





OFERTA MASAŻY I SPA W BABILON HOME & FAMILY

Ośrodek Babilon Home & Family zaprasza swoich gości do skorzystania z oferty zabiegów relaksacyjnych, w znajdującym się przy plaży gabinecie masażu.

Jeśli marzy Ci się masaż w przytulnym, naturalnym gabinecie, wypełnionym aromatem ziół i naturalnych olejów, z widokiem na spokojną taflę jeziora - to nasi doświadczeni masażyści wprowadzą Cię w stan relaksu i odprężenia. W szerokiej ofercie masażu zdrowotnych i relaksacyjnych odnajdziesz odpowiedni dla Ciebie zabieg. Oferujemy również chwile wyciszenia dla dzieci i młodzieży.

Zachęcamy do oddania się masażom w parach - zakochanych, przyjaciół, rodzica z dzieckiem.

SAUNA

Sauna to miejsce, które oferuje nie tylko relaks, ale także korzyści zdrowotne. Oto kilka zalet regularnego korzystania z sauny:

- **Poprawa krążenia:** Sauna pomaga w rozszerzaniu naczyń krwionośnych, co z kolei wspomaga krążenie krwi. To korzystne dla serca i ogólnego zdrowia.
- **Wzmacnianie odporności:** Regularne odwiedzanie sauny może wzmocnić nasz układ odpornościowy, zmniejszając ryzyko chorób.
- **Oczyszczanie organizmu:** Poprzez pocenie się w saunie, usuwamy toksyny z organizmu. To pomaga w oczyszczeniu skóry i porów.
- **Redukcja stresu i napięcia:** Ciepło i spokój w saunie mogą pomóc w zrelaksowaniu się i zmniejszeniu napięcia mięśniowego.
- **Spalanie kalorii:** Jeden seans w saunie może spalić nawet 300 kilokalorii!
- **Poprawa wydolności:** Sauna może zwiększyć naszą wydolność fizyczną.

Pamiętaj, aby czas korzystania z sauny dostosować do swojego stanu zdrowia.



OFERTA MASAŻY

MASAŻ KLASYCZNY

To najpopularniejsza forma masażu. Masażysta, poprzez dobranie różnych technik, opracowuje całe ciało lub wybrane jego części - grzbiet, nogi, ręce, brzuch, klatkę piersiową, głowę i twarz. Masaż dostosowany jest do potrzeb klienta, masażysta może poświęcić więcej czasu w miejscach, gdzie występują skumulowane napięcia. Taki masaż zazwyczaj nie jest bolesny, klient czuje się odprężony i zrelaksowany. Masaż wykonywany na naturalnym maśle shea.

30 MINUT - 100 ZŁ

60 MINUT - 160 ZŁ

TERAPIA TKANEK GŁĘBOKICH

Jest to terapia manualna, wykonywana w bardzo wolnym tempie. Masażysta, poprzez wykorzystanie swoich dłoni, opuszków palców, kostek, pięści, łokci i przedramion, opracowuje całe ciało lub wybrane jego obszary. Celem tego masażu jest zmniejszenie napięcia mięśni, rozluźnienie powięzi, polepszenie ruchomości stawów. Masażysta dostosowuje się do napięć występujących w ciele i tak prowadzi terapię, by jak najwięcej z nich uwolnić. Masaż wykonywany bez użycia środków natłuszczających lub z niewielkim dodatkiem masła shea.

30 MINUT - 100 ZŁ

60 MINUT - 160 ZŁ

MASAŻ RELAKSACYJNY CAŁEGO CIAŁA CIEPŁYM OLEJEM

Jest to głęboko relaksacyjny masaż wykonywany przy użyciu podgrzanego, naturalnego oleju o przyjemnej woni. To idealny masaż dla osób przemęczonych, przepracowanych, chcących się odstresować. Taki masaż odpręża całe ciało, redukuje napięcia, zmniejsza dolegliwości bólowe. Masaż polepsza krążenie, zwiększa wydalanie toksyn z organizmu i dotlenia go. Terapeuta opracowuje zarówno tylną, jak i przednią część ciała.

