



СОЛОВЬИ

МЕСТО, ГДЕ ПОЕТ ДУША

МЕНЮ ПАРОВ





НАША МИССИЯ

Мы мечтаем видеть «Соловьи» местом возвращения к себе. Это пространство, где женщина может **быть собой** без ролей мамы, жены, коллеги, босса.

Здесь радость жизни разливается по телу после банных ритуалов, словно нежная трель соловья.

Мы верим в мягкую силу женщины, в её природную мудрость, красоту и **право на заботу**. В «Соловьях» нет правильного сценария: сегодня вы можете быть собранной и сильной, а завтра – позволить себе слабость и тишину. Сегодня вы можете прийти с подругами, а завтра побыть наедине с собой - мы **распахнём объятия**.

Наша миссия – создавать банное пространство, где забота о женщине возведена в высшую степень. Где **тепло ощущается** не только телом, но и душой.



Коллективные ароматные парения

День течёт в ритме природы. Каждое время суток имеет свой аромат и задачу — от пробуждения сил до глубокого расслабления.

УТРО | ПРОБУЖДЕНИЕ В ЛЕСУ

ЗНАКОМСТВО С ПАРОМ

Прогулка в лесу. Берёза, дуб, пихта. Аромат леса помогает проснуться телу и успокоить ум. Лес не рассказывает сказки — он напоминает, что вы тоже часть природы.

9:30

ЯРКИЙ ПАР

Горькая полынь. Очищение от ментальной грязи, застойных энергий и негативных воздействий. Полынь и соль освобождают пространство для нового.

10:30

ПАР НА НАМЕРЕНИЕ

Мята, шалфей. Травяной пар для обретения внутренней силы, любви и ясности. Время сформулировать желание.

11:30

СКАЗОЧНОЕ ПАРЕНИЕ

Зверобой, бессмертник.
Мягкое завершение утреннего цикла.
Погружение в атмосферу тепла и заботы.

12:30

ДЕНЬ | РУССКОЕ ПОЛЕ**ЗНАКОМСТВО С ПАРОМ****14:30**

Чабрец, лимонная полынь.

Аромат разнотравья возвращает связь с землёй, даёт чувство лёгкости, свободы и притока чистой энергии.

ЯРКИЙ ПАР**15:30**

Лаванда. Глубокое расслабление.

Лаванда снимает напряжение, соль очищает пространство вокруг вас, забирает негатив и освобождает для прихода нового.

ПАР НА НАМЕРЕНИЕ**16:30**

С хреном. Пробуждает силу и бодрость духа.

Жгучий аромат хрена «сжигает» то, что прилипло за неделю.

ВЕЧЕРНЯЯ ИСТОРИЯ**17:30**

С ароматом донника. Время для отдыха, тёплый круг, тихие разговоры, чувство принадлежности.

ВЕЧЕР | СИЛА МОРЯ**ЗНАКОМСТВО С ПАРОМ****19:30**

Эвкалипт и лаванда. Свежесть и глубина. Аромат моря уносит остатки суеты, готовя тело к ночному отдыху.

ЯРКИЙ ПАР**20:30**

Мята, тархун. Тепло и соляной ритуал.

Освобождаем путь для спокойного сна и чистых мыслей.

СКАЗКА НА НОЧЬ**21:30**

Пихта. Финальный ритуал. Мягкий пар для глубокого восстановления во сне.

Индивидуальные парения

ЛЁГКАЯ РУКА (ЗНАКОМСТВО С БАНЕЙ)

5 900
до 15 мин.

Для бережного и безопасного знакомства с банной культурой.

Этапы ритуала:

- Проливки всего тела тёплой водой
- Парение дубовыми вениками на мягкой перине
- Укрывание головы берёзовым веником
- Контраст в холодной купели (по желанию)

МЯГКИЙ ЖАР, СПОКОЙНАЯ ГОЛОВА (Релакс, антистресс)

8 500
до 20 мин.

