

## THE DAVID CITADEL SPA

Designed according to Feng Shui principles, the David Citadel Spa is located in the heart of Jerusalem, opposite the majestic walls of the Old City. The spa integrates warmth and intimacy with pleasant scents, soft lights, and sounds - turning each visit into a multi-sensual, highly pleasurable experience.

You are cordially invited to enjoy our wet and dry sauna, heated swimming pool and fully equipped gym. To conclude the pampering experience we invite you to enjoy a rich breakfast or lunch overlooking the Old City walls.



DAVID CITADEL  
JERUSALEM

David Citadel Hotel, 7 King David St. Jerusalem. P2 floor  
02.6212040 | [spa@tdchotel.com](mailto:spa@tdchotel.com) | [www.thedavidcitadel.com/spa](http://www.thedavidcitadel.com/spa)

## BODY TREATMENTS

### AROMATHERAPY

Take pleasure in a relaxing, purifying massage with aromatherapy oils produced from the natural essence of plants. Individually accustomed to your needs, enjoy a multi-sensual yet balanced experience.

**45 / 60 / 75 minutes**

### COMBINED

Bask in a multi-technique, customized massage that is specially chosen for you by the therapist.

**45 / 60 / 75 minutes**

### DEEP TISSUE

Take in a deep, focused massage from the West that eases tension spots in various key parts of your body.

**45 / 60 / 75 minutes**

### REFLEXOLOGY

Treat yourself to the pressing and massaging of various points on the soles of your feet - your body's map - which activate a self-healing process.

**45 / 60 minutes**

### PRENATAL MASSAGE

If you're in your 16th week of your pregnancy or beyond and are looking to reduce that feeling of heaviness, enjoy a gentle and soothing massage featuring grape seed oil. The massage stabilizes your posture, loosens up your lower back and hips areas, and swelling in the legs.

**45 / 60 minutes**

## RELAXING & BALANCING

### THE MAGIC OF HOT STONES

Enjoy a pampering, balancing treatment that combines a gentle, soothing massage featuring shea butter and hot basalt stones along the body's energy path. Enveloping your body in warmth and tenderness, the treatment balances, purifies and frees yourself from daily tension.

**75 minutes**

### HARMONY

Feel the difference of a perfectly coordinated four-hand massage for a multi-sensual and harmonious experience.

**60 minutes**

### AYURVEDA

Experience Ayurveda, the "science of life", a traditional Indian treatment featuring hot sesame oil. Enjoy long and delicate strokes along your body, gentle streaming of oil on your "third eye", and soothing massage of the scalp. (You will be unclothed yet appropriately covered).

**60 minutes**

### 4 ELEMENTS

Bask in this treatment, each focusing on the universe's four elements: earth, water, fire and air inherent in our bodies. Through unique specific treatment for each element, your body will achieve balance.

**Earth** - reflexology combined with hot towels and stones, **Water** - Jacuzzi combined with aromatherapy oils, **Fire** - hot oil massage with hot and cold stones, **Air** - reiki.

**90 minutes**

## NUTRITION & HEALTH

### THE MASSALING

Start off with a gentle peeling treatment, rich in vitamins and minerals, which renews a layer of skin cells, leaving your skin smooth and fresh.

After that, take pleasure in your choice of either a relaxing massage, or a reflexology treatment.

**75 minutes**

### PEELING

Take pleasure in a gentle massage that cleanses your body, revitalizes your cells and smoothes your skin – leaving it clean and invigorated.

**45 minutes**

### BODY WRAP

Body wrap that will stimulate your body's blood flow and metabolism.

This treatment moistens your skin and leaves it with a velvety touch.

**45 minutes**

*When a person can celebrate life in its totality,  
all that is wrong disappears. Light the light,  
and darkness disappears.*

## TREATMENT BOUQUET

### PAMPERING FOR TWO

Take pleasure in a candlelit romantic celebration for two. Starting with a massage featuring shea butter, followed by pure relaxation in a Jacuzzi where you can enjoy wine and sample the finest seasonal fruits.

**60 / 75 minutes**

### PAMPERING MOMENTS

Indulge in any two 45-minute treatments from the classic massage, free usage of all spa facilities and the hotel pool. Breakfast at the hotel can also be included.

