



KATALOG SPA ADLER



Katalog zabiegów SPA

ADLER

WIERZYMY W NIEZWYKŁOŚĆ przeżycia SPA, podejścia i naszej pracy
– wierzymy w jej moc, jej znaczenie, jej przekaz.



KATALOG SPA ADLER



Terapeutki **MEDICAL SPA & WELLNESS** posiadają szeroką wiedzę i umiejętności z zakresu wszystkich zabiegów i usług oferowanych przez dział SPA & WELLNESS.

- **KASIA** – mgr fizjoterapii – licencjat : fizjoterapia w specjalności odnowa biologiczna;
- **ALINA** - mgr fizjoterapii , masażystka;
- **PATRYCJA** – terapeutka Spa , masażystka.

Działania masażystek wspomagają procesy wypoczynkowe po wysiłku fizycznym, łagodzą napięcia psychiczne, działają odprężająco i relaksująco.





PIELĘGNACJA CIAŁA

ŻURAWINOWA REWITALIZACJA **90 min – 190 PLN**

BOGACTWO WITAMINY C i A

Zabieg stymuluje syntezę kolagenu, rewitalizuje, neutralizuje wolne rodniki wzmacniając naczynka krwionośne. Jest również efektywnym zabiegiem anti-age, opóźniającym procesy starzenia. ŻURAWINA czyni skórę aksamitnie miękką i gładką. Zabieg składa się z: peelingu całego ciała, maski na ciało oraz aromaterapeutycznego masażu całego ciała.

CZEKOLADOWA EUFORIA **90 min - 190 PLN**

PRODUKCJA ENDORFIN HORMONU SZCZĘŚCIA

Czekolada działa regenerująco i antyoksydacyjnie, poprawia krążenie oraz przepływ limfy, dzięki temu działa wyszczuplająco i antycellulitowo. Skóra po zabiegu jest nawilżona, miękka, gładka, o zdrowym kolorzycie i przyjemnym zapachu. Zabieg składa się z: peelingu całego ciała, maski czekoladowej na ciało w kocu grzewczym oraz aromaterapeutycznego masażu całego ciała na oleju czekoladowym.

ZABIEG ALGOWY **90 min – 190 PLN**

MOC WYSZCZUPLANIA

Zabieg ma na celu intensywne dotlenienie międzykomórkowe, przy czym redukuje cellulit, tkankę tłuszczową oraz splota i rozjaśnia rozstępy. Zabieg składa się z: peelingu całego ciała, maski algowej na ciało w kocu grzewczym oraz przemasowania na oleju ujędrniającym.

MIętOWE ORZEŻWIENIE CIAŁA **90 min – 190 PLN**

Zabieg miętowy ma działanie oczyszczające i ujędrniające oraz hamuje procesy starzenia się skóry. Zabieg składa się z: peelingu całego ciała, maski miętowej z prawdziwą miętą oraz przemasowania na oleju miętowym.



POLECANE DLA MAM

MASAŻ TWARZY NA PŁYNNYM ZŁOCIE MAROKA 25min -70PLN

Masaż twarzy, szyi i dekoltu na oleju arganowym. Płynne złoto działa rewitalizująco, przeciwdziała procesom starzenia się skóry, poprawia jej elastyczność i jędrność oraz nawilża.

PROMIENNY UŚMIECH MAMY 55 min – 130 PLN

Zabieg intensywnie nawilża twarz przez uzupełnienie niedoborów wody w warstwie rogowej naskórka, chroni skórę przed wysuszeniem, poprawia gęstość i wzmacnia strukturę skóry.

RELAKSUJĄCY MASAŻ GŁOWY NA OLEJU KOKOSOWYM 25 min – 80 PLN

Wprowadza w głęboki relaks, przenosząc nas w świat harmonii i odprężenia. To wyjątkowy zabieg polegający na użyciu ciepłego oleju kokosowego, który delikatnie wylewa się na czoło wmasowując we włosy.

ŻURAWINOWA REWITALIZACJA 90 min – 190 PLN

BOGACTWO WITAMINY C i A

Zabieg stymuluje syntezę kolagenu, rewitalizuje, neutralizuje wolne rodniki, wzmacniając naczynka krwionośne. Jest również efektywnym zabiegiem anti-age, opóźniającym procesy starzenia. ŻURAWINA czyni skórę aksamitnie miękką i gładką. Zabieg składa się z: peelingu całego ciała, maski na ciało oraz aromaterapeutycznego masażu całego ciała.



