

MIZU URBAN SPA

MENU

NOBU HOTEL
ROMA

L'Equilibrio degli Opposti

Nel cuore di Roma, dove l'eredità millenaria della Città Eterna celebra da sempre l'arte della cura di sé, la purezza dei rituali giapponesi trova una nuova dimora. Nasce così Mizu Urban Spa, un rifugio di raffinata essenzialità in cui la nobiltà del marmo romano e il calore dei legni naturali dialogano in perfetto equilibrio.

Le superfici di marmo, scolpite dalla luce e dal tempo, evocano la grandezza senza tempo della città, mentre le venature del legno richiamano l'armonia silenziosa delle foreste giapponesi. Insieme, questi materiali accompagnano i sensi in un viaggio di profonda distensione, dove ogni dettaglio è pensato per infondere serenità e bellezza.

In questo spazio sospeso tra Oriente e Occidente, ogni trattamento diventa un rituale, ogni gesto un incontro tra culture, ogni ambiente un invito a rallentare. Lasciate che il ritmo della metropoli si dissolva, cedendo il passo a un silenzio rigenerante e alla riscoperta dello Shiawase: la felicità autentica che nasce dall'armonia tra corpo, mente e spirito.

The Balance of Opposites

In the heart of Rome, where the timeless heritage of the Eternal City has long celebrated the art of self-care, the purity of Japanese rituals finds a new home. Thus, Mizu Urban Spa is born, a sanctuary of refined simplicity where the nobility of Roman marble and the warmth of natural woods exist in perfect harmony.

Marble surfaces, shaped by light and time, evoke the city's enduring grandeur, while the grain of wood recalls the quiet balance of Japanese forests. Together, these materials guide the senses on a journey of deep relaxation, where every detail is designed to inspire serenity and beauty.

Within this space suspended between East and West, every treatment becomes a ritual, every gesture an encounter between cultures, every setting an invitation to slow down. Let the rhythm of the metropolis fade away, giving way to restorative silence and the rediscovery of Shiawase: authentic happiness born from harmony between body, mind, and spirit.

NOBU ZEN: A TAILORED EXPERIENCE

Rilassante · Equilibrante · Rigenerante

Il massaggio Nobu Zen viene personalizzato in base alle esigenze individuali, combinando tecniche provenienti da diverse tradizioni del benessere di tutto il mondo. Poiché ogni persona è unica, non esiste un trattamento standard valido per tutti. L'esperienza nasce dall'integrazione di differenti metodologie di massaggio e da un'accurata selezione di oli aromatici, scelti per favorire il massimo benessere. Un trattamento su misura che aiuta ad alleviare stress e tensioni, promuovendo un profondo senso di equilibrio, relax e rigenerazione.

Relaxing · Balancing · Rejuvenating

The Nobu Zen massage is tailored to individual needs, combining techniques inspired by wellness traditions from around the world. As every person is unique, there is no single treatment that suits everyone.

This experience is created through the integration of various massage methodologies and a carefully selected range of aromatic oils, chosen to enhance overall well-being. A bespoke treatment designed to ease stress and tension while promoting a deep sense of balance, relaxation, and rejuvenation.

75 min - €280 | 105 min - €300

JAPANESE SILK by Natura Bissé

Avvolgente · Sensoriale · Riequilibrante

Ispirato alla tradizionale arte giapponese della cura del corpo, questo lussuoso ed energizzante rituale stimola la circolazione e il flusso di energia.

Il percorso inizia con un'esfoliazione del corpo per preparare la pelle a un massaggio nutriente completo con pietre calde e si conclude con un lussuoso massaggio al cuoio capelluto.

Ritrova l'equilibrio, sentiti rivitalizzato e rigenerato.

Nurturing · Sensory · Rebalancing

Inspired by the traditional Japanese art of caring for the body, this is a luxurious and energizing body ritual that stimulates circulation and flow of energy.

Your journey begins with a body exfoliation to prepare your skin for a nurturing full body massage using hot stones and concludes with a luxurious scalp massage.

Find balance, feel revitalized, and be restored.



RELAXING MASSAGE

Avvolgente · Armonioso · Rigenerante

Un'esperienza studiata per sciogliere le tensioni e accompagnare il corpo verso un profondo stato di rilassamento. Un rituale pensato per avvolgere il corpo in un'esperienza di profondo relax. Attraverso movimenti fluidi e armoniosi, il trattamento favorisce una piacevole sensazione di leggerezza e rinnovato equilibrio.