60 MINUT - 220 ZŁ

MASAŻ LOMI LOMI

Masaż Lomi Lomi obejmuje całe ciało. Terapeuta używa całych dłoni i przedramion wykonując płynne ruchy jakby tańczył wokół osoby masowanej. Ten niezwykły rytuał uwalnia ciało z negatywnych emocji, fizycznych i psychicznych ograniczeń. Do działań Lomi Lomi zalicza się głębokie rozluźnienie spiętych mięśni, poprawę elastyczności i ruchomości stawów, a także stymulację krążenia krwi i limfy w organizmie. Masaż wykonywany na naturalnym oleju.

60 MINUT - 220 ZŁ

MASAŻ BALIJSKI

To masaż łączący w sobie wiele technik takich jak akupresura, ajurweda, refleksologia, stretching i aromaterapia. Dzięki tym technikom nie tylko przynosi ukojenie zmęczonym mięśniom, ale także stymuluje pracę całego organizmu. Osoba masowana osiąga stan głębokiego rozluźnienia i relaksu. Do masażu wykorzystywane są oleje ajurwedyjskie o naturalnym składzie i przyjemnym zapachu.

90 MINUT - 270 ZŁ

MASAŻ GORĄCYMI STEMPLAMI ZIOŁOWYM

Jest to masaż całego ciała, wykonywany za pomocą ręcznie wykonanych, jednorazowych, bawełnianych sakiewek, wypełnionych mieszanką ziół, kwiatów, suszonych owoców. Stemple są zanurzone w ciepłym oleju ze słodkich migdałów i podgrzewane tuż przed planowanym zabiegiem. Stemple uwalniają piękny zapach, mają działanie peelingujące i odżywcze na skórę. Wpływają też korzystnie na samopoczucie osoby poddającej się masażowi poprzez działanie aromaterapeutyczne.

60 MINUT - 250 ZŁ



MASAŻ PEELINGUJĄCY UDVARTANA

Pochodzący z indyjskich świątyń piękna, intensywnie działający na całe ciało zabieg. Łączy w sobie dokładne oczyszczanie ciała za pomocą peelingu z proszku ziołowego i pobudzający masaż. Podczas zabiegu masażysta okrężnymi ruchami wmasowuje proszek peelingujący w skórę, dzięki czemu usuwa martwy naskórek, oczyszcza, odżywia skórę, a także przyspiesza usuwanie z niej toksyn. Rytuał poprawia metabolizm w mięśniach i tkance tłuszczowej, działa przeciwobrzękowo, pomaga w redukcji cellulitu. Po opracowaniu całego ciała osoba poddająca się zabiegowi udaje się pod prysznic, by zmyć resztki proszku peelingującego.

60 MINUT - 220 ZŁ

TAJSKI MASAŻ STÓP

Jest wyjątkowym połączeniem intensywnych technik masażu i akupresury. Masaż zdejmuję napięcia skumulowane w obrębie stóp i podudzi. Zabieg wpływa korzystnie na układ krążenia i polepsza ruchomość stawu skokowego. Element akupresury na punktach refleksologicznych poprawia dobrostan całego organizmu. Masaż poprzedzony jest peelingiem stóp o energetyzującym działaniem. Szczególnie polecany dla osób, które zawodowo bądź sportowo nadmiernie eksploatują swoje stopy.

60 MINUT - 200 ZŁ



MASAŻ LIFTINGUJĄCY KOBIDO UP

Jest to masaż, oparty na japońskim rytuale Kobido. Obejmuje kark, ramiona, dekolt, głowę i twarz. Uznawany jest za naturalną alternatywę dla zabiegów medycyny estetycznej. Masażysta stosuje wiele technik rozluźniających napięcia w obrębie twarzy i głowy, drenaż limfatyczny, techniki modelujące, liftingujące i relaksacyjne. Stymulowane są powierzchowne i głębokie warstwy skóry, mięśni i układu nerwowego. Masaż jest też pomocny przy schorzeniach migrenowych, napięciach mięśni żucia spowodowanych stresem czy leczeniem ortodontycznym.

