



NABÍDKA PODZIMNÍCH WELLNESS PROCEDUR

... posilování imunity a nabírání sil na zimní období ...

Podzim ztělesňuje v přírodě přechodové období, kdy horké letní měsíce střídají první chladné dny. Je to také čas oddechu po letní aktivitě. Plody Země konečně dozrávají, probíhá sklizeň, uskladňování úrody a další přípravy na zimu. Barvy postupně zeslabují, listy žloutnou, červenají a opadávají, všude je přítomno stahování se energie dovnitř. V souladu s přirozeným cyklem se také mění potřeby našeho těla. Ve Wellness & Spa Augustiniánský dům pozorně nasloucháme těmto tělesným signálům a bereme v úvahu právě probíhající roční období. Proto jsme pro Vás na podzim připravili procedury zaměřené na posilování imunity a nabírání sil na nadcházející zimní období.



RITUÁL

Podzimní rituál bylinnými pečetěmi

90 min

1 800 Kč

MASÁŽ

Relaxační masáž - Podzimní naladění

50 min

1 400 Kč



Podzimní rituál bylinnými pečetěmi

... povzbuzení imunitního systému a silné odkyselení celého těla ...



Při rituálu používáme čisté přírodní oleje a ručně vyráběné bylinné měšce se speciálně namíchanou směsí bylin na odkyselení a komplexní očistu organismu. Bylinné pečetě se nahřívají horkou párou a během procedury uvolňují šťávu, která přes kůži podporuje odbourávání a vylučování zplodin látkové výměny. Vzniklá pára také výborně čistí dýchací cesty. Podzimní rituál zanechává dlouhodobý pocit tepla, posiluje imunitní systém a pomáhá rozproudit životní energii.

90 minut / 1 800 Kč

Relaxační masáž – Podzimní naladění

... dokonalé ponoření do fyzické i mentální pohody ...

Zapomeňte na každodenní starosti a vychutnejte si kouzelnou atmosféru podzimu. Revitalizující celotělová masáž šípkovým, dýňovým nebo hroznovým olejem uvolňuje blokády a odvádí napětí. Podzimní aromaterapie vonnými esencemi prohloubí pocit zklidnění a odlehčení.



50 minut / 1 400 Kč



BYLINNÉ ČAJE

Během celého pobytu v Augustiniánském domě si dopřejte popíjení domácího čaje, který pro Vás mícháme z tradičních českých léčivých bylin. V podzimním období využíváme zejména bylinky na posílení organismu, zlepšení imunity a podporu trávení.



AROMATERAPIE



K vytvoření celkové atmosféry ve wellness i při procedurách využíváme aromaterapeutických účinků éterických olejů – přírodních výtažků z léčivých rostlin. Při vdechování pronikají účinné látky do organismu a pozitivně ovlivňují celkový tělesný stav, emoce i momentální náladu. Vhodně volenými éterickými oleji tak můžeme docílit bezprostřední úlevy při řadě problémů, posílit imunitu a preventivně předcházet řadě problémů.

TĚLESNÉ A DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

SAUNOVÉ RITUÁLY

Také na podzimní měsíce jsme připravili pro všechny milovníky zážitkového saunování rituály s důrazem na tělesnou a duševní očistu. V solné nebo mentolové parní lázni vyzkoušíte peeling ze zásadito-minerální soli na podporu detoxikačního účinku saunování. Ve finské sauně poléváme žhavé kameny aromatickou esencí a následně víříme horký vzduch ručníkem. Tím vzrůstá v sauně vlhkost, jež způsobuje intenzivnější účinek přenosu tepla na tělo.



*Tato nabídka platí od měsíce října, pouze v předem určených termínech. Pro více informací prosím neváhejte kontaktovat naši wellness recepci.

ZDARMA

Budete-li nuceni z jakéhokoliv důvodu objednanou proceduru zrušit, prosím, učiňte tak nejméně 24 hodin před plánovaným začátkem. V opačném případě Vám bude naúčtován storno poplatek ve výši 100% hodnoty wellness procedury.



SAUNOVÁNÍ

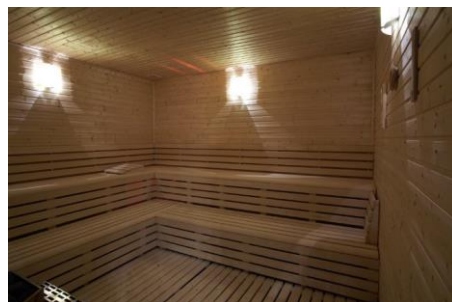
Bylinková sauna



Nechejte se obklopit léčivou vůní bylin. Za zvuků relaxační hudby se ocitnete v prostoru, kde bylinky působí na vaše tělo i duši. Léčivé účinky bylin jsou umocněné teplem a vlhkem, vyvolávají uvolnění a pohodu. Teplota 45 - 50°C, vlhkost 45 - 50%. Doporučená délka pobytu 15 - 25 minut.

Finská sauna

Pobytem ve finské sauně procvičíte důležité funkce organismu jako je správná reakce cév, kůže, činnost srdce či nervové soustavy. Vysoká teplota vzduchu napomáhá k zvýšení pocení těla a tím zbavuje organismus toxických látek – dochází k posílení imunitního systému, uvolnění svalstva i pohybového aparátu. Teplota 90 - 100°C, vlhkost 50 - 65%. Doporučená délka pobytu 5 - 15 minut.



Solná parní lázeň



Sůl má zázračný vliv na náš organismus. Horký vlhký vzduch prosycený solí je léčivým balzámem nejen pro dýchací ústrojí, ale také pro kůži – blahodárně působí na různé kožní ekzémy, astma a infekce horních cest dýchacích. Podobné účinky jako pobyt u moře. Teplota 45 - 55°C, vlhkost 90 - 100%. Doporučená délka pobytu 15 - 20 minut.

Mentolová parní lázeň

Vstupte do prostoru prosyceného vůní mentolu a svěžesti eukalyptu. Doporučujeme navštívit pro uvolnění a pročištění horních cest dýchacích, pomáhá také při začínající rýmě, nachlazení, nebo na doléčení nemocí dýchacích cest. Teplota 45 - 55°C, vlhkost 90 - 100%. Doporučená délka pobytu 15 - 20 minut.



Budete-li nuceni z jakéhokoliv důvodu objednanou proceduru zrušit, prosím, učíte tak nejméně 24 hodin před plánovaným začátkem. V opačném případě Vám bude naúčtován storno poplatek ve výši 100% hodnoty wellness procedury.