

## HYDROMASÁŽE A JEJICH PŘEDNOSTI

### PODvodNÍ MASÁŽ

Podvodní masáž se efektivně používá k léčebné nebo relaxační celotělové masáži, nebo k masáži jednotlivých částí těla, která je prováděna pod vodní hladinou pomocí hadice zakončené masážní tryskou. Léčebné účinky této masáže spočívají v současném působení mechanických a tepelných vlivů. Užitím vhodné teploty lázně a proudu vody dochází k uvolnění svalového napětí a k celkové relaxaci. Tlakem vodního proudu též dochází k reaktivnímu prokrvení svalové tkáně za uplatnění nervových a metabolických vlivů. Výrazné účinky vykazuje tento druh vodoléčby též při celkové fyzické rekondici po značném tělesném zatížení a výkonu.

### PERLIČKOVÝ EFEKT

Využití perličkového efektu spočívá v jeho účincích vyvolávané proudem stlačeného vzduchu z drobných trysek na dně vany (celkem 122), vzduchové bubliny procházejí lázní a způsobují třením o povrch těla jemnou masáž kůže a mělkého podkoží. Tím je vyvolán sedativní účinek, který má blahodárný vliv na psychiku i fyzickou kondici pacienta, neboť ho zbavuje pocitů bolesti a napětí.

### VÍŘIVÝ EFEKT

Vířivý efekt je vyvolán přivzdušněným proudem vody vycházejícím z velkých bočních trysek či mikrotrysek (celkem 38) umístěných ergonomicky do nejvíce exponovaných oblastí páteře. Vířivá masáž je velmi výhodná pro léčbu postraumatických stavů a úrazů, vyvolává maximální míru celkové relaxace organismu.

## CHROMOTERAPIE A JEJÍ PŘEDNOSTI

Lékařsky prokázaný účinek barev světelného spektra se využívá k posílení organismu a zklidnění či vyléčení mysli, těla i ducha. Zdroj barevného spektra pomocí diod prosvětluje vodu a prostřednictvím zrakových receptorů ovlivňuje tělesné funkce. Chromoterapie, nebo také chromatoterapie, koloroterapie či fototerapie je jednou z nejstarších léčebných metod. Chromoterapie je metodou harmonizace fyzické, psychické a emoční stránky osobnosti pomocí barev. Naše vana obsahuje celkem 84 barevných diod.

### VÝZNAM BAREV

**ČERVENÁ barva** osvěžuje, stimuluje a povzbudí vitalitu. Pomáhá rozproudit krevní oběh a urychlit látkovou výměnu. Přináší úlevu při bronchitických a revmatických obtížích, astmatu či onemocněních kůže.

**ORANŽOVÁ barva** posiluje plíce a průdušky, stimuluje štítnou žlázu a žaludek a podporuje pevnost kostí. Pomáhá proti křečím, zácpě a slabosti ledvin. Uklidňuje a působí emocionálně povzbudivě, proti depresi, smutku a pesimismu.

**ŽLUTÁ barva** odráží velké množství světla a energizuje nejen oko, ale i mysl, proto povzbudí a pozitivně naladí, dodá energii svalstvu, podpoří léčbu ekzémů. Navozuje radost, pomáhá proti melancholii a mrzutosti.

**ZELENÁ barva** přirozeně evokuje představu přírody a jejího klidu. Podporuje příjemné rozpoložení, snižuje krevní tlak a tím pomáhá lépe usínat. Relaxuje a posiluje i zrak. Zelená barva zvyšuje sebevědomí, uklidňuje, zlepšuje náladu, pomáhá uvolnit vnitřní napětí a regeneruje nervový systém.

**MODRÁ barva** pohladí, pomáhá při koncentraci a zklidnění. Dodává klid, vyrovnanost a podporuje kreativitu. Tlumí chuť k jídlu, tím pomáhá i v boji s nadváhou a celulitidou. Celkově tiší bolest, harmonizuje a chladí. Modrá má největší rozsah využití v chromoterapii. Oplývá silnými uklidňujícími a uspávacími účinky.

**FIALOVÁ barva** povzbuzuje slezinu a bílé krvinky, snižuje horečku, uvolňuje svaly, tiší nervový systém, relaxuje a pročišťuje mysl.



## Ponořte se do moře rostlin

**Termální sůl** těžená v hlubinných dolech v Německu je více než 250 milionů let stará. V solích do koupele Kneipp® se vyskytuje v tak koncentrovaném množství, že působí jako byste byli na mořském vzduchu.

Kneippovy soli do koupele obsahují **cenné silice z léčivých rostlin**. Mají **zklidňující účinek na celý organismus**, pečují o jemnou a citlivou pokožku, kterou zvláčňují.

Při koupeli s Kneippovými solemi zažijete jedinečné okamžiky odpočinku.

V nabídce je:



Kneipp® Sůl do koupele  
**Arnika**  
uvolňuje od bolesti  
svalů a kloubů



Kneipp® Sůl do koupele  
**Harpago**  
při bolestech zad a šíje



Kneipp® Sůl do koupele  
**Levandule**  
pro dokonalé uvolnění  
těla i ducha

**Teplota vody v hydromasážní vaně (kde si můžete vybrat mezi termální solí či olejovou lázní) se pohybuje mezi 36-38°C a koupel trvá 20 minut. Po koupeli netřete pokožku ručníkem, jen jemně osušte a cca. 30 min. odpočívajte.**

Cena za tuto proceduru činí 250 Kč.