70 MINUT - 200 ZŁ

KOBIDO UP + MALINOWA PIELEGNACJA

Pełen zabieg Kobido Up z dodatkową pielęgnacją kosmetyczną twarzy, na którą składa się peeling enzymatyczny, serum malinowe oraz malinowa maska algowa. Pielęgnacja o działaniu antyoksydacyjnym, regenerującym i nawilżającym, odpowiednia do każdego typu cery.

90 MINUT - 270 ZŁ

MASAŻ GŁOWY SHIROABHYANGA

Ten masaż to inaczej namaszczenie głowy. Bardzo przyjemny rytuał, mający na celu rozluźnienie napięć w obrębie głowy, karku, dekoltu i ramion. Opracowanie tych obszarów wpływa na regenerację i usprawnienie całego ciała. Naturalne oleje ajurwedyjskie użyte do masażu głowy korzystnie wpływają na stan włosów po zabiegu, stają się miękkie i odżywione.

30 MINUT - 150 ZŁ

MASAŻ KOJĄCY UKŁAD NERWOWY

Jest to terapia, oddziałująca na układ nerwowy. Masażysta stosuje głównie głaskanie, uciski i elementy akupresury. Ruchy masażyisty są długie, powolne i rytmiczne. Poprzez działanie na receptory znajdujące się w skórze, masaż ten wspiera regenerację układu nerwowego. Masaż może być wykonywany w luźnym, niekrępującym ruchów ubraniu. Terapia uzupełniona jest o kojące i rozluźniające działanie mis tybetańskich.

60 MINUT - 160 ZŁ

MASAŻE DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

MASAŻ MALINOWY

Równie relaksacyjny, jak czekoladowy, masaż w malinowym wydaniu. Naturalne oleje ze świeżym malinowym aromatem podgrzane do odpowiedniej temperatury wprowadzą dziecko w pozytywny nastrój. Rodzic jest obecny przy masażu, a nawet może skorzystać równolegle z oferty masażu w tym samym pomieszczeniu.

25 MINUT - 100 ZŁ

MASAŻ CZEKOLADOWY DLA DZIECI

Chwila relaksu dla Twojego dziecka. Masaż wykonywany w bardzo delikatny, subtelny sposób, dostosowany do wieku dziecka. Masaż pleców i ramion dziecka wykonywany jest przy użyciu belgijskiej gorzkiej czekolady oraz olejku ze słodkich migdałów, podgrzanych do odpowiedniej temperatury. Oprócz przyjemności z głaskania masaż czekoladowy niesie wiele korzyści zdrowotnych - dotlenia organizm, wzmacnia odporność, wycisza, uspokaja, wzmacnia układ nerwowy. Rodzic jest obecny przy masażu, a nawet może skorzystać równolegle z oferty masażu w tym samym pomieszczeniu.

25 MINUT - 100 ZŁ

MASAŻ DLA DZIECI WYCISZAJĄCY

Jest to półgodzinna terapia, wyciszająca układ nerwowy. Stosuje się głównie powolne głaskanie i delikatne uciski. Poprzez działanie na receptory znajdujące się w skórze masaż ten wspiera regenerację układu nerwowego. Dziecko podczas masażu powinno być ubrane w niekrępującą ruchów odzież. Terapia uzupełniona jest aromaterapią. Rodzic jest obecny przy masażu lub może skorzystać równoległe z oferty masażu w tym samym pomieszczeniu.

30 MINUT - 100 ZŁ

MASAŻ DLA MŁODZIEŻY 13-18 LAT

Chwila ukojenia i relaksu dla starszej młodzieży. Masaż obejmuje tylną powierzchnię ciała, czyli plecy i nogi oraz ramiona. Masaż wykonywany jest z wyczuciem, dostosowany do potrzeb i wieku osoby masowanej. Ciało po masażu jest dotlenione i odprężone. Do masażu wykorzystane są naturalne oleje z dodatkiem olejków eterycznych.

Na życzenie masażysta może wykonać wymiennie masaż sportowy lub klasyczny. Rodzic jest obecny przy masażu lub może skorzystać równoległe czasie z oferty masażu w tym samym pomieszczeniu.

30 MINUT - 100 ZŁ

ANKIETA ZDROWOTNA I PRZECIWSKAZANIA

Aby masaż był bezpieczny, musimy mieć pewność, że u klienta nie występują żadne przeciwwskazania do zabiegu.

