



SPA MENU

Καλωσορίσατε στο ALAS SPA

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

Μία μόνο επίσκεψη στο **Alas Spa** αρκεί για να σας χαρίσει μια μαγική, σχεδόν μυστικιστική εμπειρία απόλυτης χαλάρωσης και αναζωογόνησης. Ξεκινήστε το ταξίδι της αποπλάνησης με ένα χαλαρωτικό τζακούζι, χαμάμι ή σάουνα που προσφέρονται στους πελάτες μας χωρίς χρέωση κατόπιν ραντεβού και ένας παράδεισος γαλήνης θα σας δελεάσει και θα σας απαλλάξει από το καθημερινό στρες. Οι αποκλειστικές θεραπείες του **Alas Spa**, είναι εμπνευσμένες από μοναδικά Ελληνικά προϊόντα και συστατικά προερχόμενα από την Ελληνική φύση, που αποτελούν μερικές από τις κυριότερες και θρεπτικές ουσίες για τον άνθρωπο όπως το θαλασσινό αλάτι και το λάδι ελιάς και υπόσχονται να σας προσφέρουν μια πρωτόγνωρη χαλαρωτική εμπειρία.

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





Welcome to ALAS SPA

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

A unique visit to the **Alas Spa** is enough to give you a magical, almost mystical experience of total relaxation and rejuvenation. Start the seduction journey by using the jacuzzi, steam bath or sauna that are offered to our clients upon request for free and a haven of serenity will push you and relieve you of the daily stress. **Alas Spa's** exclusive treatments are inspired by unique Greek products and ingredients that come from the Greek nature such as the pure olive oil and the salt. We are always looking forward to providing you with an unforgettable relaxing experience.

In collaboration with the Greek-born concept “**Ariadne-Athens**” inspired by the relaxing atmosphere of the Mediterranean blue sea, indulge in a journey to the enchanting landscapes and unique aromas of the Greek islands, and “**Zealots of Nature**”, a young Greek passionate company that brings together traditional knowledge, natural ingredients and modern research. We have created a unique destination and Spa services menu inspired by unique Greek nature, our treatments, offer you a truly holistic Spa experience for “body and soul”.



Περιεχόμενα - Contents

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

SPA DISCOVERY RITUALS

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

Browse through our list of spa treatments and create your own **“Spa Time Package”** to suit your individual needs. Alternatively choose from one of our “Spa Journeys”, which have been put together to offer the perfect antidote to the stresses of everyday life...
We are here to assist you.

***Day packages are limited and subject to availability**



ONE MILLION NIGHTS LUXURY VELVET RITUAL

Μια πολυτελής τελετουργία όπου η απαλότητα γίνεται δύναμη. Η εμπειρία ξεκινά με απολεπιστικό σώματος One Million Nights, που προετοιμάζει την επιδερμίδα για τη θρεπτική μάσκα σώματος 24K χρυσού με πολύτιμους λίθους Serifos.

Ακολουθεί ένα εξατομικευμένο μασάζ σώματος με το πολύτιμο έλαιο One Million Nights, σε συνδυασμό με mini facial και τεχνικές με ροζ χαλαζία για λάμψη και σύσφιξη. Η τελετουργία ολοκληρώνεται με πλούσιο body butter, αφήνοντας την επιδερμίδα απαλή, λαμπερή και διακριτικά αρωματισμένη με νότες ίριδας.

An opulent ritual where softness becomes strength. The journey begins with the One Million Nights body scrub, refining the skin and preparing it for the nourishing Serifos Precious Stones 24K Gold Body Mask.

A bespoke full-body massage follows using the One Million Nights precious oil, combined with a mini facial and Rose Quartz techniques to enhance radiance and lift. The ritual concludes with a rich body butter, leaving the skin soft, luminous, and delicately scented with iris.

Key elements: Welcome touch · Body scrub · Gold body mask · Mini Facial · Full-body massage · Final body care

90' | € 130

BOTANICAL DETOX JOURNEY

Μια αναζωογονητική θεραπεία εμπνευσμένη από τη δύναμη των ελληνικών βοτάνων και τη φυσική αποτοξίνωση του σώματος.