Ароматное парение в один заход при небольшой комфортной температуре. Проводится в индивидуальной арома-парной с отварами из свежих трав.

Этапы ритуала:

- Аромопрогрев с лавандой
- Проливки тёплым настоем лаванды
- Парение дубовыми вениками на мягкой перине
- Укрывание головы пихтовой лапой
- Контраст: прохладное дождевание настоем лаванды

БОЯРЫНЯ НЕ СПЕШИТ (Детокс)

8 500
до 20 мин.

Лёгкое и нежное парение. Идеально для тех, кто любит неспешный подход и мягкий пар. Тепло способствует детоксикации организма через выпотевание, а вибрация веников усиливает дренажный эффект.

Этапы ритуала:

- Аромопрогрев с липой
- Проливки всего тела тёплой водой
- Парение кавказскими дубовыми вениками на мягкой перине
- Укрывание головы липовым веником
- Проливки тёплой и прохладной водой для мягкого контраста

ДВА КРЫЛА (Парение для двух подруг)

-20%

Любое парение вдвоём идёт с комплиментом 20%. Подруга — это лучший компаньон в банном пространстве, вместе легче летать.

от стоимости
любого
парения

ЦАРЕВНЕ ТЕПЛО ПО-ЦАРСКИ (Интенсивный прогрев)

8 900
до 20 мин.

Понравится тем, кто любит глубокий и интенсивный прогрев. Парение выполняется в один заход, по мёду, при высокой температуре в индивидуальной парной.

Этапы ритуала:

- Аромопрогрев с донником и прополисом
- Нанесение тёплого мёда на тело
- Парение дубовыми вениками на мягкой перине
- Укрывание головы берёзовым веником
- Контраст ледяными шайбами или в холодной купели

ДЕВА ДИВНАЯ (Тонизирующее)

11 900
до 25 мин.

Банная процедура в два захода, направленная на активизацию жизненных сил, улучшение общего самочувствия и придание организму заряженного, бодрого состояния.

Этапы ритуала:

- Аромопрогрев с полынью
- Активное парение дубовыми вениками на мягкой перине
- Укрывание головы пихтовой лапой
- Контраст в холодной купели
- Догрев дубовыми вениками
- Контраст ледяными шайбами
- Проминание можжевельником

ГЛАВНОЕ СОЛНЦЕ — ЭТО ТЫ (Коррекция фигуры и дренаж)

11 900
до 25 мин.

Комплексное воздействие: активизирует микроциркуляцию и лимфоток, способствует уменьшению отёчности и видимых проявлений целлюлита, повышает тонус кожи и улучшает контуры силуэта.

Этапы ритуала:

- Аромопрогрев с мятой
- Пролитки всего тела тёплой водой
- Парение берёзовыми вениками на мягкой перине с акцентами на стопах и бёдрах
- Укрывание головы берёзовым веником
- Локальные контрасты ледяными шайбами



Мойки

БЕРЁЗОВАЯ ЛАСКА

Аромат свежей берёзы, тёплая мыльная пена и мягкие прикосновения веника дарят телу ощущение лёгкости и шелковистой гладкости.

3 900
до 15 мин.

ЛЫКОВЫЙ ШЕЛК

Мойка лыковым мочалом — ваш секрет идеально чистой и упругой кожи. Натуральное лыковое мочало из внутреннего слоя коры липы мягко удаляет загрязнения из пор, отшелушивает ороговевшие клетки и возвращает коже гладкость и шелковистость.

3 900
до 15 мин.

ТРОЙНОЕ ПРЕОБРАЖЕНИЕ (комбинированная мойка)

Сначала — нежная мойка берёзовым распаренным веником. Тёплый пар, берёзовый аромат и мягкие растирания помогают телу расслабиться, мышцам — отпустить напряжение, а голове — освободиться от лишних мыслей. Затем кожа, уже хорошо разогретая и подготовленная, прорабатывается лыковым мочалом, что даёт ощущение глубокого очищения и обновления. Завершает сеанс специальная мойка головы.

