



SVATÁ
KATEŘINA
RESORT

WELLNESS & SPA BEAUTY



Oáza zdraví a klidu



VÍTEJTE

V Resortu Svatá Kateřina věříme, že skutečná krása a zdraví vycházejí z rovnováhy těla, mysli a duše. Naším posláním je vytvořit pro vás místo klidu, regenerace a hluboké relaxace.

V této brožuře naleznete přehled všech našich wellness procedur, masáží, terapií a beauty služeb, které jsme pro vás pečlivě vybrali a sestavili s láskou k přírodě i člověku.

Přejeme vám, ať se každá vaše návštěva stane cestou k vnitřní harmonii a nově nalezené energii.

Resort Svatá Kateřina





Obsah

WELLNESS & SPA & BEAUTY

☀ Wellness	5.
Označení terapií (vysvětlení).....	6.
Masáže.....	7. - 12.
Thai & Bali masáže.....	13. - 17.
Spa rituály.....	18. - 22.
Koupele.....	23. - 25.
Zábaly.....	26. - 29.
Peelingy.....	30. - 31.
Masáže a koupele.....	32. - 33.
Pro těhotné.....	34. - 37.
Pro dva.....	38. - 43.
Balíčky procedur.....	44. - 47.
Ájurvédské terapie.....	48. - 52.

☀ Spa	53.
Wellness & Spa Hotel Svatá Kateřina.....	54. - 68.
Ájurvédský pavilon.....	69. - 73.

☀ Beauty	74.
Kosmetika.....	75. - 82.
Manikúra.....	83. - 84.
Pedikúra.....	85. - 86.

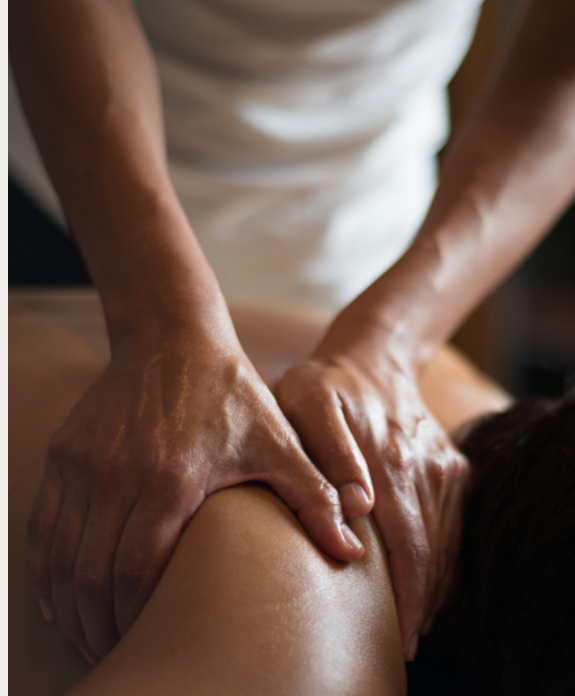
A top-down photograph of a person lying in a body of water. Their arms are spread out, and their legs are bent at the knees. The water is light blue and filled with floating green leaves and small, dried, pinkish-brown flower petals. The person's skin is fair and appears wet. The overall mood is serene and natural.

„VNITŘNÍ
KLÍD A KRÁSA
ZAČÍNÁJÍ
TAM, KDE
ZAČÍNÁ PÉČE
O SEBE.“





WELLNESS



Nechte se hýčkat na masáži, v zábalu, užijte si koupel v unikátní lávové vaně. Objevte léčivé účinky ájurvédských terapií. Vyberte si speciální kombinace masáží pro lymfatický systém, detoxikaci, proti celulitidě, pro muže nebo pro těhotné. Pokud si chcete užít společný čas se svým partnerem, kamarádkou, dcerou, pro vás jsou v nabídce speciální masáže pro dva.

Podle Ájurvédy se vše skládá z pěti elementů, jimiž jsou éter, vzduch, oheň, voda a země. Představují pět stavů, vlastností energie či hmoty. Jsou všudypřítomné a tvoří vše. Jednotlivé elementy mají své projevy a vše okolo nás ovlivňují. Harmonie elementů je klíčová pro fyzické a mentální zdraví, harmonii v nás i se světem okolo nás.

Elementy

Připravili jsme pro vás označení účinků terapií
s ohledem na jednotlivé elementy,
jejich vlastnosti a účinky.



UVOLNĚNÍ



ENERGIE



ROVNOVÁHA



LEHKOST



ČISTOTA



MASÁŽE

Oddejte se jemným rukám masérů. Uvolněte svalové napětí, tenzi, zažijte úlevu od bolesti a získejte pocit vnitřní rovnováhy.

Uvedený čas masáží zahrnuje 5 min. přípravy.





KLASICKÁ MASÁŽ

Uvolňuje pohybový aparát. Tato masáž je vhodným doplňkem k zábalům.

Vyberte si z variant 30 minut (hlava, záda, šíje)

a 60 minut (záda, šíje, hlava, horní a dolní končetiny).



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ

Cena: 890 Kč/ 30' | 1490 Kč/ 60'

SPORTOVNÍ MASÁŽ

Uvolňuje a regeneruje celé tělo po sportovním výkonu. Tato masáž je vhodným doplňkem k zábalům. Vyberte si z variant 30 minut (hlava, záda, šíje)

a 60 minut (záda, šíje, hlava, horní a dolní končetiny).



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ

Cena: 890 Kč/ 30' 1490 Kč/ 60

UVOLŇUJÍCÍ MASÁŽ NOHOU

Zlepšuje krevní i lymfatický oběh, uvolňuje stres, zbavuje nohy únavy, bolesti i napětí a navozuje pocit vnitřního klidu a harmonie. Začíná peelingem himalájskou solí, který pokožku krásně zjemní, poté následuje masáž svěžím eukalyptovým balzámem.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 790 Kč/ 30 '



RELAXAČNÍ MASÁŽ HLAVY

Účinně zbavuje stresu, napětí a odstraňuje migrény. Okysličuje mozek, zlepšuje koncentraci, pomáhá proti depresím a úzkostným stavům. Masáž zahrnuje masáž hlavy a šíje.



UVOLNĚNÍ



ČISTOTA

Cena: 1 290 Kč/ 45 ´

RELAXAČNÍ MASÁŽ PANENSKÝM KOKOSOVÝM OLEJEM

Zklidňuje a harmonizuje tělo, ducha i mysl. Čistý panenský kokosový olej provoní, zjemní a vyživí vaši pokožku. Masáž odstraní napětí způsobené stresem, přinese úlevu mysli i unaveným svalům.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 890 Kč/ 30 ´ | 1 490 Kč/ 60 ´

TERAPIE HORKÝMI LÁVOVÝMI KAMENY

Nechte své tělo hýčkat příjemnými masážními tahy a dopřejte mu energii, která přichází z lávových kamenů. Masáž vás dovede k absolutní relaxaci a mnohdy ukolébá k posilujícímu spánku.



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ



ENERGIE

Cena: 1 690 Kč/ 60 ´



BAMBUSOVÁ MASÁŽ „STIMULACE LYMFY“

Tato intenzivní masáž s výrazným bio stimulujícím a obnovujícím působením je určena jak na celé tělo, tak i na obličej. Masáž s použitím bambusu má drenážní, uvolňující a uklidňující účinky. Díky jejím drenážním a obnovujícím vlastnostem je vhodná jak pro muže, a to díky stimulaci nervového a svalového systému a jejím zesilujícím, uvolňujícím a zklidňujícím vlastnostem, tak i pro ženy, zvláště pak pro ty, které trpí celulitidou s otoky nebo fibrózou.



ENERGIE



LEHKOST

Cena: 1 590 Kč/ 60 ´

BAMBUSOVÁ MASÁŽ „LIFTING OBLIČEJE“

Za použití speciálních masérských hmatů, bambusových tyčí a oleje dochází k uvolnění mimických svalů v obličeji a k odstranění otoků a ztuhlosti svalů. Obličej je rozzářený, zbavený stresu a napětí. Nechte se hýčkat a rozjasněte vaši tvář.



ENERGIE



LEHKOST

Cena: 890 Kč/ 30 ´





ARNIKA WELLEDA MASÁŽ

Cítíte únavu svalů, ať už po sportovním výkonu, náročné práci nebo vlivem stresu? Arnika Weleda masáž příjemně prohřeje, uvolní unavené svaly a přinese potřebné uvolnění. Vyberte si z variant 30 minut (hlava, záda, šíje) a 60 minut (záda, šíje, hlava, horní a dolní končetiny).



Cena: 890 Kč/ 30' | 1 490 Kč/ 60'

LEVANDULE WELEDA MASÁŽ

Uvolňuje svalové i mentální napětí a tenzi. Levandule má pozitivní vliv na hydrataci pokožky. Její příjemná vůně harmonizuje smysly a pomáhá v boji proti stresu. Vyberte si z variant 30 minut (hlava, záda, šíje) a 60 minut (záda, šíje, hlava, horní a dolní končetiny).



Cena: 890 Kč/ 30' | 1 490 Kč/ 60'

CITRUS WELLEDA MASÁŽ

Máte za sebou fyzicky i mentálně náročné období? Masáž vám přinese nejen pocit uvolnění, ale také síly, energie a radosti. Masážní přípravek obohacený o mandlový olej je potěšením nejen pro pokožku, ale i vaše smysly. Vyberte si z variant 30 minut (hlava, záda, šíje) a 60 minut (záda, šíje, hlava, horní a dolní končetiny).



Cena: 890 Kč/ 30' | 1 490 Kč/ 60'



AROMASOUL ELEMENTS MASÁŽ COMFORT ZONE

Tato celotělová masáž vás vezme na cestu do čtyřech exotických částí světa. Exotický Orient, teplo Středomoří, pulsující Indie a kultura pouštních kmenů pro ucelený prožitek všech smyslů. Každá cesta začíná výběrem unikátní směsi olejů: orientální, středomořské, indické a arabské. Pokračuje speciální terapií, která uvolňuje svalové napětí, tenzi, pomáhá od bolesti a přináší pocit vnitřní rovnováhy. Závěrečný rituál vám navodí pocit síly, energie a vitality. Co můžete očekávat? Masáž celého těla.



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ

Cena: 1 690 Kč/ 60 '

TRANQUILITY MASÁŽ COMFORT ZONE

Tajemná kombinace esenciálních olejů a masáž, navozující pocit naprosté rozkoše a blaha. Co můžete očekávat? Hydratační masáž celého těla.



ENERGIE



ČISTOTA

Cena: 1 590 Kč/ 60 '

MASÁŽ KAMENY Z HIMALÁJSKÉ SOLI COMFORT ZONE

Terapie vycházející z tradičních ozdravných rituálů, přinášející očistu a uvolnění těla. Teplé solné kameny zklidňují nervový systém, uvolňují napětí a tenzi svalů. Pomáhá při zadržování vody v těle, nespavosti, uvolňuje následky stresu a přináší vnitřní harmonii tělu i mysli. Co očekávat? Masáž, peeling a zábal celého těla s jemnou masáží obličeje.



ČISTOTA



LEHKOST

Cena: 2390 Kč/ 60 '



THAI & BALI MASÁŽE

Připravili jsme pro vás výběr tradičních i speciálních thajských a balijských masáží, rituálů. Oddejte se vůni exotických olejů, uvolněte napětí, tenzi i bolesti svalů díky speciálním masérským technikám. Thajské i balijské masáže a rituály přináší pocit vitality, fyzické síly i duševní rovnováhy.