ZABIEGI NA CIAŁO

PEELING CAŁEGO CIAŁA

30 min – 80 PLN

Delikatnie złuszcza martwy naskórek i sprawia, że skóra staje się odświeżona i jedwabiście gładka.

REGENERUJĄCE OWOCE LATA

70 min – 160 PLN

Owoce Papai & Ananasa mają działanie nawilżające, regenerujące i wygładzające skórę dzięki obecności związków witaminowych. Zabieg składa się z: peelingu całego ciała oraz niezwykle aromatycznego przemasowania ciała na olejku z papai i ananasa.

SOCZYSTA POKUSA ARBUZA

70 min – 160 PLN

Arbuz poprawia jędrność i elastyczność skóry, wspomaga procesy likwidujące cellulit, pozostawia na skórze owocowe uczucie świeżości i soczystości. Zabieg składa się z: peelingu całego ciała oraz niezwykle aromatycznego przemasowania ciała na balsamie z arbuza.

ZABIEG FOR MEN

70 min – 160 PLN

Relaksująco – oczyszczający zabieg przeprowadzony męską aromaterapią. Skuteczne oczyszczenie z toksyn i wygładzenie zapewni peeling całego ciała. Następnie przemasowanie na mleczku do masażu, dzięki któremu skóra jest pełna energii.

PROMIEŃ SŁOŃCA

30 min – 80 PLN

Zabieg opalający, który nadaje skórze naturalną opaleniznę, a także rozświetla, nawilża ją i wygładza. Zabieg składa się z: peelingu całego ciała zakończonego musem z orzecha i bursztynu

2 x 30 min – 150 PLN

3 x 30 min – 210 PLN



ZABIEGI DODATKOWE PRZY PIELEGNACJI CIAŁA

MASECZKA NA TWARZ WEDŁUG POTRZEB SKÓRY 30 PLN

RELIF SKÓRY WOKÓŁ OCZU MASAŻ + MASKA 20 PLN

ZABIEGI ODCHUDZAJĄCE

BODY WRAP KOMPLET 90 min – 320 PLN

WYSZCZUPLAJĄCY OKŁAD Z ALG MORSKICH

UDA & BRZUCH 75 min – 250 PLN

RECE 50 min - 120 PLN

Zabieg posiada silne właściwości drenujące, wyszczuplające, detoksykujące oraz redukujące cellulit. Zabieg składa się peelingu wybranych części ciała, serum, maski, owijania bandażami nasączonymi solą morską oraz wmasowania koncentratu wyszczuplającego.

NA ŻYCZENIE KLIENTA MIERZENIE WYBRANYCH CZĘŚCI CIAŁA PRZED I PO ZABIEGU.

MASAŻ BAŃKA CHIŃSKA

25 min – 65 PLN

Masaż bańka chińską na oleju ze słodkich migdałów to pomocna terapia w walce z cellulitem oraz poprawie stanu mało elastycznej skóry ud, brzucha oraz pośladków. Masaż ten pobudza krążenie krwi i płynów ustrojowych, pomaga pozbyć się toksyn z organizmu oraz ujędrnia ciało.



KATALOG SPA ADLER

BODY SHAPER

KOMBINEZON STYMULUJĄCY

KOMBINEZON STYMULUJĄCY

25 min – 65 PLN

Aparat do zabiegów odchudzania i modelowania sylwetki. W jednym, zabiegu zostały spotęgowane działania drenażu limfatycznego z terapią ciepłą Infrared oraz terapia magnetyczna z elektrostymulacją. Kompleksowy program zabiegowy daje widoczny efekt w postaci redukcji cellulitu i tkanki tłuszczowej jednocześnie przynosząc delikatny relaks i odprężenie.

MODELUJĄCA SIŁA NATURY

KOMBINEZON STYMULUJĄCY

70 min – 160 PLN

2 x 70 min – 290 PLN

3 x 70 min – 370 PLN

Zabieg przywraca naturalną równowagę i sprężystość skóry, zmniejszając obwód ciała oraz redukując cellulit. Zabieg składa się z: peelingu całego ciała, serum, maski z alg oraz presoterapii. Zabieg przeprowadzony jest w kombinezonie stymulującym.



