



Kezelések könyve

Wellness szolgáltatások

Kneipp-medence

A Sebastian Kneipp, allgauti pap által kifejlesztett fürdőkúra a hideg és meleg víz váltakozása által előidézett enyhe ingerek elvén alapul.

A váltakozás serkenti az anyagcserét és élénkíti a vérkeringést.

Gyakran alkalmazzák kimerültség, feszes izmok és keringési zavarok esetén.

Nem használható azonban szívproblémák esetén.

Szauna

Magas hőmérsékletű szauna (80-100 Celsius fok) kb. 10%-os páratartalommal. A szaunát követő, hideg vizes medencében történő megmártózás, amely előtt hideg-meleg víví tusolás és hideg öntetek által felélénkül a vérkeringés, és erősödik az immunrendszert. A magas vérnyomásban szenvedők ne használják a szaunát.

Infrakabin

Az infrakabin előnyei a hagyományos szaunával szemben: kedvezőbb hőmérséklet, jobb méregtelenítő hatás, nagyobb hatékonyság diéta, fogyókúra esetén, illetve a narancsbőr célzott kezelésére is alkalmas.

35-55 Celsius fokos hőmérséklet természetes módon hozza létre

az egész szervezetre kiterjedő gyógyító hatást.

Gőzkabin

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.

Pezsgőfürdő / Hidromasszázs

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.

Szolárium

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 információ-átvitel, és az anyagcsere. Az ultraibolya B sugárzás javítja a vér minőségét és csökkenti néhány mérgező anyag mennyiségét a vérben.

Masszázsok

Revitalizáló masszáz

A vitaminokban gazdag masszáz (A, C, E) a vendégeknek egy kényeztető, pihentető, hatóanyagokban gazdag testápolást nyújt. A kezelés során bejuttatja a bőrbe a szükséges vitaminokat, ennek hatására rugalmas és lágy lesz bőrünk.

(Irodai) - Manager masszáz

Körzetjavító, egészségmegőrző szolgáltatás, melyet elsősorban az irodai munkát végzők számára fejlesztettek ki. A masszáz egy speciális masszáz széken történik, ruhán keresztül. Simító, dörzsölő, gyúró fogásokkal átdolgozzuk a nyak-váll, hát, medence egy részét.

Aromamasszázs

Az aromamasszázs természetes hatóanyagokat tartalmazó illó-olajok használatával történik. Elsődleges célja a test és a lélek megtisztítása és életre keltése, simító lágy dörzsölő fogásokkal.

Különböző aromák, különböző hatások

Mentás-rozmaringos aromamasszázs

Frissítő, élénkítő hatású, emellett eredményesen használható mozgásszervi panaszok és fájdalmak csökkentésére.

Mézes aromamasszázs

A mézben található vitaminok és ásványi anyagok mélyen behatolnak a bőrbe és megtisztítják azt a salakanyagoktól. Hatásos kimerültség esetén és ízületi fájdalmak kezelésére is.

Aloe Verás aromamasszázs

Az aloe vera rendkívül gazdag vitaminokban és ásványi anyagokban, a szervezetünk számára kedvező hatóanyagot tartalmaz.

Regeneráló és gyulladáscsökkentő hatású.

Narancs-fahéj aromamasszázs

Méregtelenítő, frissítő és fertőtlenítő hatású.

Javítja a bőr vérellátását és visszaállítja a bőr természetes egyensúlyát.

Levendulás aromamasszázs

Megnyugtatja a bőrt, enyhíti az izomfájdalmakat és izomgörcsöket.

Relaxáló, stresszoldó hatása van.

Csokoládé aromamasszás

Fáradékonyság csökkentő. Idegrendszeri nyugtató, szorongáscsökkentő és öregedéskésleltető hatása van.

Mangó-barack aromamasszázs

A gyümölcsök édes illatával táplálja és hidratálja a bőrt, miközben kényezteti a fáradt elmét és a testet.

Szőlőmag olaj aromamasszázs

Tápláló, antioxidáns hatású, jótékony hatással van a bőrre és a hajra egyaránt.

