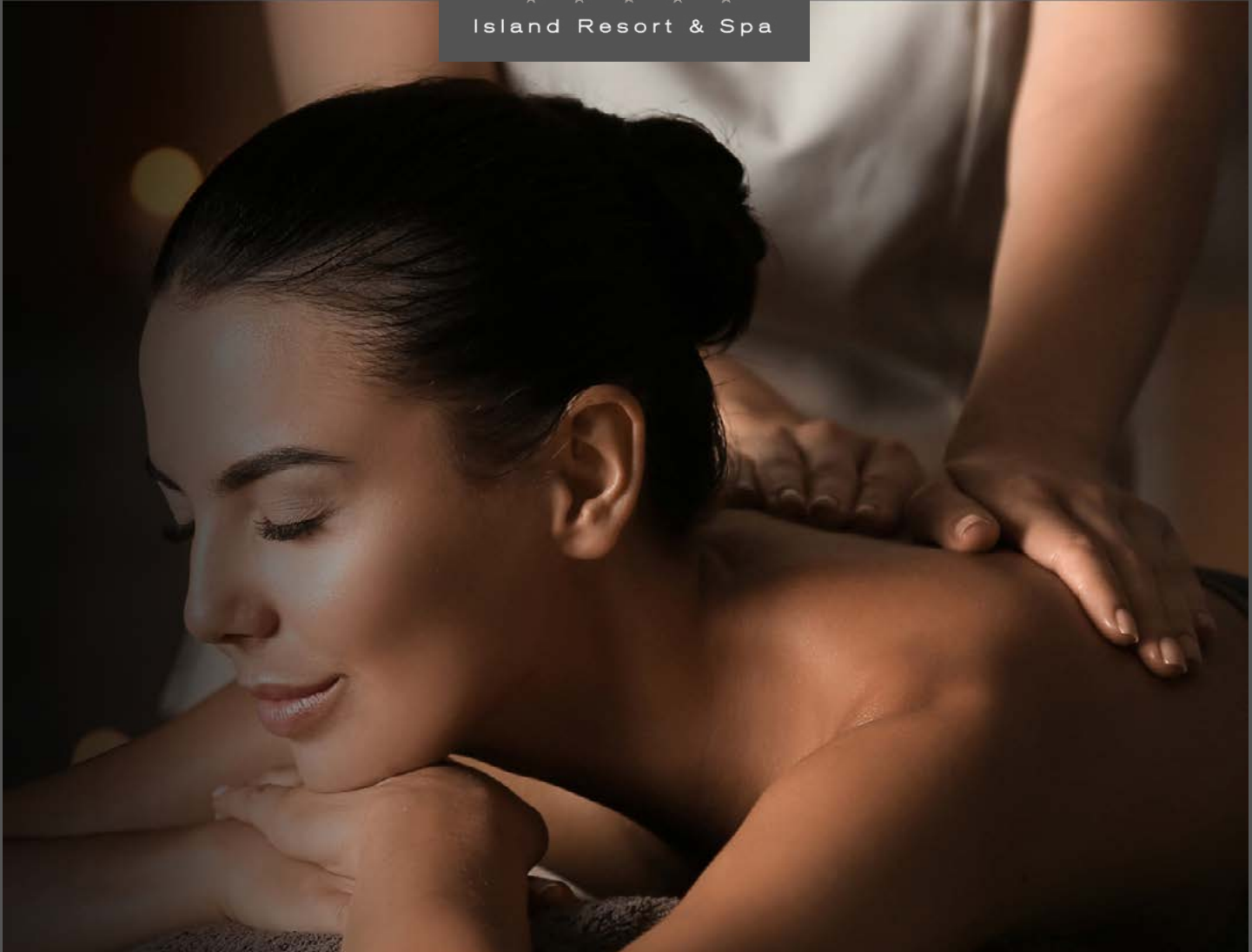




Apostolata®



Island Resort & Spa



SPA MENU



## APOSTOLATA SPECIALS



### JET LAG RECOVERY 80 min | 100€

Escape travel exhaustion with the 80-minute invigorating treatment that aims to revive and re-energize the body's natural biorhythms. The intense mocha scrub leaves your skin silky soft, ready for the rejuvenating massage that follows. Sensational citrus fruit aromas revitalizes the mind, while the massage, enhanced with targeted stretching techniques, support the body against stress and fatigue.

