



## **SPA Menu**

# **Hotel & Medi – SPA Biały Kamień**

**Zapraszamy w godzinach:**

**pn-pt 8:00 – 18:00**

**sobota 10:00 – 20:00**

**niedziela 9:00 – 14:00**

## Szanowni Goście

Rezerwacji zabiegów prosimy dokonywać przed przyjazdem lub po przybyciu do Hotelu u Koordynatora Medi-Spa lub w Recepcji (telefon wewnętrzny 602). Podczas rezerwacji zabiegów prosimy poinformować nas o wszelkich problemach zdrowotnych, alergiach czy urazach. Nasze Spa zastrzega sobie prawo do odmowy przeprowadzenia zabiegu lub zaproponowania zabiegu alternatywnego, jeżeli istnieją przeciwwskazania medyczne do jego wykonania.

W przypadku odwołania rezerwacji prosimy o powiadomienie nas z co **najmniej czterogodzinnym wyprzedzeniem**, co pozwoli nam na zaproszenie innych Gości. Za usługi odwołane później niż na 4 godziny przed ich planowym rozpoczęciem pobierana będzie **opłata w wysokości 75% wartości zamówionych usług**. Przykro nam, że nie można przedłużyć planowanej długości Państwa zabiegu. Jeśli przyjdą Państwo później niż było zaplanowane, zabieg zostanie odpowiednio skrócony bez prawa do zniżki.

Ponieważ SPA to miejsce relaksu i wyciszenia proponujemy zrezygnować z używania telefonów by nie zakłócać spokoju innym osobom – a także samym sobie. Dzieci przebywają na terenie Spa wyłącznie pod opieką dorosłych.

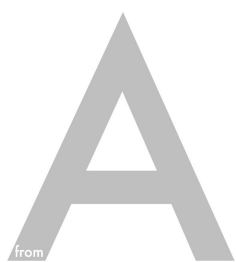
Panom planującym skorzystanie z zabiegu na twarz zaleca się **ogolenie twarzy co najmniej na 2 godziny** przed planowaną wizytą, by uniknąć podrażnienia skóry. Panie, które zaplanowały zabiegi na całe ciało powinny poddać się depilacji **najpóźniej dobie przed zamówionym zabiegiem..** Większość zabiegów na ciało wykonywana jest bez ubrania. Państwa terapeuta zapewni wam prywatność przy przebieraniu, wręczy jednorazową bieliznę, a podczas zabiegu będą Państwo przykryci ręcznikami, które będą zakrywać wszystkie części ciała nie będące w danej chwili pielęgnowane. Na zabiegi prosimy przybywać w szlafroku oraz jednorazowych „kapciach” dostępnych w pokoju. Ciepły prysznic przed zabiegiem da całkowite odprężenie i zapewni większy komfort podczas zabiegu.

W celu osiągnięcia głębszych efektów zabiegów kosmetycznych zachęcamy do skorzystania z pełnej serii zabiegów oraz zakupu profesjonalnych kosmetyków do codziennej pielęgnacji domowej.



## SPA Menu

### **Zabiegi na Twarz**



ANDRÉ ZAGOZDA LABORATORY



### **Liftujący zabieg rozświetlający**

Intensywnie regenerujący zabieg liftująco - rozświetlający, oparty na roślinnych i morskich komponentach przywracających młodzieńczą jędrność skórze. Owoce aceroli bogate w witaminę C dodadzą skórze blasku, podczas gdy witamina A stymuluje odnowę komórkową. Wzmacnia i modeluje kontur twarzy. Wskazania do zabiegu: cera dojrzała, zmęczona, pokryta zmarszczkami o obniżonej sprężystości.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 280 zł*

### **Oczyszczający zabieg regulujący**

Intensywny a zarazem łagodny zabieg balansujący, swą skuteczność zawdzięcza połączeniu alg Laminaria Digitata, glinki i witamin o działaniu sebo regulującym. Głęboko oczyszcza, wygładza i zapewnia równowagę cerze mieszanej i skłonnej do zanieczyszczeń. Wskazania do zabiegu: przy problemach skóry skłonnej do łojotoku i trądziku (również różowatego).

*Czas zabiegu: 45 minut Cena: 240 zł*

### **Oczyszczający zabieg przeciwtrądzikowy**

Głęboko oczyszczający zabieg regulujący, skomponowany z aktywnych czynników odblokowujących niedoskonałości cery, pochodzących z alg. Normalizuje i wygładza naskórek, pozostawiając w uczuciu świeżości. Centella Asiatica wycisza i goi podrażnioną cerę. Wskazania do zabiegu: przy problemach skóry tłustej i trądziku.

*Czas zabiegu: 75 minut Cena: 280 zł*

### **Nawilżający zabieg łagodząco-rozświetlający**

Ultra nawilżający zabieg ugasi pragnienie odwodnionej skóry, przywracając jej komfort i gasząc podrażnienia. Kolagen morski i kwas hialuronowy sprawi, że cera odzyskuje młodzieńczą elastyczność i promienieje naturalnym blaskiem, a zmarszczki zostają wygładzone i mniej widoczne. Wskazania do zabiegu: zabieg odpowiedni dla każdego typu skóry wymagającej nawilżenia oraz dla skóry podrażnionej i atopowej.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 280 zł*

### **Łagodzący zabieg nawilżająco-odżywczy**

Wyciszający zabieg bazujący na zbawiennych właściwościach łagodzących kiełków pszenicy i ziemi okrzemkowej. Cenne algi Laminaria i Spirulina silnie odżywiają i remineralizują skórę, pozostawiając ją odświeżoną. Cera odzyskuje komfort nawilżenia, jest wzmocniona a zaczerwienienia zredukowane. Wskazania do zabiegu: zabieg odpowiedni dla każdego typu skóry ze wskazaniem na cerę suchą, delikatną.

*Czas zabiegu: 55 minut Cena: 280 zł*

### **Liftujący zabieg wypełniający zmarszczki**

Uzłachetniający skórę zabieg, z kolagenem morskim, przywracający jej elastyczność i odpowiednie napięcie oraz wypełniający zmarszczki. Kompleks skierowany przeciwko zmarszczkom mimicznym relaksuje rysy twarzy, przywraca skórze młodszy i bardziej promienny wygląd. Wskazania do zabiegu: zabieg odpowiedni dla skóry dojrzałej, pokrytej zmarszczkami o obniżonej jędrności.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 280 zł*



Połączenie innowacyjnej technologii **NANO-Aqua**, opracowanej przez **Naukowców Laboratorium NANTES** oraz intensywnie działających składników regenerująco – odżywczych, zadba o kompleksowe podejście do **ZDROWEGO PIĘKNA**.

