

# Masáže

*Využite možnosť objednať si masáž*

*Na Vašu objednanú masáž príde masér za Vami priamo k Vám s prenosným masérskym stolom.*

<i>Klasická masáž tela celková</i>	<i>50 min. / 38 €</i>
<i>Klasická masáž tela čiastočná</i>	<i>25 min. / 28 €</i>
<i>Relaxačná masáž</i>	<i>50 min. / 43 €</i>
<i>Kozmetická lymfodrenáž tváre</i>	<i>20 min. / 25 €</i>
<i>Reflexná masáž chodidiel</i>	<i>25 min. / 30 €</i>
<i>Reflexná masáž chrbta</i>	<i>25 min. / 30 €</i>
<i>Indická masáž hlavy</i>	<i>25 min. / 30 €</i>
<i>Mäkké uvoľňovacie techniky</i>	<i>45 min. / 35 €</i>
<i>Bankovanie</i>	<i>45 min. / 35 €</i>
<i>Medová masáž</i>	<i>50 min. / 48 €</i>
<i>Pregnancy – masáž pre tehotné</i>	<i>50 min. / 48 €</i>
<i>Anticelulitídna masáž</i>	<i>50 min. / 48 €</i>
<i>Lymfodrenáž celého tela</i>	<i>50 min. / 48 €</i>
<i>Thajská celotelová olejová masáž</i>	<i>50 min. / 48 €</i>
<i>Havajská masáž Lomi Lomi</i>	<i>50 min. / 48 €</i>
<i>Masáž lávovými kameňmi</i>	<i>50 min. / 48 €</i>
<i>Čokoládová masáž</i>	<i>50 min. / 48 €</i>
<i>Myofasciálna masáž</i>	<i>50 min. / 48 €</i>

+421 944 909 505

Objednané masáže sú záväzné

## **JE DOBRÉ VEDIETĚ**

### **Indikácie masáži ( alebo kedy je masáž vhodná )**

*Vždy keď pociťujeme potrebu relaxácie :-) Ale taktiež je vhodná na odstránenie následkov únavy, zmiernenie alebo odstránenie bolesti chrbta alebo iných časti tela. Proste masáž je ideálna na vyvolanie fyzickej a duševnej pohody.*

### **Kontraindikácie masáži ( kedy je masáž nevhodná )**

*V prípade akéhokoľvek infekčného ochorenia, herpesu, pásového oparu, otvorených rán, vnútorného zranenia, zvýšenej teploty, malátnosti, bolesti neznámeho pôvodu, diagnostikovaného nádorového ochorenia, pokročilej osteoporózy. V prípade varixov a krčových žíl sa nemasírujú nohy. Na masáž sa nechodí aj pri opitosti a pod.*

*Ak ste si nie istý, či je masáž pre Vás vhodná, tak to vopred, ešte pred objednaním sa na masáž konzultujte s lekárom, aby ste mohli mať z masáže maximálne možný úžitok.*

*Masírovaný má byť umytý a pri celotelovej masáži by nemal zabudnúť ani na chodidlá, lebo aj tie sa masírujú. Ak si je vedomý zdravotných problémov, o ktorých by mal masér vedieť, má ho s nimi oboznámiť. Ak kedykoľvek počas masáže pocíti neúmerný tlak , má na to maséra upozorniť, ale aj na skutočnosti, ktoré by mohli masáž pozitívne alebo negatívne ovplyvniť.*

**+421 944 909 505**

**Objednané masáže sú záväzné**