PIELĘGNACJA DŁONI I STÓP



REGENERACJA SKÓRY DŁONI PEELING, MASKA & MASAŻ DŁONI
25 min – 60 PLN



REGENERACJA STÓP PEELING & MASAŻ STÓP
min – 70 PLN

25



ZABIEGI NA TWARZ

SZYBKA REGENERACJA **30** **min -80PLN**

Odżywczy i rewitalizujący zabieg dodający sił witalnych zmęczonej skórze twarzy, szyi i dekoltu poprzedzony peelingiem enzymatycznym na bazie pietruszki. Zastosowanie relaksująco- odżywczego masażu wyrównuje relief skóry oraz przyspiesza proces odnowy komórkowej.

SOS DLA KAŻDEJ CERY **30** **min - 70 PLN**

Masaż twarzy, szyi i dekoltu. Wykonany na preparacie witaminowym LONG WAY bogatym w oleje wydobywane tłoczeniem na zimno z pestek rokitnika. Zabieg wprowadza witaminy z grupy B,C,K,P,A,E,F, idealny dla cery zmęczonej, a także jako przygotowanie pod makijaż.

INTENSYWNE NAWILŻENIE **55** **min – 130 PLN**

Zabieg dla cery suchej, wrażliwej i odwodnionej. Połączenie dwóch masek: nawilżającej i algowej zapewnia kompleksową regenerację oraz intensywne nawilżanie głębokich struktur skóry. Zapobiega też procesom starzenia.

ZDECYDOWANE ODŻYWIENIE **55** **min – 130 PLN**

Profesjonalna pielęgnacja regenerująca zmęczoną skórę. Bogactwo składników odżywczych zawartych w masce przywraca świeży wygląd. Skóra staje się wyraźnie młodsza i rozświetlona.



REWITALIZACJA I UJĘDRNIENIE **70**
min - 160 PLN

Luksusowa terapia o działaniu silnie stymulującym produkcję kolagenu i elastyny. Podczas regenerującego zabiegu wykonywany jest pełny masaż liftingujący twarzy i dekoltu, który zwiększa napięcie tkankowe, wygładza skórę.

ZABIEGI DODATKOWE PRZY ZABIEGU NA TWARZ Z MASKĄ

RELIF SKÓRY WOKÓŁ OCZU MASAŻ + MASKA
20 PLN

MASKA **REGENERUJĄCA** **DŁONIE**
20 PLN



STREFA MĘSKA

PEELIG CAŁEGO CIAŁA **30**
min – 80 PLN

Delikatnie złuszcza martwy naskórek i sprawia, że skóra staje się odświeżona i jedwabiście gładka.

ZABIEG FOR MEN **70**
min – 160 PLN

Relaksująco – oczyszczający zabieg przeprowadzony męską aromaterapią. Skuteczne oczyszczenie z toksyn i wygładzenie zapewni peeling całego ciała. Następnie przemasowanie na mleczku do masażu, dzięki któremu skóra jest pełna energii.

UKOJENIE MĘSKIEJ CERY **55**
min – 130 PLN

Zabieg na twarz indywidualnie dobrany do potrzeb męskiej skóry, połączony z masażem. Przywraca odpowiedni poziom nawilżenia i dotlenienia.



KATALOG SPA ADLER

Przynosi szybką ulgę często podrażnionej skórze, wyrównuje relief skóry oraz przyspiesza proces odnowy komórkowej.

PAKIET GENTLEMAN **90** **min – 190 PLN**

Zabieg na ciało połączony z odżywczym masażem twarzy. Kompletna pielęgnacja ciała, stymulująca skórę właściwą do odbudowy i utrzymania równowagi, dzięki niezbędnym mikroelementom. Masaż twarzy rozluźnia napięcie mięśniowe wywołane stresem, zapewnia komfort i poprawia samopoczucie, jednocześnie odżywiając skórę twarzy poprzez wprowadzane witamin z grupy B,C,K,P,A,E,F. zawartych w preparacie witaminowym LONG WAY.

MĘSKI RELAKS **80** **min – 160 PLN**

Relaksujący masaż całego ciała przepelniony męską aromaterapią połączony z odprężającym masażem głowy lub masażem stóp.



MASAŻE

MASAŻ TWARZY NA PŁYNNYM ZŁOCIE MAROKA **25min -70PLN**

Masaż twarzy, szyi i dekoltu na oleju arganowym. Płynne złoto działa rewitalizująco, przeciwdziała procesom starzenia się skóry, poprawia jej elastyczność i jędrność oraz nawilża.