✓ *Doporučujeme absolvovat maximálně dvě masáže v jednom dni.*

✗ *Nedoporučujeme kombinovat ájurvédské
a české masáže v jednom dni.*





THAI KLASIK MASÁŽ

Tradiční thajská chrámová masáž, která je v thajštině označována slovem "nuat". Jedná se o soubor mistrných technik, při kterých se pomocí manipulačních cviků a akupresury na energetické body těla uvolňuje napětí a bolest svalů, šlach a kloubů. Tradiční thajská masáž přináší celkové svalové uvolnění, pocit nově nabitě vitality a duševní rovnováhy.



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ

Cena: 1 690 Kč/ 60 ´

THAI BACK MASÁŽ

Masáž zad je kombinací masážních technik, zaměřených na odstraňování jednorázových i chronických bolestí zad. Kombinace thajské masáže, uvolňujících masť z mentolu a kafru uvolní blokace i tenze v celé oblasti zad, šíje a ramen. Pomáhá odstranit následky stresu i dlouhého sezení a vy se cítíte jako znovuzrození.

Thai back herbal - využití léčivých bylin (bylinné pytlíčky)



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ

Cena: 1 890 Kč/ 60 ´

THAI AROMA THERAPY MASÁŽ

Thajské masážní techniky v kombinaci s esenciálními oleji přinášejí uvolnění celému vašemu tělu. Odbourává stres a znovu navozuje pocit vnitřní harmonie a blaženosti. Je jen na vás, jakou kombinaci olejů zvolíte: uvolňující, povzbuzující, detoxikační, antistresovou. 60 min zahrnuje masáž zad a šíje, 90 min masáž celého těla.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 1 790 Kč/ 60´ | 2 390 Kč/ 90 ´



THAI FOOT REFLEXOLOGY MASÁŽ

Masáž zaměřená na stimulaci reflexních bodů na chodidlech pomáhá podpořit správnou činnost vnitřních orgánů a endokrinního systému. Pomáhá zlepšit krevní oběh a tok lymfy, harmonizuje činnost celého organismu. Masáž chodidel je zakončena akupresurní masáží ramen, šíje a hlavy. Zažijete pocit celkového uvolnění a pocit skutečné relaxace.



ROVNOVÁHA



ENERGIE

Cena: 1 690 Kč/ 60 ´

THAI FOOT MASÁŽ

Thajská masáž využívající akupresurních tlaků se zaměřením na oblast chodidel. Reflexologie, spojená s masáží od prstů nohou až ke kolenům pomocí 100% esenciálního oleje přinášející uvolnění napětí, odstraňující pocit těžkosti a únavy dolních končetin. Tato masáž je oblíbená i pro své léčebné účinky a omezení rizika tvorby civilizačních nemocí, spojených s poruchami krevního oběhu.



ROVNOVÁHA



LEHKOST

Cena: 890 Kč/ 30 ´

THAI VITALITY

Thajská akupresurní masáž zad, ramen a šíje přináší rychlou úlevu, odstraňuje následky stresu, zbavuje vás vnitřního napětí a tenze. Přináší pocit úlevy a znovuzrození.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 890 Kč/30 ´



CANNABIS THERAPY MASÁŽ

Masáž zaměřená na stimulaci reflexních bodů na chodidlech pomáhá podpořit správnou činnost vnitřních orgánů a endokrinního systému. Pomáhá zlepšit krevní oběh a tok lymfy, harmonizuje činnost celého organismu. Masáž chodidel je zakončena akupresurní masáží ramen, šíje a hlavy. Zažijete pocit celkového uvolnění a pocit skutečné relaxace.



ENERGIE



LEHKOST

Cena: 1 790 Kč/ 60 ' | 2 390 Kč/90 '

SPA JOURNEY

Očišťující aromaterapie v parní kabině s následnou olejovou masáží celého těla blahodárně působí na váš lymfatický i kardiovaskulární systém a vyrovňuje hladinu hormonů.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 1 890 Kč/ 90 '

BALI RITUAL

Balijský uvolňující rituál přináší pocit zklidnění. Procedura je zahájena koupelí v kokosovém mléce, která zjemní vaši pokožku. Následná jemná balijská masáž využívá dlouhé tahy, které připomínají pohyb mořské vody, uvolňuje napětí a tenzi vašich svalů, zklidňuje tok myšlenek. Vůně kokosu působí na vaše smysly a vy cítíte pocit vnitřní blaženosti.



UVOLNĚNÍ



ČISTOTA

Cena: 2 090 Kč/ 90 '



BALI COCONUT DREAM MASÁŽ

Speciální balijská kokosová masáž zad, ramen a šíje přináší uvolnění unavených svalů, navrácí pružnost vaší pokožce a hýčká vaše smysly. Nechte se unášet exotickou vůní a jedinečnými tahy této masáže.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 1 690 Kč/ 60 ´

PREGNANCY BLISS MASÁŽ

Jemná prenatální uvolňující masáž zad a šíje určená těhotným ženám. Pomáhá odstraňovat bolesti páteře, šíje, hlavy na straně jedné a zvýšení pružnosti pokožky na straně druhé. Pregnancy bliss masáž pečuje o pokožku těhotné ženy, pomáhá uvolňovat vnitřní napětí a tenzi. Harmonizuje budoucí maminku i její miminko. Co můžete očekávat? Uvolňující masáž zad a šíje.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 1 690 Kč/ 60 ´





SPA RITUÁLY

Spa rituály, které přináší uvolnění a harmonii těla, ducha i mysli.

Intenzivní péče zahrnující peelingy, zábaly a masáže.

Comfort Zone kombinuje moudrost přírody a inteligenci vědy.

Pure Fiji používá po staletí čistý kokosový olej a květinové výtažky.

Čistě přírodní kosmetika *WELEDA* využívá byliny ze svých ekologických zahrad. Přírodní kosmetika *Inlight* kombinuje jedinečné byliny, koření a oleje.





AROMASOUL ELEMENTS RITUAL COMFORT ZONE

Rituál přinášející kombinaci očištného tělového peelingu a celotělové masáže, která vás a vaše smysly odnese do čtyřech částí světa: Exotický Orient, teplo Středomoří, pulsující Indie a kultura pouštních kmenů pro ucelený prožitek všech smyslů. Každá cesta začíná výběrem unikátní směsi olejů: orientální, středomořské, indické a arabské. Následuje peeling celého těla a pokračuje speciální terapií, která uvolňuje svalové napětí, tenzi, pomáhá od bolesti a přináší pocit vnitřní rovnováhy. Závěrečný rituál vám navodí pocit síly, energie a vitality. Co můžete očekávat? Peeling a masáž celého těla.



ROVNOVÁHA



ENERGIE

Cena: 2 390 Kč/ 90'

TRANQUILITY RITUAL COMFORT ZONE

Armonaterapeutický rituál, který přináší uvolnění vnitřního napětí a tenze. Amarantový olej pomáhá obnovit přirozenou bariéru pokožky, olej ze sladkých mandlí jí přináší výživu. Součástí rituálu je cukrový peeling, jehož krystaly zlepšují prokrvení, jemně očišťují a vyhlazují pleť. Rituál začíná cukrovým peelingem, po něm následuje masáž zahrnující speciální tahy, které uvolňují tenzi a odstraňují následky stresu. Tato terapie zklidňuje mysl, zmírňuje mentální a tělesnou únavu, uvolňuje svalové napětí. Přináší pocit lehkosti, klidu a energie. Co můžete očekávat? Peeling a hydratační masáž celého těla



LEHKOST



ENERGIE

Cena: 2 390 Kč/ 90'



PURE FIJI RITUAL

Jemný rituál očišťující tělo i mysl. Kokosový olej a peeling s aroma vůní podle vašeho výběru stimuluje lymfatický systém, hloubkově čistí póry a zlepšuje prokrvení pokožky. Jemný peeling, kokosový zábal, masáž stimulující tok lymfy a masáž hlavy uvolňuje vnitřní napětí a tenzi, přináší pocit vyrovnanosti a harmonie.



ROVNOVÁHA



ČISTOTA

Cena: 1 890 Kč/ 75'

WELEDA SKIN RETREAT

Jedinečný wellness zážitek, který pro vás připravili odborníci a profesionálové z firmy WELEDA.

Uvolňující terapie, která využívá speciální tahy přináší uvolnění a regeneraci.

Holistický přístup v kombinaci s čistými, přírodními produkty WELEDA vám vykouzlí úsměv na tváři, stačí si jen vybrat, která terapie pro vás bude nejvhodnější:

GRANÁTOVÉ JABLKO "Energie a omlazení"

Granátové jablko je známo pro svůj omlazující účinek. Působí proti oxidačnímu stresu, tvorbě pigmentových skvrn. Podporuje hydrataci, dodává potřebné minerály, vitamíny. Zpevňuje, hydratuje a navrácí pružnost pleti. Tento WELEDA rituál přináší pocit síly a energie.



ENERGIE



ROVNOVÁHA

Cena: 2 890 Kč/90'



MANDLE „ochrana a péče“

Mandlové produkty firmy WELEDA jsou první pomoc při podráždění pleti. Tato péče má nejen intenzivní zklidňující účinky, ale také pomáhá obnovit přirozenou kožní bariéru, zlepšují obranyschopnost pokožky. Tento rituál je velmi jemný, bez éterických olejů, je vhodný pro všechny, kdo hledají zklidnění, hýčkání a jemnou péči.



UVOLNĚNÍ



ČISTOTA

Cena: 2 890 Kč/90 ´

RŮŽE "Vitalita a harmonie"

Výtažky z růže v produktech WELEDA dodávají pokožce vitalitu, svěžest a mladistvý vzhled. Podporuje hojení, látkovou výměnu v pleti, tvorbu elastických a kolagenních vláken. Tento rituál je velmi šetrný, zklidňující. Růže zlepšuje náladu, harmonizuje tělo, ducha i mysl.



ROVNOVÁHA



ENERGIE

Cena: 2 890 Kč/90 ´

SKIN FOOD "Hydratace a regenerace"

Skin Food je unikátní řadou produktů firmy WELEDA, která je na trhu již od roku 1926. Tato jedinečná receptura krému pomáhá regeneraci a hydrataci pokožky celého těla. Pomáhá regeneraci, hojení a omlazení pleti. Byliny použité ve Skin Food produktech poskytují potřebnou sílu pleti v boji s vlivy okolního prostředí. Tento rituál přináší příjemný pocit regenerace nejen těla, ale i mysli.



ROVNOVÁHA



ČISTOTA

Cena: 2 890 Kč/90 ´



TĚLOVÝ RITUÁL FOOT INLIGHT

Relaxační, uvolňující ošetření, kdy se používá speciální techniky stimulující reflexní body na chodidlech. Díky tomu dochází k uvolnění celého těla i k pročištění energetických drah. Terapie je zaměřena na zlepšení krevního oběhu dolních končetin, stimulaci chodidel, zmírnění otoků i pocitu těžkých dolních končetin.



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ

Cena: 1 690 Kč/ 60'

TĚLOVÝ RITUÁL BACK INLIGHT

Relaxační, regenerační terapie zad, kdy nejprve dochází ke stimulaci reflexních bodů na chodidlech, rukou a poté k jemné akupresuře bodů podél páteře. Jemná masáž zad v kombinaci s produkty Inlight přináší uvolnění vnitřního napětí, tenze, odstranění následků stresu a navození pocitu síly a energie.



ENERGIE



UVOLNĚNÍ

Cena: 1 590 Kč/ 60'





KOUPELE

Uvolněte se koupelí ve vaně z jednoho kusu lávového kamene.

Stačí si jen vybrat jakou...

Nezapomeňte, koupele se krásně snoubí s tělovou masáží, záleží jen na vás.





KOUPEL V LÁVOVÉ VANĚ V KOKOSOVÉM MLÉCE PURE FIJI

Dokonale se uvolníte v blahodárně působící vodní koupeli. Kokosové mléko provoní a zjemní vaši pokožku. Koupel uvolní stres a dodá vám pocit vyrovnanosti.



