

PONUKA SPA

NOVINKA



LÁVOVÉ KAMENE

Lávové kamene harmonizujú ľudské telo, odoberajú negatívnu energiu, eliminujú bolesť v svaloch, zlepšujú cirkuláciu krvi, pomáhajú k detoxikácii, majú výrazný tonizačný efekt. Teplo uvoľňujúce sa z kameňov pomáha uvoľniť svalstvo, zlepšiť metabolizmus, krvný obeh, upokojiť bolestivé miesta na tele, lepšie uvoľniť svalové spazmy a nabuďiť samoliečiacu schopnosť organizmu.

20min./25€ (chrbát, šija)
45min./40€ (chrbát, šija, DK,
HK, brucho)

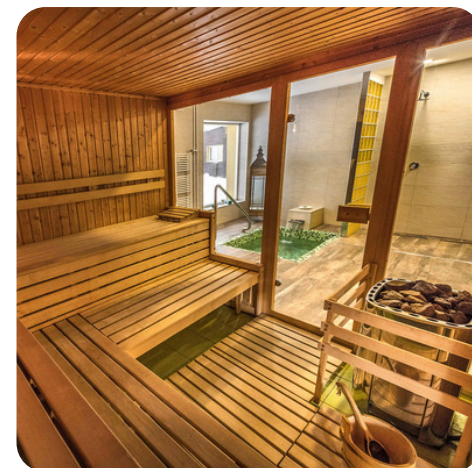


RAŠELINOVÝ ZÁBAL

Rašelinové obklady, ktoré majú väčšiu teplotu okolo 44 °C, pôsobia okamžitým analgetickým účinkom a výrazne zlepšujú pohyblivosť.

Lokálne účinky, rašelinových zábalom, sú predovšetkým zvýšené prekrvenie organizmu, uvoľnenie svalového napätia, povzbudenie imunitných reakcií a v neposlednom rade zmäkčenie väziva.

20min./20€



SAUNY A JACUZZI

V ponuke GRANIT SPA je:

- infra sauna
- bio sauna
- parná sauna
- fínska sauna

Súčasťou SPA je aj ochladzovací bazén a odpočinková miestnosť

Zrelaxovať môžete aj vo vírivej vani.

Sauny - 2h/12€
Vírivka - 20min./10€

www.granithotels.sk

Hotel Granit Smrekovica***

PONUKA MASÁŽÍ

EXKLUZÍVNE



OMLADZUJÚCA MASÁŽ TVÁRE S ARGANOVÝM OLEJOM

Masáž pôsobí na všetky 3 vrstvy kože, čo zabraňuje ochabnutiu tonusu a starnutiu.

Odborne vykonaná ručná masáž sa nedá nahradiť masážnym prístrojom alebo masážou, ktorú klient spraví sám doma.

20min./20€



LUXUSNÁ ČOKOLÁDOVÁ TERAPIA

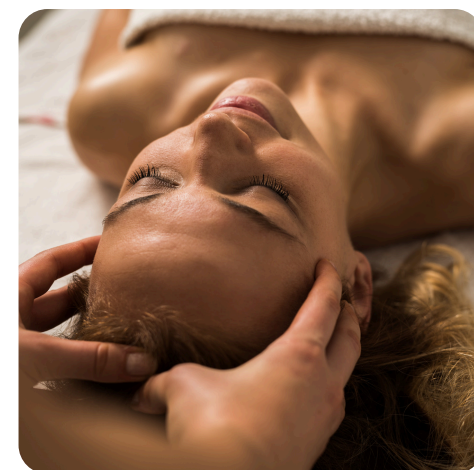
Masáž s horúcou čokoládou je príjemný rituál a radí sa

k najluxusnejším procedúram vôbec.

Pri tejto masáži sa telo detoxikuje, zbavuje sa nečistôt a najmä navodzuje pocit hĺbkovej relaxácie so zbavením sa stresu a napätia.

Vôňa čokolády stimuluje tvorbu endorfínov – hormónov šťastia, ktoré znásobujú pocit dokonalej pohody a dobrej nálady.

65min./45€



INDICKÁ ANTISTRESOVÁ MASÁŽ HLAVY

Využíva sa tisícročia v Indii, je zameraná na hlavu, vlasy, tvár, krk, dekolt, plecia a ramennú časť chrbtice.

Zmierňuje príznaky stresu, poskytuje úľavu, upokojenie a celkovú relaxáciu.

