



A VARÁZSLAT SZIGETE



Ma-uri masszáz

„Egy csepp a Csendes-óceánból”



A **Csendes-óceán szigetein** honos mozgásformákból és spirituális gyógyításból alakult ki a **Ma-Uri ősi masszáz**. A masszírozó mozdulatok – melyek főleg alkaral történnek – rituális táncleépésekhez igazodnak és együtt **utánozhatatlan harmóniát teremtenek**.

A masszáz célja, hogy a **test, a lélek és a szellem összehangolásával visszaállítsa az egyensúlyt az ember és az univerzum között**. Az alkaral történő nyomó mozdulatok hatására **az izmok teljesen ellazulnak**, a stressztől kialakult csomók feloldódnak, mindez **polinéz hangulatban**, halk zenével, **teljes relaxációban**.

Nyugtató hatású masszáz, amely kiválóan alkalmas:

- **stressz,**
- **depresszió,**
- **pánikbetegség,**
- **szenvedélybetegségek kezelésére,**
- **az idegrendszer megnyugtására.**

A kezelés mai formáját és elnevezését Hemi Fox, újzélandi kahunának köszönheti (**kahuna = polinéz gyógyító**).





Ma-uri masszázssaink

Hát, nyak, fej, hosszú hátizom, váll és derék ellazítása alkarral, tenyérrel, ujjbeggyel.

A cél, a lapocka alatti csomók ellazítása kíméletesen, de hatékonyan, bizonyos érzékszerveink stimulálása, az arc akupresszúra pontjainak nyomásával. A program része a hajas fejbőr masszázsa is.

30 perc - 7.000 Ft

Teljes testmasszázs a lábujjak hegyétől a hajvégekig.

Leginkább alkarral, nagy felületű nyomással történő teljes test masszázsa. Bizonyos érzékszerveink stimulálása, az arc akupresszúra pontjainak nyomásával. A hajas fejbőr masszázsa.

60 perc - 12.000 Ft

Teljes test masszázsa alkarral, ujjbeggyel és az egész test ízületeinek kimozgatásával.

A kezelés nagy felületű nyomással történik, bizonyos érzékszerveink stimulálásával, az arc akupresszúra pontjainak nyomásával és a hajas fejbőr masszázásával.

90 perc - 17.000 Ft





Indiai ayurvéda masszázssok

„A masszázssok királynője”

Abhyanga masszázs

„Az érzékeken túli élmény masszázs”

Teljes testre kiterjedő olajos masszázs, egy igazi élményt nyújt a pihenni vágyóknak. A test ellazulása mellett kényezteteti és bársonyossá teszi a bőrt.

Egy ayurvédikus masszázs után az ember szinte újjá születik. Az olajos masszázs ellazítja az izmokat, feloldja a feszültséget, mély, relaxációs állapotba juttatja a testet. A kezelés után nyugodtnak, kiegyensúlyozottnak érzi magát mindenki. A masszázs kiterjed az egész testfelületre (az intim zónák kivételével).

30 perc	-	7.000 Ft
60 perc	-	12.000 Ft
90 perc	-	17.000 Ft
120 perc	-	20.000 Ft



hotel & more



Abhyanga masszáz

Alapos, dinamikus mozdulatokkal járó masszázs, mely átdolgozza a testen lévő összes izomzatot. Az ayurvéda sokkal hatékonyabb, nagymértékben különbözik a nyugati kultúrákban gyakorolt általános masszázsoktól. Amellett, hogy elősegíti a méreganyagok távozását a szervezetből, nagyon sok egészségügyi kellemetlenség kezelésére alkalmazható:

- gerincproblémákra,
- izomgörcsre, izomcsomókra kiváló,
- reumás fájdalmakra,
- bénulás - sorvadásra,
- agyvérzésre,
- emésztési problémákra,
- alvászavar enyhítésére,
- általános fájdalomcsillapításra,
- stresszoldásra,
- immunerősítésre,
- narancsbőrre.

30 perc -	7.000 Ft
60 perc -	12.000 Ft
90 perc -	17.000 Ft
120 perc -	20.000 Ft





Ayurvéda talpmasszázs

Pozitívan hat a szív és keringési panaszokra. Kedvezően befolyásolja a légzőszervi, hólyag, vesepanaszokat, emésztési zavarokat, reumát. Serkenti a vér és a nyirokkeringést, ezáltal a lerakódott salakanyagok távozását. A talpmasszázs a fizikai állapot megőrzésének fontos módszere. Energiákat tesz szabaddá.

