

SPA MENU







Korzystając z naszej strefy Fizjoterapii i WELLNESS prosimy o:

- Przybycie na zabieg 5 min przed planowaną godziną rozpoczęcia
- Nieużywanie telefonów komórkowych
- Unikanie bezpośrednio przed i po zabiegach kąpieli słonecznej
- Unikanie obfitych posiłków bezpośrednio przed zabiegami
- Zapoznanie się z regulaminem korzystania ze strefy WELLNESS, dostępnym w recepcji
- Poinformowanie nas o chęci odwołania rezerwacji lub zmianę terminu zabiegu z co najmniej 6 godzinnym wyprzedzeniem. W przypadku braku kontaktu opłata za zabieg zostanie naliczona.

**Zapisy na zabiegi odbywają się
codziennie do godz. 10.00
mail: fizjoterapia@czeszka.pl
tel. 669 123 589**



Nowoczesne urządzenie do regeneracji mięśni po wysiłku, rozluźniania spiętych tkanek, rozgrzewania i poprawy ukrwienia oraz do usuwania bólu mięśni. Theragun działa na punkty spustowe, rozluźniając poszczególne partie mięśniowe.

Cena: 45zł (10min.)

• Magnetoterapia	15 min. 25 zł
• Laseroterapia	15 min. 25 zł
• Prądy TENS	15 min. 25 zł
• Prądy Traberta	15 min. 25 zł
• Prądy interferencyjne wg Nemeca	15 min. 25 zł
• Elektrostymulacje	15 min. 25 zł
• Jonoforeza	15 min. 25 zł
• Ultradźwięki	4-10 min. 25 zł
• Fonoforeza	4-10 min. 25 zł
• Terapia skojarzona	15 min. 25 zł
• Krioterapia miejscowa	3-6 min. 25 zł
• Sollux	15 min. 25 zł
• Bioptron	15 min. 25 zł
• Drenaż limfatyczny BOA	30 min. 60 zł
• Masaż wirowy kończyn dolnych	20 min. 25 zł
• Częściowy okład borowinowy	20 min. 35 zł
• Częściowy okład parafinowy	20 min. 30 zł
• Kąpiel w zawieszinie borowinowej	55 zł
• Hydromasaż	45 zł
• Kinezyterapia	30 min. 70 zł

Pakiet fizjoterapeutyczny:

1 x Konsultacja z fizjoterapeutą oraz rozplanowanie zabiegów

10 x zabiegi fizjoterapeutyczne

(w tym maksymalnie 2 masaże 15 min)

zabiegi i treningi odbywają się od poniedziałku do piątku

Cena 250 zł

Cena: 300zł





Masaż gorącym miodem

Cena: 100zł (30min.)

Zabieg z użyciem gorącego miodu, wyczuwanych aromatycznych pyłków kwiatowych oraz naturalnych olejków daje niesamowite doznania, pozostawia skórę aksamitnie gładką, odżywioną i ujędrnioną. Masaż miodem wyciąga toksyny z coraz głębszych warstw skóry, powoduje oczyszczanie komórkowe, otwiera pory i dotlenia. Charakterystyczne dla tego masażu techniki działają rozluźniająco na powierzchowne i głębokie partie mięśni. Szczególnie polecany dla osób wykonujących pracę w pozycji siedzącej.

Masaż gorącą czekoladą

Cena: 100zł (30min.)

Masaż polega na użyciu prawdziwej czekolady, która pieści Twoje ciało. Zabieg jest porywający, prawdziwie zmysłowy, wprowadza w świat zapachu, dotyku oraz ciepła. Jest to prawdziwa uczta dla ducha i ciała. Czekolada kryje w sobie naturalne antytoksyny, polifenole i taninę. Przede wszystkim powoduje pobudzenie wydzielania endorfin, które mają działanie antydepresyjne. Po takim zabiegu skóra jest aksamitnie gładka, nawilżona i bardzo odżywiona, a stres, zmęczenie i złe nastroje znikają.

Peeling całego ciała

Cena: 160zł (50min.)

Zabieg sprawia, że skóra staje się gładka i delikatna. Zaspokaja potrzeby każdej skóry, szczególnie z objawami utraty jędrności, elastyczności, spadku nawilżenia. Stymuluje mikrokrążenie, działa regenerująco i odmładzająco na całe ciało. Usunięcie zrogowaciałego naskórka pozwala na doskonale wchłonięcie substancji aktywnych w dalszej części zabiegu.