Comforting · Harmonious · Restorative

An experience designed to release tension and guide the body into a deep state of relaxation. A refined ritual created to envelop the body in an immersive journey of deep tranquillity. Through fluid, harmonious movements, the treatment encourages an exquisite sensation of lightness, restoring balance and inner harmony.

30 min - €100 | 50 min - €180 | 80 min - €240

HOT STONE MASSAGE

Avvolgente · Profondo · Rigenerante

Un rituale profondamente rilassante che sfrutta il calore terapeutico delle pietre levigate. Il trattamento favorisce la stimolazione della circolazione, allevia la rigidità muscolare e accompagna il corpo verso una sensazione di profondo rilassamento, equilibrio e rinnovata energia.

Enveloping · Deeply Relaxing · Rejuvenating

A deeply relaxing ritual that harnesses the therapeutic warmth of smooth volcanic stones. The treatment helps stimulate circulation, ease muscular tension and stiffness, and guide the body towards a profound sense of relaxation, balance, and renewed vitality.

30 min - €120 | 50 min - €210 | 80 min - €270

DEEP TISSUE MASSAGE

Intenso · Distensivo · Rigenerante

Un trattamento mirato che agisce sulle tensioni muscolari più profonde e sulle aree di maggiore rigidità. Grazie a manualità mirate, adattando intensità e tecniche alle specifiche tensioni muscolari, il massaggio aiuta a sciogliere le contratture, migliorare la mobilità e favorire il naturale recupero dell'equilibrio fisico. Ideale per chi desidera un'azione intensa, efficace e profondamente rigenerante.

Intense · Deeply Relaxing · Rejuvenating

A targeted treatment designed to address the deepest muscular tensions and areas of pronounced stiffness. Through precise manual techniques, adapting intensity and methods to specific muscular needs, the massage helps release contractures, improve mobility, and support the body's natural return to physical balance. Ideal for those seeking an intense, effective, and profoundly restorative experience.

30 min - €120 | 50 min - €210 | 80 min - €270

PERSONALIZED MESSAGE

Esclusivo · Avvolgente · Sensoriale

Un rituale personalizzato, creato in tempo reale per rispondere alle esigenze fisiche ed emotive del momento.

Che l'obiettivo sia alleviare le tensioni muscolari più profonde, favorire il drenaggio dei tessuti o concedersi un'esperienza di totale relax sensoriale, ogni sessione viene modulata in base alle necessità e alle preferenze individuali.

Exclusive · Immersive · Sensory

A personalized ritual, created in real time to address the body's physical and emotional needs in the present moment.

Whether the goal is to release deep muscular tension, support tissue drainage, or indulge in a state of complete sensory relaxation, each session is tailored to individual needs and preferences.

30 min - €120 | 50 min - €210 | 80 min - €270

COUPLE MASSAGE EXPERIENCE

Coinvolgente · Eliquilibrante · Rigenerante

Un rituale condiviso, pensato per vivere un'esperienza di benessere in perfetta armonia. Tecniche personalizzate e un'atmosfera di assoluta serenità accompagnano corpo e mente verso un profondo stato di equilibrio e benessere. Un'esperienza esclusiva dedicata alla connessione, al relax e al tempo da condividere.

Immersive · Balancing · Regenerating

A shared ritual designed to offer a wellness experience in perfect harmony. Personalized techniques and an atmosphere of absolute serenity guide body and mind towards a profound state of balance and well-being. An exclusive experience devoted to connection, relaxation, and time to be shared.

30 min - From €200 | 50 min - From €360 | 80 min - From €480

NaturaBissé





Natura Bissé

Natura Bissé è un brand di luxury skincare affermato in tutto il mondo. Fondato a Barcellona nel 1979 è oggi diretta con passione dalla seconda generazione della famiglia Fisas.

Grazie all'expertise di professionisti del mondo dell'estetica, Natura Bissé crede fermamente che ogni pelle abbia una propria voce. Questo credo è l'essenza del DNA del brand, che fonde tecnologia pionieristica con il più delicato tocco umano per ascoltare e adattarsi alle differenti esigenze di ciascun cliente. La costante ricerca di eccellenza ha portato Natura Bissé a ricevere numerosi riconoscimenti incluso il premio World Best Spa Brand nel 2025, ai World Spa Awards. Con filiali in Spagna, Italia, Stati Uniti, Messico, Regno Unito e Cina e distribuita in 40 Paesi.

