

Nabídka masáží hotelu Zadov

Relaxační masáž

Relaxační masáž přináší pocity pohody a psychického uvolnění. Masáž je zaměřena na zklidnění, celkové ozdravení organismu, rozprůdění energie a pozitivní naladění mysli. Může pomoci od bolesti, napětí, ztuhlých a bolavých svalů, pomáhá podpořit krevní oběh, lymfatický systém a vyloučit toxické látky z organismu. Při doplnění o účinky esenciálních olejů pak hýčkáte všechny stránky své bytosti. Relaxační masáže jsou jedním ze způsobů, jak dosáhnout uvolňující a osvobozující harmonie těla a duše.

Účinky relaxační masáže

- regenerace svalstva a tkání
- prokrvení kůže a odstranění odumřelých částí
- podpora lymfatického a cévního systému v odplavování toxinů
- zmírnění bolesti pohybového aparátu
- zvýšení výkonnosti pohybového aparátu
- zbavení pocitu ztuhlosti

Sportovní masáž

Sportovní masáž tvoří důležitou součást přípravy amatérských i vrcholových sportovců, kteří chtějí opakovaně podávat sportovní výkony a zároveň co nejúčinněji předcházet vzniku trvalého poškození organismu.

Sportovní masáž se používá před a i po sportovním výkonu. Navozuje vyšší svalovou aktivitu, pomáhá k prohřátí zatěžovaných partií a podobně jako jiné masáže přispívají k navození celkové duševní i tělesné pohody.

Masáž lávovými kameny

Je velmi oblíbenou masáží nejen v chladných dnech, kdy Vás prohřeje a uvolní tělo do hloubky. Teplo z těchto kamenů má **příznivý vliv na energetické dráhy v organismu**. Odplaví z Vás stres, pozitivně působí na krevní oběh, posiluje imunitu, zmírňuje bolest, svalové křeče a celkově zlepší pohyblivost těla. Pomáhají odstraňovat bloky na důležitých bodech a rozprůdí energii ve Vašem těle.

Účinky masáže lávovými kameny

- relaxační a detoxikační účinek
- dokonale uvolní tělo a mysl, zbavují stresu a napětí
- regeneruje unavené a bolestivé svaly, klouby, záda, krční páteř
- odstraňuje revmatismus, křeče, stres, nespavost, na bolesti hlavy
- stimulují krevní oběh a lymfatický systém
- umožňuje vnitřní prohřátí organismu

Indická masáž hlavy

Tradiční indická masáž hlavy je vynikající relaxační terapie, která nejen podporuje růst vlasů, ale také pomáhá ulevit bolestem hlavy, nespavosti, hučení v uších Její účinek není jen fyzický, působí dokonce i na emocionální úrovni. Zklidňuje duši, podporuje uvolnění a ulevuje od stresu.

Nejvíce se stres – napětí - projevuje na hlavě , krku a ramenech, kde jsou důležitá energetická centra v těle. Napětí se začíná hromadit v podobě ztuhlého krku a ramen.

Indická masáž hlavy vám zaručuje, že vás odvede ze shonu a ruchu každodenního stresu.

Účinky indické masáže hlavy

- uvolní svaly
- odstraňuje stres, bolesti hlavy a očí, napětí v ramenou, v krku a šíji
- prokrví pokožku
- zlepšuje kvalitu vlasů,
- navozuje pocit duševní pohody a celkově fyzicky a psychicky harmonizuje organismus

Indická masáž pomáhá odčerpávat pryč toxiny, které se hromadí v kůži a svalech. Opakována několikrát za sebou dokáže omezit výskyt migrén.

Masáž je prováděna Bio kokosovým olejem, který má mimořádně příznivý vliv na kvalitu vlasů, pokožky i všech vašich smyslů.

Tuto masáž prosím, z důvodu přípravy, specifikujte při objednání na recepci.

Kokosová masáž

Jedná se o uvolňující masáž **100% bio kokosovým olejem**, kde 50% tohoto oleje tvoří vzácně se vyskytující kyselina laurová, která je antibakteriální a příznivě tak působí na stav pokožky, která je po masáži kokosovým olejem **zvláčněná a zjemněná.**

Při masáži také hraje roli vůně kokosu, která Vás uklidní a navodí pocit uvolnění. Jedná se zároveň o aromaterapii.

Masírujeme tělo, záda, ruce, nohy a chodidla, dle Vašeho přání. V závěrečné části masáže pokožku posypeme nastrohaným kokosem, který slouží jako peeling a dokonale vyhladí a prokrví pokožku. V té díky prokrvení dochází k lepší regeneraci a celý proces tak má omlazující účinky.

Účinky kokosové masáže

- :detoxikace organismu
- :uvolnění celého těla
- :harmonizuje duši díky vůni a regeneračním účinkům kokosového oleje

Tuto masáž prosím, z důvodu přípravy, specifikujte při objednání na recepci.

Rozjasňující masáž obličeje a ozonový zábal

Masáž obličeje a ozonový zábal má ze všech druhů masáží nejblahodárnější a maximálně relaxační účinky, především na centrální nervovou soustavu. Vzhledem k tomu, že na obličeji je ohromné množství nervových receptorů, ovlivňuje masáž obličeje nejen nervový systém, ale i celé tělo. Na rozdíl od jiných částí těla jsou svaly v obličeji připojené do kůže, a proto přímo ovlivňují náš vzhled.

Masáž obličeje pomáhá oddálit proces stárnutí, neboť díky ní se zlepší krevní oběh, pružnost svalů a masírovaná osoba se pak cítí skvěle a září zdravím. Náš obličej odráží nálady a emoce. Stres a napětí může mít na náš vzhled ničivý dopad, svaly se napínají, což způsobuje tvrdý výraz. Masáž toto napětí uvolňuje a výraz ve tváři se změkčí.

