

*W atmosferze harmonii i naturalnego piękna skutecznie zadbamy  
o Państwa zdrowie.*

*Grota Solna to morskie orzeźwienie w środku miasta,  
relaks i odpoczynek od zgiełku ulic.*

*Godziny otwarcia:  
PN-ND 9:00 - 21:00*

*SPA KUDOWA & GROTA SOLNA „SOLANA”*



*Zdrowie, relaks, uroda...*

Nasza oferta: Pielegnujemy Twoje zdrowie...  
...regenerujemy Twoje ciało.

Wyobraźcie sobie...

ale najpierw przeczytajcie, co oferuje współczesne SPA.

### ZABIEGI i DZIAŁANIE

#### **Masaż całego ciała klasyczny**

Poprawia pracę układu mięśniowego, nerwowego oraz stan skóry. Intensywność masażu dostosowana zostaje do sylwetki i kondycji. Doskonale odpręża i dodaje sił witalnych.

**50 min** **70 zł**

#### **Masaż częściowy klasyczny**

Dotyczy określonej części ciała. Pobudza bądź odpręża w zależności od zastosowanej techniki masażu.

**15 min** **30 zł**

#### **Masaż całego ciała relaksacyjny**

Niweluje zmęczenie, odpręża, pomaga w pełni odreagować napięcia.

**50 min** **60 zł**

#### **Masaż częściowy relaksacyjny**

Doskonale odpręża i pozwala zapomnieć o codziennych stresach i napięciach.

**15 min** **25 zł**

#### **Masaż całościowy naturalną czekoladą**

Jest masażem typowo relaksująco-odprężającym. Nawilża i poprawia koloryt skóry. Pobudza endorfiny w organizmie powodując lepsze samopoczucie pacjenta.

**50 min** **100 zł**

#### **Masaż całego ciała antycellulitowy**

Masaż oparty na kosmetyku antycellulitowym. Intensywny masaż rozbijające tkankę tłuszczową.

**50 min** **80 zł**

#### **Masaż częściowo odchudzający**

Pomaga skutecznie w rozbiciu cellulitu i wygładzeniu tzw. "skórki pomarańczy"

**15 min** **40 zł**

#### **Masaż częściowy z bańką chińską**

Wspomaga leczenie przeciwzapalne, intensywnie pobudza krążenie krwi co powoduje przyspieszenie metabolizmu. Rewelacyjnie wspomaga odchudzanie.

**15 min** **40 zł**

#### **Masaż twarzy**

Zwiększa krążenie w obrębie mięśni i skóry twarzy oraz szyi, poprawia owal twarzy, zmniejsza zmarszczki, zmniejsza napięcie twarzy w obrębie mięśni mimicznych, pomaga w odpływie zalegającej limfy.

**20 min** **30 zł**

#### **Masaż twarzy z maseczką błotną z minerałów z Morza Martwego**

Maseczka posiada właściwości detoksujące i ujędrniające skórę. Wyrównuje naturalny bilans minerałów w skórze, głęboko nawilża, rewitalizuje, oczyszcza i ściąga pory absorbując brud i pozostałości makijażu. Pozostawia twarz czystą i nawilżoną

**30 min** **35 zł**

#### **Masaż twarzy z maseczką z marokańskiej róży**

Maseczka posiada właściwości relaksujące i kojące skórę, spłyca drobne zmarszczki. Łagodzi objawy pękających naczynek i podrażnień.

**30 min** **35 zł**

**Masaż twarzy z maseczką z białej herbaty**

Maseczka posiada właściwości odżywcze i nawilżające. Pomaga w uzyskaniu gładkiej, świeżej i promiennej cery.

*30 min*

*35 zł*

**Masaż dłoni miodem**

Masaż pobudza receptory znajdujące się na dłoniach, odżywia skórę, relaksuje dzięki wspaniałym właściwościom miodu.

*20 min*

*20 zł*

**Masaż stóp miodem**

Masaż pobudza receptory znajdujące się na stopach, odżywia skórę oraz relaksuje.

*20 min*

*20 zł*

**Masaż częściowy stóp i dłoni – miodem**

*40 min*

*35 zł*

**Kąpiel olejkowa (eteryczna) aromatoterapia**

Kąpiel z indywidualnie dobranym rodzajem olejku, ma działanie relaksujące, odprężające.

*15 min*

*25 zł*

**Kąpiel Piwna**

Kąpiele w piwie to sposób na utrzymanie jędrności ciała.

