

MASAŻE

Masaż klasyczny:

- Całego ciała 60 min. 90 zł.-
- Pleców 30 min. 50 zł.-
- Nóg 30 min. 40 zł.-
- Nóg i pośladków 40 min. 50 zł.-
- Brzucha 20 min. 30 zł.-
- Barków i rąk 25 min. 40 zł.-

Masaż twarzy:

- Kosmetyczny 20 min. 35 zł.-
- Klasyczny 20 min. 35 zł.-

Masaż twarzy, szyi, dekolту i głowy

30 min. 50 zł.-

Masaż relaksacyjny:

- Całego ciała 60 min. 70 zł.-
- Pleców 30 min. 50 zł.-

Masaż chiński „7 linii HUA TAO”:

- Pleców 30 min. 40 zł.-

Masaż antycellulitowy:

- Pośladków, ud, łydek 35 min. 45 zł.-
- Nóg 20 min. 30 zł.-
- Pośladków 15 min. 20 zł.-

Masaż sportowy:

- Całego ciała 60 min. 90 zł.-
- Częściowy 30 min. 45 zł.-

Masaż przyszłych mam:

- Całego ciała 60 min. 90 zł.-
- Częściowy 30 min. 45 zł.-

Refleksologia (masaż receptorów stóp)

50 min. 70 zł.-

Klasyczny masaż stóp połączony z peelingiem

20 min. 40 zł.-

Droży Państwo,

Chcemy Wam zaproponować profesjonalne zabiegi relaksacyjne i lecznicze. Proponujemy pełną gamę masażu wykonywanych przez certyfikowanych specjalistów odnowy biologicznej i fizjoterapii. Gabinet masażu jest do Państwa dyspozycji w godzinach 16:00 - 23:00.

Proponujemy Państwu następujące zabiegi:

MASAŻ KLASYCZNY

W zależności od tego, jak intensywnie jest on wykonywany, wyróżniamy jego różne właściwości (relaksacyjne, pobudzające, lecznicze). Profesjonalnie wykonany masaż pobudza tkanki, regeneruje mięśnie, polepsza ukrwienie. Do wykonania masażu potrzebne są odpowiedniego typu olejki, kremy oraz maści lecznicze, które w połączeniu ze sprawną techniką masażu sprawiają, że nasze ciało staje się całkowicie odprężone.

MASAŻ RELAKSACYJNY

Masaż relaksacyjny pobudza skórę i mięśnie (zmniejszając ich napięcie), przywraca prawidłowy rytm serca, jak również poprawia krążenie krwi. Do tej formy masażu stosuje się zazwyczaj wszelkiego rodzaju aromatyczne zapachy (świece, kadzidełka) oraz odprężającą muzykę. Spokojny i rytmicznie wykonany masaż niweluje stres oraz związane z nim dolegliwości takie jak różnego rodzaju bóle głowy i pleców, a także zaburzenia koncentracji, depresję, czy też ogólne wycieńczenie organizmu. Masaż relaksacyjny pobudza wydzielanie endorfin, zwanych też hormonami szczęścia, które poprawiają samopoczucie i są odpowiedzialne za uczucia przyjemności oraz zakochania. Wysoki poziom endorfin zwiększa też naszą odporność na stres.

MASAŻ ANTYCELULITOWY

Masaż ma na celu przede wszystkim zmniejszenie mikroobrzęków oraz stymulację mikrokrażenia. Wygładza i ujędrnia skórę, redukuje nadmiar tkanki tłuszczowej oraz powoduje wzmocnienie mięśni okolicy ud i pośladków.

MASAŻ CHIŃSKI KRĘGOSŁUPA „7 LINII HUA TAO”

Jest jedną z technik należących do systemu Tradycyjnego Masażu Chińskiego. Metoda ta jest jedną z najstarszych form terapii. Także i dziś obok akupunktury i farmakologii jest w Chinach jedną z głównych metod medycyny tradycyjnej. W rozumieniu medycyny chińskiej działa przyczynowo, tzn. dociera do samego sedna napięcia lub poważniejszych dolegliwości poprzez oddziaływanie na poszczególne punkty ciała powodując wzmożony przepływ energii Qi. Masaż „7 linii” przynosi ulgę, poprawia samopoczucie, zapewnia odprężenie i usprawnia funkcjonowanie organizmu.

MASAŻ DLA PRZYSZŁYCH MAM

Celem masażu jest zmniejszenie obrzęków, napięć i dolegliwości bólowych w okolicach podlegających nadmiernemu obciążeniu jak barki, kark i szyja, nogi, kolana, stawy skokowe, łydki oraz kręgosłup – ze szczególnym uwzględnieniem odcinka lędźwiowego. Masaż ten skutecznie odpręża wszystkie mięśnie narażone na nadmierne obciążenie związane z ciążą. Ze względu na zróżnicowane potrzeby pań w ciąży masaż ten jest za każdym razem dopasowany do indywidualnych potrzeb. Zabieg zapewnia relaks i dobre samopoczucie mamie i dziecku.

MASAŻ SPORTOWY

Masaż sportowy to propozycja dla osób aktywnych. Ma na celu odprężenie i regenerację mięśni po intensywnym wysiłku. Siłę poszczególnych technik dostosowuje się do indywidualnej reaktywności i charakteru uprawianej dyscypliny sportu. Masaż sportowy może również być stosowany jako przygotowanie do treningu.

MASAŻ REFLEKTORYCZNY (REFLEKSOLOGIA STÓP)

Jest to metoda leczniczego masażu stóp, w której stymulowane są określone receptory i strefy odruchowe na stopach, odpowiadające poszczególnym narządom i układom ludzkiego ciała

**Dokładne informacje dotyczące rezerwacji
uzyskacie Państwo w recepcji.**