Cena: 690 Kč/ 30 ´

KOUPEL V LÁVOVÉ VANĚ V KOKOSOVÉM MLÉCE PRO DVA PURE FIJI

Koupel v lávové vaně v kokosovém mléce a společně strávený čas s vaším blízkým je ideální způsob fyzické i mentální relaxace.



Cena: 890 Kč/ 30 ´

ARNIKA WELLEDA KOUPEL

Arnika pomáhá hlubokému uvolnění unavených svalů i mysli. Koupel v této aroma esenci, která obsahuje arniku, rozmarýn a extrakt z březových lístků vám přinese pocit osvěžení a síly.



Cena: 690 Kč/ 30´



LEVANDULE WELLEDA KOUPEL

Levandule i voda přináší tělu i mysli dokonalý odpočinek a zklidnění. Levandule zklidňuje nervový systém, uvolňuje, podporuje spánek a hlubokou relaxaci.



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ

Cena: 690 Kč/ 30'

CITRUS WELLEDA KOUPEL

Povzbuzující a osvěžující koupel, která vám pomůže zlepšit náladu a vykouzlit úsměv na rtech. Šťavnatá vůně citrusů přináší pocit síly a energie.



UVOLNĚNÍ



ENERGIE

Cena: 690 Kč/ 30'





ZÁBALY

Dopřejte si pocit zdraví a krásy, typický pro odpočinkové wellness pobyty. Zábal - procedura, která vám poskytne opravdu smyslný zážitek. Na okamžik vyměňte náruč svých milých za objetí zábalu, abyste se do ní vrátili jako znovuzrození.





ZEŠTÍHLUJÍCÍ A ANTICELULITIDNÍ TERAPIE TERMÁLNÍM BAHNEM COMFORT ZONE

Intenzivní terapie, která kombinující speciální masáž kartáči pro stimulaci toku krve a lymfy, peeling celého těla a masáž, včetně zábalu termálním bahnem. Zeštíhlující ošetření, které Vám pomůže odstranit celulitidu, podpoří očistu Vašeho těla a remineralizuje tkáň, což vede k zlepšení elasticity kůže.

Co můžete očekávat? Drenážní masáž speciálními kartáči, peeling celého těla, masáž a zábal termálním bahnem, ošetření zpevňujícím krémem, aplikace krému proti otékání dolních končetin.



Cena: 1 590 Kč/ 60'

DETOXIKAČNÍ TERAPIE MOŘSKÝMI SEDIMENTY COMFORT ZONE

Pročišťující ošetření využívající mořské usazeniny a éterické oleje Comfort Zone, které aktivují lipolytický proces. Dochází k hloubkovému čištění organismu a stimulaci metabolismu. Co můžete očekávat? Peeling a očišťující zábal problematických partií.



Cena: 1 590 Kč/ 60'



ANTICELULITIDNÍ FORMUJÍCÍ ZÁBAL COMFORT ZONE

Hlubkově povzbuzující, detoxikační a zeštíhlující ošetření Comfort Zone, které má velmi silný prohřivací účinek. Co můžete očekávat? Peeling a zeštíhlující zábal problematických partií.



LEHKOST



ENERGIE

Cena: 1 490 Kč/ 60'

ANTICELULITIDNÍ MASÁŽ MOŘSKÝMI ŘASAMI ALGAE COMFORT ZONE

Zeštíhlující ošetření se speciální tonizující maskou. Alginátová maska zpevňuje pokožku a v kombinaci se speciální anticelulitidní masáží urychluje proces hubnutí. Velmi účinné anticelulitidní ošetření vhodné i pro boj s vysokým stádiem celulitidy. Co můžete očekávat? Peeling a ošetření problematických partií speciální maskou.



LEHKOST



ROVNOVÁHA

Cena: 1 790 Kč/ 60'

ANTICELULITIDNÍ FORMUJÍCÍ ZÁBAL COMFORT ZONE

Bahenní zábal celého těla bahnem z Mrtvého moře. To oplývá množstvím minerálů a stopových prvků, má vynikající čistící, antioxidační a regenerační účinky. Vyhlazuje kůži a vrací ji ztracenou pružnost.



ROVNOVÁHA



ENERGIE

Cena: 1 490 Kč/ 60'



TERMOTERAPIE – PARAFÍNOVÝ ZÁBAL RUKOU

Termoterapie je procedurou přinášející zdravotní i estetické účinky. Parafinové zábaly zlepšují prokrvení, prohřívají a uvolňují svaly i klouby. Pomáhají při artritidě nebo problémech s ekzémy. Vaše pokožka je sametově jemná, hebká a zářící. Nechte působit blahodárné teplo na vaše svaly i klouby.



Cena: 790 Kč / 30 ´

TERMOTERAPIE – PARAFÍNOVÝ ZÁBAL NOHOU

Termoterapie je procedurou přinášející zdravotní i estetické účinky. Parafinové zábaly zlepšují prokrvení, prohřívají a uvolňují svaly i klouby. Pomáhají při artritidě nebo problémech s ekzémy. Vaše pokožka je sametově jemná, hebká a zářící. Nechte působit blahodárné teplo na vaše svaly i klouby.



Cena: 790 Kč / 30 ´





PEELINGY

Peeling přináší buněčnou obnovu pokožky, zlepšuje její prokrvení a zbavuje ji známek únavy. Očistu, okysličení, ale i uvolnění tenze vám přinese tato terapie. Nezapomeňte, peeling je ideální absolvovat maximálně jedenkrát za týden.





AROMASOUL ELEMENTS PEELING COMFORT ZONE

Očistný tělový peeling, který odráží starodávné tradice orientálních, středomořských, indických a arabských kultur. Poskytuje výživu, mládí a jas všem typům pleti.

Peeling přináší uvolnění tenze, jemnost a hebkost vaší pokožce, která je vyživená a hydratovaná. Co můžete očekávat? Peeling celého těla.



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ

Cena: 1 390 Kč/ 45 '

TRANQUILITY PEELING COMFORT ZONE

Jedinečný hloubkově čistící aromaterapeutický peeling přinášející buněčnou obnovu, eliminuje známky únavy a odstraňuje přebytečnou tkáň z pokožky. Dodává zářivost, podporuje buněčné okysličení, zlepšuje mikrocirkulaci a zanechává pleť svěží a vitální.

Toto ošetření kombinuje účinky amarantového oleje, oleje ze sladkých mandlí a krystalického cukru, který vytvoří finální efekt vysoce vyživené a hedvábné pokožky. Co můžete očekávat? Peeling celého těla.



ROVNOVÁHA



LEHKOST

Cena: 1 390 Kč/ 45'





MASÁŽE & KOUPELE

Uvolněte se během koupele v lávové vaně a poté se oddejte jemným léčivým dotekům profesionálních masérů. Kombinace těchto dvou terapií je pohlazením pro tělo i mysl.





KOUPEL V KOKOSOVÉM MLÉCE S MASÁŽÍ

PURE FIJI

Čisté kokosové mléko provoní a zjemní vaši pokožku během koupele a panenský kokosový olej přinese



UVOLNĚNÍ



ČISTOTA

Cena: 1 390 Kč/ 60´

KOUPEL V LÁVOVÉ VANĚ V KOKOSOVÉM MLÉCE A RELAXAČNÍ MASÁŽ PRO DVA PURE FIJI

Dokonale se uvolníte v blahodárně působící vodní koupeli. Čisté kokosové mléko provoní a zjemní vaši pokožku. Koupel uvolní stres a dodá vám pocit vyrovnanosti. Čistý panenský kokosový olej provoní, zjemní a vyživí vaši pokožku. Masáž odstraní napětí způsobené stresem, přinese úlevu mysli i unaveným svalům.



UVOLNĚNÍ



ČISTOTA

Cena: 2 190 Kč/ 60´

KOUPEL V LÁVOVÉ VANĚ V KOKOSOVÉM MLÉCE A RELAXAČNÍ MASÁŽ PRO DVA PURE FIJI

Jedinečná kombinace Arnika Weleda koupele a masáže vám pomůže k hluboké relaxaci a regeneraci těla, ducha i mysli.



UVOLNĚNÍ



ENERGIE

Cena: 1 390 Kč/ 60´



PRO TĚHOTNÉ A PO PORODU

Terapie pro těhotné a pro ženy po porodu byly speciálně vytvořeny tak, aby pomohly ženám od problémů v jednom z nejšťastnějších období jejich života. Užijte si bezpečné, uvolňující a vyživující terapie, které vás učiní šťastnou, svěží a sexy.

Šťastná maminka = šťastné miminko.

**Doporučujeme absolvovat maximálně dvě masáže v jednom dni.*

***Nedoporučujeme kombinovat ájurvédské a české masáže v jednom dni.*

Těhotenské masáže lze objednat až po ukončení 1. trimestru.

V prvních třech měsících těhotenství masáže neposkytujeme.





NEW LIFE: PRO BUDOUCÍ MAMINKY

COMFORT ZONE

Ošetření v průběhu celého těhotenství. Příjemný a uklidňující rituál, který uvolňuje napětí svalů zad a dolních končetin. Navrací pružnost pokožce a pomáhá předcházet striím. Nechte se hýčkat! Co můžete očekávat? Peeling, zábal a jemnou masáž zad a dolních končetin.



Cena: 1 590 Kč/ 60 ´

PREGNANCY BLISS MASÁŽ

Jemná prenatalní uvolňující masáž zad a šíje určená těhotným ženám. Pomáhá odstraňovat bolesti páteře, šíje, hlavy na straně jedné a zvýšení pružnosti pokožky na straně druhé. Pregnancy bliss masáž pečuje o pokožku těhotné ženy, pomáhá uvolňovat vnitřní napětí a tenzi. Harmonizuje budoucí maminku i její miminko. Co můžete očekávat? Uvolňující masáž zad a šíje.



Cena: 1 690 Kč/ 60 ´

TERMOTERAPIE – PARAFÍNOVÝ ZÁBAL

Termoterapie je procedurou přinášející zdravotní i estetické účinky. Parafinové zábaly zlepšují prokrvení, prohřívají a uvolňují svaly i klouby. Pomáhají při artritidě nebo problémech s ekzémy. Vaše pokožka je sametově jemná, hebká a zářící. Nechte působit blahodárné teplo na vaše svaly i klouby.



cena: 790 Kč/ 30 ´ (ruce/nohy)



BAMBUSOVÁ MASÁŽ - LIFTING OBLIČEJE

Za použití speciálních masérských hmatů, bambusových tyčí a oleje dochází k uvolnění mimických svalů v obličeji a k odstranění otoků a ztuhlosti svalů. Obličej je rozzářený, zbavený stresu a napětí. Nechte se hýčkat a rozjasněte vaši tvář.



ENERGIE



LEHKOST

Cena: 890 Kč/ 30 ´

KOUPEL V LÁVOVÉ VANĚ V KOKOSOVÉM MLÉCE

Dokonale se uvolníte v blahodárně působící vodní koupeli. Kokosové mléko provoní a zjemní vaši pokožku. Koupel uvolní stres a dodá vám pocit vyrovnanosti.



UVOLNĚNÍ



ROVNOVÁHA

Cena: 690 Kč/ 30 ´

RELAXAČNÍ MASÁŽ PANENSKÝM KOKOSOVÝM OLEJEM

Zklidňuje a harmonizuje tělo, ducha i mysl. Čistý panenský kokosový olej provoní, zjemní a vyživí vaši pokožku. Masáž odstraní napětí způsobené stresem, přinese úlevu mysli i unaveným svalům.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 890 Kč/ 30 ´ | 1 490 Kč/ 60 ´



TRANQUILITY MASÁŽ

Tajemná kombinace esenciálních olejů a masáž, navozující pocit naprosté rozkoše a blaha. Nechte působit tajemnou směs bylin a olejů na vaše tělo, ducha i mysl. Co můžete očekávat? Hydratační masáž celého těla.