### **"Ukryte pragnienie"**

#### **NANO – NAWILŻENIE**

Nawilżający zabieg Therma Liquid NANO nawilżenie łączy w sobie aktywne cząsteczki wody oraz składniki, dzięki którym skóra jest doskonale nawodniona, jędrna i pełna blasku.

UKRYTE PRAGNIENIE – Zabieg głęboko nawilżający przeznaczony jest do każdego typu cery, również wrażliwej, skłonnej do podrażnień. Daje świetne efekty w przypadku cery bardzo wymagającej np. po intensywnym opalaniu, suchej, zniszczonej i łuszczącej się.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 240 zł*

### **"Wodospad dla skóry"**

#### **NANO-HIALURON**

Zabieg silnie regenerujący dla cery dojrzałej, wymagającej odbudowy oraz w przypadku widocznych objawów starzenia się skóry, spadku elastyczności i jędrności. Dzięki zastosowaniu preparatów przeciwzmarszczkowych stymuluje odnowę biologiczną naskórka oraz syntezę kolagenu.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 270 zł*

### **"Magia świeżości"**

#### **CLEAN & FRESH**

Zabieg został opracowany z myślą o cerze tłustej i mieszanej, skłonnej do powstawania zaskórników, łojotoku, pozbawionej blasku i świeżości. Codzienne wzmacnianie i odżywianie obok oczyszczania jest najważniejszym elementem pielęgnacji skóry z problemami.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 240 zł*

### **"Złote ujędrnienie"**

Odmładzająco – liftujący zabieg dla skór dojrzałych z glinki Aurum Purum oraz kosmetyków do pielęgnacji twarzy NANTES z serii Nano Aqua+ z serii Lift oraz Therma Liquid. Doskonały dla wszystkich rodzajów skóry dojrzałej. Ma silne działanie liftujące i przeciwzmarszczkowe. Spowalnia procesy starzenia. Dzięki naprawczym właściwościom żółtej glinki przywraca skórze elastyczność i blask.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 260 zł*

### **"Czysta jak łąka"**

Zabieg dla cer problematycznych z glinki Harena Vastitatis oraz kosmetyków do pielęgnacji twarzy NANTES z serii Nano Aqua+ Clean & Fresh. Przeznaczony dla osób w każdym wieku, z problemami skórnymi, także ze zmianami hormonalnymi. Regeneracyjne składniki zielonej glinki skutecznie zmniejszają wydzielanie sebum oraz przyspieszają gojenie zmian skórnych.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 260 zł*

### **"Kojący kwiat"**

Delikatny zabieg odstresowujący z glinki Flos Albus przeznaczony do cer suchych i naczyniowych. Ma działanie antystresowe i przeciwzmarszczkowe. Dla młodych osób jest to doskonały sposób na zapobieganie pierwszym oznakom starzenia.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 260 zł*

### **"Pełnia życia"**

Rozświetlający zabieg na twarz, regenerujący z glinki Arcenum Venustatis. Odpowiedni dla każdego rodzaju skóry, szczególnie tej z problemami naczyniowymi.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 260 zł*

### **"Sekret Natury"**

Zabieg wzmacniający płaszcz hydrolipidowy skóry i uszczelniający krucho naczynia krwionośne. Przeznaczony do skór osłabionych i zaczerwienionych, wymagających intensywnej pielęgnacji ochronnej. Dzięki skoncentrowanym składnikom aktywnym wzmacnia naturalne bariery ,łagodzące przy tym podrażnienia i zaczerwienienia ,dając uczucie komfortu i ukojenia .

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 260 zł*

# **dermalogica**

## **AGE SMART – power regeneration treatment**

Zabieg regenerujący wzbogacony. Terapia intensywnie regenerująca, stymuluje naturalne procesy odnowy w skórze nie dopuszczając do jej przedwczesnego starzenia się. Dostarcza aktywnych substancji o działaniu odżywczym i regenerującym, odświeżając zmęczoną skórę, nadaje jej zdrowy koloryt. Aktywna eksfoliacja stymuluje produkcję kolagenu i elastyny poprawiając napięcie tkankowe.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 270 zł*

## **Skin hydrating treatment lux**

Zabieg nawilżający wzbogacony. Ekskluzywny zabieg intensywnie nawilżający opracowany na potrzeby skóry odwodnionej, uszkodzonej przez słońce. Głęboko nawilża, odżywia i regeneruje skórę oraz poprawia funkcjonowanie jej naturalnej bariery ochronnej. Jest to połączenie złuszczających hydroksykwasów, witamin, naturalnych ekstraktów roślinnych oraz energetyzujących technik masażu Dermalogica. Złuszczenie nadmiaru martwych komórek pozwala na lepsze wchłonięcie substancji aktywnych, stymuluje produkcję młodych, w pełni nawilżonych komórek, dzięki czemu skóra jest nawodniona, elastyczna, wspaniale wygładzona i odświeżona.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 250 zł*

## **Exclusive contour treatment**

Luksusowy zabieg poprawiający owal twarzy. Celem tej terapii jest odnowa powierzchni skóry, wygładzenie zmarszczek oraz poprawa napięcia tkankowego i korekta owalu twarzy. Specjalistyczne receptury, oparte na wyselekcjonowanych substancjach roślinnych i najnowszej generacji składnikach otrzymywanych biotechnologicznie efektywnie poprawiają owal twarzy, zwiększając napięcie tkankowe. Bogactwo silnie nawilżających i odżywczych substancji, zawartych w preparatach kończących zabieg nadaje skórze gładkość i jedwabistość, chroniąc ją jednocześnie przed szkodliwym wpływem środowiska.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 400 zł*

### **AGE SMART**

Intensywny zabieg odmładzający. Intensywna terapia przeciwstarzeniowa oparta o system innowacyjnych produktów stworzonych na podstawie zaawansowanych badań, skupionych na kontroli reakcji biochemicznych, które prowadzą do starzenia się tkanek. Widocznie wygładza, rozświetla i odżywia skórę zwiększając jej napięcie tkankowe.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 250 zł*

### **Multivitamin power recovery treatment**

Multiwitaminowy zabieg regenerujący. To odżywcza, multiwitaminowa terapia, przywracająca siły witalne zmęczonej skórze. Wyjątkowo intensywna regeneracja skóry uszkodzonej w wyniku negatywnego działania czynników środowiskowych. Dzięki wykorzystaniu naturalnych humektanów, stymulujących witamin, roślinnych antyoksydantów oraz bogactwa substancji o działaniu ochronnym, zabieg ten doskonale nawilża, koi i odżywia a także dodaje blasku, nawet najbardziej poszarzałej, uszkodzonej przez słońce, starzejącej się skórze.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 250 zł*