Απελευθερωθείτε από την εξάντληση του ταξιδιού με αυτή την αναζωογονητική θεραπεία διάρκειας 80 λεπτών που στοχεύει στην επαναφορά των φυσικών βιορυθμών του σώματος.

---

### NYMPH OF KEFALONIA FACE BODY TREATMENT 120 min | 120€

The most proprietary anti-oxidants and vitamins are blended in a unique treatment to offer your skin amazing nourishment. Rejuvenating face and body massage with orange oil seals all the benefits of this treatment, strengthening underlying tissue to offer the most resilient touch.

Η απόλυτη πολυβιταμινούχα θεραπεία για το δέρμα σας. Εμπλουτισμένη με ισχυρό σύμπλεγμα αντιοξειδωτικών και βιταμινών, προσφέρει στην επιδερμίδα σας υπέρτατη θρέψη.

---

### UNDER THE SUN 45 min | 70€ After sun face body treatment

The ultimate after-sun care for your skin. Inflammation and skin-irritation are minimized, offering a unique sense of relief after sun exposure.

Μια ολοκληρωμένη περιποίηση προσώπου και σώματος που προσφέρει αίσθηση ανακούφισης και δροσιάς έπειτα από την εκτεταμένη έκθεση στον ήλιο.

## ANCIENT MASSAGE RITUALS



### DEVINE WINE JOURNEY 90 min | 110€

A lush deliverance of Greek olive kernels, red grape and rose petals indulge the skin in a soft body scrub, while proprietary antioxidants and vitamins are composed in the nutritious mask that follows. Sparkling notes of bergamot and a mask of sun-soothing yogurt and honey are applied to immerse the skin in a bath of freshness and hydration. An enveloping aromatherapy massage with a warm candle grants total relaxation. The alluring ritual ends with a refreshing glass of wine that brings a euphoric feeling, while also stimulating your senses.

Κόκκινο σταφύλι, ροδοπέταλα και κόκκοι ελιάς συνθέτουν μια αναζωογονητική απολέπιση σε ολόκληρο το σώμα, αποκαθιστώντας τη φυσική του λάμψη και ελαστικότητα. Οι αναζωογονητικές νότες περγαμόντου, το καταπραυντικό γιαούρτι και το μέλι που περιέχονται στη θρεπτική μάσκα σώματος, ενισχύουν τη δομή του δέρματος, προσδίδοντας φρεσκάδα και ενυδάτωση σε βάθος. Η ιδιαίτερη μάλαξη αρωματοθεραπείας με ζεστό κερί που ακολουθεί προσφέρει την απόλυτη χαλάρωση. Η θεραπεία επισφραγίζεται με ένα ποτήρι κρασί, το οποίο θα σας δώσει μία αίσθηση ευφορίας, τονώνοντας παράλληλα τις αισθήσεις σας.

---

### MELTING FAIRYTALE CANDLE MASSAGE 60 min | 80€

Indulge your senses in a mystifying massage ritual that will entice your body and mind. Feel the delicately scented warm drops touch your skin. A unique aromatherapy experience, relaxing, rejuvenating that promotes bliss, balance and well-being. Ideal for couples.

Αφεθείτε με όλες σας τις αισθήσεις σε ένα ιδιαίτερο τελετουργικό μάλαξης που υπόσχεται να σαγηνεύσει σώμα και πνεύμα. Καθώς οι ζεστές σταγόνες του κεριού απλώνονται στο σώμα, το δέρμα ενυδατώνεται βαθιά, αποκτώντας βελούδινη αίσθηση. Ιδανική για ζευγάρια.

## ULTIMATE RELAXATION



### ALLURING AROMATHERAPY 60 min | 90€

Greek nature has gifted us with natural elements such as herbs, seeds and spices that are rich in vitamins, antioxidants and soothing properties. This soothing aromatherapy massage uses light to moderate pressure and a blend of essential oils to melt away tension and leave you nurtured and relaxed.