5 500
до 25 мин.

ЛЮФОВЫЙ БАРХАТ

Мойка с натуральной люфой очищает тело, улучшает микроциркуляцию и подчёркивает рельеф, а тёплая пена обволакивает шелковистым комфортом. После сеанса кожа ровная, бархатистая, тело лёгкое и подтянутое — идеально перед событием или для «дня красоты».

3 900
до 15 мин.

ПЕННАЯ НЕГА

Расслабляющий банный ритуал с проливками тёплой водой и мягким очищением кожи шелковой варежкой. Мойка распаренным пихтовым веником с лёгким разминанием снимает напряжение, а нежная пена с мылом на выбор завершает процедуру ощущением чистоты и комфорта.

5 500
до 20 мин.

БЕРЕЗОНЬКА (Детская помывка)

Нежный банный ритуал для девочек. Помывка с тёплой густой пенкой и нежной березовой лапкой. Бережный уход с минимальной интенсивностью делает кожу гладкой и дарит лёгкость, радость и комфорт — идеальное первое знакомство с баней.

2 500
до 10 мин.

Обертывания

ОБЕРТЫВАНИЕ ЛАМИНАРИЕЙ ЛИСТОВОЙ

Обертывание листовой ламинарией — профессиональная СПА-процедура морской терапии, направленная на детокс, уменьшение отёчности и улучшение качества кожи. Цельные листы ламинарии, подготовленные в тёплой воде, накладываются на тело и создают эффект «второй кожи» с мощным минерализующим воздействием. Мы укутаем вас тёплым пледом.

5 000
до 25 мин.

БАНДАЖНОЕ ОБЕРТЫВАНИЕ

Профессиональная моделирующая и лимфодренажная процедура для снижения отёчности, уменьшения объёмов и повышения тонуса кожи. Эластичные бинты, пропитанные активным составом (дренажным, антицеллюлитным или лифтинговым), накладываются на тело с контролируемой степенью компрессии.

2 900
до 20 мин.

- Для упругости груди
- Для стройности живота
- Для идеальных бёдер

Обертывание проводим тёплыми бинтами и далее плёнкой, чтобы вы могли комфортно находиться в зале и отдыхать.

Маски для лица

МАСКИ ДЛЯ ЛИЦА

Маска подбирается под ваш тип кожи индивидуально. Приятно нанести маску, когда ваше тело моют или скрабируют, при нанесении обертывания или когда вы отдыхаете на сеновале.

1 000

Скрабы для идеальной кожи

МАРЦИПАНОВОЕ ОБЪЯТИЕ

Десертный уход с тростниковым сахаром и миндальным маслом для мягкой, увлажнённой и шелковистой кожи.

3 800

15 мин.

ЯГОДНОЕ СИЯНИЕ ТЕЛА

Процедура на основе скраба из тростникового сахара с маслом семян клюквы, облепихи и соком малины, морозики, жимолости. Улучшает микроциркуляцию, активизирует внутриклеточные обменные процессы и насыщает кожу витаминами.

3 800

15 мин.

ШОКОЛАДНЫЙ ШИК

Процедура на основе шоколадного скраба с кофе и апельсиновой цедрой. Скраб не только отшелушивает, но и даёт эффект ароматерапии, снимая напряжение и усталость.

3 800

15 мин.

МЕДОВАЯ ПИХТА

Скраб на основе мёда и пихты для глубокого очищения и питания кожи.

3 800

15 мин.



Скрабы для идеальной фигуры

МОРСКАЯ СТРОЙНОСТЬ

Интенсивная программа со скрабом из морской соли с эфирными маслами герани, лаванды, лимона и бурой водорослью. Для достижения эффекта детокса, борьбы с дряблостью и «апельсиновой коркой».

3 800

10 мин.

ИМБИРНЫЙ ДРЕНАЖ И ТОНУС

Процедура на скрабе с морской солью, корнем имбиря, лимонной цедрой и эфирными маслами имбиря, лимона и левзеи. Бодрящий согревающий эффект, дренаж и подтянутый контур тела.