Cena: 1 590 Kč/ 60 ´

MASÁŽE A TERAPIE PRO ŽENY PO PORODU

Pokud vás zaujme jiná terapie z naší nabídky, **poradte se s odborníky na recepci Wellness & Spa Resort Svatá Kateřina**. Rádi vám pomohou, poradí nebo upraví zvolenou proceduru podle vašeho aktuálního zdravotního stavu. Určitě jsou pro vás vhodné terapie doporučené těhotným a také následující procedury

KLASICKÁ MASÁŽ

Uvolňuje celý pohybový aparát (hlavu, šíje, záda, hrudník, horní a dolní končetiny). Tato masáž je vhodným doplňkem k zábalům.



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ

Cena: 890 Kč/30 ´ | 1 490 Kč/60 ´

RŮZNÉ VARIANTY RELAXAČNÍCH MASÁŽÍ



PRO DVA

To jste spolu ještě nedělali! Užijte si masáž ve dvou.

**Doporučujeme absolvovat maximálně dvě masáže v jednom dni.*

***Nedoporučujeme kombinovat ájurvédské a české masáže v jednom dni*





KOUPEL V LÁVOVÉ VANĚ V KOKOSOVÉM MLÉCE A RELAXAČNÍ MASÁŽ PRO DVA

Dokonale se uvolníte v blahodárně působící vodní koupeli. Čisté kokosové mléko provoní a zjemní vaši pokožku. Koupel uvolní stres a dodá vám pocit vyrovnanosti. Čistý panenský kokosový olej provoní, zjemní a vyživí vaši pokožku. Masáž odstraní napětí způsobené stresem, přinese úlevu mysli i unaveným svalům.



UVOLNĚNÍ



ROVNOVÁHA

Cena: 2 190 Kč/ 60 ´

KOUPEL PRO DVA

Koupel v lávové vaně v kokosovém mléce. Dokonale se uvolníte v blahodárně působící vodní koupeli. Kokosové mléko provoní a zjemní vaši pokožku. Koupel uvolní stres a dodá vám pocit vyrovnanosti.



UVOLNĚNÍ



ROVNOVÁHA

Cena: 890 Kč/ 30 ´

RELAXAČNÍ MASÁŽ PANENSKÝM KOKOSOVÝM OLEJEM PRO DVA

Zklidňuje a harmonizuje tělo, ducha i mysl. Čistý panenský kokosový olej provoní, zjemní a vyživí vaši pokožku. Masáž odstraní napětí způsobené stresem, přinese úlevu mysli i unaveným svalům.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 1 490 Kč/ 30 ´ | 2 690 Kč/ 60 ´

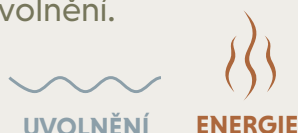


RELAXAČNÍ MASÁŽ WELEDA PRO DVA

Vybírat si můžete z následujících:

ARNIKA

Cítíte únavu svalů, ať už po sportovním výkonu, náročné práci nebo vlivem stresu? Arnika Weleda masáž příjemně prohřeje, uvolní unavené svaly a přinese potřebné uvolnění.



UVOLNĚNÍ

ENERGIE

LEVANDULE

Uvolňuje svalové i mentální napětí a tenzi. Levandule má pozitivní vliv na hydrataci pokožky. Její příjemná vůně harmonizuje smysly a pomáhá v boji proti stresu.



UVOLNĚNÍ

ČISTOTA

CITRUS

Máte za sebou fyzicky i mentálně náročné období? Citrus Weleda masáž vám přinese nejen pocit uvolnění, ale také síly, energie a radosti. Masážní přípravek obohacený o mandlový olej je potěšením nejen pro pokožku, ale i vaše smysly.



UVOLNĚNÍ

ENERGIE

Cena: 1 490 Kč/ 30' | 2 690 Kč/ 60'

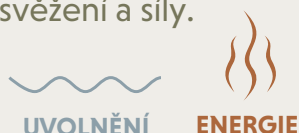


WELEDA KOUPEL PRO DVA

Vybírat si můžete z následujících:

ARNIKA

Arnika pomáhá hlubokému uvolnění unavených svalů i mysli. Koupel v této aroma esenci, která obsahuje arniku, rozmarýn a extrakt z březových lístků vám přinese pocit osvěžení a síly.



UVOLNĚNÍ

ENERGIE

LEVANDULE

Levandule i voda přináší tělu i mysli dokonalý odpočinek a zklidnění. Levandule zklidňuje nervový systém, uvolňuje, podporuje spánek a hlubokou relaxaci.



UVOLNĚNÍ

ČISTOTA

CITRUS

Povzbuzující a osvěžující koupel, která vám pomůže zlepšit náladu a vykouzlit úsměv na rtech. Šťavnatá vůně citrusů přináší pocit síly a energie.



UVOLNĚNÍ

ENERGIE

Cena: 890 Kč/ 30'



WELEDA KOUPEL S MASÁŽÍ PRO DVA

Vybírat si můžete z následujících:

ARNIKA

Jedinečná kombinace Arnika Weleda koupele a masáže vám pomůže k hluboké relaxaci a regeneraci těla, ducha i mysli.



UVOLNĚNÍ

ENERGIE

LEVANDULE

Jedinečná kombinace Levandule Weleda koupele a masáže vám pomůže k uvolnění vnitřního napětí těla i mysli.



UVOLNĚNÍ

ČISTOTA

CITRUS

Jedinečná kombinace Citrus Weleda koupele a masáže vám pomůže k hydrataci pokožky a příjemnému osvěžení těla i mysli.



UVOLNĚNÍ

ENERGIE

Cena: 2 190 Kč/ 60'



SPORTOVNÍ MASÁŽ PRO DVA

Uvolňuje a regeneruje celé tělo po sportovním výkonu (hlavu, šíje, záda, hrudník, horní a dolní končetiny). Tato masáž je vhodným doplňkem k zábalům.



ENERGIE



ROVNOVÁHA

Cena: 1 590 Kč/ 30 ' | 2 490 Kč/ 60 '

UVOLŇUJÍCÍ MASÁŽ NOHOU PRO DVA

Masáž nohou zlepšuje krevní i lymfatický oběh, uvolňuje stres, zbavuje nohy únavy, bolesti i napětí a navozuje pocit vnitřního klidu a harmonie. Procedura začíná peelingem himalájskou solí, který pokožku krásně zjemní, poté následuje masáž svěžím eukalyptovým balzámem.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 1 490 Kč / 30 '

UVOLŇUJÍCÍ MASÁŽ NOHOU PRO DVA

Uvolňuje celý pohybový aparát (hlavu, šíje, záda, hrudník, horní a dolní končetiny). Tato masáž je vhodným doplňkem k zábalům.



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ

Cena: 1 490 Kč/ 30 ' | 2 690 Kč/ 60 '



BALÍČKY DOPORUČENÝCH PROCEDUR

Pokud si nevíte rady, jak kombinovat masáže, koupele, zábaly a další spa procedury, připravili jsme pro vás speciálně zaměřené balíčky. Procedury jsou rozděleny do tří dnů. Doporučujeme je absolvovat v daném pořadí a dodržet jejich délku.





I. ANTICELULITIDNÍ

Balíček obsahuje:

- *bambusovou masáž - stimulace lymfy 60'*
- *zeštíhlující terapii bahnem z Mrtvého moře 60'*
- *Comfort Zone - anticelulitidní formující zábal 60'*

Pro dosažení lepších výsledků v boji proti celulitidě doporučujeme cvičení jógy a návštěvu sauny. Nezapomínejte na správný pitný režim.

Zvýhodněná cena balíčku: 3 970 Kč/os

II. LYMFODRENÁŽNÍ

Balíček obsahuje:

- *lymfatickou masáž 60'*
- *bambusovou masáž - stimulace lymfy 60'*
- *lymfatickou masáž 60'*

Po terapiích nedoporučujeme sportovní aktivitu. Před masáží využijte cvičení jógy (stimulace lymfy). Nezapomínejte na správný pitný režim.

Zvýhodněná cena balíčku: 3 870 Kč/os

III. DETOXIKAČNÍ

Balíček obsahuje:

- *lymfatickou masáž 60'*
- *Comfort Zone - detoxikační terapii mořskými sedimenty 60'*
- *bambusovou masáž - stimulace lymfy 60'*

Pro dokonalou očistu vašeho těla doporučujeme cvičení jógy a návštěvu sauny. Nezapomínejte na správný pitný režim.

Zvýhodněná cena balíčku: 4 070 Kč/os



IV. FOR MEN

Balíček obsahuje:

- *sportovní masáž 60'*
- *Terapie termálním bahnem 60'*
- *Cannabis Therapy masáž 60'*

Pro uvolnění využijte naše Spa terapie (sauny, páry a vířivku) a pro nerušený odpočinek naše relaxační místnosti. V hotelu Gymnasion je k dispozici rovněž posilovna. Využijte možnosti tréninku s profesionály v rámci našich vypsanych lekcí.

Zvýhodněná cena balíčku: 4 270 Kč/os

V. THAI TERAPIE

Balíček obsahuje:

- *Thai Foot masáž 30'*
- *Aromatherapy masáž 60'*
- *Thai Back masáž 60'*

Tradiční thajská masáž je prastarý systém léčení vycházející z jógy, ajurvédské medicíny a buddhistické duchovní praxe. Tento jedinečný a kompletní systém terapie kombinuje rytmické masáže, akupresury, jemné kroucení, hluboký strečink a meditaci. Thajská masáž uvolňuje napětí, zvyšuje vitalitu a harmonizuje tělo, ducha i mysl. Po těchto terapiích se doporučují relaxační aktivity – Pranajáma (jogínské dechové techniky), relaxace a meditace. Pro relaxaci využijte naše wellness & spa.

Zvýhodněná cena balíčku: 4 170 Kč/os

*Tento balíček lze objednat pouze po předchozí domluvě.



VI. BALI TERAPIE

Balíček obsahuje:

- *Bali Coconut Dream 60'*
- *Foot Reflexology masáž 60'*
- *Spa Journey 90'*

Cílem balijských masáží je obnovit rovnováhu mezi tělem, duchem a myslí. Kombinací různých technik z různých kultur jsou tyto terapie hluboké, měkké, milé a něžné jako lidé z Bali. Jsou používány oleje ve směsi s esenciálními oleji: vanilka, keře, ylang ylang, levandule, jasmín, zázvor. Střídají se flexibilní a tonické pohyby. Balijské masáže mají zároveň relaxační i tonizační účinky. Tyto masáže zlepšují krevní oběh, posilují imunitní systém, zklidňují nervy a zlepšují duševní stav a přináší radost ze života. Po těchto terapiích se doporučují aktivity - Jóga, Pilates, Nordic Walking, relaxace a meditace. Pro relaxaci využijte naše wellness & spa.

Zvýhodněná cena balíčku: 4 570 Kč/os

*Tento balíček lze objednat pouze po předchozí domluvě.





ÁJURVÉDSKÉ TERAPIE

Ájurvédské terapie využívají ozdravné síly přírody a pomáhají nám k zdravému životu. Ájurvéda je pět tisíc let stará indická medicína, která je tvořena unikátními systémy výživy, cvičení, bylinné terapie, relaxace, meditace, pročišťování organismu, aromaterapie a masáží. Harmonizuje tělo, ducha i mysl, pomáhá obnovit vnitřní harmonii a rovnováhu.