# microZone<sup>SM</sup>

## **Microzone AGE SMART – błyskawiczna eksfoliacja**

To intensywna terapia o działaniu silnie stymulującym, zwiększającym napięcie tkankowe oraz rozświetlającym w ciągu 20-sto minutowej eksfoliacji. Hydroksykwasy wygładzają naskórek oraz stymulują do produkcji kolagen i elastynę odwracając skutki przedwczesnego starzenia. Odżywczy koktajl witamin, ekstraktów roślinnych i substancji aktywnych koi zaś zapewniając skórze optymalne zdrowie.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 80 zł*

## **Rewitalizujący zabieg na okolicę oczu**

Jest to 20 minutowa terapia na okolice oczu. Ten błyskawiczny zabieg przeznaczony jest między innymi dla osób zabieganych, ceniących natychmiastowy efekt. Dzięki kompleksowi witamin antyoksydacyjnych A, C oraz E zabieg odżywi skórę oraz przyniesie ulgę zmęczonym podpuchniętym powiekom. Unikalna terapia dla skóry wokół oczu zaprojektowana by ujędrnić i tonizować okolice oczu. Baza ujędrniających i nawilżających ekstraktów roślinnych oraz witamin doskonale napina, rewitalizuje, redukuje opuchliznę. Delikatna eksfoliacja usuwa martwe komórki a łagodząca maska redukuje zaczerwienienia i podrażnienia. Nawilżona i odżywiona skóra jest gładsza, napięta, odzyskuje świeżość blask. Hydroksykwasy wygładzają naskórek, stymulują do produkcji kolagen i elastynę.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 80 zł*

## **DODATKOWE ZABIEGI PIELĘGNACYJNE**

**(opcja dostępna przy rezerwacji zabiegu na twarz)**

### **Mikrodermabrazja do zabiegu**

*Czas zabiegu: 20 minut Cena 60 zł*

### **Mikrodermabrazja diamentowa twarz, szyja, dekold**

*Czas zabiegu: 60 – 70 minut Cena 220 zł*

### **Peeling kawitacyjny do zabiegu**

*Czas zabiegu: 20 minut Cena 60 zł*

### **Oczyszczanie twarzy manualne**

*Czas zabiegu: 90 – 120 minut Cena 170 zł*



## SPA Menu

# Zabiegi na Ciało



ANDRÉ ZAGOZDA LABORATORY



### **Intensywnie modelujący zabieg wyszczuplająco-ujędrniający**

Wyszczuplający ciało zabieg, oparty na aktywnych komponentach z alg i naturalnych wyciągach roślinnych o silnych właściwościach usprawniających procesy spalania podściółki tłuszczowej oraz drenujących. Modelujący masaż oczyści ciało, pozostawiając w uczuciu lekkości.

*Czas zabiegu: 75min Cena: 280zł*

### **Ujędrniający zabieg tonizująco-reminalizujący**

Stymulująco - pojędrniający zabieg poprawiający sprężystość skóry i niwelujący skórę pomarańczową, swoją efektywność zawdzięcza połączeniu morskich składników aktywnych z tonującym masażem drenującym. Odżywia skórę, regeneruje. Tonizujące olejki eteryczne dodadzą witalności.

*Czas zabiegu: 75min Cena : 280zł*

### **Ujędrniający zabieg antycellulitowy**

Detoksykujący zabieg antycellulitowy będący połączeniem czynników wyszczuplających oraz ujędrniających ciało. Intensywny masaż pobudzający usprawni zastoje limfy, przywracając ciału gładkość i lekkość.

*Czas zabiegu: 75min Cena: 280zł*

### **Oczyszczające Wygładzanie ciała**

Intensywny a zarazem łagodny zabieg złuszczenia naskórka na bazie komponentów morskich, ogórka i chmielu. Pozostawi niezrównany komfort skórze.

*Czas zabiegu: 30min Cena: 180zł*

### **Energetyzujące Wygładzanie ciała**

Rozgrzewający zabieg złuszczenia naskórka oparty na kryształkach soli oceanicznej, mikronizowanej algi i kofeiny. Oczyści, pobudzi, odświeżając naturalny blask.

*Czas zabiegu: 30min Cena: 180zł*

# RYTUAŁY NA CIAŁO

## OZON VITA SPA – Głębokie Dotlenienie

Poczuj na skórze muśnięcie powietrzem, niczym po orzeźwiającym letnim deszczu – delikatnej burzy... Prawdziwie nawilżająca, dotleniająca i rewitalizująca pielęgnacja Twojego ciała – Rytuał Dotleniający Ozon Vita Spa. Kosmetyki z Ozonem doskonale pielęgnują i regenerują, poprawiają gospodarkę hydrolipidową, dzięki czemu skóra staje się odporniejsza na działanie czynników zewnętrznych i upływu czasu. W trakcie zabiegu następuje uwalnianie się aktywnego ozonu i przenikanie go w głąb skóry a co za tym idzie, jej głębokie dotlenienie. Kosmetyki łączą w sobie właściwości nawilżające, antybakteryjne, łagodzą podrażnienia i stany zapalne skóry. Efektem działania maski na bazie białej glinki, ozonu i alg brązowych po uprzednio wykonanym ozonowo-oczyszczającym solno-cukrowym peelingu jest uczucie świeżości i lekkości oraz głęboko nawilżone, miękkie ciało. Ozonowo-wygładzające masło przy pielęgnacji końcowej dzięki mieszance naturalnych olejów roślinnych intensywnie i trwale odżywia skórę, wzmacnia ją, ujędrnia oraz uelastycznia. Zapach unoszący się podczas rytuału to zapach ozonu, prawdziwa woń krystalicznego powietrza, która będzie towarzyszyć Ci na długo po zabiegu. Rytuał odkrywający dobroczynne działanie natury, koi i łagodzi nie tylko ciało ale i zmysły. Skóra odpręża się, nabiera blasku i bierze głęboki wdech. Zabieg idealny dla każdego, szczególnie dla osób z wrażliwą skłoną do podrażnień skórą, z trądzikiem, z poparzeniami słonecznym i termicznymi.

***Nowatorska „OZONOWA” pielęgnacja ciała wykonywana jest w Naszym Hotelu jako w jednym z niewielu ośrodków SPA w Polsce.***

*Czas zabiegu: 90 min Cena: 400zł*

## Złoty skarb

Luksusowy zabieg z wykorzystaniem drobinek czystego złota dla osób narażonych na ciągły stres, który odzwierciedla się w złej kondycji skóry. Niezastąpiona glinka Ghassoul z Maroka, koloidalne złoto działają odprężająco i relaksująco na skołatane nerwy, dostarczają w głąb skóry cennych minerałów i wspomagają usuwanie toksyn. Po zabiegu skóra jest fantastycznie rozświetlona, nawilżona, odtoksyczniona i zrewitalizowana. Pozostające na skórze opiłki złota mienią się cudownym blaskiem wywołując pozytywną energię i dodając pewności siebie. Dzięki niezwykłym składnikom aktywnym, zabieg pozwala przenieść się do magicznego świata luksusu, odmłodzenia i absolutnego relaksu.