3 800

10 мин.

ХВОЙНО-ВОДОРΟΣЛЕВЫЙ СИЛУЭТ

Скраб на основе морской соли с плодами можжевельника и розмарином для лёгкости ног и упругой кожи. Помогает уменьшить отёчность, стимулирует обмен веществ.

3 800

10 мин.

МЕД-РАЗНОТРАВЬЕ

Скраб на основе мёда с луговыми травами для мягкого очищения и питания кожи.

3 800

10 мин.

СОЛЬ-МЁД

Скраб из морской соли и мёда для глубокого очищения и тонизирования кожи.

3 800

10 мин.

Баннные ритуалы

Каждый ритуал — это путь к гармонии, продуманный до мелочей, чтобы вы могли отпустить суету и вернуться к себе обновлённой.

Веники и прохладная пихта или берёза на голову уже включены во все ритуалы.

СОЛОВЬИНАЯ РОЩА

12 900
до 35 мин.

Путешествие в свежесть берёзового леса и глубокое очищение. Сияющая кожа, лёгкость и ощущение обновления.

Этапы ритуала:

- Аромопрогрев с ароматом берёзы
- Пролитки тела берёзовым настоем
- Очищение тела скрабом с чагой
- Парение берёзовыми вениками на мягкой перине
- Контраст: дождевание прохладным берёзовым настоем
- Отдых на сеновале

СОЛЬ ЗЕМЛИ (Парение + Выкатывание + Пеленание)

15 900
до 50 мин.

Ритуал очищения и заземления через силу четверговой соли. Глубокий детокс, расслабление и внутренняя устойчивость.

Этапы ритуала:

- Аромопрогрев с ароматом лимонной полыни
- Релакс-парение дубовыми вениками на мягкой перине
- Мягкий контраст комфортной водой
- Выкатывание чёрной солью
- Бережное омовение тёплой водой
- Пеленание в льняную простыню с магниевой солью

МЕДОВАЯ НЕГА (Парение + Скраб + Пеленание)

17 900

до 50 мин.

Ритуал мягкости и внутреннего тепла через силу мёда.
Гладкая кожа, тепло внутри и мощный прилив энергии.

Этапы ритуала:

- Аромопрогрев с ароматами донника и прополиса
- Нанесение жидкого мёда и пихтового нежного скраба
- Нанесение питательной маски для волос
- Парение по мёду дубовыми вениками на мягкой перине
- Контраст снегом и проливка
- Активный догрев
- Проливки прохладной водой
- Пеленание на сеновале в сухую тёплую простыню

КОНЁК-ГОРБУНОК (Парение в четыре руки)

12 900

до 30 мин.

Ритуал для тех, кто готов вспомнить свою внутреннюю силу.
Парение в четыре руки — как полёт на крыльях сказочного коня. Яркий пар, холодная купель и молочные проливки возвращают телу бодрость, а душе — ощущение чуда.

Этапы ритуала:

- Аромопрогрев с мятой
- Интенсивное парение дубовыми вениками в четыре руки на мягкой перине
- Контраст в холодной купели
- Проливки тёплым молоком с мёдом
- Отдых на сеновале

УТРЕННЯЯ РОСА (Ритуал для лица и тела)

15 900
до 45 мин.

Тело отдыхает, лицо оживает. Сначала тело окутывает мягкий пар с ароматом мелиссы, снимая зажимы с плеч и спины. Затем — прикосновение маленьких веничков к зоне декольте, лицу и волосам. Как утренняя роса смывает пыль с лепестков, так этот ритуал возвращает лицу и телу их подлинную лёгкость и живое сияние.

Этапы ритуала:

- Аромпрогрев с мелиссой
- Парение тела дубовыми вениками с контрастами
- Укрывание тёплой простынёй
- Деликатное парение специальными веничками зоны декольте, шеи, лица
- Охлаждающая огуречная маска для лица
- Пролитки тёплым дубовым отваром
- Снятие простыни — и с ней уходит ощущение тяжести
- Отдых на сеновале

ЖЕНСКАЯ БЛАГОДАТЬ (Раскрытие женской силы)

15 900
до 45 мин.