Natura Bissé is a globally renowned luxury skincare company founded in Barcelona in 1979.

It is now passionately managed by the second generation of the Fisas family. Thanks to the expertise of skilled aestheticians, the brand understands that every skin has its own voice. The skin care firm uses this belief to blend pioneering technology with the most delicate human touch to develop products that adapt to the differing needs of every individual. The constant pursuit of excellence has led Natura Bissé to receive numerous awards including a four-peat recognition as the “World Best Spa Brand” at the 2025 World Spa Awards. To date, Natura Bissé continues to expand throughout the world in the most distinguished luxury retailers and best-in-class spas with presence in 40 countries and subsidiaries in Spain, Italy, the United States, Mexico, the United Kingdom and China.

THE CITRUS ESSENCE by Natura Bissè

Rivitalizzante · Stimolante · Rassodante

Un trattamento antiossidante che restituisce vitalità alla pelle danneggiata dal sole e aiuta a minimizzare i segni dell'invecchiamento precoce. La Vitamina C stimola la produzione di collagene e rinnova la compattezza della pelle, mentre ne migliora la luminosità e l'idratazione.

Revitalizing · Stimulating · Firming

An antioxidant treatment that restores vitality to sun-damaged skin and helps minimize signs of premature aging. Vitamin C stimulates collagen production and renews the firmness of skin, while improving luminosity and hydration

50 min - €180

THE 3D COLLAGEN REVOLUTION by Natura Bissè

Rassodante · Liftante · Rivitalizzante

Questo trattamento avanzato combina tre tipi di collagene, sostanze nutritive per la pelle ed efficaci manovre di massaggio per un'azione ringiovanente. Ideale per le pelli spente e mature, perché fornisce un visibile effetto lifting, aiuta a minimizzare l'aspetto delle rughe e lavora per migliorare l'elasticità della pelle.

Firming · Lifting · Revitalizing

This advanced facial combines three types of collagen, skin nutrients, and effective massage maneuvers for noticeable rejuvenating action. Ideal for devitalized and mature skin, because it provides a visible lifting effect, helps minimize the look of wrinkles and works to improve skin elasticity.

50 min - €190

DIAMOND ENERGY by Natura Bissè

Energizzante · Ridefinente · Anti-età

Un'infusione di energia senza precedenti che ravviva la pelle per ridurre al minimo i segni dell'invecchiamento. Questo trattamento contro l'invecchiamento infonde energia alla pelle, ravvivando le pelli spente dallo stress ambientale e dall'invecchiamento precoce. Advanced Myofacial Massage e le tecniche di massaggio rimodellanti migliorano visibilmente i contorni del viso e rivelano una pelle incredibilmente più soda, elastica e ringiovanita.

Energizing · Defining · Anti-aging

This 5-star age-defying treatment infuses energy into your skin, reviving skins dulled by environmental stress and premature aging. Advanced Myofacial Massage and remodeling massage techniques visibly enhance facial contours and reveal impressively firmer, suppler, and rejuvenated skin.

50 min - €190

EXPRESS RADIANCE LIFTING PEEL by Natura Bissè

Rigenerante · Idratante · Liftante

Un trattamento espresso per una pelle perfetta in poco tempo, con un rituale che ne rinnova l'aspetto ripristinandone la luminosità e minimizzando l'aspetto delle rughe d'espressione. Un vero protocollo di bellezza che include un massaggio facciale per migliorarne i risultati.

Renewing · Moisturizing · Lifting

This express treatment is the best option to achieve perfect skin in no time. A ritual that renews your skin appearance and restores its radiance, while minimizing the look of expression lines. Beauty protocol that includes facial massage to enhance the results.

50 min - €190

LED THERAPY MASK

15 min - €30

Un trattamento innovativo che sfrutta la luce a diverse lunghezze d'onda per stimolare la rigenerazione cellulare, contrastare acne, macchie e segni del tempo. Un'esperienza rilassante e tecnologica per una pelle visibilmente più luminosa e uniforme.

An innovative treatment that uses light at different wavelengths to stimulate cell regeneration, reduce acne, dark spots, and signs of aging. A relaxing, high-tech experience for visibly brighter, smoother skin

ESSENTIAL SHOCK COLLAGEN MASK

15 min - €30

Un trattamento intensivo che combina efficacia immediata e risultati duraturi.