*Czas zabiegu: 120 minut Cena: 330 zł*

### **Aroma cafe**

Energetyzujący Rytuał Spa na bazie prawdziwej kawy. Doskonałe rozwiązanie przeciwdziałające „miejskiemu stresowi”. Kawa doskonale oczyszcza i odświeża skórę a unoszący się w powietrzu jej aromatyczny zapach poprawia samopoczucie, działa orzeźwiająco i pobudzająco. Kawa wypita rozjaśnia umysł i przywraca energię, zaaplikowana skórze pobudza procesy spalające tłuszcz. Rytuał rozpoczyna kawowy peeling cukrowy całego ciała a w kolejnych krokach aplikowane są serum oraz maska polecane przy walce ze zbędnymi centymetrami w udach czy pasie. Dopełnieniem zabiegu jest aromaterapeutyczny masaż całego ciała.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 300 zł*

### **Żurawinowa ceremonia - „moc czerwonej perły”**

Odmładzająca ceremonia wykorzystująca niezwykle walory „czerwonej perły” - żurawiny. Jest bardzo efektywnym zabiegiem anti-age opóźniającym proces starzenia. Efektem działania maski, po uprzednio wykonanym peelingu jest nadzwyczajna i widoczna poprawa kondycji skóry, poprzez jej nawilżenie i pobudzenie mikrocyrkulacji. Wysoka zawartość stabilnej witaminy C w owocach żurawiny stymuluje syntezę kolagenu, skóra staje się jędrna i elastyczna. Następuje trwałe zwiększenie napięcia skóry, co w efekcie daje widoczną poprawę sylwetki. Żurawina posiada właściwości wzmacniające naczynka krwionośne, dla tego jest to ceremonia polecana osobom z cerą naczynkową. Peeling, serum, maska, masło.

*Czas zabiegu 90 minut Cena: 300 zł*

### **Czar Kleopatry**

Oczyszczanie, nawilżanie i wygładzanie. Trzy najbardziej oczekiwane efekty zabiegu zebrane w jednym rytuale. Zabieg ten oparty jest na kozim mleku i śliwce chińskiej lychee. Połączenie to jest królewską ucztą dla ciała i ducha. Kozie mleko dostarcza bogactwa składników odżywczych, lychee witamin, a zastosowany dodatkowo ekstrakt z perły ochrony i regeneracji. Zabieg ten to swoiste S.O.S. dla poparzonej słońcem skóry, ale także dla skór bardzo wrażliwych.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 300 zł*

### **Winy sekret**

Dzięki bogactwu składników pochodzących z winorośli zabieg energetyzuje i rewitalizuje ciało. Uwalnia je z toksyn, pobudza mikrokrążenie i wspomaga odżywienie skóry. Pielęgnację rozpoczyna masaż peelingujący całego ciała oparty na pestkach winogronowych, który doskonale oczyszcza i wygładza skórę, a także poprawia jej ukrwienie oraz dotlenienie. Maska odmładzająco – ujędrniająca nałożona w kolejnym etapie obniża poziom szkodliwych wolnych rodników, eliminuje toksyny, poprawia mikrocyrkulację i stymuluje metabolizm. Zakończeniem pielęgnacji jest aplikacja wykwiutnego jedwabistego balsamu, który stymuluje odbudowę kolagenu i elastyny.

*Czas zabiegu: 75 minut Cena: 260 zł*

### **Choco`la**

Wielozmysłowy rytuał z peelingiem całego ciała i czekoladowym masażem o działaniu relaksującym, uspokajającym i odprężającym. Użyta do zabiegu prawdziwa czekolada wywołuje uczucie szczęścia i zadowolenia. Zabieg eliminuje zmęczenie, usuwa stres i zły humor poprzez wprowadzenie w świat zapachu, dotyku oraz ciepła. Poprawia wygląd skóry, która staje się nawilżona, miękka i pełna blasku. Bardzo przyjemny aromat czekolady w połączeniu z relaksującym, spokojnym masażem zapewnia uczucie całkowitego odprężenia i wprawia w dobry nastrój na wiele godzin po zabiegu. Peeling, masaż czekoladowy, pielęgnacja końcowa.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 300 zł*

### **Miodowa słodycz**

Miodowy raj dla zmysłów. Zabieg z użyciem gorącego miodu, wyczuwanych aromatycznych pyłków kwiatowych oraz naturalnych olejków daje niesamowite doznania, pozostawia skórę aksamitnie gładką i odżywioną. Intensywny masaż miodowy oddziałuje na wszystkie zmysły naszego ciała, pobudza siły witalne i rewitalizuje ciało oraz umysł. Miód to także regenerująca maseczka dla skóry, która odżywia, przyspiesza procesy gojenia, działa antyrodnikowo i spowalnia procesy starzenia. Ciało nabiera swoistej jędrności, elastyczności i blasku. Peeling, masaż miodowy, pielęgnacja końcowa.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 300 zł*

## Rytuał pielęgnacyjny na dłonie Silky Hands

Piękne i zadbane dłonie to nasza najlepsza wizytówka. Bogata linia do dłoni odżywcza a także głęboko nawilżająca została stworzona by przywrócić skórze dłoni miękkość, gładkość i młody wygląd. Łączy ona w sobie moc witamin A, D, E, PP, C i z grupy B, regenerujących ekstraktów roślin i ziół (ostrokrzew paragwajski) oraz wygładzającą cego masła Shea. Wzbogacona składnikami łagodzącymi wpływa na odnowę i odmłodzenie zmęczonej skóry dłoni, silnie ją nawilża, a także chroni przed czynnikami zewnętrznymi. Pachnący subtelnie i delikatnie koralowcem rytuał to przeżycie pełne przyjemnych doznań, zwłaszcza gdy działanie wyjątkowych preparatów wzbogacone jest kąpielą i masażem dłoni. Rytuał rozpoczyna się odżywczą kąpielą dłoni na bazie mleka koziego, która doskonale oczyszcza, nawilża i odżywia skórę. Proteiny, witaminy i tłuszcze zawarte w mleku łagodzą podrażnienia, nawilżają i natłuszczają. Dzięki temu skóra staje się gładka, miękka i delikatna. Kolejnym krokiem pielęgnacji jest peeling odżywczo-nawilżający z olejami (avocado, jojoba, ze słodkich migdałów i macadamia) oraz masłem Shea, który sprawi, że dłonie będą gładkie i delikatne w dotyku. Dopelnieniem zabiegu jest przyjemny i odprężający masaż oraz pielęgnacja końcowa – krem, który dzięki wysokiej – 20% zawartości masła Shea oraz ekstraktowi z pomarańczy i zielonej herbaty działa lekko wybielająco oraz ma właściwości antyoksydacyjne – zapobiega starzeniu się skóry. Jest znakomity do pielęgnacji suchej i podrażnionej skóry rąk, dodatkowo jego zaletą jest delikatny zapach.