Účinkuje nielen fyzicky, ale i na psychiku, emócie, dušu a pomáha pri rozvoji komunikácie a porozumenia.

40min./35€

www.granithotels.sk

Hotel Granit Smrekovica***

PONUKA MASÁŽÍ

UPOKOJÚJÚCE



KLASICKÁ MASÁŽ

Je vhodná na uvoľnenie svalov, ale i pri nespavosti a strese. Odporúča sa pri chorobách pohybového aparátu, ochorení svalového aparátu, šliach, fascií a deformácií chrbtice, i pri stavoch po úrazoch a operáciách kostí a kĺbov.

Pôsobí pri chorobách nervového systému, tráviaceho traktu a pri rekonvalescencii.

20min./20€
45min./35€



RELAXAČNÁ MASÁŽ

Veľmi jemná oddychová, uvoľňujúca masáž, vhodná najmä pri bolestiach chrbta a celého tela, ktoré vznikajú následkom každodenného preťaženia a stresovania organizmu.

Pri tejto masáži sa prevažne stimuluje koža a časť povrchovo uloženého svalstva. Masáž je účinná na prekrvenie kožného epitelu a na povzbudenie činnosti lymfatického systému.

20min./20€
45min./35€



BANKOVANIE

Je vhodné pri poruchách pohybového systému, bolestiach obličiek, močových ciest, dýchacích ciest, pri problémoch so zažívaním a uvoľnení svalových spaziem. Využíva prepojenie akupunktúrnych dráh s vnútornými orgánmi tela.

Výsledkom je rýchla metabolizácia a regenerácia tkaniva. Následkom prekrvenia môže na koži zostať podliatina ktorá je bežná.

20min./20€
45min./35€

www.granithotels.sk

Hotel Granit Smrekovica***

PONUKA MASÁŽÍ

OMLADZUJÚCE



REFLEXNÁ MASÁŽ CHODIDIEL

Reflexná terapia je jednou z najúčinnějších metód alternatívnej medicíny. Tlakom a masírovaním reflexných plôšok na chodidlách je možné zlepšiť celkovú látkovú výmenu, ovplyvniť bolesť chrbta a chrbtice, urýchliť hojenie po úraze alebo operatívnom zásahu a predchádzať vzniku patogénnych buniek.

20min./20€



PARAFÍNOVÝ ZÁBAL RUKY/NOHY

Ide o omladzovací parafínový zábal, ktorý prehrieva a uvoľňuje svaly, tlmí bolesť, zvyšuje krvný obeh a otvára póry. Jeho účinky sú zdravotné i estetické.

Využíva sa pri chorobách pohybového aparátu, pri chronickej reumatickej artritíde, chorobách malých kĺbikov a pri suchej a popraskanej koži na rukách a nohách.

20min./15€



MASÁŽ RÚK

Zlepšuje funkciu všetkých orgánov v tele človeka a stimuluje pohybový aparát a jednotlivé orgány, aby mohli bezproblémovo pracovať.

Tiež pomáha pri nedostatočnej citlivosti končatín, zlepšuje prekrvenie a pohyblivosť článkov i samotných prstov. Je to druh liečby, ktorý nabáda ľudí, aby sa zbavili negatívnych stresov a negatívnej energie.

20min./15€

www.granithotels.sk

Hotel Granit Smrekovica***

PONUKA MASÁŽÍ

NOVINKA



CELOTELOVÝ PÍLING S MORSKOU SOĽOU

Pri peelingu, čiastočky soli, odstraňujú starú a odumretú kožu, čím jej umožňujú opäť dýchať. Využívanie morskej soli, formou peelingu, je najefektívnejšia doplnková metóda na liečbu akné, keratózy pigmentových škvŕn a redukciu tuku. Morská soľ obsahuje i látky ako sodík, magnézium, kalcium, vápnik, jód, bróm, mangán.

20min./15€



DETSKÁ MASÁŽ

Detská masáž je zostavená z veľmi jemného a citlivého masírovania detského tela.

Je senzuálna. Maximálne harmonizuje a upokojuje. Blahodárne ňou môžeme vplývať na duševné, fyzické zdravie dieťaťa.

Pre deti 0-15 rokov,
na zväžení rodiča.

15min./12€



PORAĎTE SA

Chcete si dopriať niektorú z ponuky procedúr a neviete ktorú? Poradíme vám!

Vaše telo i myseľ sa vám poďakujú.

www.granithotels.sk

Hotel Granit Smrekovica***