

*Obchodní družstvo
Soběšice*

HOTEL POD HOŘICÍ

PRŮVODCE SVĚTEM WELLNESS



Prosíme, vračejte průvodce zpět!



Úvodem

Vážení klienti,

tímto si Vám dovoluujeme nabídnout přehled wellness služeb Hotelu pod Hořicí v Soběšicích. Průvodce světem wellness Vám poskytne základní informace o službách a zdravotních podmínkách uživatele. Prosíme Vás, abyste dbali doporučených rad, které jsou v textu uvedeny.

Naši rehabilitační pracovníci Vám budou rádi nápomocni při zvažování vhodné procedury.

Věříme, že ve wellness centru Hotelu pod Hořicí strávíte příjemné chvíle, a že se k nám budete i nadále vracet.

Wellness služby

Druh služby: **Klasická masáž šíje a zad**
Délka trvání: 25 minut
Cena: 180 Kč

Druh služby: **Masáž zad**
Délka trvání: 15 minut
Cena: 140 Kč

Druh služby: **Masáž šíje**
Délka trvání: 15 minut
Cena: 90 Kč

Klasická masáž šíje a zad odstraňuje únavu, zlepšuje a udržuje svalovou a kloubní činnost a má blahodárny účinek na imunitu organismu. Při masáži dochází k látkové výměně ve svalech a k rozprůdění energie v těle. Masáž by měli zvážit lidé s onemocněním srdce, plic a krve. V případě virového či bakteriálního onemocnění, prosíme, masáž odložte na dobu, kdy se budete opět cítit v plné síle.



Druh služby: **Celková masáž nohou**
Délka trvání: 40 minut
Cena: 350 Kč

Druh služby: **Masáž plosky nohy**
Délka trvání: 20 minut
Cena: 140 Kč

Masáže nohou a chodidel zlepšují prokrvení svalstva, navozují pocit lehkých nohou a odstraňují bolesti namožených svalů. Masáž by měli zvážit lidé, kteří trpí akutními kloubními záněty, křečovými žilami a trombotickými stavy. Masáž není vhodná při plísňovém a bakteriálním onemocnění nohou.



Druh služby: **Medová masáž**
Délka trvání: 45 minut
Cena: 350 Kč

Druh služby: **Medová masáž
s okurkovým záballem**
Délka trvání: 55 minut
Cena: 370 Kč

Medová detoxikační masáž je velmi účinná tradiční metoda zlepšující celkový stav organismu. Odstraňuje toxiny z těla, omezuje projevy stresu a redukuje následky nezdravého životního stylu. Velmi účinně působí proti nemocem a lze ji aplikovat při jarních očistných kúrách a únavě. Medová masáž oživuje vnitřní organismus a zároveň čistí pokožku, kterou zanechává sametově hladkou. Masáž není vhodná při alergii na med popř. pyly a při zeleném zákalu.



Druh služby:	Parafínový zábal
Délka trvání:	cca 20 minut
Cena:	od 90 Kč

Parafínový zábal je blaho pro klouby, používá se při léčbě chorob pohybového aparátu a chronické revmatoidní artritidy. Zlepšuje krevní oběh, otevírá póry a prokrvuje pokožku. Tento teplý zábal není vhodný při zánětech těla a těžkých onemocněních srdce a krevního oběhu.



Druh služby:	Masáž baňkami
Délka trvání:	od 20 minut
Cena:	od 200 Kč

Baňkování je již přes pět tisíc let stará čínská léčebná metoda, která pomáhá proti celé řadě neduh. Aplikace baněk má velmi dobré účinky například při léčbě migrény, pohybového aparátu nebo bolestí zad a kloubů. Jako jedna z mála metod účinně pomáhá při eliminaci celulitidy, zejména v oblasti hýždí a stehen. Metoda baňkování ovšem není vhodná při onemocnění žil, onemocnění krve a trombóze. Po aplikaci baněk vznikají, díky prokrvení tkání, nebolestivé modřinky, které se v krátké době opět vstřebají.



Druh služby:	Hydromasážní vana
Délka trvání:	20 minut
Cena:	140 Kč
Bylinné aroma:	+20 Kč



Druh služby:	Whirlpool
Délka trvání:	50 minut
Cena:	od 220 Kč



Vodoléčba je velmi oblíbenou procedurou, která uvolňuje organismus, snižuje stresové stavy, pomáhá regeneraci svalstva a zlepšuje obranyschopnost, prokrvení a výživu pokožky.

Vodoléčba není vhodná pro osoby s problémy žilního systému, konkrétně záněty hlubokých žil. Dále by se této proceduře měli vyvarovat lidé, kteří mají otevřené rány, ekzémy a vysoký tlak.

Druh služby: **Sauna**
Délka trvání: 60 minut
Cena: 400 Kč



Sauna dokáže stimulovat imunitu a působí relaxačním účinkem. Dalším, z mnoha přínosů saunování, je detoxikace organismu. Saunování se doporučuje jako prevence před virovými infekcemi. Použití sauny by měli zvážit lidé s vysokým krevním tlakem, nemocným srdcem a zánětlivým onemocněním.

Druh služby: **Bazén**
Délka trvání: 60 minut
Cena: 40 Kč



Závěrem

Doufáme, že Vám tento průvodce pomohl v orientaci ve wellness nabídce našeho Hotelu pod Hořicí. Pro detailní informace o jednotlivých procedurách je nutné kontaktovat přímo maséry. Wellness služby, které jsou v průvodci uvedené, Vám zprostředkují rehabilitační pracovníci:

Svatobor Saller
tel.: 724 929 334

Jana Prokopová
tel.: 725 823 086

Těšíme se na Vaši návštěvu!