La maschera, ricca di una lozione concentrata ad alto potere attivo, agisce in profondità per donare un effetto lifting e rimpolpante in pochi minuti. La pelle appare subito più soda, compatta e visibilmente levigata

An intensive treatment that delivers both instant and long-lasting results. Infused with a highly effective active lotion, this collagen-rich mask works deep within the skin to provide a noticeable lifting and plumping effect within minutes. The skin appears firmer, smoother, and more hydrated, with visibly reduced wrinkles and fine lines.

THE GLUTE TRAINER

15 min - €40

Questo sistema stimola i muscoli tramite impulsi elettrici, generando contrazioni profonde simili a quelle di un allenamento—ma impossibili da raggiungere con le routine convenzionali.

This system stimulates the muscles through electrical impulses, generating deep contractions similar to those of a workout—but impossible to achieve with conventional routines.



Natura Bissé
Barcelona

C+C VITAMIN
CREAM

ROYAL CITRUS EXPERIENCE RITUAL by Natura Bissè

Rituale mediterraneo viso e corpo

Una danza mediterranea per i sensi, questo squisito rituale viso e corpo avvolge i sensi con essenze di agrumi. Questo trattamento protegge la pelle dalla secchezza e dall'invecchiamento precoce e aiuta anche a trattare la pelle danneggiata dal sole lasciandola più compatta, luminosa e ringiovanita. Questo rituale comprende un'esfoliazione con sfere di agrumi, un infuso di vitamina C, una maschera trattante con soufflé di arancia amara e burro di Karité seguita da un massaggio rilassante viso e corpo.

Mediterranean ritual

A Mediterranean dance for the senses, this exquisite facial and body ritual envelops the senses with citric essences. This treatment protects skin from dryness and premature ageing and it also helps to prepare sun damaged skin leaving the skin firmer, luminous and more rejuvenated. This ritual includes exfoliation with citrus spheres, Vitamin C infusion, a bitter orange and Karite butter souffle treatment mask followed by a relaxing facial and body massage.

105 min - €300

DIAMOND WELL-LIVING EXPERIENCE by Natura Bissè

PERSONALIZZA IL TUO RITUALE

Di cosa ha bisogno l'anima?

Di una sferzata di vitalità che ravviva il morale. Di un'ondata di freschezza che allontana la stanchezza. Di un percorso che aiuta a ritrovare equilibrio e leggerezza, favorendo il benessere di mente e corpo. Di un momento dedicato al relax, per lasciarsi alle spalle tensioni e pensieri.

Di cosa ha bisogno il corpo?

Di trattamenti e massaggi personalizzati che favoriscono il benessere psicofisico. Di un'esfoliazione che rinnova la pelle e risveglia i sensi. Di una maschera corpo che avvolge la pelle in una profonda sensazione di comfort e nutrimento.

È possibile scegliere il percorso più adatto alle proprie esigenze e selezionare il mood sensoriale desiderato. Le terapisti personalizzano ogni trattamento con attenzione e professionalità, dando vita a un'esperienza Diamond Well-Living esclusiva e su misura.

Scegli tra:

AROMATIC MASSAGE: 25 min - €110

AROMATIC SCRUB & MASSAGE: 50 min - €170

SCRUB, AROMATIC MASSAGE & HYDRATING VEIL: 75 min - €230

DIAMOND WELL-LIVING EXPERIENCE by Natura Bissè

PERSONALIZE YOUR RITUAL

What Does the Soul Need?

A boost of vitality to uplift the spirit. A wave of freshness that leaves fatigue behind. A journey designed to restore balance and lightness, nurturing both mind and body. A moment dedicated to relaxation, allowing stress and daily concerns to fade away.

What Does the Body Need?

Tailored treatments and massages that promote overall well-being. An exfoliation that renews the skin and awakens the senses. A body mask that envelops the skin in deep comfort and nourishment.

Guests are invited to choose the experience that best suits their needs and select the sensory mood they wish to embrace. Each treatment is carefully personalized by skilled therapists, creating an exclusive and bespoke Diamond Well-Living experience.