Ритуал для женщин, направленный на восстановление самой сути женской силы — здоровья, чувственности и внутреннего равновесия. В русской традиции баня всегда была местом, где женщина возвращала себе силу не громкую и показную, а тихую, глубинную, через тепло, веничный массаж и контраст. Здесь нет «проблемных зон» и «коррекции», есть только забота о том, что делает женщину женщиной.

Этапы ритуала:

- Аромпрогрев с лавандой
- Очищение кожи кедровым скрабом
- Глубокое и мягкое парение дубовыми вениками
- Локальный контраст ледяными шайбами из травяных отваров
- Пеленание в простыню, пропитанную отваром душицы и шалфея
- Отдых на сеновале

КАШУ МАСЛОМ НЕ ИСПОРТИШЬ

17 900
до 50 мин.

В русской мудрости есть особая щедрость: «Кашу маслом не испортишь». Это не про избыток, а про ваше право на мягкость, право быть ухоженной, напитанной, обласканной — просто потому, что вы есть. Выберите свой аромат масла и позвольте себе роскошь заботы. Этот ритуал — гимн простой, но истинной роскоши.

Этапы ритуала:

- Ароматпрогрев с ароматами липы и мелиссы
- Скраб «Ягодное сияние»
- Омовение тёплой водой
- Промасливание тела выбранным маслом
- Парение по маслу дубовыми вениками
- Контраст прохладной водой
- Нанесение ягодной маски на тело
- Отдых на сеновале с пеленанием в сухую простыню

ДЕТСКИЙ БАННЫЙ РИТУАЛ «СОЛОВЬИНОЕ ГНЁЗДЫШКО»

6 900
до 20 мин.

Этот ритуал мы создали как мягкое введение в банный мир. Здесь нет требований и стандартов, нет «потерпи» и «будь как взрослая» — есть тепло, доверие и бережное отношение. Мягкое знакомство с баней через тепло и заботу. Комфорт, радость и доверие к своему телу.

Этапы ритуала:

- Ароматпрогрев с ароматом лимонной мяты
- Проливки тела тёплой водой
- Нежное парение дубовыми вениками
- Мыльная помывка берёзой
- Отдых на сеновале



Авторские парения

Проводят только топ-мастера

АВТОРСКОЕ ПАРЕНИЕ НА НАМЕРЕНИЕ (На желание)

19 900

60 мин.

Чтобы услышать своё истинное желание и дать ему путь. Баня — место, где смываются не только следы дня, но и шум чужих ожиданий. Этот ритуал не «просит исполнения» — он создаёт тишину, в которой рождается чистое намерение. Как семя в тёмной земле: сначала — покой, потом — рост. Здесь вы не требуете от мира, вы слушаете себя и позволяете желанию проявиться.

Под чутким ведением пар-мастерицы вы пройдёте три этапа банного пути:

- Очищение стихиями. Жар печи, вода на камнях, пар и берёзовые веники снимут слои тревоги. Три круга пара — и тело отпускает напряжение, душа — сомнения, ум — лишние слова. Остаётся только то, что важно.
- Точка намерения. В тишине и тепле вы формулируете желание так, будто оно уже сбылось. Не просьба духам, а разговор с собой. Слово здесь — не магия, а подтверждение, что вы знаете, чего хотите.
- Запечатывание. Прохладная вода «скрепляет» намерение в теле. Благодарность стихиям и духу бани — не как поклонение, а как уважение к пространству, где вы встретились с собой. Желание уходит в путь — не по воле чуда, а по естественному течению жизни.

БОГАТАЯ БОГИНЯ (Достаток)

19 900

60 мин.

Баня — место, где можно убрать то, что истощает, и собрать то, что питает. Этот ритуал не «привлекает» достаток, он убирает «застой» и даёт пространство для естественного течения. Как река: надо сначала очистить русло, потом вода потечёт сама.

