



KEZELÉSEK KÖNYVE
TREATMENT GUIDE
BEHANDLUNGSBUCH



ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

SPA

A szó a latinból származik és a "sanus per aquam" (egészség a víz által) rövidített formája, amely különös jelentőséggel bír Magyarországon, a termál és gyógyvizek országában. A víz jótékony erejét ma gyógyfürdők, wellness-centrumok, klinikák és egészséghotellek a legkülönbözőbb módon használják a gyöngyfürdőtől kezdve a Kneipp-önteteken át az egészségorientált fürdővidékekig.



The word is an acronym of the Latin sanus per aquam (health through water), which is particularly appropriate for use in a Hungarian context, since Hungary is a country rich in thermal and medicinal waters, and one where the beneficial properties of water are put to good use in so many different ways. A whole range of water cures and treatments, such as pearl baths or Kneipp oils and salts, is available in traditional medicinal baths, modern "Wellness" centres, clinics and spa hotels.

Das Wort stammt aus dem Lateinischen und ist die Abkürzung für "sanus per aquam" (gesund durch Wasser). Es besitzt für Ungarn, als Heimat der Thermal- und Heilwässer eine besondere Bedeutung. Die wohltuende Kraft des Wassers nutzen heute Kurbäder, Wellness-Zentren, Kliniken, Gesundheitshotels (Kurhotels) in vielfältiger Art, angefangen bei Perlduschen, über Kneipp-Güsse bis hin zu gesundheitsorientierten Badelandschaften.



ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

WELLNESS SZOLGÁLTATÁSOK

WELLNESS FACILITIES

WELLNESS-DIENSTLEISTUNGEN



ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

Szauna

Sauna

Sauna





ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

Magas hőmérsékletű szauna (80-100 Celsius fok) kb. 10%-os páratartalommal. A szaunát követő, hideg vizes medencében történő megmártózás, amely előtt hideg vízzel tusolás és hideg öntetek által felélénkül a vérkeringés, és erősödik az immunrendszer.

It is a high-temperature sauna (about 80-100 degrees Celsius) with approximately 10% relative humidity. Taking a bath in the cold water basin and the application of cold showers after sauna improves blood circulation and strengthens the immune system.

Eine Sauna mit hoher Temperatur (80-100 °C) und 10 % Luftfeuchtigkeit. Das Untertauchen im Becken mit kaltem Wasser bzw. die kalten Güsse verbessern die Durchblutung und stärken das Immunsystem.



ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

Infrasauna

Infrared sauna

Infrarotsauna





ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

Az infrasauna előnyei a hagyományos szaunával szemben: kedvezőbb hőmérséklet, jobb méregtelenítő hatás, nagyobb hatékonyság diéta, fogyókúra esetén, illetve a narancsbőr célzott kezelésére is alkalmas. 40-50°C fokos hőmérséklet természetes módon hozza létre az egész szervezetre kiterjedő gyógyító lázhatást.

The benefits of infra sauna as compared to the traditional one, are the followings: a more pleasant temperature, a better detoxification effect, better results in losing weight or dieting and suitability for the direct treatment of cellulitis. Such heat spreads all over the body with blood circulation.

Die Infrarotsauna bietet der herkömmlichen Sauna gegenüber den Vorteil, dass darin eine niedrigere Temperatur herrscht, sie ist wirksamer beim Entgiftungsprozess und bei einer Diät oder Abmagerungskur, sie eignet sich zur gezielten Behandlung von Orangethaut. Die 40 – 50 Grad hohe Temperatur bewirkt auf natürliche Weise einen Zustand vom heilenden Fieber im gesamten Organismus.

