

MASÁŽE - CENÍK

Relaxační masáž těla

800,- / 60 min.

Je vhodná pro každého, kdo potřebuje uvolnit tělo a odbourat následky stresu. Její exkluzivita a velká žádanost u klientů je způsobena nejen použitím speciálních „havajských“ hmatů, ale i tím, že je přizpůsobována momentálnímu tělesnému a psychickému stavu klienta – pokaždé Vás může čekat něco jiného. Podporuje krevní oběh, lymfatický systém - tím i vylučování toxinů z organismu a jeho rychlejší regeneraci. Dodává novou energii a sílu ke kvalitnímu prožívání vašeho života.

30 min – záda	450,-
60 min – záda + hýždě	800,-
90 min – záda + hýždě + ruce	1180,-
120 min – záda + hýždě + ruce + nohy	1580,-

Breussova masáž

800,- / 60 min.

Jde o jemnou, energetickou masáž zad v oblasti páteře, která uvolní tělesné, psychické i duševní blokady. Breussova masáž regeneruje meziobratlové ploténky a tím se vyřeší široké spektrum zdravotních potíží, mimo jiné vede také k odbourání hluboko uložených psychických problémů. Základem Breussovy masáže je pomocí jemného tahu vytvořit prostor mezi obratli, který je vyplněn meziobratlovou ploténkou, a poté vmasírovat třezalkový olej, jenž působí na ploténku asi jako voda na houbu. Ploténka olej nasaje, zvětší se do původní velikosti a začne opět plnit svou funkci – odpružení a rotace páteře, ochrana nervů před stlačením (které se mj. projevuje jako vystřelující bolest nebo brnění a mravenčení...)

Havajská masáž LOMI LOMI

900,- / 60 min.

Havajská masáž je terapie, jejíž základy spočívají v použití speciálních havajských technik, využívajících nejen prstů a dlaní, ale i předloktí, které díky své rytmice a provedení, mají vysoký terapeutický a relaxační účinek. Je charakteristická dlouhými plynulými tahy předloktím. Lomi se překládá jako hníst, masáže, masérka, masér a v přeneseném slova smyslu také jako laskavé ruce. Jestliže je stejné slovo použito v havajštině dvakrát za sebou, zesiluje se tím jeho účinek.

Je to velice účinná a přitom maximálně relaxační masáž. Tato masáž je označována za PERLU mezi ostatními terapiemi.

60 min – nohy + záda + šíje	900,-
90 min – nohy + záda + šíje + dekolt + obličej	1300,-

Dornova metoda Plus

800,- / 60 min.

Pro každého, kdo má nějakou, nejen tělesnou potíž a opravdově se rozhodl vzít zodpovědnost za své zdraví do vlastních rukou, nabízíme pomoc formou Dornovy metody Plus

Dornova metoda Plus je poctivá manuální technika, která šetrně, za aktivní spolupráce klienta navrácí klouby a obratle do jejich původních správných pozic a vyrovnává celkovou statiku těla. Plus proto, že je rozšířena o prvky, které řeší další posuny a vybočení, které původní Dornovka neřešila. U nás v ČR tuto velice komplexní techniku učí a garantuje Zuzana Prouzová-Lehrmann a Jozef Púry. Dornovou metodou Plus se dá srovnat rozdílná délka dolních končetin, srovnat kostrč a postavení pánve, vyosené obratle, což vše může souviset s častými bolestmi hlavy, vbočenými palci u nohou, bolestmi ramen i paží a vzhledem k provázanosti páteře s inervací vnitřních orgánů i třeba s neplodností a mnoha dalšími potížemi nejen tělesnými, ale i psychickými. Délka a počet návštěv u terapeuta je individuální a odvíjí se od stavu klienta a jeho požadavků k řešení. Ideální je opakování 3x během dvou týdnů a poté individuálně. První návštěva může trvat i déle než 2 hodiny a u nás je kombinována s Bowenovou metodou, baňkováním a Breussovou masáží. Kombinace určuje terapeut dle potřeby.

Bowenova masáž

800,- / 60 min.