Ozonový zábal, který následuje po masáži, vypne pokožku a výrazně redukuje vrásky. Ozonový olej je vyroben z Bio látek a má výrazně stimulační účinek na všechny buňky lidského organismu - vyhlazení vrásek a drobných žilek, kožních erozí a vypínání kůže, dále jeho účinek na stimulaci metabolismu v organismu, regenerační a relaxační. Zábal působí očištně až do hlubokých vrstev pokožky a díky tomu se pokožka obličeje omlazuje. **Ozonová terapie** nemaskuje vady kůže, ale normalizuje její přirozené funkce a stimuluje její přirozenou obnovu. Ozon zlepšuje mikrocirkulaci v podkožní vrstvě a tím okysličení a energetické zásobení kožních buněk.

Účinky masáže obličeje

- Vysoce relaxační, jemná a uklidňující masáž
- Pomáhá oddálit proces stárnutí, díky zlepšení krevního oběhu a zpružnění svalů
- Masáž očního okolí snižuje prohloubení vrásek okolo očí, zmenšují se vágky pod očima, snižuje nitrooční tlak a tím se posiluje zrak, napomáhá k lepšímu zprůchodnění dutin
- Masáž posiluje obočí, které během let klesá
- Odplavuje toxiny, podporuje obnovu buněk, zabraňuje ztrátě vlhkosti
- Ozonový zábal vypne pokožku a výrazně redukuje vrásky

Masáž obličeje je vynikající nejen pro ženy, ale svými neuvěřitelnými relaxačními účinky výborná i pro muže.

Breussova vyživující energetická masáž

Tato uvolňující masáž je velmi jemná a účinná metoda působící na nervový systém a pohybový aparát a to především na páteř. Působí skvěle na svaly okolo páteře, a proto se používá při bolestech zad, kde dokáže uvolnit meziobratlové ploténky a tím ulevit od bolesti, kterou může způsobit tlak na míšní nerv. Podle Rudolfa Breusse, autora této masáže, neexistují opotřebované ploténky, nýbrž zdegenerované, které se touto masáží regenerují. Mnohé problémy páteře jako bolesti meziobratlových plotének, ústřel atd. se zcela lehce, bez rizika a s dobrou prognózou dají touto masáží zmírnit, či zcela vyléčit. Breussova **masáž je prováděna Bio třezalkovým olejem, který významně regeneruje meziobratlové ploténky**, čímž vyřeší široké spektrum zdravotních potíží a mimo jiné vede k odbourávání hluboko uložených psychických problémů.



Anticelulitidní masáž těla na odbourání tuku s ozonovým zábalem

Anticelulitidní masáž je velmi účinná na odstraňování celulitidy, pomáhá proti únavě nohou, formování postavy a zlepšení kvality pokožky. Další výhodou je prokrvení pokožky, rozrušení tukové vrstvy, následné uvolnění toxinů do lymfatického systému a v neposlední řadě regenerace pokožky.

Tato speciální masáž působí na tukové buňky ze zvlákněného podkoží a stimuluje podkožní struktury pro lepší metabolismus a zlepšení odtoku nežádoucích látek.

Po masáži se provede **zeštíhlující ozonový zábal**, který zlepší krevní oběh a zbaví tělo toxických látek. Ozon je látka, která má výrazně stimulační účinek na všechny buňky lidského organismu. Mimo mnoha dalších účinků, má zejména vliv na kůži a podkoží ve smyslu potlačení a prevence celulitidy, kožních erozí a vypínání kůže, dále jeho účinek na stimulaci metabolismu v organismu, regenerační a relaxační. **Ozonová terapie** nemaskuje vady kůže, ale normalizuje její přirozené funkce a stimuluje její přirozenou obnovu. Ozon zlepšuje mikrocirkulaci v podkožní vrstvě a tím okysličení a energetické zásobení kožních buněk. Většina kosmetických problémů jako trudovitost, vrásky, celulitida, alergie a mnoho dalších odrážejí vnitřní stav organismu. Ozonová terapie se uplatňuje detoxikačním a revitalizačním účinkem.

K masáži je přiložen jídelníček a doporučení potravinových doplňků pomáhajících podpořit a dlouhodobě udržet harmonický stav těla bez celulitidy po masáži a zábalu.

Tuto masáž prosím, z důvodu přípravy, specifikujte při objednání na recepci.



Ceník masáží

Masáže a procedury je možné zkombinovat dle Vašich potřeb a přání.

Relaxační masáž

Klasická masáž relaxační, sportovní – záda, šíje (nohy), včetně reflexních zón

30 minut 620,- Kč

Klasická masáž relaxační celého těla včetně reflexních zón chodidel

1 hodina 1240,- Kč

Sportovní masáž

Sportovní masáž – záda, šíje (nohy), včetně reflexních zón

30 minut 620,- Kč

Sportovní masáž celého těla včetně reflexních zón chodidel

1 hodina 1240,- Kč

Masáž lávovými kameny

Masáž lávovými kameny

30 minut 720,- Kč

Indická masáž hlavy a šíje

30 minut 700,- Kč

Kokosová masáž

30 minut 760,- Kč

Masáž baňkami

30 minut 760,- Kč

Reflexní masáž chodidla

30 minut 700,- Kč

Rozjasňující masáž obličeje a ozonový zábal

30 minut 760,- Kč

Breussova vyživující masáž

30 minut 760,- Kč

Anticelulitidní masáž těla s ozonovým zábal

40 minut 1 400,- Kč