*Czas zabiegu: 45min Cena 110zł*

## Rytuał pielęgnacyjny na stopy Smooth Feet

To odświeżający zabieg wyjątkowo skuteczny i zarazem bardzo przyjemny. Dzięki zintegrowanemu działaniu składników roślinnych oraz ziołowych przynosi ulgę i ukojenie stopom zmęczonym, a odżywienie i regenerację przesuszonym i wrażliwym. Zawiera składniki oczyszczające, zmiękczone, odżywcze i antyseptyczne. Bogactwo witamin i mikroelementów wzmacnia skórę, zaś masło Shea łagodzi podrażnienia i zapewnia uczucie komfortu. Skóra podlega dokładnemu oczyszczeniu, a następnie intensywnej pielęgnacji, wzmocnionej działaniem kojących kąpiei na bazie mleka koziego i bardzo relaksującego masażu stóp. Odprężający rytuał pielęgnacyjny to naturalna droga do zdrowych, pięknych, wypoczętych i wypielęgnowanych stóp. Efektem pielęgnacyjnego rytuału jest oczyszczenie i wygładzenie skóry, pobudzenie mikrocyrkulacji, wzmocnienie i ujędrnianie skóry stóp, optymalne nawilżenie, stymulacja syntezy kolagenu i elastyny, odnowa bariery hydrolipidowej, odprężenie i ukojenie oraz głęboki relaks.

W zależności od potrzeb stóp proponujemy jedną z 3 wersji rytuału:

- **Oczyszczający Rytuał SPA z BOROWINĄ:** oczyszczająca kąpiel stóp na bazie mleka koziego oraz torfu obfitującego w składniki mineralne i roślinne, odżywczy peeling z olejami (avocado, jojoba, ze słodkich migdałów i macadamia) oraz masłem Shea, krem-maską (masło Shea, olej avocado, Yerba Mate, rozmaryn) dzięki wysokiej - 15% zawartości masła Shea znakomicie pielęgnuje suchą skórę stóp, staje się zregenerowana, gładka i delikatnie natłuszczona. Dodatkową zaletą kremu jest delikatny, cytrynowy zapach, relaksujący masaż stóp.
- **Nawilżający Rytuał SPA z PROTEINAMI:** nawilżająca kąpiel stóp na bazie protein z mleka koziego – o subtelnym zapachu koralowca, odżywczy peeling z olejami oraz masłem Shea, krem-maską, relaksujący masaż stóp.
- **Detoksykujący Rytuał SPA z ZIOŁAMI:** detoksykująca kąpiel stóp na bazie mleka koziego oraz mieszanki ziół (rumianek, nagietek, pokrzywa, mięta), odżywczy peeling z olejami oraz masłem Shea, krem-maską, relaksujący masaż stóp.

*Czas zabiegu: 45min Cena: 110zł*

# KĄPIELE

## Izerski chmiel

To fantastyczny sposób na relaks po ciężkim dniu. A wszystko za sprawą cennych składników, wydobywanych z chmielu, jęczmienia i słodu. Drożdże piwne pomagają przy trądziku, nieczystościach skóry, infekcjach, zapobiegają przetłuszczaniu skóry. Zawarte w nich witaminy, kwas foliowy, niacyna, biotyna pozytywnie wpływają na funkcjonowanie wielu organów naszego organizmu i przebieg procesów biochemicznych. Uodparniają go i wzmacniają. Piwo działa odmładzająco na cerę i doskonale wpływa na skórę, włosy i paznokcie. Niewielką ilość piwa wypita podczas kąpeli wzmacnia skuteczność działania zarówno od wewnątrz jak i na zewnątrz.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 90 zł*

## Kąpiel mleczna Kleopatry

Kozie mleko wspaniale odżywia i wzmacnia skórę oraz dostarcza jej niezbędnych witamin a lekka jaśminowa nuta zapachowa dopełnia łagodną kompozycję zabiegu.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 60 zł*

## Kąpiel z solą morską

Kąpiel z zastosowaniem krystalicznej soli, która rewitalizuje, oczyszcza, wspiera skórną przemianę materii oraz usuwanie złogów z organizmu.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 60 zł*

## Kąpiel oceaniczna z algami i solą morską

Intensywnie nawilżająca, oczyszczająca skórę oraz ujędrniająca kąpiel z zastosowaniem algi oraz bogatej w minerały kanadyjskiej soli. Pobudza przemianę materii, wspomaga odnowę skóry oraz nadaje jej piękny, świeży wygląd.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 60 zł*

### **Kąpiel algowa**

Kąpiel z zastosowaniem mikronizowanej algi niebieskiej. Intensywnie nawilża, oczyszcza i ujędrnia skórę.

Czas zabiegu: 20 minut Cena: 60 zł

### **Kąpiel korzenna**

Doskonała kąpiel dla mężczyzn. Połączenie płatków owsianych ze zmysłowym korzennym zapachem EPICE pozwoli na odprężenie i sprawią, że kąpiel zmieni się w podróż do krainy, w której słowa „przyjemność” i „zapach” nabierają całkiem nowego sensu.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 60 zł*

### **Kąpiel morska**

Kąpiel z zastosowaniem soli, posiada znakomite właściwości lecznicze oraz inhalacyjne. Dodatkowo dzięki zawartości maku delikatnie peelinguje skórę a unoszący się w powietrzu zapach morskiej bryzy sprawia, że kąpiel przenosi marzeniami na niebiańską plażę.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 60 zł*

### **Kąpiel multiwitaminowa**

Ta kąpiel to istna „bomba” witamin zapewniająca skórze wyjątkową regenerację oraz rewitalizację.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 60 zł*

### **Kąpiel afrykańska**

Wyjątkowa podróż w głąb Czarnego Lądu dzięki niezwykłemu aromatowi afrykańskich kwiatów. To prawdziwe rozpieszczenie zmysłów i głęboki relaks.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 60 zł*

# PIELĘGNACJA DŁONI I STÓP

## Alessandro nail spa

**Podstawowy zabieg pielęgnacyjny na dłonie.** Zabieg rozpoczyna się od pielęgnacyjnego oczyszczania dłoni. Następnie kosmetyczka wykonuje peeling dłoni oraz paznokci a następnie wykonuje manicure biologiczny lub cążkowy. Na zakończenie wmasowuje odżywcze masło - krem pielęgnujące paznokcie oraz aplikuje maskę, która wygładza i nawilża dłonie.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 180 zł*

## Alessandro spa lux

**Luksusowa pielęgnacja dłoni.** To system pielęgnacji biorący pod uwagę najważniejsze potrzeby dłoni oraz fazy życia, w których się znajdują. W zależności od potrzeb skóry dłoni oferujemy serum oraz maski i odżywki silnie nawilżające, silnie odżywiające i regenerujące oraz rozjaśniające. Dzięki zastosowaniu specjalnych produktów zawierających aktywny tlen dochodzi do wybielania płytki oraz eliminacji plam na paznokciach. Paznokcie odzyskują zdrowy wygląd.