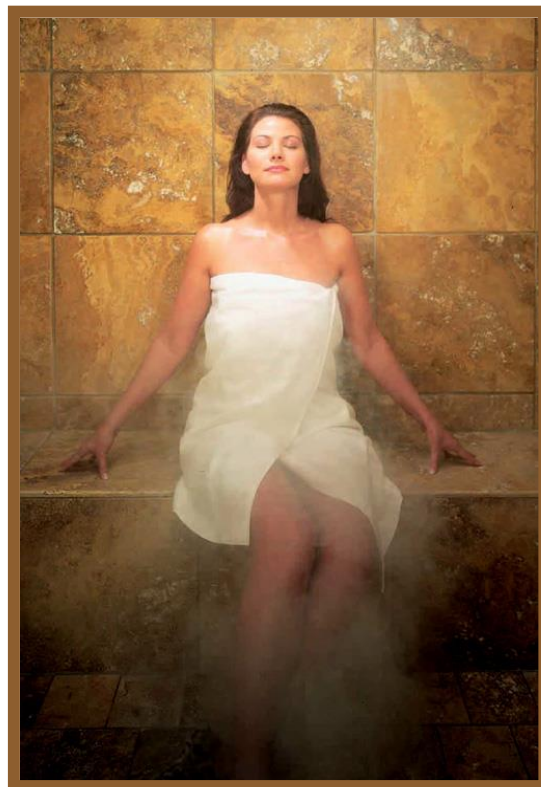


ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

Gőzkabin

Steam bath

Dampfbad





ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

Már az ókori görögök is izzadtak benne, hőmérséklete 45 Celsius-fok, a levegő nedvességtartalma 90-100 %-os. Tökéletesen ellazítja a testet, rugalmassá teszi a bőrt, tisztítja a légutakat.

This treatment was already used by the ancient Greeks. The room temperature is 45 degrees Celsius and relative humidity is 100 per cent. It perfectly relaxes the body, makes your skin smooth and tender, and cleanses the respiratory tracks.

Bereits die Griechen der Antike schwitzten im Dampfbad. Bei uns herrscht eine Temperatur von 45 °C darin, die Luftfeuchtigkeit beträgt 100 %. Ein Besuch im Dampfbad entspannt den Körper, macht die Haut rosig und weich, befreit die Atemwege.



ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

Pezsgőfürdő / Hidromassázs

Jacuzzi / Whirlpool

Jacuzzi





ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

A pezsgőfürdőben a beépített vízsugarak enyhén masszírozzák a testrészeket, élénkítve a keringést. Ehhez hozzájárul, hogy a víz pezsgése, forgása felfrissít és hatékonyan relaxál. A víz hőmérséklete kellemesen langyos, általában 34-36 Celsius fok.

Water jets installed in Jacuzzi gently massage body parts and improve blood circulation. Furthermore, the bubbling and whirling water revitalizes and efficiently relaxes the body. Water temperature is pleasantly warm, usually about 34-36 degrees Celsius.

Die aus den ins Becken eingebauten Düsen sprudelnden Wasserstrahlen massieren den Körper sanft und regen den Kreislauf an. Das Wirbeln und Sprudeln des Wassers erfrischt und entspannt nachhaltig. Im Becken herrscht eine angenehme Wassertemperatur von 34 – 36 Grad.



ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

Szolárium

Solarium

Solarium





ARCANUM
HOTEL
BÉKÉSCSABA

A D3 vitamin elősegíti, hogy a test az életfontosságú kalciumot kivonja az élelemből. A kalcium biztosítja a csontok stabilitását, nagyon fontos egyéb testfunkciók szempontjából is, mint pl. sejtosztódás, izomműködés, az idegek közötti információátvitel, és az anyagcsere. Az ultraibolya B sugárzás javítja a vér minőségét és csökkenti néhány mérgező anyag mennyiségét a vérben.

Vitamin D3 helps the body to extract essential calcium from food consumed. Calcium ensures the stability of bones and it is highly important for other bodily functions, such as division of cells, the operation of muscles, information transfer between nerves and metabolism. Ultra violet B radiation enhances the quality of blood and decreases the quantity of some poisonous substances in the bloodstream.

Das Vitamin D3 hilft dem Organismus, aus der Nahrung lebensnotwendiges Calcium aufzunehmen. Calcium gewährleistet die Stabilität der Knochen, doch das Element spielt auch bei der Zellteilung, für die Muskeln, bei der Informationsübertragung zwischen Nerven und beim Stoffwechsel eine wichtige Rolle. Die Ultraviolettstrahlen (UV-B-Strahlen) verbessern die Blutqualität und verringern die Menge einiger Giftstoffe im Blut.