice. Gratuities are at your own discretion.

spa kuralları

HOŞGELDİNİZ

Sizi Pürovel Spa & Sport'da ağırladığımız için mutluyuz. Harika bir spa deneyimi yaşayabilmeniz için sizinle kurallarımızı paylaşmak isteriz.

Fitness ve Havuz Alanı : 6.30- 23.00

Spa Alanı : 08.00- 22.00

Fitness merkezi ve havuz 06:00'dan itibaren açıktır ancak cankurtaran veya görevli bulunmamaktadır.

Sorularınız için bize, herhangi bir zamanda Pürovel Spa & Sport resepsiyonu veya purovel.istanbul@swissotel.com mail adresinden ulaşabilirsiniz.

YAŞLA İLGİLİ KURALLAR

Pürovel Spa & Sport misafirlerinin en az 16 yaşında olması gerekmektedir.

16 yaş altı tüm misafirlerimiz yanlarında bir yetişkin olmak koşuluyla havuz alanından yararlanabilirler. Diğer imkanlardan çocukların yararlanması söz konusu değildir.

REZERVASYON

Misafirlerimize rezervasyonlarını önceden yaptıklarını tavsiye ederiz. Üç aydan uzun süreli rezervasyonları kabul edememekteyiz. Rezervasyonunuzu teyit için kredi kartı bilgilerinize gereksinim duymaktayız. Lütfen bakım alırken Spa Danışma formu önceliklerine uyunuz.

GEÇİKMELER

"Hoşgeldiniz" seremonimiz dâhil, aceleye getirilmeden kusursuz bir spa deneyimi yaşamanız için randevunuza 30 dakika kadar önce gelmeniz uygun olacaktır. Eğer gecikmeniz kaçınılmazsa spa resepsiyonunu arayarak bilgilendirmenizi rica ederiz. Gecikmeler durumunda ise randevu sürenizi kısaltmak durumunda kalabileceğimizi belirtmek istiyoruz.

İPTAL POLİTİKASI

İptal durumu söz konusu olduğu takdirde bizi olabildiğince erken haberdar etmenizi rica ederiz. İptal veya saat/tarih değişiminde kişisel hizmetler ve paketler için dört saat önceden haber verilmesi gerekmektedir. Bu sürenin altındaki iptal veya zamanlama değişimlerinde ödemenin tümü tahsil edilmektedir. Gelmeyen misafirlerimizden de aynı şekilde tam ödeme alınmaktadır.

Aynı gün içinde bakım süresine dört saatten kısa süre kalmışken yapılan rezervasyonlar onaylanmış kabul edilir ve iptal edilmez.

STANDART GÖRGÜ KURALLARI

Lütfen tüm spa misafirlerinin mahremiyet ve huzur hakkına saygı gösteriniz. Bunun doğal bir gereği olarak mobil telefon, Blackberry, çağrı cihazı kullanımı ve sigara konusunda gereken duyarlılığı göstermenizi rica ederiz.

SAĞLIK SORUNLARI

Lütfen size verdiğimiz hizmeti etkileyebilecek herhangi bir sağlık sorunu, alerjiniz veya incinme durumunuz söz konusu ise rezervasyon yaptırırken bunu belirtiniz.

FITNESS

Misafirlerimize fitness programına başlamadan önce doktorlarına bilgi vermelerini tavsiye ederiz. Egzersize başlamadan önce mutlaka kaslarınızı ısıtınız. Spor aktivitesinden önce ağır yemeklerden kaçınmanızı öneririz.

Sağlığınız açısından; spor aktivitesinden sonra saunaya girmeden önce beklemeniz ve bedenizi soğutmanız gerekmektedir.

Aktivite alanında uygun ayakkabı ve fitness giysisi (eşofman, şort ve t-shirt) giyilmesi gerekmektedir. Üstsüz egzersiz yapılması yasaktır.

DEĞERLİ EŞYALAR

Spa ziyaretiniz süresince mücevher takmamanızı, güvenliğiniz için tüm değerli eşyalarınızı odanızdaki kasada muhafaza etmenizi rica ederiz. Güvenlik kasaları danışma bölümümüzde de kullanımınıza sunulmuştur. Pürovel Spa & Sport yönetimi kişisel eşyalarınızda doğabilecek zarardan, para ve değerli eşyalarınızın güvenliğinden ve spa alanına getirilmiş olan kişisel eşyalarınızdan sorumlu değildir.

HEDİYE KUPONLARI

Ekibimiz geniş çeşitlilikteki hediye alternatiflerimiz, ürünlerimiz ve paketlerimizle ilgili size öneride bulunabilir.

GIYİM

Size bornoz ve terliğin yanı sıra ziyaretiniz süresince kişisel eşyalarınızı saklayabileceğiniz kilitli bir dolap tedarik etmekteyiz.

Fitness alanında spor giysiler ve uygun spor ayakkabılar giyilmelidir. Lütfen mayonuzu getirmeyi unutmayın.

Sauna bölümüne terlikle giriş yapılmamaktadır.

Havuz ya da genele açık jakuzi kullanımının her anında, misafirlerimizin üstünde uygun yüzme kıyafetleri veya mayo mutlaka olmalıdır.

Farklı kültürlere saygı gereği lütfen üstsüz güneşlenmeyin. Sauna ve hamam dışında havuz ve spa alanında çıplaklığa izin verilmemektedir.

Her bakımda tek kullanımlık iç çamaşırını desteği alabilirsiniz.

BAKIMINIZ SÜRESİNCE;

Lütfen bakım işleminin sırasında rahat olmadığınızda, çok sıcak ya da soğuk hissettiğinizde, uygulanan basıncın çok hafif ya da kuvvetli olduğunu düşündüğünüzde terapistinizi bilgilendirmekten çekinmeyiniz. Amacımız dünya üzerinde eşi benzeri olmayan olağanüstü bir deneyim yaşamanızdır.

EVDE BAKIM

Spa deneyiminizi evde de sürdürmek için Spa resepsiyonunda satışa sunulan ürünlerimizden yararlanabilirsiniz.

ÖDEME ŞARTLARI

Ödemeyi nakit olarak veya çeşitli kredi kartlarıyla yapabilirsiniz. Otelde konaklayan misafirlerimiz bakım, hizmet ve ürünleri oda hesaplarına ekletebilirler. Tüm fiyatlar Türk Lirası üstündür ve KDV dahildir. Fiyatlarda önceden haber vermeksizin değişiklik yapılabilir. Bahşış zorunlu olmayıp sizin takdirinize bırakılmıştır.





LEADING
SPAS

Pürovel Spa & Sport Swissôtel The Bosphorus, Istanbul

Bayıldım Cad. No.2 Maçka, Beşiktaş, 34357 Istanbul, Turkey Tel: (+90) 212 326 2990 Fax: (+90) 212 326 2998

purovel.istanbul@swissotel.com www.purovel.com/istanbul