Συνιστάται χρήση σάουνας ή hammam πριν τη θεραπεία για ενισχυμένα αποτελέσματα.

Μάσκα σώματος με τσάι του βουνού, φασκόμηλο και μέντα καθαρίζει και ενυδατώνει, ενώ ένα αποτοξινωτικό μασάζ με έλαια δίκταμου, σαφράν, δεντρολίβανου και πράσινου τσαγιού ενεργοποιεί την κυκλοφορία και αναζωογονεί το σώμα.

Ιδανική για χαλάρωση και επαναφορά ισορροπίας, αφήνει την επιδερμίδα σφριγηλή και λαμπερή.

An invigorating treatment inspired by Greek botanicals and the body's natural detox process. Sauna or hammam use prior to the treatment is recommended for enhanced results.

A detoxifying body mask with mountain tea, sage, and mint purifies and hydrates the skin, while a targeted massage with antioxidant oils of dittany, saffron, rosemary, and green tea stimulates circulation and restores vitality.

Ideal for relaxation and balance, leaving the skin firm, smooth, and radiant.

Key elements: Body Scrub · Body Mask · Detoxing Massage · Final Body Gel

90' | € 120

ALAS SPA TIME JOURNEY

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

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

90' - 180' | € 120 - € 220

FACIAL TREATMENTS

MELI – VITAL HYDRATION

Μια βαθιά ενυδατική και θρεπτική θεραπεία προσώπου με βάση το μέλι — ένα από τα πιο πολύτιμα φυσικά συστατικά της ελληνικής φύσης. Η εμπειρία ξεκινά με ήπιο καθαρισμό και προετοιμασία της επιδερμίδας, ενώ μια μάσκα προσώπου με μέλι επαναφέρει τα επίπεδα ενυδάτωσης και τη ζωντάνια της. Έλαιο βερίκοκου, πλούσιο σε λιπαρά οξέα, ενισχύει την ελαστικότητα και τη θρέψη, ενώ ένα χαλαρωτικό μασάζ προσώπου ολοκληρώνει τη θεραπεία, αφήνοντας την επιδερμίδα απαλή, φωτεινή και αναζωογονημένη.

A deeply hydrating and nourishing facial ritual centered on honey — one of Greece’s most precious natural ingredients. The treatment begins with gentle cleansing and skin preparation, followed by a honey-infused mask that restores moisture and enhances skin vitality. Apricot oil, rich in essential fatty acids, improves suppleness and nourishment, while a relaxing facial massage completes the experience, leaving the skin soft, luminous, and visibly refreshed.

Key elements: Welcome touch · Cleansing ritual · Face mask · Face massage · Final skincare
60’ | € 80

ANAPLISIS – MIRACLE SKIN REBIRTH

Μια προηγμένη θεραπεία προσώπου που ενισχύει την ανανέωση της επιδερμίδας και επαναφέρει τη φυσική της ισορροπία. Με βάση τη σειρά Skin Rebirth, ενδυναμώνει τη ζωντάνια, την ανθεκτικότητα και τη λάμψη της επιδερμίδας. Στο επίκεντρο βρίσκεται η Alkanna Tinctoria, ένα σπάνιο φυτικό εκχύλισμα με αναπλαστικές ιδιότητες, σε συνδυασμό με τεχνολογία exosomes που συμβάλλει στην ενυδάτωση, την ελαστικότητα και την εξισορρόπηση της επιδερμίδας. Η υφή βελτιώνεται, οι λεπτές γραμμές απαλύνονται και η επιδερμίδα αποκτά πιο λεία και υγιή όψη.

A high-performance facial designed to support skin renewal and restore natural balance. Powered by the Skin Rebirth line, it enhances vitality, resilience, and clarity. At its core lies Alkanna Tinctoria, a rare botanical root with regenerative properties, combined with exosome technology to improve hydration, elasticity, and skin balance. The result is smoother texture, softened fine lines, and a healthy, revitalised glow.