W takiej kąpeli **Błąd! Nieprawidłowy odsyłacz typu hiperłącze.** znakomicie wypoczywa, zostaje nawilżona oraz nabiera łagodnego matowego koloru.

*15 min*

*35 zł*

**Kąpiel Borowinowa**

Działa rozluźniająco, łagodząco, powoduje usuwanie przez skórę produktów przemiany materii.

*15 min*

*15 zł*

**Kąpiel z algami**

Usuwa drobne zmarszczki, zmniejsza blizny, zmniejsza napięcie mięśniowe, wspomaga odchudzanie, likwiduje cellulit

*20 min*

*35 zł*

**Kąpiel Solankowa**

Złuszcza naskórek, uspokaja, relaksuje, pomaga na bezsenność, niweluje stany wyczerpania nerwowego.

*20 min*

*30 zł*

**KURACJA RELAKSACYJNA**

Obejmuje masaż twarzy z maseczką, masaż całościowy ciała (relaksacyjny), kąpiel olejkową + herbatka oczyszczająca organizm.

*90 min*

*110 zł*

**KURACJA REGENERACYJNA**

Masaż ujędrniająco- odchudzający, masaż twarzy z maseczką, kąpiel w algach + herbatka oczyszczająca organizm.

*90 min*

*150 zł*

**KURACJA KLASYCZNA**

Masaż klasyczny całościowy, masaż twarzy, kąpiel + herbatka oczyszczająca.

*90min*

*110 zł*

**Scen Tao - relaksacyjny zabieg masażu kamieniami** Zabieg ma działanie kojące i wyciszające. Jest szczególnie zalecany dla osób przemęczonych i nadmiernie zestresowanych. Pozwala odzyskać pozytywną energię, wyciszyć się i rozluźnić napięte mięśnie w atmosferze ciepła i stymulujących aromatów.

*90 min.* *150 zł*

#### **Okłady borowinowe**

Działają przeciwwzapalnie w stanach bólowych oraz intensywnie rozgrzewają.

*15 min* *15 zł*

#### **Świecowanie uszu**

Zabieg stosowany przy niedosłuchu, zalegającej woskowinie oraz szumach w uszach. Używane do zabiegu świece nie mają knotu. Podczas seansu nie palą się żywym płomieniem, ale żarzą. Wykonuje się je ręcznie z kawałka cienkiego, lnianego albo bawełnianego płótna zatopionego w wosku z dodatkiem miodu, ziół oraz olejków eterycznych. Składniki te zgodnie z recepturą Indian Hopi są mieszane w określonych ilościach, proporcjach i kolejności. Po nasączeniu materiał zwija się dość ciasno w taki sposób, by powstała rurka. Ta rurka to właśnie świeca o długości około 21 cm i średnicy około 1 cm. W trakcie zabiegu spala się tylko połowę. W dolnej części rurki umieszczona jest cieniutka blaszka sięgająca mniej więcej do 6 cm wysokości. To ona przekazuje ciepło do wnętrza ucha.

*20 min* *25 zł*

**Body detox** Rewelacyjna metoda oczyszczania organizmu z toksyn, wykorzystująca zjawisko elektrolizy. Zabieg jest doskonałym sposobem na pozbycie się toksyn z organizmu i przywrócenie równowagi energetycznej.

*35 z*

*30 min*

#### **Inhalacje Solankowo - Jodowe**

Pobyt w Grocie Solnej wspomaga leczenie schorzeń górnych i dolnych dróg oddechowych, alergii, chorób reumatycznych, chorób układu sercowo-naczyniowego, układu pokarmowego

a także zmniejsza stany wzmożonego napięcia układu nerwowego

*45 min* *10 zł, Ulgowy-8 zł*

## **POLECAMY:**

#### **KURACJA RELAKSACYJNA**

Obejmuje masaż twarzy z maseczką, masaż całościowy ciała (relaksacyjny), kąpiel olejkową + herbatka oczyszczająca organizm.

*90 min* *110 zł*

#### **KURACJA REGENERACYJNA**

Masaż ujędrniająco- odchudzający, masaż twarzy z maseczką, kąpiel w algach + herbatka oczyszczająca organizm.

*90 min* *150 zł*

#### **KURACJA KLASYCZNA**

Masaż klasyczny całościowy, masaż twarzy, kąpiel + herbatka oczyszczająca.

*90min* *110 zł*