



# MENU SPA

*Źródło Twojego  
piękna ...*



## *Zabiegi na ciało & Masaże*

### ❖ **PEELING**

Body Scrub Massage - zabieg ten nazywany też masażem peelingującym usuwa martwe komórki naskórka i zanieczyszczenia z powierzchni skóry oraz nadaje jej zdrowego jedwabistego wyglądu. Do tego celu wykorzystuje się specjalne preparaty złuszczone zawierające drobinki ścierające. Głównym zadaniem tego zabiegu jest : usunięcie martwych komórek naskórka, usunięcie zanieczyszczeń i toksyn z powierzchni skóry, poprawienie wyglądu i wygładzenie skóry, poprawienie mikro-krążenia, lepsze odżywienie i dotlenienie skóry oraz szybsza przemiana materii w tkankach.

**Ogólny czas zabiegu : 30 minut**

**CENA : 120 zł**

### ❖ **PEELING & MASAŻ**

Body Scrub and Relaxing Massage - zabieg ten jest połączeniem peelingu z masażem relaksacyjnym całego ciała. Regularnie wykonywany odmłodzi Twoją skórę, uczyni ją gładką, miękką, pełną blasku i zdrowego wyglądu a jednocześnie pozwoli Ci się w pełni odprężyć i zrelaksować.

**Zabieg obejmuje : masaż peelingujący oraz masaż relaksacyjny**

**Ogólny czas zabiegu : 90 minut**

**CENA : 260 zł**

### ❖ **OWOCOWA FANTAZJA**

Fruit Fantasy - zabieg odżywczo aromaterapeutyczny zainspirowany światem owoców. Przywraca skórze gładkość, nawilża ją i regeneruje. Wprowadzi Cię w stan wyciszenia, głębokiego relaksu oraz rozluźnienia.

**Zabieg obejmuje : owocowy masaż peelingujący , maskę owocową oraz masaż relaksacyjny na maśle owocowym**

**Ogólny czas zabiegu : 90 minut**

**CENA : 280 zł**

### ❖ **CZEKOLADOWA ROZKOSZ**

Chocolate Delight - zabieg ten pomoże Ci się zrelaksować oraz oczyści, nawilży i odżywi Twoją skórę. Dzięki aromatowi, witaminom i składnikom mineralnym, jakie zawiera kakao, zabieg ten oddziałuje nie tylko na ciało, ale również na umysł. Masaż masą czekoladową poprawi koloryt i gładkość skóry, natomiast cudowny aromat, pobudzi organizm do produkcji endorfin, które odpowiadają za poczucie radości.

**Zabieg obejmuje : czekoladowy masaż peelingujący , maskę czekoladową oraz masaż relaksacyjny na maśle czekoladowym**

Ogólny czas zabiegu : 90 minut                      **CENA : 280 zł**

### ❖ **MASAŻ RELAKSACYJNY**

Wykonywany jest powolnymi ruchami o działaniu antystresowym i uspakajającym. Pozwala pozbyć się napięcia na całym ciele. Jest szczególnie zalecany po długotrwałym wysiłku fizycznym lub psychicznym. Sprzyja regeneracji sił i likwiduje ujemne efekty stresu, nagromadzone pod wpływem codziennych przeżyć, przemęczenia i wyczerpania m.in. nerwobóle, dolegliwości pleców, karku, barków i nóg.

**Częściowy            30 minut            CENA : 90 zł**

**Całościowy        60 minut            CENA : 150 zł**

### ❖ **MASAŻ KLASYCZNY**

Jest jednym z najpopularniejszych masażu wykonywanych przez fizjoterapeutów. W zależności od zastosowanej techniki masaż ten może mieć różne działania : wyciszające, pobudzające, przeciwbólowe, regenerujące, lecznicze, a nawet odchudzające. Masaż klasyczny może być wykorzystywany jako element wspomagający zwalczanie wielu chorób, w tym dolegliwości ortopedycznych czy neurologicznych. Odpręża się też nasze ciało, miejsca pełne napięcia i bólu zostają rozprężone. W masażu tym stosuje się tradycyjne techniki masowania, takie jak rozcieranie, głaskanie, ugniatanie, wibracje, oklepywanie itp... W czasie masażu odprężamy się i relaksujemy. Regularne zabiegi polepszają samopoczucie, a także zmniejszają odczuwalne napięcie mięśniowe.

**Częściowy            30 minut            CENA : 100 zł**

**Całościowy        60 minut            CENA : 170 zł**

### ❖ **MASAŻ CZEKOLADOWY lub OWOCOWY**

Do wyboru masaż relaksacyjny lub klasyczny wykonywany przy użyciu masła czekoladowego lub owocowego.