*Czas zabiegu: 75 minut Cena: 230 zł*

## Gehwol pedicure

Pielęgnacja stóp obejmuje nie tylko codzienne ich mycie, ale także stosowanie odpowiednich preparatów zmiękczających, przeciwpotnych, nawilżających i regenerujących. Zabieg rozpoczyna się od ziołowo - lawendowej kąpieli stóp. Następnie kosmetyczka usuwa nadmiar zrogowaciałego naskórka przy pomocy frezarki, skraca i kształtuje paznokcie, zmiękcza skórki specjalnym żelem oraz wykonuje peeling stóp. Na zakończenie wmasowuje kremową maskę w zależności od potrzeb skóry, który wygładza, nawilża i pozostawia stopy z długotrwałym uczuciem świeżości.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 200 zł*



SPA Menu

**Masaże**

### **Masaż autorski**

Wyjątkowe techniki manualne zastosowane podczas masażu uzupełnione dobroczynnym działaniem olejków aromaterapeutycznych, połączone z delikatnym ciepłem płynącym z wulkanicznych kamieni oraz wzbogacone drenującymi ruchami z zastosowaniem bańki chińskiej pozwolą osiągnąć stan głębokiego relaksu i odprężenia. Idealny również na zimowe narciarskie wieczory.

*Czas zabiegu: 50 minut Cena 180 zł*

### **Hot stone massage – masaż gorącymi kamieniami**

Jest to masaż podgrzany kamieniami bazaltowymi pochodzenia wulkanicznego, które bardzo dobrze przewodzą ciepło. Wpływa kojąco na cały organizm, likwiduje nadmierne napięcia bóle mięśni, wycisza i uspokaja.

*Czas zabiegu: 50 minut Cena 180 zł*

### **Masaż czekoladowy**

Sesja masażu to relaks i rozpieszczanie zmysłów, wyśmienity nastrój i... apetyt na więcej. Masaż ten wspaniale usuwa stres, napięcie i zmęczenie oraz pielęgnuje skórę całego ciała - nawilża, wygładza, ma działanie odmładzające i poprawia jej koloryt.

*Czas zabiegu: 50 minut Cena: 180 zł*

### **Masaż miodowy**

Metoda terapii naturalnej wykorzystująca lecznicze działanie miodu przy pomocy masażu klasycznego oraz unikalnej, intensywnej techniki rosyjskiej oraz miodowej aromaterapii. Masaż ciepłym miodem wspomaga wydzielanie gruczołów potowych, ułatwiając usuwanie przez skórę soli i szkodliwych substancji. Miód ponad to wykazuje silne działanie przeciwzapalne, regenerujące, nawilża skórę. Skóra staje się odżywiona, jedwabista. Zapach miodu poprawia nastrój, wspomaga efekty masażu.

*Czas zabiegu: 50 minut Cena: 180 zł*

### **Masaż świecą**

Intryguje, zaskakuje oraz obezwładnia zmysły niepowtarzalnym zapachem, ciepłem i jedwabistym dotykiem. Masaż z wykorzystaniem świecy to najnowszy światowy trend. Rytuał ten jest wyjątkowo zmysłową ceremonią wykonywaną ciepłym olejkami ze świecy, składającym się w 100% z naturalnych wosków oraz aromatycznej mieszanki olejków eterycznych. Jego unikatowa formuła pozostawia skórę cudownie nawilżoną, jedwabiście gładką i miękką. Co więcej, masaż ten dzięki relaksującemu ciepłu, wyjątkowej konsystencji oraz obezwładniającemu aromacie pobudza zmysły i gwarantuje niepowtarzalne doznania.

*Czas zabiegu: 50 minut Cena: 180 zł*

### **Masaż peelingujący**

Peelingujący masaż relaksacyjny ciała na bazie naturalnych olejków oraz soli z Morza Martwego. Skóra po takim zabiegu staje się aksamitna w dotyku a naturalne oleje głęboko odżywiają i regenerują ciało. Delikatny masaż spotęguje uczucie wyciszenia i przeniesie w stan głębokiego relaksu.

*Czas zabiegu: 50 minut Cena: 180 zł*

### **Masaż dla przyszłych mam**

Poprawia samopoczucie dzięki płynnym, relaksującym ruchom. Masaż ten usuwa napięcia często towarzyszące ciąży, stymuluje krążenie krwi i limfy, dotlenia tkanki i usprawnia usuwanie toksyn. Masaż można wykonywać począwszy od drugiego trymestru ciąży.

*Czas zabiegu: 50 minut Cena: 180 zł*

### **Masaż relaksacyjny aromaterapeutyczny**

Regeneruje i nawilża skórę. Ma właściwości pielęgnacyjne a dzięki aromatycznym olejom i delikatnym technikom, również relaksacyjne. Rozgrzewa organizm, dzięki czemu sprzyja detoksykacji i ujędrnianiu ciała. Poprawia koloryt skóry oraz likwiduje napięcia mięśniowe.

*Czas zabiegu: 50 minut Cena: 130 zł*

### **Masaż kręgosłupa gorącymi kamieniami**

Jest to masaż podgrzanymi kamieniami bazaltowymi pochodzenia wulkanicznego, które bardzo dobrze przewodzą ciepło. Wpływa kojąco na cały organizm, likwiduje nadmierne napięcia bóle mięśni, wycisza i uspokaja. Masaż kamieniami wulkanicznymi poprawia przepływ limfy i krwi, a także w znaczący sposób wpływa na procesy metaboliczne w ciele. Rozgrzane kamienie wulkaniczne dostarczają kojące ciepło nawet do tych tkanek, które położone są bardzo głęboko.

*Czas zabiegu: 25 minut. Cena 90 zł*

### **Masaż miodowy kręgosłupa**

To stara metoda bazująca na doświadczeniach tybetańskich i rosyjskich. Stosowane są na przemian ruchy płynne, rozcieranie, gniecie, szczypanie i regularne naciskanie. Miodowy masaż pleców usuwa toksyczne złoże i rozgrzewa. Stymuluje tzw. strefy Heada, rozsiane głównie na plecach (obszary skóry, które w przypadku choroby danego narządu reagują bólem lub nadwrażliwością na ucisk), pozytywnie wpływając na narządy wewnętrzne i problematyczne rejony skóry. Masaż miodowy pleców wpływa bardzo pozytywnie na giętkość kręgosłupa, redukuje napięcia w rejonie ramion i karku.