Nem ajánlott: gombás fertőzéseknél, ödémás lábra, szívbetegségeknel, daganatos megbetegedéseknél, visszeres lábra, láznál, epilepsziánál, műtét után, terhesség alatt.

30 perc -	7.000 Ft
60 perc -	12.000 Ft
90 perc -	17.000 Ft



hotel & more



Ayurvéda masszázss arcpakolással

„Kagylóba zárt szépség”

Egy igazi kényeztetés. Az egész testfelület masszázsa mellett nagy figyelmet fordítunk a hajas fejbőr masszírozására, az arcbőr szépítésére, puhítására, pakolással és relaxációs masszázzsal.

60 perc - 12.000 Ft

Ayurvéda fej-, nyak-, váll-, arc- és dekoltázs masszázss

Csökkenti a stresszt, enyhíti a fejfájást. Elősegíti a relaxációt. Serkenti a keringést és frissíti az elme működését. A fej területéhez kapcsolódó problémák kezelésére is kiváló, mint pl. szem-, fülproblémák, hajhullás, korpásodás, korai öszülés, kopaszodás ellen.

30 perc - 7.000 Ft

60 perc - 12.000 Ft





Lávaköves ayurvéda masszázs

Kék Duna igazgyöngye - „Angyali érintés, mennyei melegség”

Akik szeretik a meleget, páratlan élményekben lesz részük. Az indiai ayurvéda masszázs egyedi mozdulataihoz társítjuk a meleg lávakövekkel való fantasztikus élvezetet nyújtó masszázst. Alapos és egyben kényeztető kezelés a test egész felületén. Nagyon jó hatással van a vérkeringésre, az ízületekre és az izomzatra.

30 perc - 7.000 Ft
60 perc - 12.000 Ft
90 perc - 17.000 Ft



hotel & more



Marma-masszázs

Az indiai Ayurveda speciális formája a Marma-masszázs. A „Marma” szó jelentése életerő/ létfontosságú pontok. A testet 107 marmapont borítja, masszőrünk ezeket a pontokat stimulálja, miközben a teljes testet átmasszírozza. Hasonlít az ősi kínai gyógyászat akupunktúrás pontjaihoz. A marmák olyan helyek, ahol izmok, csontok, szalagok, ízületek találkoznak. A marmapontok stimulálásával elősegítjük a blokkok eltávolítását, az energiaáramlás javulását, a rejtett tartalékok felszabadítását.

A Marma-masszázs élettani hatásai és javallatok:

- immunerősítő
- stresszoldó,
- mozgásszervi fájdalmakat enyhítő,
- általános fájdalomcsillapító hatása közismert,
- kiváló gerincproblémákra,
- izomgörcsre, izomcsomóra megoldás,
- hatékony reumás fájdalmak kiegészítő kezeléseként,
- elősegíti a salakanyag távozását a testből.

30 perc - 7.000 Ft

60 perc - 12.000 Ft





Thai talpmassázs

„A talp kapu a testhez”



A kínai akupunktúrából származik, hatása abból ered, hogy a láb biológiailag aktív pontjait stimulálja. Fontosságát és hatékonyságát igazolja, hogy jól bevált nagyon régi módszer, amely több, mint 3000 éves.

A klasszikus thai talpmassázs tartalmazza a talpak, a térdek és a lábak masszázását is. Hatására erőteljes érzés, kikapcsolódás és könnyedség árasztja el az egész testet.

Hatásai:

- **A fáradtság megszüntetése, a láb duzzanatának eltávolítása, vérerekre kifejtett jótékony hatásai.**
- **Mély ellazulás és kikapcsolódás biztosítása az egész test számára.**
- **A reflexzónák stimulációjával elősegíti a szervezet természetes öngyógyítási folyamatát.**
- **Serkenti a belső szervek, mirigyek, a mozgásszervi rendszer megfelelő működését.**
- **Javítja a vérkeringést, serkenti a nyirokrendszer megfelelő működését és segít megtisztítani a szervezetet a toxinoktól.**
- **Jótékony hatást gyakorol az idegrendszerre, ellazítja a testet, akár egy meditáció vagy mélyalvás.**
- **Jelentősen csökkenti a láb, boka, térd, vádli duzzanatait, könnyedség érzést nyújt a lábnak.**
- **Erősíti az immunrendszert.**

