

NOWOŚCI W SPA



COACHING HOLISTYCZNY WARSZTATY ROZWOJU OSOBISTEGO - organizujemy niezwykłą podróż w głąb siebie, aby móc odkryć swoje talenty, mocne i słabe strony, poznać swoje cele i marzenia oraz drogę do ich realizacji.

Pokazujemy jak zarządzać stresem i emocjami, w jaki sposób motywować siebie oraz innych do działania. Współpracujemy ze specjalistami w zakresie coachingu osobistego, rodzinnego, biznesu i ścieżki kariery. **Cena: 100 zł za 30 min., 200 zł za 60 min.**

TECHNIKA BOWENA

BOWTECH®

To forma holistycznej terapii manualnej pochodząca z Australii od rdzennych Aborygenów, która polega na delikatnym dotyku na określonych punktach na ciele pacjenta odpowiedzialnych za aktywację naturalnych mechanizmów regeneracji i samoleczenia organizmu. Pomaga w leczeniu bólu kręgosłupa i stawów po urazach, kontuzjach, zwyrodnieniach, schorzeniach narządów wewnętrznych, kłopotach z płodnością, depresjach oraz w przypadkach silnego stresu i traum u dorosłych i u dzieci. Głęboko odpręża i relaksuje. **Cena: 100 zł za 30 min., 200 zł za 60 min.**



MAGNETOTERAPIA działa przeciwbólowo, przeciwzapalnie, przeciwobrzękowo, przyspiesza wzrost kości, gojenie ran i odleżyn, regeneruje po udarach, zawałach, cukrzycy, operacjach, zabiegach stomatologicznych,

pomaga na bóle menstruacyjne, atopowe zapalenie skóry, reguluje hormony, zmniejsza stres, zaburzenia snu i koncentracji, neutralizuje skutki boreliozy, poprawia odporność i wydolność organizmu.

BIOREZONANS

to innowacyjne urządzenie z USA skonstruowane przez dr Raymonda Rife'a (zapperzy dr Clark), generujące fale rezonansowe, które niszczą szkodliwe patogeny (wirusy, bakterie, grzyby, pasożyty i alergeny) oraz detoksykują i wzmacniają zdrowe komórki organizmu człowieka, aktywując mechanizm autoregeneracji. Pomaga przy każdym schorzeniu, w boreliozie i leczeniu uzależnień (papierosy, alkohol).



WIBROTATERAPIA to nowoczesna metoda leczenia bólu wymyślona przez lekarzy ortopedów i neurologów,

która pomaga na bóle głowy, kręgosłupa i stawów, regeneruje po treningu, przyspiesza gojenie ran, reguluje ciśnienie, działa przeciwobrzękowo, wyrównuje napięcie mięśniowe u osób po udarach, pomaga na żylaki, skurcze łydek, poprawia metabolizm i perystaltykę jelit, detoksykuje, zmniejsza cellulit i nadwagę, pomaga na nietrzymanie moczu, cukrzycę, ureguje stres, emocje, depresję, nadpobudliwość. **Cena: 90 zł za 30 min., 180 zł za 60 min.**



Anielska Grota
WELLNESS & SPA



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. + 48 694 343 507
spa@anielskagrotaspa.pl
www.anielskagrotaspa.pl

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

ŻYCZYMY CUDOWNEGO DNIA!



Anielska Grota
WELLNESS & SPA



RELAKS ♥ ROZWÓJ REHABILITACJA

*Innowacyjna medycyna holistyczna,
fizjoterapia i osteopatia dla Ciebie*



HOTEL BAST*** ul. Królowej Jadwigi 35/37
88-100 Inowrocław, spa@anielskagrotaspa.pl
tel. kom. 694 343 507, www.anielskagrotaspa.pl

FIZJOTERAPIA I OSTEOPATIA

Kontakt: mgr Joanna Szczygłowska, tel. 694 343 507
fizjoterapeuta, osteopata, trener rozwoju osobistego.