*Czas 25 minut Cena: 90 zł*

### **Masaż twarzy ANTI-AGING**

To doskonały sposób na zachowanie młodego wyglądu. Stosowane techniki ugniatania, silnego rozcierania oraz oklepywania znakomicie poprawiają sprężystość mięśni i skóry twarzy. Masaż anti-aging nie jest polecany dla osób z cerą naczynekową.

*Czas zabiegu 20 minut Cena: 70 zł*



SPA Menu

**Męska Strefa**

# PIELĘGNACJA TWARZY

## **Zabieg liftingujący**

Intensywnie regenerujący zabieg liftingujący - rozświetlający, oparty na roślinnych i morskich komponentach przywracających młodzieńczą jędrność skórze. Owoce aceroli bogate w witaminę C dodadzą skórze blasku, podczas gdy witamina A stymuluje odnowę komórkową. Wzmacnia i modeluje kontur twarzy. Zabieg przeznaczony dla cery zmęczonej. Pielęgnacja regeneruje skórę, przyspiesza procesy odnowy naskórka. Rezultatem zabiegu jest ujednolicenie kolorytu cery, skóra zyskuje promienny młodszy wygląd.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 280 zł*

## **Zabieg oczyszczający**

Intensywny a zarazem łagodny zabieg balansujący, swą skuteczność zawdzięcza połączeniu alg Laminaria Digitata, glinki i witamin o działaniu sebo regulującym. Zabieg normalizujący nadprodukcję sebum dla męskiej cery mieszanej, tłustej i zanieczyszczonej. Reguluje pracę gruczołów łojowych, przywraca naturalne pH, uzupełnia niedobory wilgoci, usuwa nadmierne błyszczenie. Skóra po zabiegu staje się gładka, matowa, czysta, odzyskuje świeżość i jasny zdrowy koloryt.

*Czas zabiegu: 45 minut Cena: 240 zł*

## **Zabieg rozświetlający**

Ultra nawilżający zabieg ugasi pragnienie odwodnionej skóry, przywracając jej komfort i gasząc podrażnienia. Kolagen morski i kwas hialuronowy sprawi, że cera odzyskuje młodzieńczą elastyczność i promienieje naturalnym blaskiem, a zmarszczki zostają wygładzone i mniej widoczne.

*Czas zabiegu: 60 minut Cena: 280 zł*

### **Zabieg łagodząco - nawilżający**

Wyciszający zabieg bazujący na zbawiennych właściwościach łagodzących kiełków pszenicy i ziemi okrzemkowej. Cenne algi Laminaria i Spirulina silnie odżywiają i reminalizują skórę, pozostawiając ją odświeżoną. Cera odzyskuje komfort nawilżenia, jest wzmocniona a zaczerwienienia zredukowane. Zabieg głębokiego nawilżania z efektami łagodzenia drobnych podrażnień i mechanicznych uszkodzeń po goleniu. Cera staje się jasna, gładka, elastyczna, odzyskuje komfort.

*Czas zabiegu: 55 minut Cena: 280 zł*

### **NANO – NAWILŻENIE**

Nawilżający zabieg Therma Liquid NANO nawilżenie łączy w sobie aktywne cząsteczki wody oraz składniki, dzięki którym skóra jest doskonale nawodniona, jędrna i pełna blasku.

UKRYTE PRAGNIENIE – Zabieg głęboko nawilżający przeznaczony jest do każdego typu cery, również wrażliwej, skłonnej do podrażnień. Daje świetne efekty w przypadku cery bardzo wymagającej np. po intensywnym opalaniu, suchej, zniszczonej i łuszczącej się.

*Czas zabiegu: 60 minut, Cena: 240 zł*

### **Age smart**

Intensywny zabieg odmładzający. Intensywna terapia przeciwstarzeniowa oparta o system innowacyjnych produktów stworzonych na podstawie zaawansowanych badań, skupionych na kontroli reakcji biochemicznych, które prowadzą do starzenia się tkanek. Widocznie wygładza, rozświetla i odżywia skórę zwiększając jej napięcie tkankowe. To odpowiedź na stres, niekorzystne warunki zewnętrzne, zanieczyszczenie środowiska – główne czynniki osłabiające mechanizmy obronne skóry. Skóra po zabiegu jest zrelaksowana, odzyskuje napięcie, witalność i energię, drobne linie i fałdy znikają.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 250 zł*

### **Microzone men`s skin fitness**

Jest to terapia przeznaczona dla Panów, którzy pragną poświęcić kilka minut na pielęgnację swojej skóry. Dzięki substancjom aktywnym zawartym w peelingu skóra zostanie zregenerowana poprzez aktywne złuszczenie, a bogata w witaminy i ekstrakty z alg maska cudownie nawilży i odżywi skórę. Ten 20-minutowy zabieg pomoże skórze odzyskać równowagę po drobnych uszkodzeniach powstających podczas golenia.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 80 zł*

## **PIELĘGNACJA CIAŁA**

### **Miodowa stodycz**

Miodowy raj dla zmysłów. Zabieg z użyciem gorącego miodu, wyczuwanych aromatycznych pyłków kwiatowych oraz naturalnych olejków daje niesamowite doznania, pozostawia skórę aksamitnie gładką i odżywioną. Intensywny masaż miodowy oddziałuje na wszystkie zmysły naszego ciała, pobudza siły witalne i rewitalizuje ciało oraz umysł. Miód to także regenerująca maseczka dla skóry, która odżywia, przyspiesza procesy gojenia, działa antyrodnikowo i spowalnia procesy starzenia. Ciało nabiera swoistej jędrności, elastyczności i blasku. Peeling, masaż miodowy, pielęgnacja końcowa.

*Czas zabiegu: 90 minut Cena: 300 zł*

### **Energetyzujące Wygładzanie ciała**

Rozgrzewający zabieg złuszczenia naskórka oparty na kryształkach soli oceanicznej, mikronizowanej algi i kofeiny. Oczyści, pobudzi, odświeżając naturalny blask.

*Czas zabiegu: 30min Cena: 180zł*

### **Masaż autorski**

Unikatowe techniki manualne zastosowane podczas masażu uzupełnione dobroczynnym działaniem olejków aromaterapeutycznych, połączone z delikatnym ciepłem płynącym z wulkanicznych kamieni oraz wzbogacone drenującymi ruchami z zastosowaniem bańki chińskiej pozwolą osiągnąć stan głębokiego relaksu i odprężenia. Idealny na zimowe narciarskie wieczory.