Key elements: Welcome touch · Deep cleansing ritual · Regenerative face mask · Face massage · Final skincare
60’ | € 90

RHODON – ANTI AGING

Μια προηγμένη αντιγηραντική θεραπεία που ενισχύει τη σφριγηλότητα, τη φωτεινότητα και την ομοιομορφία της επιδερμίδας. Συνδυάζει δραστικές φόρμουλες με πολύτιμα στοιχεία όπως aquamarine και moonstone για ενυδάτωση και προστασία, ενώ μια δεύτερη μάσκα με βιταμίνη C ενεργοποιεί τη μικροκυκλοφορία. Ένα sculpting μασάζ με ροζ χαλαζία ολοκληρώνει τη θεραπεία, προσφέροντας σύσφιξη και λάμψη.

A high-performance anti-aging facial that restores firmness, clarity, and luminosity. Combining bioactive formulations with precious elements such as aquamarine and moonstone, it enhances hydration and protection, while a vitamin C-rich mask boosts microcirculation. A Rose Quartz sculpting massage completes the treatment, improving contour and radiance.

Key elements: Welcome touch · Double mask · Rose Quartz sculpting massage · Bioactive anti-aging complex
70’ | € 100

TOTAL MAN

Μια περιποίηση προσώπου σχεδιασμένη για τις ανάγκες της ανδρικής επιδερμίδας, που αντιμετωπίζει τις επιπτώσεις του ξυρίσματος και των καθημερινών ρύπων. Καθαρίζει, αναζωογονεί και καταπραΰνει την επιδερμίδα, ενώ ενισχύει τη φυσική της ισορροπία. Με τη χρήση προϊόντων Ariadne Athens, η επιδερμίδα παραμένει ενυδατωμένη και πιο ανθεκτική. Συνδυάζεται με μασάζ πλάτης, αυχένα και ώμων για αποφόρτιση της έντασης.

A facial treatment designed for men’s skin, targeting the effects of shaving and daily pollutants. It cleanses, revitalises, and soothes while restoring balance. Enhanced with Ariadne Athens products, the skin is left hydrated and resilient. Combined with a back, neck, and shoulder massage to release tension.

Key elements: Facial treatment · Neck & scalp massage · Back & shoulder massage
70’ | € 90

BODY TREATMENTS

SENCE OF VIRGINITY

Απόλυτη αίσθηση αγνότητας που ξεκινά με απολέπιση σώματος με φυσική βούρτσα και σαπούνι με αιθέρια έλαια για βαθύ καθαρισμό της επιδερμίδας. Ακολουθεί χαλαρωτικό μασάζ με αιθέρια έλαια σε όλο το σώμα ανακουφίζοντας τους μυς από την ένταση. Πιέσεις σε ενεργειακά σημεία του κεφαλιού προσφέρουν την πλήρη ευεξία και αναζωογόνηση. Σε συνδυασμό με 10’ Χαμάμ ή Σάουνα.

An absolute sense of purity that starts with body scrub with a natural brush and soap with essential oils for deep cleansing of the skin. Following a relaxing massage with essential oils throughout the body to relieve muscle tension. Pressures on the energy points of the head provide complete well-being and rejuvenation. In combination with 10’ hammam or sauna.

Key Elements: Full Body Exfoliation with Natural Soap and Body brush, and Full Body Massage with Body Oil Blend, Facial & Scalp pressure points.
70’ | € 90



HERBAL LOOFAH EXFOLIATION

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

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

Key Elements: Full Body Exfoliation with Soap and Natural Plant sponge loofah, Skin Nourishing Body Lotion
40’ | € 60

ALAS SPA ESCAPE

Δημιουργήστε τη δική σας εμπειρία σώματος, εμπνευσμένη από τα αρώματα και τη φροντίδα της ελληνικής φύσης. Επιλέξτε ανάμεσα σε νότες καρύδας, γιασεμιού και γαρδένιας ή σοκολάτας και mocha, και απολαύστε μια τελετουργία προσαρμοσμένη στις ανάγκες και τη διάθεσή σας. Η εμπειρία ξεκινά με απολεπιστικό σώματος που λειαίνει την επιδερμίδα και ενεργοποιεί την κυκλοφορία, και ολοκληρώνεται με χαλαρωτικό μασάζ, ενώ μπορεί να συνδυαστεί και με επιλογή μάσκας σώματος για πιο ολοκληρωμένη φροντίδα.