**Jesteś narażony na permanentny stres?
Cierpisz na bóle głowy, kręgosłupa, stawów?**



**Zaraziłeś się boreliozą i jej koinfekcjami,
masz alergie oddechowe, skórne,
pokarmowe, jelito drażliwe, kolki?**



**Przeżyłeś wypadek komunikacyjny?
Zmagasz się z bezsennością, depresją,
schorzeniami neurologicznymi, udarem?**



**Jesteś kontuzjowany dzięki sportowym
zmaganiom w dowolnej dziedzinie?**



**Stwierdzono u Ciebie nadciśnienie, arytmie,
cukrzycę, kłopoty z tarczycą, guzy
i torbiele na narządach wewnętrznych?**



**Czy urodziłaś dziecko poprzez cesarskie
cięcie? Czy chcesz wrócić do pełni sił po
połogu? Czy masz kłopoty z płodnością?**



**Masz bóle niewiadomego pochodzenia
lub cierpisz na chorobę, której przyczyna
nie jest znana i szukasz pomocy u wielu
specjalistów, nie wiedząc co dalej?**



**Grozi Tobie operacja lub chcesz wrócić
do pełni sił po przebytej operacji
chirurgicznej lub transplantacji narządów?**



Chodzisz o kulach lub jeździsz na wózku?

METODY REHABILITACJI



- osteopatia kraniosacralna i wisceralna
- technika Bowena i terapia Polarity
- masaże lecznicze i relaksacyjne
- masaże tkanek głębokich
- biorezonans, wibroterapia
- terapia przeciwobrzękowa
- terapia łańcuchów i taśm powięzi
- terapia punktów spustowych
- terapia manualna, fizjoterapia,
- refleksologia stóp, dłoni i twarzy

OPERACJA I LEKI TO OSTATECZNOŚĆ! WYBIERZ KOMPLEKSOWĄ REHABILITACJĘ
Konsultacja rehabilitacyjna 50 zł przed 1 wizytą. Serdecznie zapraszam.
Karnety na kompleksową rehabilitację schorzeń medycyną holistyczną: 5 wizyt
po 60 min. - gratis 30 min. sauny lub jacuzzi, 10 wizyt po 60 min. - gratis 60 min.
sauny lub jacuzzi lub 30 min. albo magneto lub wibroterapii lub biorezonansu.

KINEZYTERAPIA FIZYKOTERAPIA



KLUB FITNESS „Siódme Niebo”

- ✓ 60 min. cena 50 zł ćwiczenia fitness i kardio na sprzęcie firmy PRECOR
- ✓ 60 min. cena 60 zł ćwiczenia Qigong lub Gymstic na kręgosłup

✓ KARNETY NA KINEZYTERAPIĘ CZYLI ĆWICZENIA

Korzyści: wzmocnienie mięśni kręgosłupa, spalanie zbędnych kalorii, modelowanie sylwetki, uregulowanie ciśnienia krwi.

- Karnet na 5 wejść – cena 250 zł + 1 wejście GRATIS
- Karnet na 10 wejść – cena 500 zł + 1 wejście GRATIS

SAUNA FIŃSKA „Serce Ogniska”

- ✓ 30 min. cena 40 zł
- ✓ 60 min. cena 60 zł
- ✓ Sauna+jacuzzi+balia
60 min. cena 70 zł



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

WANNA JACUZZI „Ocean Spokoju”

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

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 300 zł + 1 wejście GRATIS
- Karnet na 10 wejść - cena 600 zł + 2 wejścia GRATIS

PAKIETY

PAKIETY OSOBISTE skomponuj własny pakiet z proponowanych przez nas rytuałów SPA - wyjątkowa oferta dla Pań i Panów. Polecamy aromatyczne peelingsi, masaże lecznicze i relaksacyjne, refleksologię stóp i twarzy.

PAKIETY DLA DWOJGA I DLA NOWOŻEŃCÓW spraw magiczny prezent Ukochanej Osobie, organizujemy wyjątkowe zaręczyny, oświadczenia, wieczory panińskie, rocznice ślubu, kursy masażu dla par - zapewniamy niezapomniane rytuały w SPA na wyłączność, polecamy romantyczne kolacje przy świecach i muzyce, okazjne ceny noclegów w niezwyklej zabytkowej scenerii Hotelu BAST***.