Przed masażem będą Państwo proszeni o wypełnienie ankiety zdrowotnej.

Prosimy o poinformowanie nas o chorobach i problemach zdrowotnych jakie aktualnie występują. Ważną informacją są zmiany skórne, szczególnie zakaźne w miejscach które mają być poddane masażowi.

W Polsce choroba nowotworowa wyklucza wykonanie masażu na 5 lat od zakończenia leczenia. Możliwe jest wykonanie masażu po uzyskaniu zgody od lekarza prowadzącego.

LISTA PRZECIWSKAZAŃ

- wszystkie stany chorobowe przebiegające z wysoką temperaturą ciała (powyżej 38° C),
- ostre i podostre stany zapalne, stany zapalne skóry,
- niewyrównane nadciśnienie,
- choroby zakaźne, gruźlica,
- przerwanie ciągłości skóry,
- wszelkiego rodzaju zmiany dermatologiczne,
- niezagojone blizny,
- żylaki (masowane będą tylko zdrowe części ciała),
- alergie na stosowane do masażu kosmetyki,
- krwotoki lub tendencje do ich wystąpienia,
- niewyrównane wady serca, tętniaki, świeże zakrzepy,
- świeży zawał serca,
- nowotwory złośliwe i niezłośliwe,
- zapalenia żył, choroby naczyń obwodowych,
- zaawansowana miażdżyca ,
- zakrzepowe zapalenie żył (6 miesięcy po stanie zapalnym),
- okres ciąży - I trymestr,
- choroba wrzodowa z krwawieniami,
- zapalenie trzustki,
- wirusowe zapalenie wątroby,
- Choroba Burgera III° IV°,
- Choroba Reunalda III° IV°.

PRZECIWSKAZANIA DO MASAŻU TWARZY KOBIDO:

- wszystkie ogólne przeciwwskazania,
- stany zapalne skóry,
- aktywna opryszczka,
- rany w obrębie twarzy, szyi i dekoltu,
- trądzik różowaty w zaostrzeniu,
- stany ropne zęba, resekcja zęba,
- inwazyjne zabiegi stomatologiczne,
- inwazyjne zabiegi kosmetyczne lub medycyny estetycznej:
 - wypełniacze - 3 miesiące,
 - botoks - 4 tygodnie,
 - nici liftingujące - 6 miesięcy,
 - inne zabiegi - do wygojenia.

ETYKIETA GABINETU MASAŻU

- Na zabiegi masażu prosimy umawiać się w recepcji ośrodka.
- Prosimy o przybycie do gabinetu kilka minut przed planowanym rozpoczęciem masażu. Pozwoli to w spokoju wypełnić ankietę zdrowotną, omówić przebieg masażu i przygotować się do niego.
- Jeśli chcesz skorzystać również z sauny i balii, zaplanuj to przed masażem.
- Jeśli chcą Państwo odwołać zabieg, prosimy zrobić to w rozsądnym czasie - co najmniej kilka godzin przed zaplanowanym terminem.
- Prosimy o wyciszenie telefonów komórkowych - niech nic nie przeszkadza w chwili odprężenia.
- Prosimy o niespożywanie alkoholu przed masażem. Warto zachować też odstęp minimum 1,5 godzinny od obfitego posiłku.
- W trosce o Państwa komfort i higienę, w szatni przy gabinecie dostępne są jednorazowe klapki i bielizna do zabiegów relaksacyjnych. Otrzymają też Państwo ręczniki do okrycia się przed masażem i wytarcia ciała po prysznicu.
- Aby zabieg był komfortowy prosimy unikać mocnego opalania się i depilacji tuż przed umówionym masażem.
- Masażysta omawia przebieg zabiegu przed przystąpieniem do masażu. Jeśli w trakcie masażu pojawiają się jakieś wątpliwości, dyskomfort, odczuwalna zbyt niska lub wysoka temperatura, ból, drażniący muzyka czy zapach, nie wahaj się poinformować o tym swojego terapeuty.

MASAŻYŚCI

Barbara
Galikowska



Patryk
Bardelski





Trwa
masaż