Ájurvéda přivádí tělo zpět do dokonalé rovnováhy zdraví.

Poskytované výhradně ájurvédskými terapeuty z Indie.

**Berte prosím na vědomí, že po ájurvédských masážích a terapiích se nedoporučuje pobyt ve wellness & spa, a to minimálně po dobu 2 hodin.*

Doporučujeme po terapii nechat působit olej max. 60 min. poté smýt.

***Doporučujeme absolvovat maximálně dvě masáže v jednom dni.*

****Nedoporučujeme kombinovat ájurvédské a české masáže v jednom dni.*





UPOZORNĚNÍ

Rádi bychom vás upozornili na specifika ájurvédských terapií. Ájurvédské terapie uvolňují stres, přetížení způsobené fyzickou i psychickou únavou a vyčerpáním.

Dochází ke stimulaci orgánových drah, toku energie v těle a hluboké stimulaci tkání, kdy z těla odchází toxiny, tělo se uvolňuje a regeneruje. Tento druh terapie může být velmi intenzivní a dochází k masáži všech částí těla. Pokud vám během terapie nebude zvolený tlak vyhovovat nebo vám bude nepříjemná masáž některých částí těla, kdykoliv informujte terapeuta.





ABHYANGA

Olejová masáž přinášející relaxaci těla i mysli. Pomocí speciálních teplých bylinných ájurvédských olejů dochází k uvolnění a harmonizaci celého těla. Součástí procedury je i parní lázeň, která pomáhá hlubšímu vstřebání bylinných olejů do tkání. Intenzivně ovlivňuje krevní a lymfatický oběh. Abhyanga je základní ájurvédskou procedurou, která stimuluje krevní oběh, uvolňuje vnitřní napětí, nervový systém, svaly i klouby. Pomáhá toku prány (vitální energie v těle) a lymfy, což navozuje vnitřní bilanci a dlouhověkost.



ROVNOVÁHA



ENERGIE

Cena: 1 790 Kč/ 60' - 50' masáž + 5' parní kabina

PADA ABHYANGA

Olejová ájurvédská terapie dolních končetin zaměřující se na zlepšení krevního a lymfatického oběhu. Přináší uvolnění a pocit lehkosti dolních končetin. Masáž se provádí od chodidel po kolena.



ROVNOVÁHA



UVOLNĚNÍ

Cena: 890 Kč/ 30'

KATI ABHYANGA

Relaxační a revitalizační olejová masáž zad a šíje. Využívá se speciální směsi ájurvédských olejů, které prohřívají ztuhlé a unavené svaly, tlumí bolest a odstraňují napětí.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 890 Kč/ 30'



ABHYANGA - ČTYŘRUČNÍ MASÁŽ, 2 terapeuti

Celotělová olejová masáž prováděna dvěma terapeuty je velmi intenzivní očištnou terapií, která je nedílnou součástí ájurvédských ozdravných pobytů. Pomáhá stimulovat krevní, lymfatický oběh, uvolňuje svalové napětí a odstraňuje následky stresu. Díky synchronizované práci terapeutů dochází k velmi intenzivnímu vmasírování léčivých olejů hluboko do tkání, ke stimulaci energetických drah a harmonizaci toku prány (životní energie) v těle. Součástí procedury je i parní lázeň, která pomáhá hlubšímu vstřebání bylinných olejů do tkání. Intenzivně ovlivňuje krevní a lymfatický oběh. Podle tradičních ájurvédských postupů je masáž prováděna dvěma terapeuty z důvodů zintenzivnění terapie na úrovni fyzického, energetického, ale i mentálního těla. Takto provedená masáž vám přinese pocit lehkosti a uvolnění.



ROVNOVÁHA



ENERGIE

Cena: 2 390 Kč/ 60' - 50' masáž + 5' parní kabina

SHIRODHARA

Speciální ájurvédská terapie zaměřená na masáž oblasti mezi obočím (6. čakra), uvolňuje a povzbuzuje smysly a mysl. Navozuje celkový pocit vnitřní harmonie, vyrovnanosti, duševní jasnosti a porozumění. Shirodhara v doslovném překladu znamená jemný tok oleje na hlavu. Je to velmi příjemná masážní technika přinášející jedinečné prožitky. Součástí této procedury je i masáž hlavy.

Tuto proceduru lze objednat pouze:

- po konzultaci s ájurvédským lékařem
- v rámci vybraných ájurvédských pobytů
- pokud jste absolvovali ájurvédský pobyt v našem resortu
- pokud jste již Shirodharu v našem resortu absolvovali, a to bez zdravotních problémů



LEHKOST



ČISTOTA

Cena: 2 590/ 60' Kč



PODIKIZHI

Celotělová olejová masáž s využitím speciálního oleje podle individuální ájurvédské diagnostiky dóš. Během masáže je tělo zahříváno přikládáním bylinných obkladů a zábalů. Dochází ke stimulaci krevního oběhu, toku lymfatického systému, podpoře vylučování toxinů z těla, uvolňuje ztuhlost a bolest svalů a pomáhá při Artritidě.



UVOLNĚNÍ



ENERGIE

Cena: 1 890 Kč/ 60'

*Před procedurou doporučujeme nejprve konzultaci s ájurvédským terapeutem.

ÁJURVÉDSKÁ MASÁŽ HLAVY

Tradiční masáž hlavy, šíje a ramen se provádí v poloze na břiše, aby došlo k intenzivnímu uvolnění napětí a tenze. Tato velmi stará terapie uvolňuje svalové napětí, zlepšuje kloubní pohyblivost, stimuluje krevní oběh a pomáhá odstraňovat toxické látky z těla.



LEHKOST



ČISTOTA

Cena: 1 390 Kč/ 45'

KATI – VASTI

Terapie, která je zaměřena k odstranění bolesti v dolní části zad. Využívá se speciální pasty vytvořené z mouky, která se umisťuje ve tvaru kruhu na bolestivá místa a poté se plní teplým olejem, který prohřívá svaly a uvolňuje tenzi. Kati Vasti je velmi starou terapií, která zlepšuje pružnost páteře, odstraňuje křeče, bolesti a spasmy. Je vhodným ošetřením při Spondylóze.



UVOLNĚNÍ



LEHKOST

Cena: 1 890 Kč/ 45'

*Před procedurou doporučujeme nejprve konzultaci s ájurvédským terapeutem.



SPA



Dopřejte svému tělu, mysli a smyslům potěšení. Každý den bychom měli zažít něco příjemného! Vychutnejte okamžiky odpočinku a uvolnění ve wellness & spa Resortu Svatá Kateřina.

Ve wellness & spa

užíváme přírodní lehce mineralizovanou vodu pramene Svatá Kateřina se zvýšeným obsahem síranů, hydrouhličitánů a vápníku s obsahem přírodních radionuklidů.

Kateřinská voda je vhodná k mytí, koupání a při wellness & spa procedurách. Není příliš tvrdá - obsahuje vápník s hořčíkem, takže snadno rozpouští nečistoty tukové povahy.

Obsah izotopů přírodních radioaktivních prvků (Ra, U), typický i pro jiné prameny v této geologické oblasti, ji velmi zušlechťuje. Pokud jde o její léčivé účinky má pozitivní vliv zejména na pohybový aparát. Nedosahuje však hodnot, které by mohly být jakkoliv rizikové. Bohatá koncentrace síranů, kyseliny křemičité a borité přispívá k léčbě ekzémových onemocnění, včetně lupénky.



WELLNESS & SPA HOTEL SVATÁ KATEŘINA

Darujte svému tělu péči, kterou si zaslouží. Sauna a pára jsou dokonalými očištnými lázněmi, kterými prozáříte den plný odpočinku. Okuste kateřinskou finskou a aromatickou saunu, solnou nebo bylinnou lázeň a pochopíte. Ve vířivce pak uvolníte ztuhlé svaly, ulevíte bolavým zadům, napětí povolí. Čas se na chvíli zastaví a starosti odplynou.





WELLNESS & SPA HOTEL SVATÁ KATEŘINA

OTEVÍRACÍ DOBA SPA HOTEL SVATÁ KATEŘINA

po-čt: 11:00 - 22:00

pá: 10:00 - 23:00

so: 08:00 - 23:00

ne: 08:00 - 20:00

Vstup dětí od 1 roku do 6 let pouze v termínech pro pobyty s dětmi:

Každý den 13-15.

Dětem do jednoho roku není vstup povolen.

Vstup dětí do 15 let je vždy povolen pouze v doprovodu dospělé osoby



SAUNOVÁNÍ

To pravé pro wellness pobyty!

Saunování je založeno na střídání tepla a chladu. Teplota v sauně se pohybuje kolem 90°C. Teplota vody v ochlazovacím bazénku se pohybuje okolo 6°C.

Pro zvýšení prokrvení pokožky doporučujeme použít speciální kartáče a žínky. Saunováním se zvyšuje odolnost a imunita lidského organismu a člověk je, především v zimním období, lépe chráněn před onemocněním.

Sauna působí blahodárně také na uvolnění svalového napětí, pomáhá při odbourávání stresu a zbavuje celkové vyčerpanosti. Pobyt v sauně má také pozitivní vliv na pokožku a sliznice. Mnohým lidem se mohou zlepšit dermatologické problémy. V neposlední řadě se v sauně lidské tělo otužuje a zbavuje toxických látek. Nedoporučuje se do sauny chodit s prázdným či plným žaludkem, bezprostředně po značné tělesné námaze nebo po požití alkoholu.

Pokud trpíte zdravotními problémy, kontaktujte náš personál na recepci wellness.



PRAVIDLA ZDRAVÉHO SAUNOVÁNÍ

Na saunování si dopřejte minimálně dvě hodiny času.

Potřebovat budete prostěradlo nebo rozměrnou osušku na podložení těla, ručník, pantofle a mýdlo, popřípadě šampón. Začátečníkům doporučují pravidla saunování navštěvovat sauny nejdříve v kratších časových intervalech.



- 1.** Do sauny nechodíte hladoví nebo naopak s plným žaludkem.
- 2.** Aby jste si saunování nerušeně užili, doporučujeme před procedurou návštěvu toalety.
- 3.** Před prvním vstupem do saunové kabiny se nezapomeňte řádně osprchovat.
- 4.** Dobře se osušte, neboť suchá kůže se potí rychleji.
- 5.** V prostorách sauny je lepší nepoužívat plavky, doporučujeme sundat šperky, které máte přímo na těle.
- 6.** Celé tělo včetně nohou podkládejte prostěradlem či osuškou.
- 7.** Pobyt v sauně má být krátký, ale působení intenzivní. Saunujte se proto na prostřední nebo horní lavici, ale ne déle než 15 minut.
- 8.** Méně vhodné je sedět jako na židli, dochází pak k velkému rozdílu teplot na chodidlech a hlavě, což může vést k závratím nebo k bolesti hlavy.
V horizontální poloze ucítíte teplo příjemně rovnoměrně. Poslední dvě minuty saunování se doporučuje v sedě, aby se krevní oběh přizpůsobil opět vzpřímené poloze a krev se nenahrnula do nohou najednou.
- 9.** V saunách můžete dýchat buď pouze nosem, nebo také ústy. Při dýchání nosem se může dostavit pocit, jako by vzduch pálil. V tom případě můžete přikrýt nos i ústa dlaní. Dýchejte normální frekvencí, jak jste zvyklí normálně.
- 10.** Při pocení můžete lehce otírat a hladit povrch těla, což napomáhá otevírat kožní póry a odplavovat nečistoty z kůže. Doporučujeme využít speciální žínky.
- 11.** Po uplynutí doporučené doby pobytu, nebo když pocítíte pálení ušních boltců, špičky nosu či bradavek, vyjděte z prohřívány.