Masaż gorącymi kamieniami

**Cena: 100zł (30min.)
150zł (50min.)**

Lecnicze działanie kamieni wykorzystywano już setki lat temu na Dalekim Wschodzie. Masaż kamieniami to połączenie tradycyjnych technik masażu z użyciem gorących kamieni bazaltowych, podgrzanych do odpowiedniej temperatury. Przyjemne odczuwalne ciepło podczas zabiegu pomaga w przekazywaniu energii przy jej niedoborze albo w absorbowaniu nadmiaru nagromadzonej energii w chorej części ciała. Daje to efekt niesamowitego odprężenia, relaksu, wewnętrznej równowagi, rozluźnienia mięśni i pobudzenia krążenia.

Masaż klasyczny

**Cena: 90zł (30min.)
130zł (50min.)**

Masaż klasyczny to najpopularniejszy masaż, który w zależności od formy - intensywności może być leczniczy, relaksacyjny, pobudzający. Do masażu klasycznego należą zabiegi, które mają na celu poprawienie psychofizycznego stanu pacjenta. W zależności od sytuacji masaż klasyczny może być wykonywany w formie zabiegu całościowego lub częściowego. Masaż działa przeciwbólowo, polepsza odżywianie tkanek, regeneruje mięśnie, reguluje napięcie mięśniowe, zwiększa elastyczność i sprężystość mięśni, przyspiesza przemianę materii, uaktywnia przepływ krwi i limfy.

Masaż aromaterapeutyczny

**Cena: 90zł (30min.)
130zł (50min.)**

Masaż aromaterapeutyczny łączy w sobie właściwości tradycyjnej metody z działaniem olejków eterycznych. Olejek rozproszony na powierzchni skóry i odpowiednio wtarty reaguje z zakończeniami nerwowymi co daje natychmiastowy efekt odprężenia. Dodatkowo wcierane pachnidła mają swój zapach, który pacjent na bieżąco podczas zabiegu wdycha. Wdychanie odpowiednio dopasowanych kompozycji wspomaga produkcję hormonów szczęścia podczas odprężania ciała i umysłu. Masaż aromaterapeutyczny to relaks, odprężenie, harmonia energetyczna, łagodzenie bólu, napięć i stresu. Pomoc w odprężeniu po ciężkim dniu...

ANTI POLLUTION

ZABIEG NA TWARZ DOTLENIAJĄCO - DETOKSYKUJĄCY



FARMONA
Wielkość
PROFESSIONAL

ANTI POLLUTION

Cena: 190zł

zabieg dotleniająco - detoksykujący

Zabiegi na twarz

Nasza skóra codziennie narażona jest na działanie wielu niekorzystnych czynników takich jak – zanieczyszczenia środowiska, klimatyzowane pomieszczenia, stres, promieniowanie UV, dym papierosowy. Idealną odpowiedzią na jej potrzeby jest kompleksowy zabieg ANTI POLLUTION, wykorzystujący najnowsze odkrycia kosmetologii. Podstawą zabiegu jest innowacyjne połączenie składników aktywnych, które dotleniają, odświeżają i chronią skórę przed przedwczesnym starzeniem.

Zalecana liczba zabiegów: jednorazowo lub w serii 5-6 zabiegów wykonywanych 1 raz w tygodniu.

Przeznaczenie:

każdy rodzaj cery ze szczególnym uwzględnieniem skóry niedotlenionej, szarej i zmęczonej. Polecany dla osób żyjących w zanieczyszczonym środowisku, narażonych na stres, promieniowanie UV, a także palących papierosy

Efekty widoczne po zabiegu: dotlenienie, przywrócenie funkcji receptora witaminy D, nawilżenie i wzmocnienie naturalnej bariery ochronnej skóry, dezaktywacja wolnych rodników, pobudzenie wielopoziomowej restrukturyzacji skóry. Zniwelowanie efektów działania stresu i zmęczenia, zmniejszenie widoczności zmarszczek, zabezpieczenie skóry przed wpływem niekorzystnych czynników zewnętrznych. Przywrócenie zdrowego i promiennego wyglądu.

