

KLASICKÁ MASÁŽ

Klasická masáž patrí medzi tradičné spôsoby vykonávania masáží. Prináša človeku celkové fyzické uvoľnenie a psychickú vyrovnanosť.

CHRBÁT	20 min	25 €
CHRBÁT + NOHY	30 min	35 €
CELÉ TELO	60 min	60 €
DETSKÁ MASÁŽ	20 min	25 €

**RELAXAČNÁ AROMATICKÁ MASÁŽ + ZÁBAL**

Relaxačná aromatická masáž je upokojujúcou masážou pomocou relaxačných olejov. Uvoľní vaše telo aj myseľ.

CHRBÁT + ŠIJA	30 min	40 €
CELÉ TELO	60 min	60 €

**ŠPORTOVÁ MASÁŽ**

Športová masáž je druh klasickej masáže, ktorý je špeciálne prispôsobený pre športovcov alebo pre osoby, ktoré podávajú náročné fyzické výkony.

CELÉ TELO	40 min	40 €
-----------	--------	------

**INDICKÁ MASÁŽ „ANTISTRESS“**

Indická antistresová masáž hlavy uvoľňuje napätie, stres a má priaznivé účinky proti únave a nespavosti.

MASÁŽ HLAVY	20 min	25 €
-------------	--------	------

**HAVAJSKÁ MASÁŽ „LOMI LOMI“**

Pri havajskej masáži dochádza k harmonizácii tela a duše. Stimuluje krvný obeh a lymfatický systém, detoxikuje a odstraňuje bolesť, únavu a napätie.

CHRBÁT	30 min	35 €
CELÉ TELO	60 min	60 €

**PEELINGOVÁ MASÁŽ „ZNOVUZRODENIE“**

Peelingová masáž čistí, regeneruje pokožku a poskytne telu dokonalé uvoľnenie. Odstraňuje stres a napätie, harmonizuje psychiku a hormonálny systém. Výber rôznych druhov peelingov.

CELÉ TELO + ZÁBAL	60 min	70 €
-------------------	--------	------

**MYOFASCIÁLNA MASÁŽ**

Myofasciálna masáž je terapeutická technika zameraná na uvoľnenie spojivového tkaniva obklopujúceho svaly. Pomáha zmierniť svalové napätie, zlepšuje flexibilitu a podporuje prirodzený pohyb tela. Táto masáž je vhodná najmä pre ľudí s chronickými bolesťami, športovcov a tých, ktorí chcú zlepšiť svoju pohyblivosť.

CHRBÁT + ŠIJA	30 min	40 €
---------------	--------	------

**BANKOVANIE**

Tradičná masážna technika, pri ktorej sa na pokožku pripevňujú sklenené alebo silikónové banky, ktoré vytvárajú podtlak. Tento proces zlepšuje krvný obeh, uvoľňuje svalové napätie a pomáha telu zbaviť sa toxínov. Bankovanie je ideálne na zmiernenie bolesti svalov, stimuláciu regenerácie a podporu celkového relaxu.

BANKOVANIE	45 min	50 €
------------	--------	------

**KOMBINOVANÁ MASÁŽ**

Kombinovaná masáž lávovými kameňmi a zábalom prináša intenzívnu relaxáciu, pri ktorej sa teplo z ohriatych kameňov prenáša hlboko do svalov a uvoľňuje napätie.

CELÉ TELO	60 min	70 €
-----------	--------	------

REFLEXNÁ MASÁŽ CHODIDIEL

Relaxačná technika, ktorá využíva tlak na konkrétne body na chodidlách spojené s rôznymi orgánmi a systémami tela.

CHODIDLÁ	30 min	40 €
----------	--------	------