12. Nejšetrnějším způsobem ochlazení je polévání pomocí hadice. Lze využít také sprchy. **Před použití ochlazovacího bazénku se vždy nejprve osprchujte, abyste spláchli pot. Pokud máte potíže s vysokým tlakem, ochlazovacích bazénků se vyvarujte. V bazénku se ochlazujte pozvolným ponořováním, nikoliv skokem. Ochlazujte se pokud možno i s hlavou nebo alespoň po zátylek.**

13. Proceduru teplo-chlad opakujte alespoň třikrát.

14. Závěrečná relaxační fáze je nejen příjemným zakončením saunovacího rituálu, ale podporuje zotavení organismu. V této fázi nezapomeňte doplnit tekutiny – vhodný je chlazený čaj, minerálky nebo vybrané izotonické sportovní nápoje.

15. Pokud jste saunování prováděli správně, budete se cítit příjemně uvolnění a unavení. Blahodárné účinky saunování by zrušila konzumace alkoholu nebo kouření.

Pokud trpíte zdravotními problémy, kontaktujte náš personal na recepci wellness.



Saunování je nevhodné pro:

těžké formy nedostatečnosti srdce

vysoký krevní tlak s postižením ledvin

srdeční arytmii

onemocnění srdce

akutní zánět žil

zánětlivá onemocnění vnitřních orgánů (jater, ledvin, slinivky aj.)

zhoubné nádory;

ischemickou chorobu mozku s projevy poruch prokrvení mozku; epilepsii

nevyléčenou tuberkulózu;

akutní infekty horních i dolních dýchacích cest

akutní zánětlivá stadia revmatických onemocnění



AROMATICKÁ SAUNA

Vyberte si ze široké nabídky vonných esencí:

Navozující relaxaci:

bergamot, růžové dřevo, ylang ylang, cedr, geranium bourbon, levandule, sladký pomeranč

Přinášející úlevu při dýchacích obtížích:

eucalyptus globulus, eucalyptus radiata

Probouzející vitalitu:

máta peprná, grapefruit, borovice, rozmarýn

Zvyšující harmonii:

citron, citronela, cypřiš, lavandin, červená mandarinka, tea tree, pačuli





PARNÍ LÁZEŇ

Parní lázně jsou horké lázně (40-55°C) s vysokou vlhkostí vzduchu (až 100 %). Toto jedinečné klima působí blahodárně na lidský organismus. Hlavní rozdíl mezi klimatem v sauně a v parní lázni spočívá ve vlhkosti vzduchu. Prohřívání má na organismus pozitivní účinky. Parní lázně pomáhají při léčbě astmatu, dýchacích onemocnění, revmatismu, chrapotu, svalových onemocnění a poruchách prokrvování. Prohřívání organismu vede k aktivování detoxikačních procesů a spalování tuků, takže parní lázně jsou také výraznou podporou při hubnutí. Inhalace páry je výborným léčivým prostředkem při rýmě, zánětu průdušek, hrtanu, zánětu nosních dutin, bronchitidě a při zápalu plic. Během inhalace páry se otevírají kožní póry, z pokožky se vyplavují nečistoty a bylinky působí regeneračně na pleť. Na rozdíl od klimatu v sauně se u parní lázně jedná o vlhkou teplou lázeň. Nedoporučuje se do parní lázně chodit s plným žaludkem, ani hladový nebo bezprostředně po značné tělesné námaze.

PARNÍ LÁZEŇ AROMATICKÁ ČI SOLNÁ

Parní aromatická lázeň poskytuje širokou nabídku esenciálních olejů.

Parní solná lázeň blahodárně působí kateřinskou vodou a solí.

Pokud trpíte zdravotními problémy, kontaktujte náš personál na recepci wellness.

PRAVIDLA CHOVÁNÍ V PARNÍ KABINĚ



- 1.** Do páry nechodíte hladoví nebo naopak s plným žaludkem.
- 2.** Aby jste si proceduru v parní kabině nerušeně užili, doporučujeme před saunováním návštěvu toalety.
- 3.** Před prvním vstupem do parní kabiny se nezapomeňte řádně osprchovat.
- 4.** V prostorách páry je lepší nepoužívat plavky, doporučujeme sundat šperky, které máte přímo na těle.
- 5.** Celé tělo včetně nohou podkládejte prostěradlem či osuškou.
- 6.** V páře zůstaňte tak dlouho, dokud nejste řádně prohřátí (není zdravé dobu přetáhnout tak, že se dostaví pocity mdlob a točení hlavy). Délka pobytu v parní kabině je vždy individuální, obvykle však 10 - 20 min.
- 7.** Po odchodu z parní lázně je doporučeno se osprchovat - není nezbytně nutné se prudce ochlazovat - použijte vlažnou vodu. Intenzitu ochlazení volí každý podle svých pocitů a zkušeností, kromě sprchy lze použít ochlazování na chladném vzduchu.
- 8.** Fáze prohřívání a ochlazování se obvykle opakují 2-3x tak, aby bylo docíleno příjemných pocitů. Doba a intenzita prohřívání se ponechává na návštěvnících páry.
- 9.** Po ukončení procedury doporučujeme odpočinek 20-30 minut v relaxačních místnostech.
- 10.** Po ukončení procedury doporučujeme doplnit vypocenou vodu a minerální soli. K tomu se nejlépe hodí neslazené minerálky, ovocné šťávy nebo jiné nealkoholické nápoje.
- 11.** Blahodárné účinky by zrušila konzumace alkoholu, kouření. Nenavštěvujte parní kabinu pokud nejste zdraví, máte zvýšenou teplotu nebo jiné infekční a virové onemocnění.



12. Pro pobyt dětí v parní lázni platí zvláštní pravidla. Před první návštěvou parní lázně informujte pediatra a požádejte o rady týkající se pobytu v parní lázni.

13. Každý návštěvník je povinen uposlechnout bezvýhradně pokynů obsluhy parní lázně, týkající se provozu zařízení. V případě neuposlechnutí je obsluha oprávněna vykázat takového návštěvníka z provozu.

Pokud trpíte zdravotními problémy, kontaktujte náš personál na recepci wellness



Parní lázeň není vhodná pro:

těžké formy nedostatečnosti srdce

vysoký krevní tlak s postižením ledvin

srdeční arytmii

onemocnění srdce

akutní zánět žil;

zánětlivá onemocnění vnitřních orgánů (jater, ledvin, slinivky aj.)

zhoubné nádory

ischemickou chorobu mozku s projevy poruch prokrvení mozku

epilepsii

nevléčenou tuberkulózu

akutní infekty horních i dolních dýchacích cest

akutní zánětlivá stadia revmatických onemocnění



WHIRLPOOL

Uvolníte ztuhlé svaly, ulevíte bolavým zadům, napětí povolí. Čas se na chvíli zastaví a starosti odplynou.

Jemná masáž vířící vodou o teplotě 36 - 38°C. Doporučená doba koupele je 15 - 20 minut.

RASULBATH

Rasulbath je tradiční orientální očištná procedura, která probíhá po dobu třiceti minut ve vlahé parní lázni. Její podstata spočívá v biochemických účincích bahna na lidský organismus, které se v přírodě volně vyskytuje. Ve Svaté Kateřině můžete okusit blahodárné působení bahna z Mrtvého moře, jehož působením dochází k důkladnému očištění a prokrvení pokožky. Účinky bahna působí detoxikačně, proto během procedury doporučujeme dostatečně pít čistou vodu.



Rasulbath je nevhodný pro:

*těžké formy nedostatečnosti srdce
vysoký krevní tlak s postižením ledvin
srdeční arytmií
onemocnění srdce
akutní zánět žil
zánětlivá onemocnění vnitřních orgánů (jater, ledvin, slinivky aj.)
zhoubné nádory;
ischemickou chorobu mozku s projevy poruch prokrvení mozku
epilepsii
nevyлéčenou tuberkulózu;
akutní infekty horních i dolních dýchacích cest
akutní zánětlivá stadia revmatických onemocnění*



RASULBATH KOKOSOVÝ SEN

Využívá se blahodárných účinků kokosového oleje; ten je hypoalergenní, nedráždí ani velmi citlivou pokožku, nazývá se přírodním antibiotikem.

Cena: 690 CZK / 30'

RASULBATH - MEDOVÉ POTĚŠENÍ

Napomáhá zpevnit problematické partie těla. Na pokožku je nanášena speciální medovo-mléčná maska, která působí po dobu dvaceti minut ve vlahé parní lázni. Na závěr je pokožka ošetřena medovým tělovým máslem, jež její účinky a zpevnění pokožky umocní. Tato procedura není vhodná při vysokých venkovních teplotách pro osoby trpící problémy s krevním tlakem či srdečními obtížemi.

Cena: 690 CZK / 30'

RASULBATH - ZÁZVOR - DETOXIKACE

Zázvor velmi intenzivně očišťuje naše tělo a ve spojení s kokosovým olejem hydratuje a rozjasňuje pleť. Kokosový olej se zázvorem je plný vitaminů a antioxidantů, které dodávají pleti potřebné živiny, lehce ji tonizují a chrání před známkami stárnutí.

Cena: 690 CZK / 30'



HYDROMASÁŽNÍ VENKOVNÍ JACUZZI „AQUA EUFORICA“

Ponořte se do osvěžující vody plné bublinek a pozitivní energie,
bude vám báječně.

Nad hlavou svítí hvězdy a v ruce jiskří sklenka sektu. Blahodárná koupel v bublající mineralizované vodě ve spojení s nadnášením, teplem a masáží je báječně omlazující. Tělo váží ve vodní lázni desetinu a svaly a šlachy si tak dokonale odpočinou. Teplo a masáž stimulují krevní oběh, který přináší více kyslíku a živin pro uklidnění a regeneraci unavených svalů. Trysky jsou umístěny tak, aby masírovaly nejvíce zatěžovaná místa. Ovládacími prvky si nastavíte intenzitu tryskání vody tak, aby vám byla hydromasáž příjemná. K dispozici máte šest masážních frekvencí. Složení vody pramene sv. Kateřiny výrazně umocňuje účinek hydromasáže. Tento hlubinný alkalický pramen byl po staletí využíván v lázeňských procedurách, mimo jiné i pro jedinečné účinky regenerace pokožky. Vitalizační účinek lázně násobí i nadmořská výška 750 m n. m., v níž je jiskřivě čistý vzduch natolik zředěný, že vás nutí k hlubokému dýchání. Po hydromasáži bude váš spánek hlubší a uvolňující. Na terase vás čeká také ohřívárna - tropická lázeň.

*Pokud trpíte zdravotními problémy, kontaktujte náš personál
na recepci wellness.*



CANTABRIA

až 8 relaxačních míst.

Nabízí velký a dokonalý prostor pro relaxaci. Je doslova nabitá silou čerpadel a množstvím trysek.

GENEVA

až 6 relaxačních míst.

Svým provedením nastavila standard hydromasáže. Dokonalé tvary, přesně umístěné trysky a silná čerpadla.

TAHITIAN

až 6 relaxačních míst.

Pro ty, kteří žádají dokonalou hydroterapii v kompaktním provedení. Mladší „sestra“ Genevy uspokojí a nadchne.

MARTINIQUE

Až 4 relaxační místa.

Poskytne vám skvělý relaxační zážitek, zvláště chcete-li být nerušení ve dvou.