RETIN GOLD

ZABIEG NA TWARZ
UJĘDRNIAJĄCO - ROZŚWIETLAJĄCY



FARMONA
Waleśnik
PROFESSIONAL



RETIN GOLD

Cena: 200zł

Zabieg ujędrniająco – rozświetlający skórę

Zabiegi na twarz

Złoto jest jednym z najrzadziej występujących pierwiastków w przyrodzie, jego lecznicze i pielęgnacyjne właściwości znane są od setek lat. Specjaliści Laboratorium Kosmetyków Naturalnych FARMONA postanowili połączyć działanie złota koloidalnego z retinolem i stworzyli luksusowy zabieg ujędrniająco – rozświetlający na twarz, szyję i dekol. Dzięki odpowiednio dobranym składnikom aktywnym sprawia, że skóra wygląda młodziej, jest pełna blasku i energii.

PRZEZNACZENIE: każdy rodzaj skóry dojrzałej (50+), skóra z wyraźnymi oznakami starzenia, zmęczenia, wymagającej rozświetlenia i ujędrnienia. Doskonały na specjalne okazje, jak i przed wielkim wyjściem.

PRZECIWWSKAZANIA: nadwrażliwość na składniki zawarte w preparatach wykorzystywanych podczas zabiegu.

DZIAŁANIE ZABIEGU: pobudzenie skóry do produkcji kolagenu i elastyny, wzmocnienie struktur podporowych, aktywowanie funkcji witalnych i rewitalizacja skóry, poprawienie mikrorzeźby naskórka i kolorytu cery.

EFEKTY WIDOCZNE PO ZABIEGU: napięcie i ujędrnienie, odczucie nawilżenia i gładkości skóry, zmniejszenie widoczności zmarszczek, zredukowanie objawów zmęczenia i stresu, rozświetlenie i rozjaśnienie skóry, przywrócenie młodzieńczego blasku i wypoczętego wyglądu.

OBSZAR OBJĘTY ZABIEGIEM: twarz, szyja i dekol.

GUARANA SLIM

ZABIEG NA CIAŁO

ANTYCELLULITOWO - ORZEŻWIAJĄCY




FARMONA
Wieliczka
PROFESSIONAL



GUARANA SLIM **zabieg antycellulitowo-orzeźwiający na ciało**

Cena: 230zł (90min.)

Zabiegi na ciało

Aromatyczny zabieg antycellulitowy o zniewalającym zapachu soczystych, tropikalnych owoców. Polecany dla osób z problemem cellulitu i nadmiernej ilości tkanki tłuszczowej, pragnących poprawić sylwetkę oraz w celu zwiększenia jędrności i elastyczności skóry. Starannie dobrane składniki aktywne przyspieszają lipolizę i mikrokrażenie skóry, wspomagając usuwanie toksyn z organizmu.

Zalecana liczba zabiegów:

jako jednorazowy zabieg pielęgnacyjny lub w serii zabiegów uzależnionej od indywidualnych potrzeb i/lub kondycji skóry.

Przeznaczenie:

cellulit wodny i tłuszczowy, nadmierna ilość tkanki tłuszczowej, skóra potrzebująca oczyszczenia z toksyn.

Efekty widoczne po zabiegu:

intensywna regeneracja, wygładzenie i wzmocnienie skóry.



Masaż twarzy - Argan

Cena: 90zł (30min.)

Masaż twarzy czystym olejkiem arganowym to jeden z ważniejszych czynników, jakie mogą przyczynić się do jej stanu ogólnego oraz młodego wyglądu. Korzystnie wpływa na strukturę skóry, podnosząc ją i likwidując szkodliwe napięcie mięśni, może też przyczynić się do opóźnienia jej starzenia. Skóra staje się również bardziej sprężysta i ujędrniona, dzięki temu, że rozmasowujące ruchy umożliwiają uporządkowanie splecionych włókien kolagenowych i elastynowych, które naturalnie budują jej strukturę.

Płynne ruchy w okolicach skroni przynoszą ulgę przy bólach głowy.

Masaż antycellulitowy bańką chińską

Cena: 90zł (30min.)

Wykorzystanie bańki chińskiej do walki z cellulitem jest przebojem wśród zabiegów kosmetycznych. Przynosi bardzo wyraźne efekty w krótkim czasie. Podciśnienie, które wytwarza się w bańce przez usunięcie z niej powietrza, powoduje zassanie skóry i tkanek leżących pod bańką, wpływając na intensywne ich przekrwienie oraz wyraźną poprawę stanu mało elastycznej skóry. Masaż ten pobudza krążenie krwi i płynów ustrojowych, pomaga pozbyć się zbędnych produktów przemiany materii oraz toksyn z organizmu. W wyniku przyspieszenia przemiany materii następuje redukcja tkanki tłuszczowej. Ma nieocenioną moc w zastosowaniu w kuracji antycellulitowej.