Η ελληνική φύση μας έχει χαρίσει πρώτες ύλες όπως βότανα, σπόρους και καρπούς πλούσια σε βιταμίνες, αντιοξειδωτικά και επουλωτικές ιδιότητες. Χαλαρώστε και αφεθείτε σε αυτό το αρωματικό ταξίδι που υπόσχεται να ξεκουράσει κάθε κουρασμένο μν του σώματος σας, να ενισχύσει την υγεία σας και να σας προσφέρει ανακούφιση και χαλάρωση.



### PRENATAL BLOSSOM 60 min | 90€

This head to toe, prenatal treatment is designed for expectant mothers from second trimester. The treatment begins with gentle cleanse and exfoliation, followed by a facial massage with wild rose oil. Using nourishing organic karite butter, this treatment helps to alleviate muscle tension and fatigue while assisting to ease any discomfort during and after pregnancy.

Θεραπεία ειδικά σχεδιασμένη για τις μέλλουσες μητέρες, ύστερα από το δεύτερο τρίμηνο. Αυτή η θεραπεία αρχίζει με απαλό καθαρισμό με εκχύλισμα βαμβακιού και απολέπιση με μαστίχα Χίου, ακολουθούμενη από ένα μασάζ προσώπου με έλαιο από ροδοπέταλα. Χρησιμοποιώντας θρεπτικό οργανικό βούτυρο καριτέ με κασμιρένια ωφή, αυτή η θεραπεία βοηθά στην ανακούφιση από την ένταση και την κούραση των μυών, βοηθώντας την εξομάλυνση οποιασδήποτε δυσφορίας υπάρξει κατά τη διάρκεια και μετά την εγκυμοσύνη.

### RELAX! TIME TO REST 60 min | 80€

Unwind yourself with this deeply relaxing massage. Long gentle flowing strokes will melt away any physical and mental tension.

Χαλαρώστε με αυτή τη βαθιά χαλαρωτική εμπειρία. Οι μακριές απαλές κινήσεις θα λιώσουν μακριά κάθε σωματική και ψυχική ένταση.

## DETOX AND RECOVERY



### IMMERSIVE DEEP TISSUE MASSAGE 60 min | 100€

The deep tissue massage is tailor-made to target specific areas of muscle tension and soreness. A series of intensive techniques is used to increase circulation, release built-up toxins, heal and restore balance to the body and nervous system.

