



amnis spa  
в отеле four seasons

На пятом этаже отеля Four Seasons расположен спа-комплекс из 14 процедурных кабинетов, бассейна с панорамной крышей, финской сауны, гидромассажными ваннами, холодными бассейнами-купелями, джакузи с подогревом и душевой с хромотерапией. Amnis в переводе с латинского языка означает «течение воды» или «поток», что отражает концепцию места: тут стараются восстановить энергию и создать атмосферу спокойствия и гармонии. Отдельного упоминания заслуживает Amnis Safe с легкими полезными блюдами и разнообразными напитками.  
<https://www.fourseasons.com/ru/moscow/spa/>



espace vitalite chenot  
в barvikha hotel & spa

В спа-комплексе отеля не так давно открылась русская баня с парной из канадского кедра, купелями с горячей и холодной водой, бассейном и уютной зоной релаксации. Здесь предлагается несколько видов парения — на сене, на пихте или по авторской методике: выбор можно сделать после общения с мастером. Помимо вариантов парной можно выбрать пилинг, пихтовое укрывание и, конечно, травяной чай, чайную коллекцию тут специально разрабатывали к открытию бани. Для любителей европейского варианта бани имеются финская сауна и паровые комнаты.  
<http://www.barvikhahotel.com/spa>



mandara spa  
в отеле lotte plaza

В спа-центре рядом с Новым Арбатом можно сходить в русскую баню — сеанс длится от полутора до двух с половиной часов и включает в себя несколько заходов в парную с целебными травами, чаепитие, лавандовый мыльный и медовый массаж тела. Обязательным завершением процедуры станет погружение в бассейн с холодной водой. Кроме того, специалисты спа рекомендуют использовать травяной коврик из клевера, ромашки и луговых цветов — его ароматы помогают снять стресс.  
<http://www.lottehotel.com/moscow/ru>