Masaż relaksacyjny gorącym olejkiem

**Cena: 90zł (30min.)
130zł (50min.)**

Masaż relaksacyjny gorącymi olejami wykonywany techniką prowadzącą do głębokiego odprężenia i regeneracji. Przywraca stan naturalnej równowagi w organizmie pobudzając siły vitalne i ich harmonijny przepływ w ciele. Celem masażu jest równoległe działanie na jak największą większą powierzchnię ciała. Zabieg eliminuje zmęczenie, usuwa stres i zły humor poprzez wprowadzenie w stan głębokiego odprężenia za pomocą dotyku oraz ciepła.



Trening funkcjonalny

Cena: 130zł (60min.)

Zajęcia podczas których bazujemy na kompleksowych wielostawowych ćwiczeniach naszego ciała, czyli imitujemy ruchy wykonywane w życiu codziennym. Koncentrujemy się na trenowaniu wzorców ruchowych, a nie na izolowaniu mięśni. Trening ma za zadanie przenieść ćwiczenia, które wykonujemy, na uprawiany sport, lub założony cel fizyczny. Celem zajęć jest doskonalenie koordynacji ruchowej, zwiększenie siły, zwiększenie wytrzymałości, spalanie tkanki tłuszczowej, wzrost kondycji fizycznej, poprawa podstawowej wydolności krążeniowo–oddechowej.

Terapia indywidualna

Cena: 140zł (40min.)

Fizjoterapia indywidualna to ciągle monitorowanie oraz dostosowanie terapii do zmieniającego się stanu pacjenta. Podczas pierwszej wizyty terapeuty bada i ocenia aktualny stan pacjenta, następnie ustala i wdraża ustalony program usprawniania. Terapia polega na odpowiednim dobraniu metod fizjoterapeutycznych takich jak PNF, MTT, Terapia Punktów Spustowych, Terapia Tkanek Miękkich, Terapia Manualna, Kinesiotaping i wiele innych. W trakcie wykonywania samej terapii pacjent otrzymuje niezbędne informacje, jak powinien zachowywać się podczas czynności dnia codziennego oraz jakie ćwiczenia powinien wykonywać w domu.

Naszym priorytetem jest aby każdy pacjent został potraktowany indywidualnie oraz zdobył podstawową wiedzę na temat przyczyny swoich dolegliwości.



Dary Ziemi

Cena: 170zł (50min.)

Zabieg na plecy obejmujący peeling na bazie cukru brązowego z dodatkiem ekstraktu borowinowego i rozmarynu, otulający ciepłem okład borowinowy oraz głęboko relaksujący masaż pleców i karku na bazie oleju kokosowego. Poczujesz jak odpływa zmęczenie, a ciało nabiera lekkości.

Kwasy huminowe, białka, enzymy, estrogeny i związki bituminowe zawarte w borowinie regenerują przeciążone tkanki - zwiększają ich ukrwienie oraz uaktywniają reakcje, które powodują wzrost metabolizmu komórkowego. Kwasy tłuszczowe z oleju kokosowego głęboko wnikają w skórę, odżywiają i nawilżają. Antybakteryjne właściwości kwasu laurowego ułatwiają detoksykację.

Marokańskie oczyszczenie

Cena: 250zł (90min.)

(mydła czarne Savon Noir + rękawica Kessa + glinka Ghassoul + olej arganowy)

Marokańskie oczyszczenie rozpoczyna się oczyszczeniem ciała za pomocą czarnego mydła Savon Noir od Wellm, który jest naturalnym peelingiem enzymatycznym, posiadającym doskonałe właściwości złuszczone i regulujące sebum. Oczyszczenie dokonywane jest przy użyciu rękawicy Kessa, która wspomaga działanie mydła i pobudza krążenie. Kolejnym krokiem marokańskiego detoksu jest nałożenie na ciało Glinki Ghassoul, która, posiada unikalną zdolność do pochłaniania toksyn oraz zanieczyszczeń, a po jej zastosowaniu skóra staje się widocznie wygładzona i intensywnie oczyszczona. Zakończeniem seansu jest intensywne odżywienie skóry poprzez delikatne wmasowanie w całe ciało naturalnego oleju arganowego, zwanego marokańskim płynnym złotem. Olej arganowy działa rewitalizująco, przeciwdziała procesom starzenia się skóry, poprawia elastyczność, jędrność i wspomaga odnowę komórek, ponadto wygładza i uspokaja podrażnioną skórę.



www.czeszka.pl