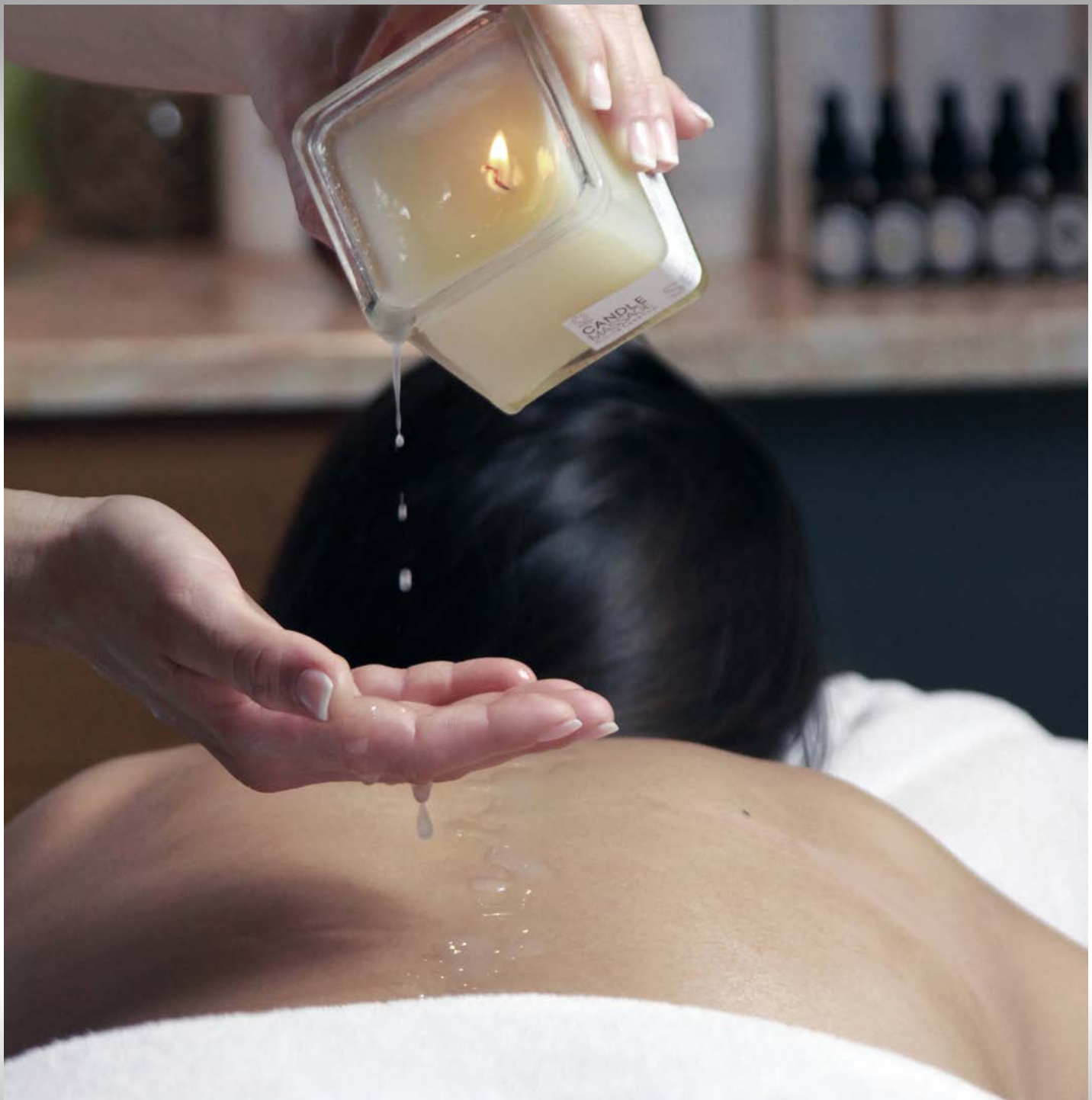
Μια ευεργετική μάλαξη που συνεισφέρει στην απελευθέρωση της έντασης των μυών. Με αργές κινήσεις και βαθύτερη πίεση, ο θεραπευτής εστιάζει στις περιοχές που συσσωρεύεται περισσότερο η ένταση.



### WALK ON CLOUDS FOOT MASSAGE 25 min | 40€

Renew your entire body with this gentle foot massage. A unique technique used during the massage will gently take away all your tension and leave you feeling totally relaxed.

Ανανεώστε ολόκληρο το σώμα σας με αυτό το απαλό μασάζ ποδιών. Μια μοναδική τεχνική που χρησιμοποιείται κατά τη διάρκεια του μασάζ θα αφαιρέσει απαλά όλη σας την ένταση και θα σας αφήσει μια αίσθηση εντελώς χαλαρή.





## FACE ILLUMINATION



### VITAL HYDRATION AND NUTRITION

60 min | 70€

A highly rejuvenating and ultimately hydrating experience. Feel your skin soft and supple with an immediately healthy and radiant appearance.

Μια αναζωογονητική και ενυδατική εμπειρία. Νιώστε το δέρμα σας απαλό και ελαστικό με μια αμέσως υγιή και λαμπερή εμφάνιση.



### GLOWING RADIANT LOOK 60 min | 70€

Inspired by the undeniable charm and glamour of the Greek islands, this glowing therapy promises a brighter, firmer and noticeably younger-looking skin.

Μια περιποίηση προσώπου αφιερωμένη στον πλούτο των τοπικών προϊόντων και αρωματικών βοτάνων από τα ελληνικά νησιά που ξεδιψούν την επιδερμίδα, επαναφέροντας άμεσα τα φυσιολογικά επίπεδα υγρασίας του δέρματος.



### MIRACLE SKIN RENEWAL 60 min | 80€

A high-performance, all-in-one, innovative treatment that promises to diminish the look of fine lines and wrinkles, deeply moisturize and regenerate the skin, reinforce natural cellular turnover and improve overall appearance.

Εξειδικευμένη, καινοτόμα θεραπεία προσώπου, υψηλής απόδοσης, που υπόσχεται να μειώσει την εμφάνιση λεπτών γραμμών και ρυτίδων, να ενυδατώσει και να αναζωογονήσει το δέρμα σε βάθος, να ενισχύσει εντυπωσιακά την φυσική διαδικασία ανανέωσης των κυττάρων, βελτιώνοντας έτσι τη συνολική εμφάνιση της επιδερμίδας.

