



Host' by nemal pred masážou (cca 2 hod.)
jesť výdatné jedla. Pred masážou by sa mal
osprchovať teplou vodou, nenanášať žiadne
krémy a vypiť cca 0,5 lit. minerálnej vody.

Po masáži 0,5 lit.
minerálnej vody
grátis

Masáže

Klasická masáž

Pri klasickej masáži sa uplatňujú dotyky rukami, čím vieme vyvolať u klienta rôzne kvality pociťovania v závislosti od sily zatlačenia, trenia, rýchlosti pohybu alebo rytmu. Vďaka tomu môže byť klasická masáž buď **uvoľňujúca** alebo **tonizujúca** (nabudzujúca) napríklad pred výkonom, či skúškou.

30 min 23 €

60 min 35 €

Indikácie: prospešná v uvoľňovaní bolesti a stuhnutých kĺbov, zlepšenie stavu s krvným obehom, redukuje napätie, posilňuje imunitu, proti bolestiam hlavy
Kontraindikácie: akútne zápalové ochorenie, bezprostredne po jedle, hemofília, leukémia, nádorové ochorenie, ochorenie dutiny brušnej, opilstosť, akútne psychózy

Reflexná masáž chodidiel

Každý orgán ma na ploche chodidla a okolo členkov svoju zónu. Ak niektorý orgán tela nepracuje správne (je v energetickej nerovnováhe) a vtedy pociťujete pri masáži bolesť. Toto miesto sa masíruje a bolesť ustúpi, týmto sa da orgán do rovnováhy.

30 min 20 €

Indikácie: pri bolestiach z krčnej chrbtice, plecových kĺbov, iné funkčné bolesti, pri migrenózných bolestiach hlavy, neurocirkulačnej slabosti, vazoneurozách pri ochoreniach srdca, dýchacieho aparátu, žalúdka, posilňuje imunitný system
Kontraindikácie: stavy vyžadujúce absolútny pokoj, horúčkovite a infekčné choroby, akútne zápaly a plesňové onemocnenie kože, pri cukrovke, krčných žilách, počas tehotenstva, nádorových ochoreniach. Kombinácia reflexnej masáže s klasickou nie je vhodná.

Medová klasická masáž

Takáto masáž pomáha nášmu telu zdetoxikovať sa, zrevitalizovať, zbaviť sa nepriaznivých účinkov stresu a nečistého životného prostredia. Po masáži môže masírovaný pociťovať mierne stavy ako po detoxikácii, preto musí prijímať veľa tekutín. Med obsahuje dôležité minerály a stopové prvky a telo cez pokožku tieto látky absorbuje.

30 min 23 €

Indikácie: je vhodná pri vyčerpaní, slabosti, pri nervových poruchách a stavoch nepokoja, poruchách spánku, reumatické ochorenie svalov a kĺbov, pri chronických problémoch s dýchacími cestami a tráviacimi ťažkosťami, čistí póry a dôkladne prečisťuje pokožku.
Kontraindikácie: pri alergiách na med, pri miestach s otvorenou ranou, ekzém, pri nádoroch, pri vysokom očnom tlaku, vredy, trombóza

Breussova masáž 60 minút

Breussova masáž je ideálna prevencia pred ochoreniami chrbtice. Je vhodná na vyrovnanie celkovej statiky organizmu, uvoľňuje psychické, fyzické a energetické bloky, vyrovnáva chrbát, zlepšuje správne postavenie chrbtice, zmierňuje svalovú nerovnováhu.

60 min 40 €

Indikácie: problémy spôsobené zlým postavením kostí

Kontraindikácie: ťažká osteoporóza, zápaly a onkologické ochorenie stavcov, Kĺbov, poúrazové stavy, vysunutie platničky, akútne kožné problémy v masírovanej oblasti

Lymfodrenážna masáž tváre a krku

Je to kozmetická masáž tváre, krku, pliec a hlavy. Najúčinnnejšie odstraňuje jazvy, opuchy, vrásky napomáha k omladeniu pokožky.

30 min 20 €

Indikácie: znižuje očné vččky, opuchy, odstraňuje bolesti hlavy, pri migréne

Kontraindikácie: chrípka, horúčka, onkologické ochorenie

Lymfodrenážna masáž

Stimuluje lymfatický systém. Podstatou je zlepšenie toku lymfy, týmto dochádza k odplaveniu odpadových a toxických látok z tela.

90 min 45 €

Indikácie: reumatické bolesti, urýchľuje regeneráciu tela, zlepšuje stav vnútorných orgánov, uvoľňuje napätie tela má anticelulitídne účinky

Kontraindikácie: chrípka, horúčka, onkologické ochorenie, zvýšená činnosť štítnej žľazy, akútne žilové ochorenia, materské znamienka, infarkt

Bankovanie

Pred bankovaním prebieha krátka masáž, následne bankovanie. Bankovaním sa prečisťuje krv, zlepšuje sa obeh, obnovujú sa funkcie nervového systému.

30 min 23 €

ING. Sylvia Hrušková



CENNÍK JE PLATNÝ OD 1.12.2017.

CENY SÚ UVEDENÉ S DPH.