*Czas zabiegu: 50 minut Cena 180 zł*

### **Masaż miodowy kręgosłupa**

To stara metoda bazująca na doświadczeniach tybetańskich i rosyjskich. Stosowane są na przemian ruchy płynne, rozcieranie, gniecenie, szczypanie i regularne naciskanie. Miodowy masaż pleców usuwa toksyczne złoże i rozgrzewa. Stymuluje tzw. strefy Heada, rozsiane głównie na plecach (obszary skóry, które w przypadku choroby danego narządu reagują bólem lub nadwrażliwością na ucisk), pozytywnie wpływając na narządy wewnętrzne i problematyczne rejony skóry. Masaż miodowy pleców wpływa bardzo pozytywnie na giętkość kręgosłupa, redukuje napięcia w rejonie ramion i karku.

*Czas zabiegu: 25 minut Cena: 90 zł*

### **Masaż kręgosłupa gorącymi kamieniami**

Jest to masaż podgrzany kamieniami bazaltowymi pochodzenia wulkanicznego, które bardzo dobrze przewodzą ciepło. Wpływa kojąco na cały organizm, likwiduje nadmierne napięcia bóle mięśni, wycisza i uspokaja. Masaż kamieniami wulkanicznymi poprawia przepływ limfy i krwi, a także w znaczący sposób wpływa na procesy metaboliczne w ciele. Rozgrzane kamienie wulkaniczne dostarczają kojące ciepło nawet do tych tkanek, które położone są bardzo głęboko.

*Czas zabiegu: 25 minut. Cena 90 zł*



## SPA Menu

### **Zabiegi Rehabilitacyjne**

## ORTOPEDYCZNA TERAPIA MANUALNA KALTENBORN I EVJENTHA

Określenie "Terapia Manualna" oznacza dosłownie leczenie ręczne (Lac. manualis = ręczne). Podstawowe założenie tego sposobu terapii wskazuje, iż przyczyną pierwotną i najważniejszą zaburzeń czynnościowych jest upośledzenie ruchu ślizgowego w stawie. Dolegliwości są z reguły spowodowane zaburzeniami czynnościowymi, których wczesne leczenie może zapobiegać późniejszym, dalszym patologicznym zmianom strukturalnym. Terapia manualna obejmuje wszystkie manualne techniki diagnostyczne i terapeutyczne w obrębie kręgosłupa oraz stawów obwodowych, służące do wykrywania i leczenia tych zaburzeń. Dzięki profesjonalnym terapeutom, certyfikowanym przez Europejską Akademię Ortopedyczną Terapii Manualnej oraz Kaltenborn-Evjenth International zapewniamy skuteczną terapię manualną, której wskazaniem do leczenia są wszelkie dolegliwości układu ruchu.

Terapia manualna znajduje zastosowanie w leczeniu wielu dolegliwości narządu ruchu, a w szczególności:

- dolegliwości bólowych kręgosłupa i stawów obwodowych będących następstwem zmian zwyrodnieniowych czy pourazowych,
- dyskopatii,
- dolegliwości typu migrenowego,
- cierpięcia, mrowienia, drętwienia kończyn,
- bocznych skrzywień kręgosłupa (skoliozy),
- innych schorzeń ortopedycznych wymagających postępowania rehabilitacyjnego.

*Sesja terapii manualnej – Cena: 90 zł. Czas zabiegu: 30 – 45 minut.*

## ZABIEGI REHABILITACYJNE

**Kąpiel solankowa** - kąpiel wykonywana przy użyciu roztworu solanki termalnej jodowo-bromowej o stężeniu 30 %. Stosowana głównie w schorzeniach narządu ruchu i skóry.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 50 zł*

**Kąpiel perełkowa** - jest zabiegiem podczas którego ciało masowane jest drobnymi pęcherzykami powietrza.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 50 zł*

**Hydromasaż** - ma zbawienny wpływ nie tylko na stawy, lecz także kręgosłup, mięśnie i skórę. Wpływa kojąco na układ nerwowy, poprawia samopoczucie, usuwa zmęczenie i regeneruje siły.

*Czas zabiegu: 20 minut. Cena: 50 zł*

**Pneumatyczny drenaż limfatyczny** - system terapii uciskowej pobudzający krążenie krwi i limfy stymulując układ mięśniowy poprzez powtarzane kurczenie i rozciąganie.

*Czas zabiegu: 40 minut Cena: 50 zł*

**Okłady borowinowe** - zawarte w borowinie kwasy organiczne i sole nadają jej właściwości przeciwzapalne, ściągające, bakteriostatyczne i bakterioobójcze. Borowina aplikowana w formie plastrów na zleczone przez lekarza partie ciała.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 30 zł*

**Ultradźwięki** - Sonoterapia, czyli leczenie przez oddziaływanie ultradźwiękami na organizm człowieka stosuje się jako czynnik: hamujący procesy zapalne, zmniejszający napięcia mięśni, czyli między innymi jako oddziaływanie przeciwbólowe, rozszerzający naczynia krwionośne.

*Czas zabiegu: 10 minut Cena: 20 zł*

**Magnetoterapia** - Leczenie pulsującym polem magnetycznym stosowana jako zabieg przeciwbólowy, przeciwzapalny, rozkurczowy. Umożliwia ona głębokie oddziaływanie na organizm. Magnetoterapia znalazła już zastosowanie w kilkunastu działach medycyny, m.in. w ortopedii, reumatologii.

*Czas zabiegu: 20 minut Cena: 20 zł*

**Elektroterapia** - dziedzina lecznictwa fizykalnego zajmująca się leczeniem objawowym schorzeń m.in. układu ruchu i neurologicznych za pomocą różnego rodzaju prądów leczniczych. Celem elektroterapii jest złagodzenie bólu i poprawienie ukrwienia stymulowanej tkanki. Przyspiesza wchłanianie obrzęków i wysięków śródstawowych.

*Czas zabiegu: 15-20 minut Cena: 20 zł*

**Krioterapia miejscowa CO<sub>2</sub>** - jest zabiegiem działającym głównie przeciwbólowo i przekrwienie. Wskazania do zabiegu: stany po urazach i przeciążeniach, ostre zapalenia tkanek, obrzęki po urazach, reumatoidalne zapalenia stawów, nerwobóle nerwów obwodowych.

*Czas zabiegu: 3 – 5 minut. Cena: 20 zł*

**Laseroterapia** - mechanizm działania leczniczego promieni lasera polega na wywołaniu drgań atomów w naświetlanych komórkach i tkankach. Efektem jest normalizacja wszystkich procesów odbywających się w organizmie. Laseroterapia ma szerokie zastosowanie w medycynie sportowej, ortopedii, reumatologii, neurologii i dermatologii.

*Czas zabiegu: do 10 minut Cena: 20 zł*