## JUST THE TWO OF US



### OUR SWEET ESCAPE 75 min | 190€ (for 2 people)

Spend time together and enjoy the truly unique experience of sharing time with your other half, as you both receive a pampering ritual perfect for couples. A uniquely captivating experience of chocolate flavors, which combines the invigorating notes of mocha in a fine sugar crystal body scrub and an intoxicating, signature body mask with liquid chocolate extracts, followed by a velvet textured candle massage.

Περάστε χρόνο μαζί με το ταίρι σας, απολαμβάνοντας ένα απολαυστικά σοκολατένιο τελετουργικό.



### DEVINE WINE JOURNEY FOR TWO

90 min | 200€ (for 2 people)

A lush deliverance of Greek olive kernels, red grape and rose petals indulge the skin in a soft body scrub, while proprietary antioxidants and vitamins are composed in the nutritious mask that follows. Sparkling notes of bergamot and a mask of sun-soothing yogurt and honey are applied to immerse the skin in a bath of freshness and hydration. An enveloping aromatherapy massage with a warm candle grants total relaxation. The alluring ritual ends with a refreshing glass of wine that brings a euphoric feeling, while also stimulating your senses.

Κόκκινο σταφύλι, ροδοπέταλα και κόκκοι ελιάς συνθέτουν μια αναζωογονητική απολέπιση σε ολόκληρο το σώμα, αποκαθιστώντας τη φυσική του λάμψη και ελαστικότητα. Οι αναζωογονητικές νότες περγαμόντου, το καταπραϊντικό γιαούρτι και το μέλι που περιέχονται στη θρεπτική μάσκα σώματος, ενισχύουν τη δομή του δέρματος, προσδίδοντας φρεσκάδα και ενυδάτωση σε βάθος. Η ιδιαίτερη μάλαξη αρωματοθεραπείας με ζεστό κερί που ακολουθεί προσφέρει την απόλυτη χαλάρωση. Η θεραπεία επισφραγίζεται με ένα ποτήρι κρασί, το οποίο θα σας δώσει μία αίσθηση ευφορίας, τώνονοντας παράλληλα τις αισθήσεις σας.

## SURPRICE ME, HONEY 120-180 min

FOR YOUR SPECIAL OCCASION OR IF YOU JUST WANT TO GIFT YOUR BELOVED ONE WITH UNIQUE SPA EXPERIENCE WE DESIGNED THIS CUSTOM MADE PACKAGE INCLUDING HYDROTHERAPY, LUXURIOUS SPA TREATMENT, DECORATIONS AND TREATS ALL TAILORED TO YOUR PREFERENCES.

\*price vary depending the custom choice. You can find our recommended packages and prices available at SPA reception.

ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΙΔΙΚΗ ΣΑΣ ΠΕΡΙΣΤΑΣΗ Ή ΑΝ ΑΠΛΑ ΘΕΛΕΤΕ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΔΩΡΟ ΣΤΟ ΑΓΑΠΗΜΕΝΟ ΣΑΣ ΠΡΟΣΩΠΟ ΜΙΑ ΜΟΝΑΔΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ SPA, ΣΧΕΔΙΑΣΑΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΑΚΕΤΟ ΠΟΥ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ ΥΔΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ, ΠΟΛΥΤΕΛΕΙΣ ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ ΣΠΑ, ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΛΙΧΟΥΔΙΕΣ, ΟΛΑ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΑ ΣΤΙΣ ΠΡΟΤΙΜΗΣΕΙΣ ΣΑΣ.

\*η τιμή ποικίλλει ανάλογα με την προσαρμοσμένη επιλογή. Μπορείτε να βρείτε τα προτεινόμενα πακέτα μας και τιμές διαθέσιμες στη ρεσεψιόν του SPA.

## MINI RITUALS

### FLY AWAY BACK AND SHOULDERS RITUAL 40 min | 60€

Delight yourself in a 40 min treatment that will allow your senses to escape from everyday routine. This treatment focuses on releasing all the tension from your back, neck and shoulders, while the luxurious chocolate and orange peel fragrance envelops your skin and exhilarates your mind.

