



m a s á Ź e

VYUŽÍTE MOŽNOSTĚ OBJEDNAŤ SI MASÁŽ

Klasická masáž tela celková	50 min.	39 €
Klasická masáž tela čiastočná	25 min.	29 €
Relaxačná masáž	50 min.	45 €
Kozmetická lymfodrenáž tváre	20 min.	28 €
Reflexná masáž chodidiel	25 min.	35 €
Reflexná masáž chrbta	25 min.	35 €
Indická masáž hlavy	25 min.	35 €
Mäkké uvoľňovacie techniky	45 min.	38 €
Bankovanie	45 min.	38 €
Medová masáž	50 min.	49 €
Pregnancy – masáž pre tehotné	50 min.	49 €
Anticelulitídna masáž	50 min.	49 €
Lymfodrenáž celého tela	50 min.	49 €
Thajská celotelová olejová masáž	50 min.	49 €
Havajská masáž Lomi Lomi	50 min.	49 €
Masáž lávovými kameňmi	50 min.	49 €
Myofasciálna masáž	50 min.	49 €
Čokoládová masáž	50 min.	49 €



HOTEL
HUBERT



m a s á Ź e

Indikácie masáže - kedy ísť na masáž

Masáž si môžeme dopriať, ako spôsob relaxácie. Taktiež je vhodná na odstránenie následkov únavy a nahromadeného stresu. Pomáha pri zmiernení a odstránení bolesti chrbta, alebo iných časti tela. Jednoducho povedané, masáž je ideálna na vyvolanie fyzickej a duševnej pohody.

Kontraindikácie masáže - kedy na masáž nechodiť

Masáž sa nevykonáva v prípade akéhokoľvek infekčného ochorenia, herpesu, pásového oparu, otvorených rán, vnútorného zranenia, zvýšenej teploty, malátnosti, bolesti neznámeho pôvodu, diagnostikovaného nádorového ochorenia, pokročilej osteoporózy. Tiež v prípade varixov a kŕčových žíl sa nemasírujú nohy. Masáž sa nevykonáva ani pri opitosti a pod. stavoch. V prípade, že si nie ste istý, či je masáž pre vás vhodná, poraďte sa s lekárom. Masírovaný človek má byť umytý vrátane chodidiel (pri celotelovej masáži sa masírujú). Ak ste si vedomý zdravotných problémov, o ktorých by mal masér vedieť, oboznámte ho s nimi. Ak kedykoľvek počas masáže pocítite neúmerný tlak, upozornite na to maséra. Upozornite ho aj na skutočnosti, ktoré by mohli masáž pozitívne alebo negatívne ovplyvniť.

Platí sa priamo u maséra (v hotovosti).
Objednané masáže **sú záväzné.**

JE DOBRÉ VEDIET!