

REZERVACE | RESERVATION | BOOK: T.: +420 777 109 407

INDICKÁ ANTISTRESOVÁ MASÁŽ HLAVY

INDIAN ANTI-STRESS HEAD MASSAGE / INDISCHE ANTI-STRESS-KOPFMASSAGE

600 CZK / 30´

Masáž hlavy vychází z tradic ajurvédské medicíny a jejím cílem je úplné uvolnění ramen, šíje a hlavy. Masáž se provádí bez oleje, v sedě. Uvolňuje napětí, pomáhá při nespavosti a migrénách. Stimuluje růst vlasů. Přináší radost a inspiraci!

The head massage is based on the traditions of Ayurvedic medicine and aims at complete relaxation of the shoulders, neck and head. The massage is performed without oil, in a sitting position. Relieves tension, helps with insomnia and migraines. Stimulates hair growth. Brings joy and inspiration!

Die Kopfmassage basiert auf den Traditionen der ayurvedischen Medizin und zielt darauf ab, Schultern, Nacken und Kopf vollständig zu entspannen. Die Massage wird ohne Öl im Sitzen durchgeführt. Löst Verspannungen, hilft bei Schlaflosigkeit und Migräne. Stimuliert das Haarwachstum. Es bringt Freude und Inspiration!

BAŇKOVÁ MASÁŽ PROTI CELULITIDĚ

CUPPING ANTI-CELLULITE MASSAGE / CUP-MASSAGE GEGEN CELLULITE

750 CZK / 30´ 1300 CZK / 60´

Bañková masáž je účinným prostředkem k redukci celulitidy. Masáž zlepšuje svalový tonus, snižuje otoky, nastartuje proces čištění těla od toxinů, normalizuje krevní oběh, zlepšuje elasticitu pokožky.

Cupping massage is an effective means of reducing cellulite. Massage improves muscle tone, reduces swelling, starts the process of cleaning the body of toxins, normalises blood circulation, improves skin elasticity.

Die Schröpfmassage ist ein wirksames Mittel zur Reduzierung von Cellulite. Die Massage verbessert den Muskeltonus, reduziert Schwellungen, beginnt den Prozess der Reinigung des Körpers von Giftstoffen, normalisiert die Durchblutung, verbessert die Hautelastizität.

BREUSSOVA MASÁŽ / BREUSS MASSAGE / BREUSS-MASSAGE

1200 CZK / 60´

Velmi účinná masáž páteře, která bezpečně protáhne, vyživí, vyrovná, dodá energii a ozdraví vaše záda. Při masáži používáme třezalkový olej, který stimuluje krevní oběh a má velmi dobré vyživující účinky na obratlové ploténky. Masáž je velmi uvolňující a klient se často dostává do tzv. alfa stavu mysli. Pro zvýšení efektu dostanete na závěr teplý rašelinový nebo parafínový zábal na záda.

Very effective massage of the spine, that safely stretch, nourish, align, energize and heal your back. During the massage, we use St. John's wort oil, which stimulates the blood flow and has very good nourishing

effects on vertebral discs. The massage is very relaxing, and the client often reaches the so-called alpha state of mind. To increase the effect, at the end you'll get a warm peat or paraffin wrap on the back.

Sehr effektive Massage der Wirbelsäule, die Ihren Rücken sicher dehnt, nährt, ausrichtet, energetisiert und heilt. Bei der Massage verwenden wir Johanniskrautöl, das die Durchblutung anregt und eine sehr gute pflegende Wirkung auf die Bandscheiben hat. Die Massage ist sehr entspannend und der Klient erreicht oft den sogenannten Alpha-Zustand. Um die Wirkung zu verstärken, bekommen Sie am Ende eine warme Torf- oder Paraffinpackung auf den Rücken.

www.hotel-astra.cz