Παραδοθείτε στην απόλαυση της 40λεπτης θεραπείας βαθιάς απολέπισης και μάλαξης που θα επιτρέψει στις αισθήσεις σας να αποδράσουν από την καθημερινότητα. Αισθανθείτε τους μύες σας να απελευθερώνουν όλη την ένταση, ενώ ταυτόχρονα το πολυτελές άρωμα σοκολάτας και φλούδας πορτοκαλιού θα τονώσει τη διάθεσή σας.

### RADIANT FACE 30 min | 50€

Luminous, radiant skin with an instant infusion of intense hydration and multiple anti-ageing benefits.

Αποκτήστε φωτεινό δέρμα που ακτινοβολεί, χάρη σε έναν συνδυασμό που προσφέρει άμεσα πλούσια ενυδάτωση και πολλά πλά οφέλη κατά της γήρανσης.

## ADDITIONAL PUMPERING

### SHINE BRIGHT BODY POLISH 30 min | 50€

A full body exfoliation treatment, fast and invigorating, with the luxuriant captivating aromas gently chosen for your skin type.

Μια θεραπεία απολέπισης για ολόκληρο το σώμα, γρήγορη και αναζωογονητική, με το χλιδάτο να σαγηνεύει αρώματα που επιλέγονται απαλά για τον τύπο του δέρματός σας.

### EXPRESS BODY WRAP 30 min | 50€

Your skin needs intensive care. Enjoy a selection of wraps that deliver deep hydration, detox, vitamins and preparation for sun exposure and also relief from the sun.

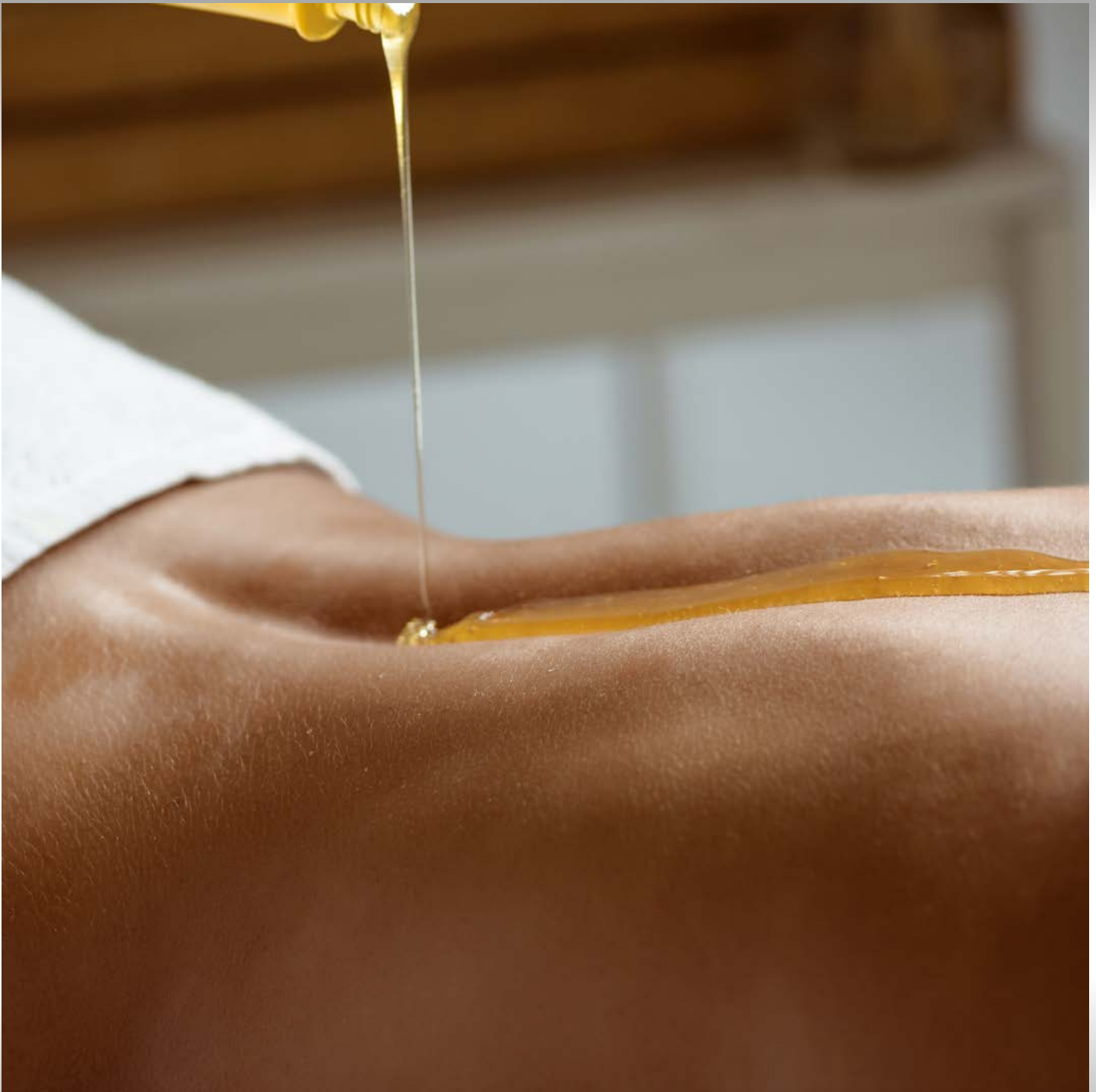
Το δέρμα σας διψάει για φροντίδα. Σας προσφέρουμε επιλογή για βαθιά ενυδάτωση, αποτοξίνωση, βιταμίνες και προετοιμασία για την έκθεση στον ήλιο αλλά και ανακούφιση από τον ήλιο.

