

NATUROTERAPIA



ANTYSTRESOWY MASAŻ TWARZY

Cena: 50 zł za 30 min.

Na twarzy znajduje się mapa całego ciała - poprzez masaż i akupresurę odpowiednich punktów można doprowadzić do harmonii cały organizm człowieka. Masaż działa wielowymiarowo - łagodzi stres, uspokaja emocje, dodaje energii, poprawia sen, zmniejsza zmarszczki, odmładza wygląd skóry.

MASAŻ DŹWIĘKIEM MIS TYBETAŃSKICH Cena: 80 zł za 60 min.

Masaż ten pochodzi z Nepalu i ma 8 tys. lat. Badania fizyka Petera Hessa dowiodły, że każda komórka w ciele wydaje dźwięk o określonej częstotliwości (wibracji), dlatego też dźwięki mis tybetańskich doprowadzają do głębokiego stanu odprężenia ciała, uspokajają emocje, odprężają umysł, harmonizują duszę, co sprzyja regeneracji, aktywuje pierwotne wzorce zdrowotne organizmu, uwalnia stresi, zwiększa kreatywność i moc twórczą.



(TCK) TERAPIA CZASZKOWO-KRZYŻOWA Cena: 120 zł za 60 min.

TCK jest to forma terapii manualnej (osteopatii), która za pomocą delikatnego dotyku pozwala na odblokowanie napięć w rejonie czaszki, karku, kręgosłupa, barków, miednicy, k. krzyżowej, przepony i systemu powięzi. Jest to

terapia wielowymiarowa - łagodzi stres, niweluje bóle i zawroty głowy, stany zapalne zatok, uszu, oczu, nerwów, ból kręgosłupa, rwę kulszową, urazy powypadkowe, ból brzucha, uwalnia nagromadzone emocje.

TERAPIA POLARITY DR RUDOLFA STONE'a Cena: 100 zł za 60 min.

To program troski o zdrowie zakładający pracę nad pozytywnymi wzorcami myślenia, zabiegi manualne uwalniające zablokowaną energię, specjalną dietę oczyszczającą i wzmacniającą, a także indywidualnie dobrane ćwiczenia energetyczne (Polarity Joga). Terapia jest wielowymiarowa, równoważy 5 żywiołów w ciele, emocjach, umyśle i duszy. Pomaga przepracować stare wzorce świadomości, znaleźć nową drogę w życiu i poczuć radość z istnienia.



STAROCHIŃSKA REFLEKSOLOGIA STÓP Cena: 100 zł za 60 min.

Masaż wykonywany cesarzowi przez mnichów tybetańskich w celu profilaktyki prozdrowotnej. Na stopach istnieje mapa całego ciała i poprzez akupresurę można doprowadzić organizm do harmonijnego funkcjonowania.

NOWOŚĆ!

KARNETY NA MASAŻE I NATUROTERAPIE

Przy zakupie 5 wejść-30 min. gratis, 10 wejść-60 min. gratis



Anielska Grota
WELLNESS & SPA



HOTEL
BAST
INOWROCLAW



WYJĄTKOWA OFERTA
POKÓJ GENERAŁA
WŁADYSŁAWA
SIKORSKIEGO

Z tym
folderem
10%
rabatu

SERDECZNIE ZAPRASZAMY!

GODZINY OTWARCIA:
PN - PT 13:00 - 21:00
SB - ND 11:00 - 19:00

HOTEL BAST***
SPA & WELLNESS
ul. Królowej Jadwigi 35/37
88-100 Inowrocław
tel. 52 357 20 25
tel. kom. 694 343 507
spa@anielskagrotaspa.pl
www.anielskagrotaspa.pl

www.facebook.com/hotelbast
www.facebook.com/anielskagrotaspa

ŻYCZYMY CUDOWNEGO DNIA!



Anielska Grota
WELLNESS & SPA



OFERTA DLA SENIORÓW

Poczuj tętno wszechświata ...

HOTEL
BAST
INOWROCLAW

HOTEL BAST*** ul. Królowej Jadwigi 35/37
88-100 Inowrocław, spa@anielskagrotaspa.pl
tel. 52 357 20 26, www.anielskagrotaspa.pl

OFERTA



KLUB FITNESS „Siódme Niebo”

- ✓ 60 min. cena 19 zł ćwiczenia fitness na sprzęcie firmy PRECOR
- ✓ 45 min. cena 25 zł ćwiczenia Gymstic na kręgosłup i kardio

- ✓ **KARNETY NA KINEZYTERAPIĘ CZYLI ĆWICZENIA**
Korzyści: wzmocnienie mięśni kręgosłupa, spalanie zbędnych kalorii, modelowanie sylwetki, uregulowanie ciśnienia krwi.
- Karnet na 5 wejść – cena 95 zł + 1 wejście GRATIS
- Karnet na 10 wejść – cena 190 zł + 2 wejścia GRATIS

SAUNA FIŃSKA „Serce Ogniska”

- ✓ 30 min. cena 17 zł
- ✓ 60 min. cena 33 zł
- ✓ Sauna + Jacuzzi 33 zł do 60 min.



Korzyści: poprawienie odporności, detoksykacja i odkwaszenie organizmu, przyspieszenie spalania tkanki tłuszczowej.

WANNA JACUZZI „Ocean Spokoju”

- ✓ Ceny takie same jak w saunie
- ✓ Sauna + Jacuzzi 33 zł do 60 min.

Korzyści: kąpiele odstresowują, działają przeciwbólowo, zmniejszają napięcie mięśniowe, z dodatkiem soli himalajskiej harmonizują emocje i niwelują działanie elektrosmogu.