Tibeti mézes méregtelenítő masszáz

Rohanó világunkban már nem igazán marad időnk regenerálni magunkat, egyre kevesebb a kényeztetésre szánt idő, egyre több a mérgeanyag lerakódás a szervezetünkben, izmaink le vannak tapadva. A tibeti mézes masszáz segíthet ezen problémák egyidejű megoldásában. A méz jótékony élettani hatásai közé sorolhatjuk magas vitamin-, nyomelem-, és ásványi anyag tartalmát, amik feltétlenül szükségesek a sejtek regenerálásához. A méz egyenletes elosztásával, a tenyérből kúpot formázva, a vákuumhatást alkalmazva szinte feltépi a letapadt izmokat. A keringés felgyorsulásával az anyagcsere nagymértékben javul, az izomzat megkönnyebbül, lazábbá válik.

Talpmasszáz

A talp rendkívül gazdag idegellátással rendelkezik, mely masszírozását kézzel végezzük 40 percen keresztül. A masszáz felfrissíti a lábat, erősíti az immunrendszert és javítja a keringést. Célja a talp boltozatát tartó izmok tehermentesítése, illetve fáradtság érzésének enyhítése, görcsössége oldásra.

Csokoládé masszáz

(72%-os étcsokoládéval)

A testi és lelki egyensúly megteremtése, egy igazi lélekre ható masszáz. A csokoládé hidratálja és feszesíti a bőrt, amit egyúttal bársonyosan simává tesz. Pótolja a hiányzó ásványi anyagokat, és üdítően hat a lélekre, jótékony hatással van a narancsbőr csökkentésére, fokozza a nyirok keringést, méregtelenít, energetizál.

Lávaköves masszáz

A lávaköves masszáz több ezer éves múltra tekint vissza, az amerikai indiánok, az indiaiak, de egyes források szerint még az ősmagyarok is használták gyógyításhoz a felmelegített és testre helyezett köveket és ásványokat. A kezelés speciális masszázstechnikára épül, segíti az energiaáramlást, stressz oldással párhuzamosan javítja a közérzetet. Fokozza a vérkeringést, méregtelenít, lazítja az izmokat, enyhíti az álmatlanságot és rendkívül jól tesz a bőrnek, mivel a mély meleg masszáz során az olaj a bőr mélyebb rétegeibe jut.

Herbál masszáz

A herbal masszáz felmelegített gyógynövényekkel töltött nyeles labdacsokkal történik. A masszáz során a batyuuskákból kiáramló gyógynövényre hatóanyagai a bőr pórusain keresztül felszívódnak, serkentik a vérkeringést, segítik a bőr méregtelenítő folyamatait, csökkentik az ízületi- és izomfájdalmakat. Belélegezve jótékonyan hatnak a légzőrendszerre és az idegrendszerre.

A masszázok általános javallatai

- Mozgásszervi megbetegedések,
 - Légzőszervi betegségek,
- Emésztőrendszer és kiválasztás betegségei,
 - Érzékszervek betegségei,
 - Hormonális betegségek,
- Idegrendszeri és pszichés betegségek,
- Javítja a vérellátást (bőrben, bőr alatti kötőszövetekben, izomzatban),
 - Javítja a bőr rugalmasságát, izomerejét,
 - Kedvezően hat a légzőközpontokra,
 - Kedvezően hat a vegetatív idegrendszerre is,
 - Fokozza az anyagcserét,
 - Vérbőséget eredményez.

A masszázsk általános ellenjavallatai

- Akut gyulladáshos betegségek (Pl.: vese-, ér-, csontbártya, ízületi gyulladáshos),
 - Inak, szalagok és izmok komolyabb sérülése,
 - Porckorongsérv,
 - Csontbetegségek (Pl.: csonttritkulás, csonttuberkulózis),
 - Keringési betegségek (Pl.: Trombózis),
 - Magas vérnyomás,
 - Szívbetegségek, pacemaker,
- Kóros értágulatok (Pl.: aneurizma, súlyos visszér problémák),
 - Fokozott vérzékenység,
 - Menstruáció első két napja,
 - Lázas betegség,
 - Tüdő-, mellbártya heveny megbetegedései
 - TBC,
 - Ráksh megbetegedések,
 - Kemoterápiás kezelés,
 - Bőrbetegségek-fertőzés, gombás, gyulladáshos,
 - Pszichiátriai betegségek,
 - Súlyos cukorbetegség,
 - Alkoholos állapot,
 - Nagymértékben legyengült, idős betegek.