Myofasciální technika dle Toma Bowena, je dynamická převratná metoda uvolňující svaly, pojivovou tkáň a aktivující samoléčebné schopnosti těla. Je to jeden z nejzáračnějších objevů, který je používán již více, než čtyřicet let a pomohl tisícům pacientů po celém světě vyléčit různé zdravotní problémy. Bowenova metoda patří mezi tzv. měkké techniky a ošetření se skládá ze sérií unikátních hmatů přes definované body lidského těla, kdy se mezi jednotlivé série vkládají asi dvouminutové pauzy, aby tělo mělo čas „zpracovat“ informace z proběhlé stimulace. Tyto hmaty jsou většinou jemné a šetrné, nicméně některé je potřeba provést poněkud razantněji a mohou být pro někoho i bolestivé. Bowenovu metodu je vhodné aplikovat po úrazech a zraněních svalů, i po operacích pro rychlejší regeneraci a rovněž preventivně kvůli celkovým podpurným účinkům. Doporučuje se i pro zlepšení činnosti vnitřních orgánů a hormonálního systému. Celkově obnovuje přirozený tok životní energie. Ideální je opakování 3x během dvou týdnů a poté individuálně.

V případě některých tělesných disbalancí je velice vhodná kombinace s Dornovou metodou.

Masážní terapie Awakening (MTA)

1.400,- / 90-120 min.

MTA je pro většinu lidí velice silným zážitkem. Jedná se o silně relaxační olejovou masáž celého těla. Použitím speciálních poloh prstů, tlaku a pohybu na různých bodech a částech těla klienta se aktivují dráhy, které působí na neurální systém člověka. Díky jeho aktivaci jsou postupně aktivována energetická centra a rozpořehována naše tvořivá životní síla, přičemž se mohou probudit programy v hlavě, neprožitá uložená emoce a vzpomínky či traumata, která ovlivňují naše zdraví a rovnováhu v životě. Základem této techniky je společné naladění se na záměr, který pak vložíme do procesu masáže. Před i po masáži je podán speciální čaj podporující relaxaci a detoxikaci organismu. Po terapii může, ale nemusí, následovat krátké sdílení prožitého.

Antistresová havajská masáž hlavy a dekoltu

400,- / 30 min.

Tato mimořádná masáž hlavy ulevuje od napětí a stresu, kterému jsme neustále vystavováni. Dovede Vás k maximální relaxaci a uvolnění. Působí jako opravdový lék na různé bolesti a napětí ve svalech krku a ramen. Masáž hlavy je prospěšná díky tomu, že se praktikuje na částech, které jsou důležitými energetickými centry. Pokud je člověk ve stresu, hromadí se v těchto oblastech napětí, které zapříčiňuje spoustu dalších bolestí. Masáž obličeje má nejbližší a maximálně relaxační účinky, především na centrální nervovou soustavu. Vzhledem k tomu, že na obličeji je ohromné množství nervových receptorů, ovlivňuje masáž obličeje nejen nervový systém, ale i celé tělo. Na rozdíl od jiných částí těla jsou svaly v obličeji připojené do kůže, a proto přímo ovlivňují náš vzhled. Náš obličej odráží nálady a emoce. Stres a napětí může mít na náš vzhled ničivý dopad, svaly se napínají, což způsobuje tvrdý výraz. Masáž toto napětí uvolňuje a výraz ve tváři se změkčí. U této masáže je nutné počítat s tím, že budete odcházet nejen nádherně zrelaxováni, ale i s mírně promaštěnými vlasy.

Protimigrénová masáž šíje

400,- / 30 min.