RELAKSUJĄCY MASAŻ GŁOWY, SZYI, KARKU **25min – 65 PLN**



Okolice głowy i karku to obszary najbardziej narażone na wzmożenie napięcia mięśniowego wywołanego stresem. Rozluźnienie powięzi głowy skutecznie usunie bolesność ramion i skumulowany w nich stres.

RELAKSUJĄCY MASAŻ GŁOWY NA OLEJU KOKOSOWYM

25 min – 80 PLN

Wprowadza w głęboki relaks, przenosząc nas w świat harmonii i odprężenia. To wyjątkowy zabieg polegający na użyciu ciepłego oleju kokosowego, który delikatnie wylewa się na czoło wmasowując we włosy.

RELAKSUJĄCY MASAŻ AROMATERAPEUTYCZNY

25

min – 65 PLN

55 min – 110 PLN

Wykonuje się go z wykorzystaniem naturalnych olejków eterycznych. Masaż wykonywany jest na ciepło, co potęguje wyjątkowy relaks, odprężenie i ukojenie zmysłów. Wspaniały zapach olejków wprowadza niepowtarzalną atmosferę podczas masażu.

BAZALOWA TERAPIA

25

min – 75 PLN

55 min – 140 PLN

Masaż gorącymi kamieniami daje efekt głębokiego relaksu. Podczas masażu płynące ciepło z kamieni bazaltowych przyjemnie rozchodzi się w głąb ciała. Jest to wspaniały i niepowtarzalny zabieg, który relaksuje, regeneruje ciało i siły witalne całego organizmu, oraz przywraca równowagę i spokój. Likwiduje spięcia i bóle mięśni.





MASAŻ CIEPLĄ ŚWIECA **25**
min – 75 PLN

55 min – 140 PLN

Tradycyjne techniki masażu wzbogacone są witaminowym działaniem płynnej, rozgrzanej świecy. Zapewnia ona skórze długotrwałą miękkość i aksamitne nawilżenie, odżywia i uelastycznia ją, poprawia stan skóry w miejscach szczególnie podrażnionych.

CZEKOLADOWE ODPREŻENIE **55**
min - 140 PLN

Masaż gorącą czekoladą. Poprawia nastrój i działa relaksująco. Jest to prawdziwa uczta dla ciała, zapewnia skórze długotrwałą miękkość i nawilżenie. Dla zmysłów przynosi przyjemne ukojenie.

MIODOWY CZAR **55**
min - 140 PLN

Masaż miodowy całego ciała - odżywcza moc miodu i specjalna technika masażu sprawia, że skóra po zabiegu jest aksamitnie gładka, a obolałe mięśnie cudownie odprężone. Rytuał miodowy ma właściwości nawilżające, wygładzające, ujędrniające oraz antybakteryjne.

MASAŻ ZIOŁOWYMI STEMPLAMI **55**
min – 140 PLN

25 min - 80 PLN

Masaż gorącymi stemplami ziołowymi ma zbawienny wpływ na cały organizm: uśmierza bóle, łagodzi napięcia mięśniowe, stymuluje do regeneracji i odnowy komórkowej, działa przeciwzapalnie i rozgrzewająco, poprawia krążenie krwi i limfy oraz przyspiesza proces oczyszczania się organizmu. Oprócz tego, ma on również silne właściwości odprężające, działa kojąco i wyciszająco na układ nerwowy. (stemple z mięty, stemple z dzikiej róży, stemple ze skórki pomarańczy)

MASAŻ KLASYCZNY **25**
min – 65 PLN

55 min – 110 PLN



KATALOG SPA ADLER

Przynosi wiele korzyści dla całego organizmu. Poprawia pracę układu krążenia, podnosi odporność organizmu, poprawia wygląd skóry. Działa przeciwbólowo, regeneruje mięśnie, zmniejsza tkankę tłuszczową, a także ułatwia przepływ krwi i limfy. Masaż może być wykonywany jako zabieg całościowy lub na wybrane partie ciała.

MASAŻ CZĘŚCIOWOLECZNICZY 20 **min – 60 PLN**

Celem masażu jest zmniejszenie lub całkowita likwidacja dolegliwości bólowych oraz poprawienie ruchomości w obrębie stawów obwodowych. Techniki masażu są dobierane indywidualnie do schorzenia oraz stanu pacjenta.