Под чутким ведением пар-мастерицы вы пройдёте три этапа банного пути:

- Очищение. Соль и вода смывают то, что тянуло вниз. Вы отпускаете убыль, застой, утечки внимания и сил.
- Парение. Берёзовый веник, как символ собранного ресурса, собирает добро «лист к листу». Пар активирует рост, движения веником снизу вверх направляют энергию вверх — к свету, к ладу.
- Закрепление. Секретный подарок становится якорем нового состояния. Как жар в камне держится — так и приход в делах пусть держится при вас.

НА ЦЕЛОСТЬ И КРЕПОСТЬ (Здоровье)

19 900

60 мин.

Баня — место, где тело вспоминает свою природную силу. В народной традиции здоровье — не отсутствие болезней, здоровье — это целостность, когда тело держит жизнь. Этот ритуал возвращает целостность организма через возвращение телу его природной крепости — той, что была до тревог, перегрузок и неприятностей.

Авторское парение включает три этапа:

- Намерение. Вы не просите здоровья, вы утверждаете, вы договариваетесь с собой.
- Омовение словом. Тёплая вода стекает от макушки вниз. Где прошла вода — там хворь не живёт. Вы отпускаете ломоту и немочь, принимая крепость костям, тепло крови, ясность голове.
- Укрепление веником и запечатывание водой. Пар поднимается — сила поднимается в вас. Парение берёзовыми вениками: «Не бью — собираю. Не ломаю — укрепляю». Вы отпускаете то, что носили слишком долго, и принимаете то, что вам принадлежит по праву — силу. Намерение закрепляется в теле.

СУЖЕНЬИЙ-РЯЖЕНЬИЙ

19 900
60 мин.

В бане «Соловьи» мы верим, что встреча начинается не с поиска, а с внутренней готовности. Баня — место, где можно отпустить то, что держит в одиночестве, и открыть путь к союзу двоих. Этот ритуал не «зовёт мужа» — он снимает застой состояния и готовит почву для встречи. Дверь сначала нужно открыть изнутри — потом в неё войдёт тот, кому суждено.

Мастер проведёт вас бережно по этапам:

- Отделение и очищение дороги. Вы не теряете себя — вы готовитесь к принятию нового. Смываются не «неудачи», а застой состояния. То, что держало в одиночестве — уходит, что положено — остаётся.
- Призыв соединения. Мягкое парение. «Как пар к телу ложится, так бы и человек к человеку лёг. Не чужой, не случайный, а мой, по судьбе».
- Судьбинный узел. Расчёсывание волос деревянным гребнем и связывание косы лентой. Волосы в традиции — нить судьбы. Связывая их, вы говорите себе: «Я готова. Не из страха одиночества — из желания идти вместе». Гребень остаётся с вами — символ пути, который вы начали.



Дополнительно для наших красавиц

Веник берёзовый	500
Веник дубовый	500
Холодный пихтовый веник на голову	500
Ледяная крошка для контраста с ароматными ягодами (клюква, чёрная смородина)	1 500
Ледяной грейпфрут для охлаждения дыхания и контраста	1 500
Минеральная вода для контраста (1 бутылъ)	500
Контраст ледяной простынёй	1 500
Пихтовая подложка на полоч	5 000
Ингаляции для прогревания при простуде (эвкалипт / мята / хрен)	1 500
Ванночка для ног (с магниевой солью, можжевельником, с горчицей)	2 000
Помывка головы	2 000
Маска для волос	1 000
Маска для волос с драгоценным экстрактом	2 900
Маска для лица	1 000
Маска для лица (премиум)	2 000
Бандажное обертывание для упругости груди	2 900
Бандажное обертывание для стройности живота	2 900
Бандажное обертывание для бёдер	2 900
Дополнительный пар-мастер	3 000
Классический / расслабляющий массаж	3 100 / 5 900 30 / 55 мин.