### TAILOR MADE MASSAGE 30 min | 50€

Enjoy a 30 minutes massage experience completely tailored to your body needs.

Απολαύστε μία εμπειρία μασάζ 30 λεπτών τελείως προσαρμοσμένη στις ανάγκες του σώματός σας.







## MANICURE/PEDICURE



### CLASSIC MANICURE/PEDICURE

60 min | 50€

SEMI-PERMANENT MANICURE/  
PEDICURE 90 min | 60€

*\*If you book both MANICURE and  
PEDICURE you will get 15% discount*

ΑΠΛΟ ΜΑΝΙΚΙΟΥΡ/ΠΕΝΤΙΚΙΟΥΡ

60 λεπτά | 50€

ΗΜΙΜΟΝΙΜΟ ΜΑΝΙΚΙΟΥΡ/  
ΠΕΝΤΙΚΙΟΥΡ 90 λεπτά | 60€

*\*Εάν κάνετε κράτηση για ΜΑΝΙΚΙΟΥΡ  
και ΠΕΝΤΙΚΙΟΥΡ θα έχετε έκπτωση 15%*

Spa packages, Spa events and individual family offers are available.

Please, contact the Spa Manager for details.

Check our weekly Spa promotions at main and SPA receptions

### SPA FACILITIES

Gym | Free

Jacuzzi 60 min | Free

Sauna 60 min | 20€

Steam bath 60 min | 20€

Sauna & Steam bath 60 min | 30€

SPA υπηρεσίες

Γυμναστήριο | Δωρεάν

Τζακούζι 60 λεπτά | Δωρεάν

Σάουνα 60 λεπτά | 20€

Ατμόλουτρο 60 λεπτά | 20€

Σάουνα & Ατμόλουτρο 60 λεπτά | 30€

- You are kindly requested to arrive at the Spa 15 min before your scheduled appointment to fill up the SPA consultation form and prepare for your treatment.
  - In case of a cancellation, please contact the Spa minimum 4 hours before your appointment to avoid 50% penalty of the total cost of your treatment. Delayed arrival might lessen your treatment time.
  - For hygiene purposes, please shower before your treatment.
  - The Spa provides you with bathrobe, towel and slippers.
  - For a hydrotherapy, sauna or steam bath session you are kindly requested to wear a swimming suit.
- Please, mind that the SPA facilities are used upon request. If you would like to use them, please contact the SPA minimum 30 minutes prior to your arrival. If you would like to use them, please contact the SPA minimum 30 minutes prior to your arrival.
- You are kindly requested to remove any jewelry and clothing except your underwear before every treatment. • For certain treatments you will be offered single use underwear.
  - You are kindly requested to keep valuable items always locked in your locker. The Spa holds no responsibility for lost items.
  - Sauna and jacuzzi are for communal use. Steam baths are divided.
  - Spa entrance is allowed for people over 16 years old.
  - Consumption of drinks and foods in the Spa is not allowed.
  - Please, mind that the sauna and steam bath are used upon request. If you would like to use them, contact the Spa 30 minutes prior to your arrival.