Ellenjavallatok:

- **trombózis**
- **visszérproblémák**
- **fertőző betegségek**
- **csonttritkulás**
- **súlyos szívbetegség**

Időtartam: 60 perc – 12.000 Ft



hotel & more



Különleges római masszázsek

Mercurius svédmasszázs

A masszázs folyamatok a testre korlátozódnak le, azon belül is az izmok, inak és ízületek működésének normalizálása a cél. A masszázs elősegíti a testnedvek és a vérkeringés optimalizálását, az izmok ellazulását és a merev, összetapadt izomrostokat szétválasztja.

25 perc - 5.000 Ft

50 perc - 10.000 Ft

Lucifer pokolian frissítő masszázs

Célja a vérkeringés fokozása, melynek hatására felgyorsul a különféle lerakódások felszívódása, így például a felhalmozódott zsír mennyisége. Megszűnnek a bőr alatti kötőszövetben lévő feszülések, letapadások. Fokozódik a nyirokkeringés, változik az anyagcsere, a testhőmérséklet, a légzés, fokozódik a vizelet kiválasztás, ezáltal a méregtelenítés. A masszázs segít megteremteni a nyugodt alvás feltételeit, azáltal, hogy csökkenti a vérnyomást, valamint mélyebb és szabályosabb légzést biztosít.

25 perc - 5.000 Ft

50 perc - 10.000 Ft





Különleges római masszázssok

Pluto sportmasszázs

A test fizikai szinten való gyógyítására, kezelésére használt masszázstípus. Intenzívebb, erősebb masszázstechnika, amely leginkább a mélyizomzatot célozza meg. Nyugtató hatással bír, csökkenti az izomgörcsöket és a merev izmok okozta fájdalmakat, tökéletes lezárás sporttevékenységek után, vagy ülő munkát végzőknek. Csökkenti az izmok duzzanatát és a sportsérülések utáni gyógyulási időt.

25 perc - 5.000 Ft
50 perc - 10.000 Ft

Talpmasszázs

A talpmasszázs növeli szervezete ellenálló képességét. Csökkenti a stresszt és beindítja a méregtelenítést. Általános frissítő, feszültségoldó hatású, segíti testi, lelki egészségének megőrzését és visszaszerzését, öngyógyító erőit aktivizálva. A talpán lévő zónák masszírozásával reflexhatást válthatunk ki a szervekben, így serkentve az öngyógyító mechanizmusokat.

25 perc - 5.000 Ft
50 perc - 10.000 Ft



hotel & more



Különleges római masszázssok

Avokádó-masszázs Jupiter kedvére

A mediterrán éghajlaton honos növény terméséből kinyert vitaminokban gazdag olajjal végzett masszázss. Ajánljuk érzékeny és normál bőrre.

25 perc - 5.000 Ft

50 perc - 10.000 Ft

Szőlőmagolajos Fortuna-masszázs

Szív és érrendszeri betegségek kialakulását akadályozza meg és szépíti, mivel a bőr felső rétegeit vitaminnal látja el és feszesíti a bőrt.

25 perc - 5.000 Ft

50 perc - 10.000 Ft

Auróra relaxáló borsmentás álma

Borsmenta-rozmaringolajjal történő masszázss. Ellazítja a feszült izmokat, enyhíti az izomfájdalmakat. A rozmaring élénkíti a vérkeringést. Ajánljuk fizikai munka és testedzés után.

25 perc - 5.000 Ft

50 perc - 10.000 Ft





Különleges római masszázsek

Neptunus, a tengerek istenének olívás titka

A sima, rugalmas bőr titka, hogy elegendő mennyiségű zsíradék álljon a rendelkezésre, ennek egyik legjobb „gyógyszere” az olívaolaj.

25 perc - 5.000 Ft

50 perc - 10.000 Ft

Venus istennő csokoládés masszázsa

A bőr feszesebbé, rugalmasabbá válik tőle, méregteleníti a szöveteket. Antioxidáns, hidratálja és táplálja a bőrt. A csokoládéban található kakaóvaj puhítja, táplálja és védi a bőrt.