Protimigrénová masáž je hluboce relaxační, komplexní masáž šíje, hlavy a ramenního pásu, kdy působením na akupresurní body dochází k uvolnění bolesti a tím k pocitu dobré nálady až mírné euforie. Má výrazný efekt při odstraňování celkové únavy, nespavosti, bolesti hlavy, při nachlazení, bolesti uší, očí a zubů. Napomáhá hlubokému uvolnění celého nervového systému a vyladění obou mozkových hemisfér. Uvolňuje, protahuje svaly krční páteře a odstraňuje energetické bloky. Je vhodná na jakoukoli nerovnováhu těla, nervového systému a především samotné mysli. Ztuhlost a bolestivost šíjového svalstva je často důsledkem stresu nebo sedavého zaměstnání. Důvodem může být ale také nezvyklá námaha nebo prochlazení. Ztuhlé svaly těchto oblastí mohou být příčinou bolestí hlavy, nervozity a celkového napětí. Mohou také vyvolávat bolesti ramen a svalů paží. Následně pak neklidný spánek a tedy zhoršený odpočinek. Masáž probíhá vsedě bez použití masážního oleje. Začíná důkladným promasírováním svalů šíje a ramen. Následuje protažení těchto svalů a šetrné uvolnění krční páteře.

Reflexní masáž chodidel

400,- / 30 min.

Vhodné kombinovat s další masáží (+ Breussova masáž, celkově za 1.200,-).

Reflexní masáž chodidel je technika, při níž se jemným tlakem masírují reflexní plošky na chodidlech (mají přímou souvislost s jednotlivými tělesnými orgány), čímž dojde k hlubokému uvolnění a povzbuzuje se samo léčící schopnost těla. Zároveň dodává životní energii, posiluje imunitní systém a tělo zklidňuje mysl. Reflexní masáž chodidel je bezpečná a přirozená metoda, která pomáhá tělu s aktuálními zdravotními problémy. Podstata reflexní masáže chodidel spočívá v tom, že orgány, nervy, žlázy a ostatní části těla jsou spojené s reflexními ploškami nebo body na chodidlech. Reflexní plošky a body se nacházejí na ploskách, nártách a stranách chodidel. Když se tyto plošky stlačují a masírují prsty, vyvolá to v odpovídající části těla přímou reakci. Při reflexní terapii se nejčastěji masírují chodidla, která na masáž obvykle reagují lépe než ruce, protože se na nich nacházejí větší plošky a reflexní body se snáze vyhledávají. U reflexní masáže chodidel jde o nastolení rovnováhy, harmonie a pocitu pohody. Tuto masáž není vhodné aplikovat těsně po ošetření pedikúrou a při plísňových onemocněních.

Baňkování

400,- / 30 min.

Baňkování je velice stará metoda léčby. První zmínky pocházejí z Mezopotámie, asi 4000 let př.n.l. Podstatou této léčby je přikládání nádobek různých tvarů, materiálů a velikostí na přesně vybrané body či oblasti těla pacienta. Z nádobek se různým způsobem vysaje vzduch a následkem toho v nich vznikne podtlak, jehož intenzita se určuje podle toho, jakého účinku je třeba dosáhnout vzhledem k léčeným potížím. Na tom jaké potíže jsou léčeny, závisí i doba po kterou jsou baňky přiloženy a případně s nimi lze i pohybovat.

Dětská masáž

400,- / 30 min.

Dětská masáž je smysluplnou masáží. Děti po ní budou odolnější vůči nemocem, škodlivým vlivům okolního prostředí a stanou se klidnější. Fyziologicky se stimuluje a zlepšuje krevní oběh, což má vliv na rozvoj všech tkání a činnost orgánů.

V souvislosti se stimulací krevního oběhu se zlepšuje podpora dýchání, celý organismus je dobře okysličován, podporuje se rozvoj hrudníku a správné držení těla. Masáže jsou určeny dětem od 8-17 let a jsou prováděny velmi jemnou technikou s přihlédnutím k věku a potřebám dítěte. Používány jsou přírodní rostlinné oleje bez konzervantů, barviv a dalších přidaných látek. Tyto oleje naopak obsahují vysoké množství vitamínů a minerálů, výborně se vstřebávají a působí blahodárně na jemnou dětskou pokožku. Během práce může masér rodičům pomoci odhalit i případné tělesné "závady", které by při zanedbání mohly vést k větším potížím. Přítomnost rodičů je nutná, případně dle domluvy.