**60 / 75 minutes**

*The secret of health for both mind and body is not to mourn over the past, nor to worry about the future, but to live the present moment wisely and earnestly.*

## FACIALS

### BEAUTY

Unique nourishing facial rejuvenation for all skin type.

**60 minutes**

### DEEP CLEANSING

Deep facial cleansing for replenishment and nourishment for all skin types

**75 minutes**

*Like the flower seed that it's passion for life leads  
it out of the darkness and into the light, be courageous enough  
to grow into the flower you are meant to be.*

## COMPLETING THE LOOK

### PEDICURE

File and complete cuticle tidy, removal of hard and calloused skin including a pampering treatment of your soles followed by a relaxing foot massage and polish to finish.

**45 minutes**

### MANICURE

File and complete cuticle tidy, followed by a deep relaxing massage of your palms and polish to finish.

**45 minutes**

### WAXING

Undergo a pain- free hair removal treatment to give you a clean, smooth appearance.

### BROW COLORING & SHAPING

Brow coloring and shaping to give you a clean, well-shaped appearance.

**25 minutes**

*Listen to your heart  
and whatsoever is there, bring it out.*

## GENERAL INFORMATION

Cost of treatment includes a one-day entrance to spa facilities:  
gym, outdoor heated swimming pool, wet and dry sauna.

Personal locker for one-day use provided including a bathrobe and slippers.

A health disclaimer must be signed prior to each treatment.

Please arrive 20 minutes prior to the scheduled appointment time.

Treatment cancellation must be made at least 4 hours prior to the scheduled treatment.

Cancellation within less than 4 hours notice or failure to arrive,  
will result in payment of 50% of treatment rate.

Treatments and/or prices may vary.

The spa invites guests from the age of 16 and above.

For more details on the treatments please call: 02.6212040 or extension 2040 from the hotel

 TheDavidCitadel | [spa@tdchotel.com](mailto:spa@tdchotel.com) | [www.thedavidcitadel.com/spa](http://www.thedavidcitadel.com/spa)



## מידע כללי

מחיר הטיפול כולל כניסה ביום הטיפול למתקני הספא:  
חדר כושר, בריכה חיצונית מחוממת, סאונה יבשה ורטובה.  
לנוחיותכם, תא אישי עם חלוק ונעלי בית לשימוש יומי.  
יש לחתום על הצהרת בריאות לפני תחילת כל טיפול בספא.  
יש להגיע 20 דקות לפני תחילת הטיפול.  
יש להודיע 4 שעות מראש על ביטול טיפול.  
ללא הודעה על אי הגעה יחויב חשבונך ב 50% ממחיר הטיפול.  
הטיפולים או המחירים עלולים להשתנות.  
הכניסה למתחם הספא וחדר הכושר מגיל 16 ומעלה.

## להשלמת המראה

### פדיקור

סידור ציפורניים, מריחת לק וטיפול בעור כפות הרגליים הכולל פילינג ועיסוי מפנק.

45 דקות

### מניקור

סידור ציפורניים, מריחת לק ועיסוי מפנק לכפות הידיים.

45 דקות

### שעווה

הסרת שיער לפי דרישה למראה נקי וחלק.

### עיצוב גבות

סידור/צביעת גבות למראה נקי ומעוצב.

25 דקות

*A person who is a person of action  
is always fresh and young.*

## חבילות לזוג

### פינוקים לזוג

חגיגה רומנטית בחדר זוגי הכוללת עיסוי בחמאת שיאה והירגעות בג'קוזי עם פלטת פירות העונה ויין.

60 / 75 דקות

### רגעים של פינוק

2 טיפולים ממגוון הטיפולים הקלאסיים בחדרים נפרדים, וארוחת בוקר מפנקת ועשירה במסעדת "עונות".

45 / 60 דקות

## טיפולי פנים

### טיפול יופי

טיפול פנים ייחודיים להזנה והתחדשות לכל סוגי העור.

60 דקות

### ניקוי עמוק

מותאם לכל סוגי העור ומותיר את עור פניך מאוזן ובעל חיוניות.

75 דקות

## טיפולי הזנה והתחדשות

### מאסלינג

פילינג עדין עשיר בוויטמינים ומינרלים. הטיפול מחדש את שכבת תאי העור ומשאיר את עורך חלק ורענן. לאחר הפילינג עיסוי מפנק לבחירה.