Create your own body ritual inspired by the scents and textures of Greek nature. Choose between notes of coconut, jasmine and gardenia, or chocolate and mocha, and enjoy a treatment tailored to your needs and mood. The journey begins with a body scrub to smooth and revitalise the skin and concludes with a relaxing massage, with the option to include a body wrap for a more complete experience.

Key elements: Body scrub · Body wrap (optional) · Relaxing body massage
70’ | €100 – Body scrub & 40’ relaxing massage
90’ | €120 – Body scrub · Body wrap · Relaxing massage

ALAS SIGNATURE JOURNEY

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

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

Key elements: Full-body Natural Salt Scrub, White Clay Body Mask, 40’ Body Massage with Orange Body Oil
70’ | € 100



SPECIAL TREATMENTS

DELOS LUXURY RITUAL

Μια φωτεινή τελετουργία εμπνευσμένη από το ιερό νησί της Δήλου, που αναδεικνύει τη θηλυκότητα και την εσωτερική λάμψη. Η εμπειρία ξεκινά με dry-brushing με φυσική βούρτσα, που ενεργοποιεί την κυκλοφορία και λειαίνει την επιδερμίδα, και συνεχίζεται με ένα βαθιά χαλαρωτικό μασάζ με έλαιο Délos που απομακρύνει την ένταση.

Ολοκληρώνεται με μασάζ κεφαλής και απαλό χτένισμα, προσφέροντας αίσθηση ισορροπίας και ανανέωσης.

A luminous ritual inspired by the sacred island of Delos, celebrating femininity and inner radiance. The journey begins with dry-brushing to stimulate circulation and refine the skin, followed by a deeply relaxing anti-stress massage with Delos oil to release tension.

The experience concludes with a soothing scalp massage and gentle hair brushing, restoring balance and glow.

Key elements: Welcome touch · Dry-brushing exfoliation · Anti-stress full body massage · Scalp massage · Final body care
70' | € 110

SEA BREEZE – AFTER SUN TREATMENT

Μια δροσερή θεραπεία προσώπου και σώματος που καταπραΰνει και επαναφέρει την επιδερμίδα μετά την έκθεση στον ήλιο.

Με γιαούρτι, θαλάσσια στοιχεία, ρόδι και αλόη, ενυδατώνει σε βάθος και μειώνει τους ερεθισμούς, ενώ μια δροσιστική μάσκα σώματος και μασάζ κεφαλής και αυχένα ολοκληρώνουν την εμπειρία, αφήνοντας την επιδερμίδα απαλή και αναζωογονημένη.

A refreshing face and body ritual designed to soothe and restore sun-exposed skin. Infused with yogurt, sea minerals, pomegranate, and aloe vera, it deeply hydrates and calms irritation, while a cooling body wrap and a relaxing neck & head massage complete the experience, leaving the skin smooth and revitalised.

Key elements: Face treatment · Cooling body wrap · Nourishing body lotion · Neck & head massage
70' | € 100



COUPLE EXPERIENCE JOURNEY

(Tailor Made from 80min to 180min)

WINE HARVEST RITUAL

Μια χαλαρωτική τελετουργία εμπνευσμένη από τους αμπελώνες της Μονεμβασίας και την παράδοση του τρύγου.

Η εμπειρία ξεκινά με ήπια απολέπιση με κουκούτσια ελιάς και ροδοπέταλα, ενώ μια θρεπτική μάσκα σώματος πλούσια σε αντιοξειδωτικά επαναφέρει την απαλότητα και τη ζωντάνια της επιδερμίδας. Ακολουθεί χαλαρωτικό μασάζ σώματος με ζεστό σησαμέλαιο που αποφορτίζει το σώμα και θρέφει την επιδερμίδα. Η τελετουργία ολοκληρώνεται με λοσιόν κόκκινου σταφυλιού και ένα ποτήρι κρασί, αφήνοντας την επιδερμίδα απαλή και λαμπερή.

A relaxing ritual inspired by the vineyards of Monemvasia and the tradition of the harvest. The journey begins with a gentle exfoliation using olive kernels and rose petals, followed by a nourishing body mask rich in antioxidants to restore softness and vitality. A flowing full-body massage with warm sesame oil deeply relaxes the body, while a red grape lotion and a glass of wine complete the experience, leaving the skin silky and radiant.