CENÍK AQUA EUFORICA koupel pod širým nebem

&

CENÍK JACUZZI JEDNOTLIVĚ

Martinique: 690 Kč/ 60' | 890 Kč/ 90'

Tahitian: 990 Kč/ 60' | 1 290 Kč/ 90'

Geneva: 1 090 Kč/ 60' | 1 490 Kč/ 90'

Cantabria: 1 290 Kč/ 60' | 1 790 Kč/ 90'

PRONÁJEM VŠECH JACUZZI DOHROMADY

Martinique, Tahitan, Geneva a Cantabria

cena: 3 660 Kč/ 60' | 5 060 Kč/ 90'

CENÍK JACUZZI KOMBINACE

Martinique a Geneva: 1 580 Kč/ 60' | 2 180 Kč/ 90'

Geneva a Tahitian: 1 880 Kč/ 60' | 2 580 Kč/ 90'

Tahitian a Cantabria: 2 080 Kč/ 60' | 2 880 Kč/ 90'

Martinique a Geneva a Tahitian: 2 470 Kč/ 60' | 3 370 Kč/ 90'

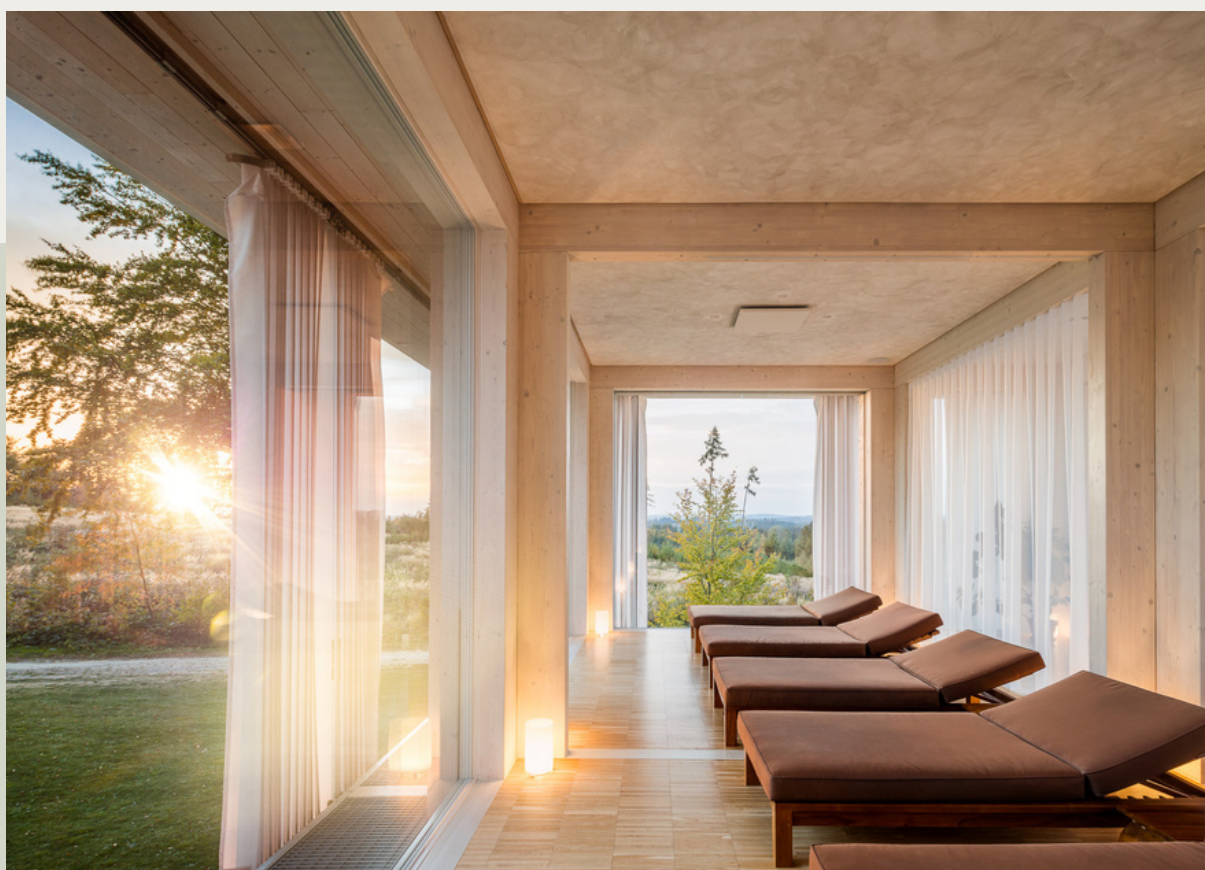
Geneva a Tahitian a Cantabria: 3 070 Kč/ 60' | 4 270 Kč/ 90'



SPA ÁJURVÉDSKÝ PAVILON

VÍTEJTE V ÁJURVÉDSKÉ PAVILONU,

vnímejte blízkost a sílu ozdravné vysočinské přírody. Ájurvédský pavilon, "**Stavba roku 2019**" je rozdělen do dvou částí. První je věnována výhradně ájurvédě a ájurvédským terapiím, druhá část je tvořena wellness & spa. Ájurvéda vychází z teorie pěti prvků, elementů; země, voda, oheň, vzduch, éter, které jsou součástí všeho okolo nás. Harmonizace těchto živlů umožňuje nalézt vnitřní sílu a zdraví. Vastu, védský rukopis o architektuře, mluví o vlivu jednotlivých elementů, planet a světových stran na kvalitu žití v budovách. Proto inspirací pro stavbu Ájurvédského pavilonu byl, do určité míry, právě tento prastarý text, který je součástí výuky a praxe ájurvédy.





ÁJURVÉDSKÝ PAVILON

OTEVÍRACÍ DOBA

po – čt: 10:00 - 22:00

pá: 10:00 - 23:00

so: 8:00 - 23:00

ne: 8:00 - 20:00

Otevírací doba pro veřejnost:

Vždy pouze po dohodě s recepcí Ájurvédského pavilonu
(tel. 565 456 891).

Ordinační hodiny ájurvédského lékaře:

pondělí -pátek: 10:00-11:30 a 12:30-17:30

sobota -neděle: 9:00-11:00 a 13:00-17:00

Vstup dětí (od 1 roku do 6 let) je povolen jen do SPA,
nikoli do ájurvédské části,
za doprovodu dospělé osoby na 2 hodiny v termínech určených pro děti:

Každý den 10-12 a 15-17

Dětem do jednoho roku není vstup povolen.

Župany budete mít připraveny na hotelovém pokoji a při vstupu do wellness & spa
Vám wellness recepce poskytne zdarma ručník a dvě prostěradla. V rámci
ekologického nakládání s životním prostředím Vám zapůjčíme další ručníky,
prostěradla či župan za poplatek. Poplatek za výměnu županu činí
60 Kč, za zapůjčení dalšího prostěradla 30 Kč a ručníku 20 Kč.



WELLNESS & SPA

Wellness & spa v ájurvédském pavilonu nabízí:

- **finskou saunu** (*info o saunování a pravidla saunování najdete v sekci WELLNESS & SPA HOTEL SVATÁ KATEŘINA*)
 - **aromaterapeutickou parní kabinu**
(*info o parní lázni a pravidla najdete v sekci WELLNESS & SPA HOTEL SVATÁ KATEŘINA*)
 - **dva velké whirlpooly**
 - **bazén** se šesti masážními sedáky
- **jemná reflexní terapie** "chůze po kamenech a oblázcích"

Jemná reflexní terapie je účinným doplňkem k reflexní masáži chodidel, která je prováděna terapeuty. Reflexologie je více než tisíc let stará asijská technika, která je součástí alternativní medicíny a samoléčby. Je založena na holistických principech, na faktu, že na koncových částech těla, chodidlech, rukách, uších, se nacházejí nervová zakončení, která mají vztah k vnitřním orgánům. Jejich stimulací, masáží dochází k ovlivnění a podpoře jejich činnosti.

Tato terapie má také pozitivní vliv na podporu metabolismu, regeneraci organismu, podporu trávení či zlepšení nespavosti. Jemná reflexní terapie, kterou vám doporučujeme vyzkoušet, je podpůrnou terapií, kterou provádí maséři. Bolest, kterou můžete pociťovat je součástí terapie. Bolestivá citlivost chodidel poukazuje právě na problémy jednotlivých orgánů. Kombinací terapií postupně dochází ke zlepšení činnosti těchto orgánů a tedy k postupnému snížení bolestivosti, ať už při masáži nebo při chůzi po kamíncích.

Nevhodné při kožních onemocněních chodidel, není vhodné v těhotenství.

Téměř z každého prostoru wellnes & Spa se naskytají nádherné výhledy do okolní přírody. Spojení s přírodou pomáhá nalézt vnitřní harmonii, odstranit následky stresu, který přináší moderní doba a život ve městech



ÁJURVÉDSKÁ ČÁST

Věnováno ájurvédě a ájurvédským terapiím

- V pavilonu bylo vybudováno šest specializovaných terapeutických místností, jejichž součástí jsou parní kabiny pro intenzivní vstřebání léčebných olejů po ájurvédských terapiích. Místnosti jsou vybaveny originálními masérskými stoly vyrobenými v indické Kerale z mahagonového dřeva.
- V blízkosti recepce je ordinace ájurvédského lékaře, umístěná tak, aby byl lékař kdykoliv k dispozici nejen našim hostům, ale také pro odbornou konzultaci a individuální úpravu terapií podle zdravotního stavu klienta.
- Po terapiích mohou klienti využít rozlehlé relaxační prostory a vnímat blízkost a sílu ozdravné vysočinské přírody.



ÁJURVÉDSKÝ PAVILON

CENÍK

CENÍK VSTUPNÉHO - Dospělé osoby

Víkend - pá, so, ne (do 14:00) + svátky:

790 Kč - celodenní vstupné

490 Kč - 2 hodiny

Při překročení 2 hod. limitu bude účtována cena 60 Kč za každou započatou ¼ hodinu.

Všední dny - ne (od 14:00) – čt

590 Kč - celodenní vstupné

390 Kč - 2 hodiny

Při překročení 2 hod. limitu bude účtována cena 40 Kč za každou započatou ¼ hodinu.

CENÍK VSTUPNÉHO - Děti + dětem vyhrazené časy

Víkend - pá, so, ne (do 14:00) + svátky

390 Kč - 2 hodiny

Při překročení 2 hod. limitu bude účtována cena 60 Kč za každou započatou ¼ hodinu.

Všední dny - ne (od 14:00) – čt

290 Kč - 2 hodiny

Při překročení 2 hod. limitu bude účtována cena 40 Kč za každou započatou ¼ hodinu.



BEAUTY



Nechte se hýčkat kosmetickou péčí od firmy Comfort Zone, objevte blahodárné účinky přírodní péče od značky WELEDA nebo Inlight. Krásné a zdravé nehty můžete mít díky šetrné péči od značky OPI.



KOSMETIKA

Dopřejte si chvíle odpočinku a péče s výjimečnými kosmetickými produkty, které hýčkají vaše tělo i smysly. Objevte luxusní kosmetickou péči od značky

Comfort Zone, která spojuje vědecký přístup s relaxačním zážitkem.

Vychutnejte si sílu přírody s přírodní kosmetikou WELEDA nebo Inlight, jejichž přípravky jsou tvořeny s maximálním respektem k přírodě i vaší pokožce. Vyberte si to nejlepší pro svou krásu i pohodu.





COMFORT ZONE

Představujeme italskou luxusní kosmetiku Comfort Zone, jejíž procedury naleznete v luxusních hotelech, spa, beauty a wellness centrech ve 40 zemích světa. Pocit naprosté krásy umocní dokonalý relaxační prožitek.

REMEDY

Harmonie pro citlivou pleť a žilky Pokročilá profesionální péče pro hloubkovou výživu suché pokožky, redukci začervenaní, podráždění a posílení. Výsledkem je jednotný, vyvážený a zdravý stav pleti. Ideální pro citlivou a suchou pleť, těhotné ženy, S.O.S. při popálení sluncem nebo jiném náhlém podráždění. Redukuje vzhled rozšířených žilek, podráždění a jiné příznaky nepohodlí.