25 perc - 5.000 Ft

50 perc - 10.000 Ft

Silvanus citromfűves-narancsos kúrája

Természetes eredetű citromfűves-narancsos mangó illóolajat tartalmazó testápoló olajjal végzett masszázs. Értékes alkotórészei puhítják és ápolják a bőrt.

25 perc - 5.000 Ft

50 perc - 10.000 Ft



hotel & more



Különleges római masszázsek

Somnus levendulás álommasszázs

Enyhíti az izomfájdalmakat, fokozza a testi-lelki frissességet, fertőtlenítő, gyulladáscsökkentő hatása van, antibakteriális, feszültségoldó, nyugtató hatású, enyhíti a fejfájást, megszünteti az alvás zavarokat, erősíti az immunrendszert, relaxál, regenerál.

25 perc - 5.000 Ft

50 perc - 10.000 Ft

Kleopátra kényeztető vaníliás masszázs

A vanília aromái hidratálnak és antibakteriális hatással bírnak. A masszázs felpuhítja a bőrt, gazdagon táplálja azt, valamint izomlazító hatással rendelkezik

25 perc - 5.000 Ft

50 perc - 10.000 Ft

Viktória, a győzelem istennőjének kényeztető masszázs

Levendula-citromfű és olívaolajos masszázs igazi kényeztetést biztosít és a maximális ellazulást nyújtja. A nyugtató, relaxáló mozdulatok által az izmok ellazulnak, az izomgörcsök csillapodnak, a bőr puhává és bársonyossá válik.

25 perc - 5.000 Ft

50 perc - 10.000 Ft





Wellness-massázások

Mélyizom-massázs

Fej, nyak, váll, hát, farizom, derék és a kar masszázsa.

Ellenjavallatok:

- izomgörcsökre, izomtapadásra
- gerincbetegségekre
- szédülésre, fejfájásra
- reumás megbetegedésekre, lumbágóra

30 perc - 7.000 Ft

60 perc - 12.000 Ft

Fejfájás kezelése masszázzsal

Számos orvos véleménye szerint a fejfájást az okozza, hogy az agyba be-, illetve az agyból kivezető véredényekben megváltozik a vérnyomás, mert a merev izmok összenyomják azokat. Ha fellazítjuk az izmokat, a vér akadálytalanul áramlik, és a fejfájás megszűnik. Kialakulhat: munkahelyi stressz hatására, illetve a helytelen testtartás következtében megfeszülnek a nyak- és a vállizmok, ami később fejfájáshoz vezet.

30 perc - 7.000 Ft



hotel & more



Wellness-massázssok

Vulcanus lávaköves masszázs

Vulcanus a tűz istene. A masszírozás nem kézzel, hanem vulkáni eredetű, forró kövekkel történik, melyek gyógyító hatását már évezredekkel ezelőtt ismerte az orvoslás tudománya.

A sima, lapos köveket, melyeket előzőleg felhevítettek 50-60 fokos hőmérsékletűre, elhelyezik a testfelületre, majd óvatosan az izmokba nyomják őket. A jótékony hatás mellett, már maga az élmény is felemelő. Speciális illóolajokkal történik, így kombinálva a masszázst az aromaterápiával. A kezelés elsősorban életenergiával tölt fel, harmonizálja a testet és a lelket, kiváló stresszoldó hatása van. Pozitív hatásai leginkább a vérkeringésben érzékelhetők. Javítja a nyirokkeringést is.

30 perc - 7.000 Ft

60 perc - 12.000 Ft





Genesis arclifting arcfiatalítás

Bőrfeszítő, bőrmínőség javító, ráncsökkentő hatású kezelés, mely nagy figyelmet fordít a szemkörnyék ápolására.

Az arckezelés menete:

Arc és szemkörnyék tisztítása – Kémiai peeling – Arc és szem környék tisztítása – Szemkörnyék kezelése – Ráncfeszítő szérum – Hyaluronsavas ráncfeltöltés – Ultrahang géppel (a bőr felszíne alatti mély szövetek pontos melegítéséhez, hatóanyag beviteléhez) – Arc, nyak, dekoltázs, váll masszázsa extra szűz hidegensajtott melegített szőlőmagolajjal – Táplálási folyamatok kollagénnel

Kezelés ára: 30 perc / 10.000 Ft

A kezelés előnyei, hatásai:

- nem sérti a bőrt, non-invazív kezelés
- a szemkörnyéki bőr és szemhéj feszesítése, valamint a szemkörnyéki ráncok (szarkalábak) csökkentése





Hegkezelés, hegkezelő masszázs

Konzultáció során **Ayurveda esztétikai tanácsadó** egyénre szabott kezelési tervet készít számára **sérülés** vagy **bőrbetegségek okozta sebek** nagyságától, hegesedési defektus típusától függően.