90 דקות

### פילינג

מנקה ביסודיות, מחדש ומזין. עורך יתפנק בעיסוי עדין ומרגיע וירגיש נקי ורענן.

45 דקות

### עטיפת גוף

עטיפות גוף להזנה והתחדשות, להמרצת הדם וחילוף החומרים. הטיפול מותיר את עורך עשיר בלחות ובעל מגע קטיפתי.

45 דקות

*Listen to your heart  
and whatsoever is there, bring it out.*

## מרגיע ומאזן

### עיסוי אבנים חמות

טיפול מפנק ומאזן המשלב עיסוי עדין ומרגיע בחמאת שיאה ואבני בזלת חמות לאורך ערוצי האנרגיה בגוף. טיפול ייחודי זה עוטף את גופך בחום וברכות.

75 דקות

### הרמוני

ארבע ידיים המעסות את גופך בתזמון מושלם לחוויה הרמונית רב חושית.

60 דקות

### איורוודה

"ידע החיים" טיפול הודי מסורתי בשמן שומשום חם, המתבצע בתנועות ארוכות ועדינות לאורך גופך ובהמשכו נסך שמן על "העין השלישית" מלווה בעיסוי קרקפת. (הטיפול מתבצע ללא בגדים, עם כיסוי מתאים).

60 דקות

### ארבעת האלמנטים

טיפול המבוסס על ארבעת האלמנטים של הטבע: אדמה, מים, אש ואוויר. ע"י טיפול מיוחד וממוקד בכל אלמנט בנפרד, יגיע גופך לאיזון. **אדמה** - רפלקסולוגיה עם אבנים חמות, **אש** - עיסוי בשמן חם בשילוב אבנים חמות, **אוויר** - רייקי, **מים** - הירגעות למשך 15 דק' בג'קוזי.

90 דקות

## רפלקסולוגיה

נקודות בכף רגלך משקפות את מפת הגוף כולו ועל ידי עיסוי ולחיצות עליהן, מופעל בגופך תהליך ריפוי עצמי.

45 / 60 דקות

## עיסוי לנשים הרות

עיסוי עדין בחמאת שיאה, המפחית את תחושת הכבדות, מרגיע ותומך בשינוי היציבה בגופך, תוך התמקדות בשחרור איזור הגב התחתון, האגן והפחתת בצקות ברגליים. (משבוע 16 ואילך).

45 / 60 דקות

## טיפול גוף

### עיסוי ארומתרפי קלאסי

עיסוי מרגיע ומטהר בשמנים ארומתרפיים המופקים מתמציות צמחים ומותאמים לך באופן אישי. מעניק חוויה רב חושית מאוזנת.

45 / 60 דקות

### עיסוי משולב

עיסוי במספר טכניקות הנבחרות על ידי המטפל בהתאמה אישית עבורך.

45 / 60 / 75 דקות

### עיסוי רקמות עמוק

טכניקת עיסוי מערבית עמוקה וממוקדת, לשחרור נקודות המתח באיזורים השונים בגוף.

45 / 60 דקות

*Freedom is simply an opportunity find a definition for yourself,  
a true, authentic individuality, and a joy in making the world  
around you a little better, a little more beautiful.*

## ספא מצודת דוד

בלב ליבה של ירושלים אל מול חומות העיר העתיקה, ישנו ספא יפיה המעוצב בקפידה על פי תורת הפנג שוואי. השילוב בין חמימות אינטימית, חיוך, מגע וניחוח מרגיע הופך את השהות בספא לעונג מושלם.

אנו מזמינים אתכם ליהנות משימוש בסאונה יבשה ורטובה, בריכת שחייה חיצונית מחוממת הפתוחה כל השנה ומחדר כושר מאובזר. ניתן ומומלץ לשלב טיפולים עם ארוחת בוקר או צהריים מפנקת, מול חומות העיר העתיקה.



DAVID CITADEL

מצודת דוד

מלון מצודת דוד רח' המלך דוד 7 ירושלים. קומה P2  
02.621.2040 | spa@tdchotel.com | www.thedavidcitadel.com/spa