Cena: 1 390 Kč/ 60'

RECOVERY TOUCH

Vyživující antioxidační ošetření Kompletní ošetření přizpůsobené potřebám vaší pleti. Zahrnuje aromaterapeutický rituál proti stresu, relaxační masáž obličeje, dekoltu a šíje, aplikaci masky, závěrečné ošetření pleti. Recover touch antioxidant ošetření hloubkově vyživuje a obnovuje jas suché, matné, vyčerpané pleti.

Cena: 1 250 Kč/ 60'

ACTIVE PURENESS

Ošetření pro mastnou a problematickou pleť, vhodné pro muže Citlivé kosmetické ošetření, které hloubkově čistí, stahuje póry a harmonizuje mastnou pleť se zánětlivými problémy akné a tmavých teček. Ošetření zahrnuje matující jílovou zelenou masku.

Cena: 1 250 Kč/ 60'



HYDRAMEMORY KOMPLET

pro dehydratovanou pleť

Hlubkově hydratační a anti-oxidační ošetření obličeje, krku a dekoltu. Zanechává pleť hydratovanou, hedvábnou a přináší vzhled pevné, vyživené a rozzářené pleti.

Doporučeno pro extrémně dehydratovanou pleť po celý rok, obzvlášť v teplém období nebo při přípravě na opalování. Ideální pro pleť, která jeví první známky stárnutí.

Cena: 1 350 Kč/ 60'

SUBLIME SKIN - aktivní lifting

Omlazující, vyplňující a liftingové ošetření pro obličej a krk. Jeho specifické působení a účinnost jsou dosaženy inovativní dvoufázovou slupující maskou. Ošetření přináší okamžitý lifting, vyplnění a zpevnění tváře. Vyživuje, rozjasňuje a sjednocuje. Redukuje hluboké vrásky. Doporučeno pro všechny typy pleti.

Cena: 1 990 Kč/ 85'

SUBLIME SKIN - dvojitý peeling

hloubkový peeling s AHA kyselinami

Kompletní ošetření přizpůsobené potřebám vaší pleti. Zahrnuje aromaterapeutický rituál proti stresu, relaxační masáž obličeje, dekoltu a šíje, aplikaci masky, závěrečné ošetření pleti. Chrono-Reverser ošetření hloubkový peeling obnovuje strukturu pokožky, vyhlazuje nerovnosti a sjednocuje barvu pleti.

Cena: 1 390 Kč/ 60'



SUBLIME SKIN EYE PATCH MASK*

Oční maska s okamžitým efektem! Inovativní korekční hydrogelová maska na oči s peptidy pro okamžité osvěžení, omlazení a výživu očního okolí. Obsahuje složky bez silikonů, parfemace, z 96% přírodních složek.

Cena: 490 Kč

**možné objednat pouze k ošetření, ne samostatně*

OŠETŘENÍ A RITUÁLY COMFORT ZONE

Dopřejte své pleti to nejlepší s italskou značkou Comfort Zone, která spojuje sílu přírody s moderní vědou. Produkty jsou šetrné k pokožce i životnímu prostředí, bez silikonů a parabenů. Vychutnejte si profesionální péči, která promění každodenní rituál v relaxační zážitek.

TRANQUILITY URBAN DETOX FACIAL (OBLIČEJ)

Ošetření zahrnující účinnou slupovací masku obohacenou o chlorellu a dřevěné uhlí, které intenzivně očišťují pleť. Tento druh detoxu pleti je vhodný pro mdlou, životním prostředím stresovanou pleť se sklonem k akné. Péče nejen čistí, ale také rozjasňuje a vyhlazuje pleť.

Cena: 1 590 Kč/ 60'

HYDRAMEMORY GLOW (OBLIČEJ)

Pleťové ošetření inspirované kryoterapií, hluboce vyživuje a tonizuje pokožku. Využívá extraktu z Opuncie a kyseliny hyaluronové k hydrataci, zvýšení pevnosti a jasů pokožky. Ošetření zahrnuje unikátní drenáž obličeje pomocí speciálních chladících lžiček. Dochází ke stimulaci lymfy a zlepšení mikrocirkulace, což pomáhá vstřebávání aplikovaných produktů. Všechny produkty jsou z organického zemědělství a jsou veganské.

Cena: 1 590 Kč/ 60'



TRANQUILITY PÁNSKÉ OŠETŘENÍ (OBLIČEJ)

Ošetření, které je sestavené podle speciálních požadavků mužské pokožky. Zahrnuje čistící péči, pomáhá vyhlazovat vrásky a intenzivně hydratuje holením namáhanou pokožku. Přípravky obsahují rostlinný betaphrolin, který ovlivňuje naši náladu. Péče přináší pocit uvolnění a dobré nálady.

Cena: 1 390 Kč/ 60'

TRANQUILITY LUMINANT „Bright facial“ (obličej)

Velmi efektivní kosmetické ošetření, které má trojí účinek. Pomáhá v korekci tmavých skvrn, při hyperpigmentaci a okomžitě rozjasňuje a sjednocuje pleť.

Ošetření je inspirováno nejefektivnějšími dermatologickými technikami pro léčbu hyperpigmentace. Díky jedinečné technologii 3-BRIGHT TECHNOLOGY™ efektivně napravuje a předchází tmavým skvrnám a hyperpigmentaci, kombinuje přírodní extrakty a high-tech molekuly jako je zázvor, 4-butylresorcinol, melanohexapeptid a keratolytický enzym.

Všechny ingredience jsou veganské, 97,6% složek je přírodního původu.

Cena: 1 590 Kč/ 60'



KOSMETICKÉ RITUÁLY INLIGHT

Dopřejte si jemné a zároveň účinné kosmetické rituály s bio kosmetikou Inlight.

Čistě přírodní složení, ruční výroba a léčivá síla bylin se snoubí v hluboce čistícím a harmonizujícím ošetření, které regeneruje pleť do hloubky a obnovuje její přirozenou rovnováhu. Inlight je rituál krásy v souladu s přírodou.

INLIGHT PRETTY kosmetický rituál

Jemné, čistě přírodní, luxusní kosmetické ošetření obličeje, šíje, dekoltu a rukou, které je vhodné pro všechny typy pleti. Rituál zahrnuje uvolňující, detoxikační a relaxační masáž, včetně masáže rukou a stimulace akupresurních bodů.

Relaxační, hladivé ošetření, které vaši pleť hydratuje, rozjasní a vyhladí.

Cena: 1 990 CZK / 90'

INLIGHT PURITY kosmetický rituál

Jemné, čistě přírodní, hluboce čistící kosmetické ošetření obličeje a šíje, které je vhodné pro všechny typy pleti. Součástí rituálu je uvolňující a detoxikační masáž, čistící rituál, stimulace akupresurních bodů.

Tato terapie je vhodná i pro muže.

Cena: 1 390 Kč / 60'



KOSMETICKÉ OŠETŘENÍ WELEDA

Zažijte jedinečný wellness zážitek s přírodní péčí WELEDA. Ošetření vytvořené odborníky této tradiční značky spojuje sílu rostlin s dotekem profesionálů, kteří vaši pleti navrátí rovnováhu, vitalitu a přirozený jas.

Weleda – harmonie těla, duše a přírody.

GRANÁTOVÉ JABLKO 60'

Granátové jablko je známo pro svůj omlazující účinek. Působí proti oxidačnímu stresu, tvorbě pigmentových skvrn. Podporuje hydrataci, dodává potřebné minerály, vitamíny. Zpevňuje, hydratuje a navrácí pružnost pleti. Tento rituál přináší pocit síly a energie.

Cena: 1 590 Kč

RŮŽE 60'

Výtažky z růže v produktech WELEDA dodávají pokožce vitalitu, svěžest a mladistvý vzhled. Podporuje hojení, látkovou výměnu v pleti, tvorbu elastických a kolagenních vláken. Tento rituál je velmi šetrný, zklidňující. Růže zlepšuje náladu, harmonizuje tělo, ducha i mysl.

Cena: 1 490 Kč



SKIN FOOD 60 ´

Skin Food je unikátní řadou produktů firmy WELEDA, která je na trhu již od roku 1926. Tato jedinečná receptura krému pomáhá regeneraci a hydrataci pokožky celého těla. Pomáhá regeneraci, hojení a omlazení pleti. Byliny použité ve Skin Food produktech poskytují potřebnou sílu pleti v boji s vlivy okolního prostředí. Tento rituál přináší příjemný pocit regenerace nejen těla, ale i mysli.

Cena: 1 390 Kč

SENSITIV MANDLE 60 ´

Mandlové produkty firmy WELEDA jsou první pomoc při podráždění pleti. Tato péče má nejen intenzivní zklidňující účinky, ale také pomáhá obnovit přirozenou kožní bariéru, zlepšují obranyschopnost pokožky. Tento rituál je velmi jemný, bez éterických olejů, je vhodný pro všechny, kdo hledají zklidnění, hýčkání a jemnou péči.

Cena: 1 390 Kč





MANIKÚRA

Značka OPI je vedoucí firmou v oblasti nehtové péče s šetrným složením a vysokým podílem přírodních složek. Produkty neobsahují dibutylftalát, formaldehyd ani toulén. OPI nabízí kompletní péči o ruce a nohy, ošetření pro všechny typy nehtů a širokou paletu barevných či ošetřujících laků. Exkluzivní péče o vaše ruce. Pro kvalitní výsledek lakování doporučujeme relaxovat 10 - 20 min. v relaxační zóně v salonu Dalila.





LUXUSNÍ MANIKÚRA OPI

Analýza nehtu, úprava kutikuly a nehtu, lázeň, peeling, pečující maska, zábal v termálních návlecích, masáž, vyživující péče, lakování.

Cena: 1 090 Kč/ 60'

ZÁKLADNÍ MANIKÚRA OPI

Analýza nehtu, úprava kutikuly a nehtu, pečující maska, vyživující péče, lakování.

Cena: 690 Kč/ 30'

P-SHINE

Japonská manikúra pro zdravé, pevné a krásné nehty. Vhodné pro třepící se nehty.

Cena: 690 Kč/ 25'



PEDIKÚRA

Jedinečná zvláčňující, osvěžující a revitalizační péče o vaše nohy. Značka OPI je vedoucí firmou v oblasti šetrné nehtové péče s vysokým podílem přírodních složek. Produkty neobsahují dibutylftalát, formaldehyd ani toulén. OPI nabízí kompletní péči o ruce a nohy, ošetření pro všechny typy nehtů a širokou paletu barevných či ošetřujících laků.





LUXUSNÍ PEDIKÚRA OPI

Analýza nehtu, úprava chodidel, kutikuly a nehtu, lázeň, peeling, pečující maska, zábal v termálních návlecích, masáž, vyživující péče, lakování.

Cena: 1 090 Kč/ 60'

PEDIKÚRA LUXUSNÍ S LAKOVÁNÍM

Lázeň, ošetření chodidel a nehtů, masáž chodidel, vyživující péče, lakování.

Cena: 890 Kč/ 60'

STANDARDNÍ PEDIKÚRA BEZ LAKOVÁNÍ

Lázeň, ošetření chodidel a nehtů, masáž chodidel, vyživující péče.

Cena: 790 Kč/ 60'



**S V A T Á
K A T E Ř I N A**
RESORT

Nevíte si rady s výběrem služeb?

Jsme tu pro vás.

Hotelová recepce: +420 724 557 922

Wellness recepce Hotel Svatá Kateřina: +420 565 456 809

Recepce Ájurvédský pavilon: +420 565 456 891

Ájurvédská manažerka: +420 565 456 835

Koordinátorka: +420 602 597 797