KARNETY DO 60 MIN. NA TERMO- I HYDROTERAPIĘ

- Karnet na 5 wejść - cena 165 zł + 1 wejście GRATIS
- Karnet na 10 wejść - cena 330 zł + 2 wejścia GRATIS

PAKIETY DLA SENIORÓW

CO UZYSKAM W SPA & WELLNESS Anielska Grota?

Dla tych z Państwa, którzy pragną poprawić swoją sprawność proponujemy porcję leczniczego ruchu w formie zajęć z GYMSTICKAMI – specjalnymi przyborami do ćwiczeń. Dzięki nim wzmocnią Państwo mięśnie, stawy co stanowi wspaniałą profilaktykę bólów kręgosłupa i obręczy barkowej.



Jeśli cierpią Państwo z powodu dolegliwości bólowych kręgosłupa i innych stawów – polecamy terapie wykonywane przez nasz zespół - fizjoterapeutę oraz naturoterapeutę. Dokładna diagnoza pacjenta i dobrane narzędzie trafiające jak najdokładniej w źródło problemu pozwolą Państwu cieszyć się dobrym zdrowiem i zapomnieć czym jest ból pleców.



Jeśli głównie chcą Państwo poprawić samopoczucie, pamięć i funkcjonowanie w życiu codziennym polecamy nasze zabiegi regeneracyjne. Dzięki masażom relaksacyjnym, terapii polaryty, terapii czaszkowo-krzyżowej czy masażu dźwiękiem uzyskają Państwo jasność umysłu, lepszą koncentrację oraz bardziej rozluźnione ciało.

ISKIERKA RADOŚCI

- ✓ Rytuał ognia w saunie fińskiej i/lub ukojenie zmysłów w jacuzzi i/lub kinezyterapia w klubie fitness do 30 min.
 - ✓ Masaż relaksacyjny do 30 min.
- Cena: 79 zł Czas relaksu: 1 godzina



CIEPŁO SŁOŃCA

- ✓ Rytuał ognia w saunie fińskiej i/lub ukojenie zmysłów w jacuzzi i/lub kinezyterapia w klubie fitness do 30 min.
 - ✓ Masaż relaksacyjny do 30 min.
 - ✓ Masaż dźwiękiem mis tybetańskich do 30 min.
- Cena: 135 zł Czas relaksu: 1,5 godziny



ZŁOTY WIEK

- ✓ Rytuał ognia w saunie fińskiej i/lub ukojenie zmysłów w jacuzzi i/lub kinezyterapia w klubie fitness do 60 min.
 - ✓ Masaż leczniczy do 30 min.
 - ✓ Antystresowy masaż twarzy do 30 min.
 - ✓ Peeling czekoladowy lub kawowy do 30 min.
- Cena: 230 zł Czas relaksu: 2,5 godziny



PEŁNIA ŻYCIA

- ✓ Rytuał ognia w saunie fińskiej i/lub ukojenie zmysłów w jacuzzi i/lub kinezyterapia w klubie fitness do 60 min.
 - ✓ Masaż leczniczy do 60 min.
 - ✓ Przeciwbólowa osteopatia na kręgosłup i narządy wewnętrzne do 30 min.
 - ✓ Relaksacyjna metoda Bowena do 30 min.
 - ✓ Masaż dźwiękiem mis tybetańskich do 30 min.
- Cena: 350 zł Czas relaksu: 3,5 godziny



SALON MASAŻU "ŹRÓDŁO RELAKSU"

MASAŻ KLASYCZNY

Korzyści: poprawia elastyczność mięśni, redukuje stres, odpręża i łagodzi bóle karku i kręgosłupa.

- ✓ Cena: 80 zł za 30 min.
- ✓ Cena: 120 zł za 60 min.



DRENAŻ LIMFATYCZNY

Korzyści: poprawia krążenie krwi i limfy, redukuje obrzęki.

- ✓ Cena: od 80 zł za 30 min. do 120 zł za 60 min.



MASAŻ ANTYCELLULITOWY BAŃKAMI CHIŃSKIMI

Korzyści: nadaje skórze elastyczność i jędrność, zmniejsza cellulit dzięki zastosowaniu preparatów zwiększających spalanie tkanki tłuszczowej.

- ✓ Cena: 60 zł za 30 min.
- ✓ Cena: 120 zł za 60 min.

REGENERUJĄCY MASAŻ MIODEM LUB CZEKOLADĄ

- ✓ Cena: od 80 zł za 30 min. do 130 zł za 60 min.

Korzyści: harmonizuje ciało, umysł i duszę, usuwa blokady z okolicy pleców, oczyszcza, wyciąga toksyny z organizmu, regeneruje skórę, likwiduje cellulit oraz rozstępy, łagodzi bóle stawów i kręgosłupa, reguluje krążenie krwi, wzmacnia system odpornościowy, poprawia sen.

MASAŻ AROMATYCZNY RELAKSACYJNY

- ✓ Cena: od 99 zł za 60 min. do 150 zł za 90 min.

Korzyści: pomaga się zrelaksować po ciężkim dniu, łagodzi stres, wycisza, uspokaja, neutralizuje emocje, regeneruje siły, odpręża.

MASAŻ SPORTOWY

Korzyści: rozgrzewa mięśnie, regeneruje stawy, likwiduje obrzęki, uelastycznia tkanki, przeciwdziała zakwasom, zmniejsza skutki kontuzji.

- ✓ Cena: 70 zł za 30 min.
- ✓ Cena: 130 zł za 60 min.