**Częściowy            30 minut            CENA : 120 zł**

**Całościowy        60 minut            CENA : 200 zł**

### ❖ **MASAŻ AROMATERAPEUTYCZNY - AROMATYCZNĄ ŚWIECĄ lub CIEPŁYMI OLEJAMI**

Jest niezwykle aromatyczny, relaksujący i rozgrzewający. Uznawany za jeden z najprzyjemniejszych. Pozwala uzyskać efekt maksymalnego relaksu i odprężenia, jednocześnie działa kojąco na różnego rodzaju dolegliwości. **Do wyboru wykonywany może być :** przy użyciu ciepłego aromatycznego olejku lub aromatycznej świecy do masażu na bazie naturalnego wosku z dodatkiem masła SHEA oraz innych naturalnych olejków i kompozycji zapachowych. Masaż świecą doskonały jest dla każdego typu skóry, również tej ze skłonnościami do alergii. Podczas masażu lany na ciało ciepły wosk rozgrzewa je i relaksuje. Zniewalający aromat pobudza zmysły węchu. Dzięki zawartości naturalnego wosku oraz czystych olejków eterycznych olejek ze świecy ma również doskonałe właściwości kosmetyczne, co sprawia, że skóra jest nawilżona, miękka w dotyku i na długo otulona zniewalającym zmysły aromatem.

**Częściowy            30 minut            CENA : 120 zł**

**Całościowy        60 minut            CENA : 220 zł**

### ❖ **MASAŻ LECZNICZY / REHABILITACYJNY / SPORTOWY**

Są odmianą masażu klasycznego. Różnią się od niego zwiększoną precyzją, intensywnością i energią wykonania. Masaż leczniczy jak sama nazwa wskazuje ma przede wszystkim leczyć. Zalecany jest przede wszystkim w bólach kręgosłupa spowodowanych wadami postawy, siedzącym trybem życia, zmianami zwyrodnieniowymi, jak również jego przeciążeniami. Jest on konieczny w rehabilitacji pacjenta także w nagłych przypadkach jak np. przy rwie kulszowej. Polecany jest przy wszelkiego rodzaju napięciach mięśniowych i usztywnieniach spowodowanych pracą lub przewlekłym stresem. Uwzględniany jest jako niezbędny element terapii po złamaniach, skręceniach, zwichnięciach (zmniejsza wtedy ból, obrzęk, przyspiesza wchłanianie wylewów, poprawia ukrwienie oraz likwiduje przykurcze) przy uszkodzeniach mięśni i ścięgien (likwiduje wysięk zapalny, zapobiega zrostom w obrębie mięśni) po uszkodzeniach nerwu obwodowego (usuwa obrzęki, zapobiega przykurczom, usprawnia mięśnie)

**Czas zabiegu : 30 minut / 60 minut    CENA : 120 zł / 200 zł**

### ❖ **MASAŻ MODELUJĄCY SYLWETKĘ / WYSZCZUPLAJĄCY / ANTYCELLULITOWY**

Masaże te wykonywane są na podstawie masażu klasycznego w połączeniu z elementami drenażu limfatycznego. Wykorzystywane są w nich dynamiczne i silne techniki obejmujące okolice tali, ramion, ud, pośladków, brzucha, bioder. Opierają się na intensywnym rozcieraniu, ugniataniu, wyciskaniu i oklepywaniu. Masaże te należy do jednych z podstawowych metod w terapii w walce z nadwagą. To bardzo intensywne masaże - dlatego bywają czasem bolesne. Do zadań tego rodzaju masażu należy bowiem rozbić komórki tłuszczowych, znajdujących się głęboko w tkance podskórnej. Najlepsze rezultaty można osiągnąć podczas serii zabiegów - około dziesięciu czy piętnastu. Częstotliwość wykonywanych masażu - nie rzadziej niż dwa razy w tygodniu. Do wyboru masaż całościowy lub na wybrane części ciała np.: brzuch, uda, nogi, boki, pośladki, plecy ...

**Czas zabiegu : 30 minut / 60 minut    CENA : 120 zł / 220 zł**

### ❖ **MASAŻ LIMFATYCZNY**

Zwany też drenażem limfatycznym to specjalistyczny masaż pobudzający / usprawniający krążenie limfy tzw. chłonki w organizmie. Zalecany gdy chcesz ujędrnić skórę, pozbyć się cellulitu, zlikwidować obrzęki oraz zastoiny limfatyczne. Szczególnie więc jest polecany po zabiegu liposukcji. Masaż całościowy lub na wybrane części ciała np.: brzuch, uda, nogi, pośladki, boki, plecy ...

**Czas zabiegu : 30 minut / 60 minut    CENA : 120 zł / 240 zł**

- **Wszystkie oferowane w naszym SPA zabiegi na ciało oraz masaże wykonywane są przez wykwalifikowaną fizjoterapeutkę**
- **W celu rezerwacji wizyty w naszym SPA prosimy o kontakt z recepcją**
- **Prosimy o wcześniejszą rezerwację wizyty - tak aby dobrać dla Państwa najbardziej dogodny termin wizyty**
- **Bezpłatna rezygnacja z wizyty - możliwa jest tylko do 3 godzin przed jego rozpoczęciem**
- **Odwołanie wizyty po tym czasie lub nie poinformowanie o odwołaniu zobowiązuje Gościa do całkowitego pokrycia ceny zamówionego zabiegu !**