Key elements: Welcome touch · Body scrub · Body mask · Sesame oil massage · Red grape lotion · Glass of wine
90' | € 130 per person

LOVE AFFAIR

Μια αισθησιακή εμπειρία για δύο, σχεδιασμένη για στιγμές χαλάρωσης και σύνδεσης. Η τελετουργία ξεκινά με απολεπιστικό σώματος με νότες mocha που λειαίνει την επιδερμίδα, ενώ ακολουθεί ένα αργό, χαλαρωτικό μασάζ με ζεστό κερί που απομακρύνει την ένταση και χαρίζει βαθιά χαλάρωση. Η εμπειρία ολοκληρώνεται με ενυδατική περιποίηση προσώπου με μέλι και εκχυλίσματα βερίκοκου, αφήνοντας την επιδερμίδα απαλή, φωτεινή και αναζωογονημένη.

A sensorial couple's ritual designed for moments of relaxation and connection. The journey begins with a mocha-scented body scrub to smooth the skin, followed by a slow full-body candle massage that melts away tension and promotes deep relaxation. The experience concludes with a hydrating mini facial with honey and apricot extracts, leaving the skin soft, luminous, and refreshed.

Key elements: Welcome touch · Body scrub · Candle massage · Hydrating mini facial · Final body cream
70' | € 100 per person



MASSAGE JOURNEYS

MELTING SENSATION CANDLE MASSAGE De-Stress – Empowering – Relaxing – Recharging

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

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

Key elements: Full-body Massage with Hot Candle
60’ | € 100

ALAS AROMATHERAPY MASSAGE Anti - Oxidant – Relaxing – Revitalizing

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

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

Key elements: Full-body Relaxation Massage, with a choice of native aromatic oils
45’ | € 70
60’ | € 90
90’ | € 110

DEEP TISSUE MASSAGE

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

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

Key elements: Full-body Sport Massage
60’ - 90’ | € 100 - € 120

BACK HEAD MASSAGE

Μια χαλαρωτική θεραπεία που εστιάζει στην πλάτη, τους ώμους και το κεφάλι, απομακρύνοντας την ένταση και προσφέροντας αίσθηση βαθιάς ευεξίας.
Ιδανική για καθημερινό stress, βοηθά στην αποφόρτιση του σώματος και την επαναφορά της ισορροπίας.
A relaxing treatment focusing on the back, shoulders, and head, designed to release tension and promote a deep sense of wellbeing.
Ideal for relieving everyday stress and restoring balance.

Key elements: Back · Shoulder · Head massage
40’ | € 60

LYMPHATIC DRAINAGE

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

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

Key elements: Full-body Lymphatic Massage
50’ | € 80



ADD-ON CHOICES

Personalised add-on rituals designed to complement and elevate your treatment.

Fast glow facial — Express facial for instant radiance
25 min €30
Body scrub — Gentle exfoliation for smooth, renewed skin
20 min €30
Head & neck massage — Focused relief for tension-prone areas
20 min €30
Hand & foot massage — Nourishing and deeply relaxing touch ritual
20 min €30

*Prices are per person.

*Add-on rituals may be combined with any treatment but cannot be booked separately.

GYM HAMAM & JACUZZI

One Day Visit	15€
One Month Member	60€
3 Months Member	
+ 1 x Back & Shoulder Massage	150€
6 Months Silver Member	
+ 2 x Back & Shoulder Massage	290€

ALAS SPA - ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

Οι ώρες λειτουργίας και παροχής υπηρεσιών του Alas Spa είναι οι εξής:

Δευτέρα - Κυριακή 10:00-20:00

ALAS SPA - OPENING HOURS

Alas Spa provides services at the following opening hours:

Monday -Sunday 10:00-20:00

Book your appointment today!



Please scan the QR code or call the main reception.

SPA ETIQUETTE

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

General

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

They can suggest appropriate adjustments to the treatment for your comfort and enhancement.



Ελαία Μονεμβάσιος, ΤΚ 23052 Λακωνία,
Τηλ: 0030 27320 57500, Φαξ: 0030 27320 57518, Email: info@alasresort.gr
www.alasresort.gr