  - You are kindly requested to remove any jewelry and clothing except your underwear before every treatment. For certain treatments you will be offered single use underwear.
- 
- Παρακαλείστε να έρθετε στο SPA 15 λεπτά πριν το ραντεβού σας, έτσι ώστε να συμπληρώσετε τη φόρμα (ερωτηματολόγιο, ιατρικό ιστορικό) και να προετοιμαστείτε για τη θεραπεία σας.
  - Σε περίπτωση ακύρωσης, παρακαλούμε επικοινωνείτε με το SPA τουλάχιστον 4 ώρες πριν το ραντεβού σας έτσι ώστε να αποφύγετε 50% χρέωση του συνολικού ποσού της θεραπείας. Η καθυστερημένη άφιξη ίσως μειώσει το χρόνο της θεραπείας.
  - Για λόγους υγιεινής, παρακαλώ κάνετε ντους πριν τη θεραπεία.
  - Το SPA σας παρέχει μπουρνούζι, πετσέτα και παντόφλες.
  - Για τη χρήση της υδροθεραπείας, σάουνα και ατμόλουτρο, σας προτείνουμε να φοράτε μαγιό.
  - Η χρήση των εγκαταστάσεων spa γίνεται κατόπιν ραντεβού. Παρακαλώ επικοινωνήστε με το SPA ελάχιστο 30 λεπτά πριν την άφιξη σας.
  - Σας προτείνουμε πριν από κάθε θεραπεία να αφαιρείτε τα κοσμήματα και τα ενδύματα σας, εκτός από τα εσώρουχα. Για κάποιες θεραπείες σας παρέχουμε εσώρουχο μίας χρήσης.
  - Σας παροτρύνουμε να αφήσετε ο,τι πράγματα αξιάζε έχετε κλειδωμένα στα ντουλαπάκια στα αποδυτήρια. • • Το SPA δε φέρει καμία ευθύνη για τυχόν χαμένα αντικείμενα.
  - Η σάουνα και το τζακούζι είναι κοινόχρηστα. Τα ατμόλουτρα είναι χωρισμένα σε γυναικών/ανδρών.
  - Η είσοδος στο SPA επιτρέπεται μόνο σε άτομα άνω των 16.
  - Η κατανάλωση τροφίμων και ποτών στο SPA δεν επιτρέπεται.
  - Παρακαλώ αποφύγετε την κατανάλωση αλκοόλ και φαγητού τουλάχιστον 4 ώρες πριν και μετά τη θεραπεία.
  - Παρακαλώ σεβαστείτε τους υπόλοιπους επισκέπτες και την ήρεμη ατμόσφαιρα του SPA και διατηρείστε το τόνο της φωνής σας χαμηλό κατά τη διάρκεια της επίσκεψης σας. Για την απόλυτη χαλάρωση σας και των γύρω σας, παρακαλώ κρατήστε να κινητά σας τηλέφωνα απενεργοποιημένα ή στο αθόρυβο.



Opening hours | Ωρες λειτουργίας  
9:30 am – 19:30 pm

On behalf of the hotel management and the Spa team we would like to thank you for choosing Apostolata Island Resort & Spa for your holidays.

Enjoy your vacation and your Spa experience.

Εκ μέρους της διεύθυνσης του ξενοδοχείου και της ομάδας του SPA θα θέλαμε να σας ευχαριστήσουμε που επιλέξατε το Apostolata Island Resort & Spa για τις διακοπές σας.

Ελπίζουμε να απολαύσετε τη διαμονή και την εμπειρία σας στο SPA.

Apostolata Island Resort & Spa, 28086 Skala, Kefalonia, Greece  
T: +30 26710 83581 F: +30 26710 83583 E: [apostolata@apostolata.gr](mailto:apostolata@apostolata.gr)

[www.apostolata.gr](http://www.apostolata.gr)