ZABIEGI FIZYKOTERAPEUTYCZNE:

POLE MAGNETYCZNE zabieg 20min+przygotowanie 5min-15 zł

LASER 10min-15zł

INHALACJA 12zł

ULTRADŹWIEKI 10min -15 zł

ULTRAFONOFOREZA 10 min- 20 zł

PRĄDY INTERFERENCYJNE 15min-5min-15 zł

PRĄDY TENS 15min-5min-15 zł

PRĄDY KOTZ'A 15min-5min-15 zł

GALWANIZACJA 15min-5min-15 zł

JONFOROZA 15min-5min-20 zł

PRĄDY DIADYNAMICZNE 12min-5min-15 zł

PRĄDY TRABERTA 15min-5min-15 zł

STYMULACJA MIĘŚNI PRĄDEM IMPULSY. 25min-5min-15 zł



KATALOG SPA ADLER

<u>KRIOTERAPIA MIEJSCOWA</u>	<u>15min- 12 zł</u>
<u>BOROWINA (PLASTRY)</u>	<u>20min-15 zł</u>
<u>ĆWICZENIA STABILIZUJĄCE (w grupie)</u>	<u>10 zł</u>
<u>ĆWIECZENIA STABILIZUJĄCE (indywidualne)</u>	<u>60min-80 zł</u>

PRZECIWSKAZANIA

PRZECIWSKAZANIA DO ZABIEGÓW I MASAŻY

- Podwyższona temperatura;
- Ostre stany zapalne stawów, ścięgien, mięśni;
- Czas menstruacji;
- Nowotwory złośliwe i niezłośliwe;
- Wysokie nadciśnienie;
- Żylaki ze zmianami skórnymi oraz zakrzepowe zapalenie żył;
- Czas ciąży;
- Choroba zakaźna skóry (wysypka, otwarte rany);
- Operacja w przebiegu ostatnich 12 miesięcy.

PRZECIWSKAZANIA DO ZABIEGÓW W KOCU GRZEWCZYM

- Zapalenie żył;
- Stany zapalne;
- Czas menstruacji;
- Cięża;
- Okres karmienia piersią;
- Rozszerzone naczynia krwionośne;
- Żylaki;
- Nadciśnienie tętnicze.

PRZECIWSKAZANIA DO MASAŻU BAŃKĄ CHIŃSKĄ

- Pękające naczynka;
- Cięża;
- Czas menstruacji;
- Wysoka temperatura;



KATALOG SPA ADLER

- Nowotwory;
- Żylaki;
- Bardzo rozległe rozstępy;
- Choroby skóry, skaleczenia i inne rany;
- Obrzęki;
- Zaburzenia krzepliwości.



OGÓLNE PRZECIWWSKAZANIA DO ZABIEGÓW FIZYKOTERAPEUTYCZNYCH

- Rozrusznik serca
- Nowotwory i stan po ich operacyjnym usunięciu
- Cięża
- Choroby serca i niewydolność krążenia
- Zaawansowana miażdżycza naczyń kończyn
- Zakrzepica
- Stosowanie leków przeciwzakrzepowych
- Zagrożenie zatorami
- Padaczka
- Zaburzenia czucia
- Czynna gruźlica
- Metalowe implanty w okolicy zabiegu
- Stan ogólnego wyniszczenie organizmu
- Ropne stany zapalne skóry
- Skaza krwotoczna
- Miesiączka (zabieg w okolicy odcinka lędźwiowego i kości krzyżowej)

SZCZEGÓŁOWE PRZECIWWSKAZANIA DO ZABIEGÓW FIZYKOTERAPEUTYCZNYCH

- **Ultradźwięki:** osteoporoza, niezakończony zrost kostny, okolica nasad kości u dzieci, rozstrzenie oskrzeli.
- **Pole Magnetyczne:** nadczynność tarczycy, choroby przewodu pokarmowego z krwawieniem.



KATALOG SPA ADLER

- **Laseroterapia:** nadczynność tarczycy, choroby oczu jak jaskra i zaćma, równoczesne stosowanie leków sterydowych, przeciwzakrzepowych, złota.
- **Krioterapia:** nadwrażliwość lub uczulenie na zimno, choroba Reynauda, ropne zmiany skórne, duża blizna, wyniszczenie i wychłodzenie organizmu, niedoczynność tarczycy, ostre schorzenia dróg oddechowych, przecieki żylna- tętnicze w płucach, znaczna niedokrwistość, miejscowe zaburzenia ukrwienia, działanie leków, zwłaszcza neuroleptyków i alkoholu, zakrzepowe zapalenie żył głębokich, przebyte zatory tętnic obwodowych.