Kezelés időtartama: 30 perc
(egyénre szabottan)

Kezelés ára: 30 perc / 10.000 Ft



A hegkezelés, hegmasszás fajtái, menete:

1. Manuális hegkezelési forma

Rendkívüli hatékony kezelési mód, ami a panaszok kiváltó okát, tehát a szöveti letapadásokat felszabadítását célozza. Ayurveda esztétikai tanácsadó szőlőmagolajos mentabalzamos, kollagénes krémmel masszírozza meg az érintett testfelületet.

2. Nem Manuális hegkezelési forma

A nem manuális hegkezelés lényege, hogy valamilyen segédeszköz használatával érjük el a letapadások felszabadítását. Bőrmegújító kezelések minden esetben konzultáció után alkoholmentes fertőtlenítés előzi meg.

Ezt követően ultrahangos vagy rádiófrekvenciás biostimulációs gépek alkalmazásával hatóanyagot viszünk be a bőr felszíne alá.

A hegkezelés előnyei:

- a heg masszázssával javul a vérkeringés és csökken a fájdalom az érintett területen.
- a kötőszövetek megnyúlnak, a letapadások és összenövésük oldódnak. Ennek hatására nő az érintett terület mozgásterjedelme.





Nyirokmassázs - Lymphodrenázs

Manapság rengeteg mérgeanyaggal terheljük szervezetünket, melyek lerakódnak testünkben, leterheli immunrendszerünket, és megbetegszünk.

A nyirokmassázs a salakanyagok kiürítésével segít a gyógyulásban.

Milyen esetekben ajánlott neked a nyirokmassázs?

- *Prevenziós (megelőző) célból (Legfontosabb!)*
- jó indulatú (arc-, lábszár-, kéz) ödémák megszüntetésére
- sérülések kezelésére
- puffadás, székrekedés megszüntetésére
- nyirokpangás, műtétek utáni duzzanatok kezelésére
- műtétek és besugárzások utókezelésére
- krónikus fejfájás, migrén
- felső légúti gyulladásos betegségek utókezelésére
- betegség utáni felépülés segítésére
- nyálkahártya gyulladás kezelésére
- mellműtét után
- csontritkulás
- bénulások
- legyengült immunrendszer aktiválása
- krónikus légúti fertőzésekben: nátha, megfázás, arc-, orrmelléküregek betegségeinél
- szénanátha enyhítésére
- magas vérnyomás csökkentésére (vérhígító)
- fogys, alakformálás
- narancsbőr kezelésére
- tisztítás, méregtelenítés céljából
- stressz, idegesség, túlfeszült idegrendszer oldására
- alvászavar, koncentráció zavar
- lelki, fizikai trauma enyhítésére (felszabadít)





Ellenben, mikor nem javasolt az alkalmazása? Ha bármelyik probléma is fennáll nálad a következők közül, akkor mindenképpen konzultálj orvosoddal egy esetleges kúra megkezdése előtt!

- *bakteriális, vírusos betegség ideje alatt*
- *allergiás, gombás bőrproblémák, bőrsérülések esetén*
- *súlyos érszűkület*
- *rosszindulatú daganatos megbetegedés*
- *akut gyulladásos folyamatok*
- *trombózis, visszérgyulladás*
- *TBC, súlyos asztma*
- *szívbetegségek*
- *szívelégtelenség okozta ödéma*
- *szívinfarktus*
- *hipertireózis (toxikus strúma)*
- *kezeletlen pajzsmirigy betegség*
- *terhesség, szoptatás*

Teljes testkezelés:
30 perc / 7.500 Ft
60 perc / 15.000 Ft
90 perc / 21.000 Ft

**+ Extra- Szépészeti
bandázs (paprika
olajos tekercselés)
1.400 Ft / végtag**





2300 Ráckeve, Dömsödi út 1-3.



+36 24 523 230



www.wellnesshotel.hu

Kellemes pihenést és kikapcsolódást kívánunk!



hotel & more