Choose from:

AROMATIC MASSAGE: 25 min - €110

AROMATIC SCRUB & MASSAGE: 50 min - €170

SCRUB, AROMATIC MASSAGE & HYDRATING VEIL: 75 min - €230

MIZU URBAN SPA

TERMINI E CONDIZIONI / TERMS AND CONDITIONS

NOBU HOTEL

ROMA

MIZU URBAN SPA è un luogo dedicato alla calma e al relax. Vi invitiamo a contribuire alla serenità dell'ambiente parlando sottovoce e disattivando i dispositivi mobili.

APPUNTAMENTI E PRENOTAZIONI

Si consiglia di prenotare i trattamenti prima dell'arrivo, al fine di garantire la massima disponibilità. Le prenotazioni sono soggette a disponibilità e devono essere confermate tramite numero di camera dell'hotel oppure carta di credito.

ARRIVO ALLA SPA

Vi consigliamo di arrivare 15 – 20 minuti prima dell'appuntamento.

Un eventuale ritardo potrebbe comportare una riduzione della durata del trattamento.

CANCELLAZIONI

Gli orari dei trattamenti sono riservati esclusivamente alla clientela. Eventuali modifiche o cancellazioni devono essere comunicate con almeno 24 ore di anticipo rispetto all'orario previsto, al fine di evitare l'applicazione di una penale pari al 50% del costo del trattamento.

Per cancellazioni effettuate entro le 12 ore precedenti all'appuntamento, verrà addebitato il 100% del costo del servizio prenotato.

PENALI

In caso di mancata osservanza di questa politica o di mancata presentazione (No Show), verrà addebitato sulla carta di credito il 100% del costo del servizio.

ETÀ MINIMA

L'accesso alla SPA è riservato ai maggiori di 18 anni , fatte salve diverse disposizioni della Direzione.

SALUTE

La vostra sicurezza è la nostra priorità, vi preghiamo pertanto di segnalarci eventuali problemi di salute, allergie o gravidanze prima di effettuare la prenotazione.

ABBIGLIAMENTO

Accappatoi, asciugamani e ciabattine sono disponibili presso la Spa. È obbligatorio indossare il costume da bagno.

All'interno delle cabine, è possibile usufruire dei trattamenti utilizzando l'intimo monouso fornito dalla struttura oppure il proprio intimo personale.

DANNI E SMARRIMENTO

La spa non è responsabile per gli oggetti smarriti o per eventuali danni ai beni personali. La spa non è responsabile per gli oggetti personali custoditi negli armadietti.

PORTA IL BENESSERE A CASA

I prodotti utilizzati per i trattamenti sono disponibili presso la nostra boutique.

MIZU URBAN SPA a place of calm and relaxation. Please help us preserve our serene atmosphere by speaking softly and switching off your phone.

APPOINTMENTS AND RESERVATIONS

It is recommended to book treatments prior to arrival in order to ensure maximum availability. Reservations are subject to availability and must be guaranteed with the hotel room number or a credit card.

SPA ARRIVAL

To ensure a seamless experience, we suggest arriving 15–20 minutes prior to your scheduled appointment. Please note that late arrivals may result in a reduced treatment time to ensure the punctuality of subsequent bookings.

CANCELLATION POLICY

Treatment times are reserved exclusively for guests. Any changes or cancellations must be communicated at least 24 hours in advance of the scheduled appointment time, in order to avoid a cancellation fee equal to 50% of the treatment cost.

For cancellations made within 12 hours prior to the appointment, 100% of the cost of the booked service will be charged.

NO-SHOW POLICY

Failure to comply with this policy or failure to arrive for your appointment (No-Show) will result in a charge of 100% of the service cost to the credit card on file.

MINIMUM AGE

Access to the SPA is reserved for guests aged 18 and over, unless otherwise authorized by the Management.

HEALTH AND SAFETY

Your well-being is our priority. We kindly ask you to inform us of any health conditions, allergies, or pregnancy at the time of booking.

DRESS CODE

Bathrobes, towels, and slippers are available at the Spa. Wearing a swimsuit is mandatory.

Inside the treatment rooms, treatments may be enjoyed using the disposable underwear provided by the facility or the guest's own personal underwear.

DAMAGE AND LOSS

The Management declines all responsibility for the loss, theft, or damage of personal belongings, including those stored within the lockers.

BRING THE WELLNESS AT HOME

To extend the benefits of your experience, the exclusive products used in our treatments are available for purchase at our boutique.

MIZU URBAN SPA

NOBU HOTEL

ROMA

via V. Veneto, 155 – 00187 Roma (Italy) +39 06 9918 3000 |

mizuurbanspa@nobuhotels.com