PAKIETY DLA KOBIET W CIĄŻY - otoczmy troskliwą opieką Przyszłe Mamy - pomożemy zmniejszyć, częste w tym czasie, bóle kręgosłupa i obrzęki nóg, damy wsparcie dla mięśni brzucha za pomocą kinesiotapingu oraz zadbamy o relaks i odprężenie psychiczne dzięki specjalistycznym masażom po pierwszym trymestrze ciąży.

PAKIETY DLA RODZIN Z DZIEĆMI - profilaktyczne, przeciwbólowe lub relaksacyjne rytuały SPA, które wzmocnią rodzinne więzi, Kursy Masażu Shantala® dla Rodziców z Dziećmi, coaching partnerski i rodzicielski, Kursy Świadomego Rodzicielstwa Bliskości, Rytuały tańców indiańskich przy bębnach oraz Ceremonie kąpiele w dźwiękach mis tybetańskich.

PAKIETY OKAZJONALNE organizujemy urodziny, imieniny, spotkania Przyjaciół i Przyjaciółek, wieczory tematyczne, wykłady o tematyce prozdrowotnej.

PAKIETY BIZNESOWE organizujemy imprezy integracyjne, szkolenia oraz podarunki biznesowe w postaci rytuałów SPA & WELLNESS dla Dyrektorów i Pracowników firm.

PAKIETY DLA OSÓB AKTYWNYCH - przygotowane dla osób uprawiających sport rekreacyjnie i zawodowo w celu profilaktyki prozdrowotnej, regeneracji po treningach, zminimalizowania przeciążeń, zwiększenia efektów treningu, dzięki zabiegom odnowy biologicznej i fizjoterapii.

PAKIETY KOMPLEKSOWEJ REHABILITACJI dzięki unikalnemu połączeniu najnowszych osiągnięć medycyny zachodniej, fizjoterapii, rehabilitacji i osteopatii z mądrością Wschodu - Tradycyjną Medycyną Chińską, Ajurwedą, refleksologią pomagamy naszym klientom ciesząc się z nimi z ich powrotu do aktywnego codziennego życia bez bólu.

SALON MASAŻU „ŹRÓDŁO RELAKSU”



ANTYSTRESOWY MASAŻ TWARZY
Cena 100 zł za 30 min., 200 zł za 60 min.
MASAŻ KOBIDO Cena 300 zł za 90 min.

Na twarzy znajduje się mapa całego ciała - poprzez masaż i akupresurę odpowiednich punktów można doprowadzić do harmonii organizm człowieka, działa odmładzająco.

MASAŻ LECZNICZY

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

DRENAŻ LIMFATYCZNY

Korzyści: poprawia krążenie krwi i limfy, redukuje obrzęki.



- ✓ Cena 100 zł za 30 min., 200 zł za 60 min., 300 zł za 90 min.

REGENERUJĄCY MASAŻ MIODEM LUB CZEKOLADĄ

Korzyści: harmonizuje ciało, emocje, umysł i duszę, usuwa bóle pleców, detoksykuje organizm, poprawia sen.

- ✓ Cena 100 zł za 30 min., 200 zł za 60 min., 300 zł za 90 min.



(TCK) TERAPIA CZASZKOWO-KRZYŻOWA

Cena 200 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,

kości krzyżowej, przepony, systemu powięzi i narządów wewnętrznych. Pomoże przy każdej dolegliwości.

STAROCHIŃSKA REFLEKSOLOGIA STÓP

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.

Cena 100 zł za 30 min.
200 zł za 60 min.



SŁODKA UCZTA DLA ZMYŚLÓW

Ceremonia Masażu Anielski Błogostan zawiera wyjątkowe połączenie tajemnic starożytnych masażu świątynnych z różnych zakątków świata wraz z gorącymi i szlachetnymi kamieniami oraz olejkami aromatycznymi dobranymi indywidualnie do potrzeb każdej osoby.

Cena: 399 zł za 90 min.



Uwielbiane przez Państwa peelingsi cukrowe i solne firmy **ORGANIQUE** - pioniera na rynkach światowych w kosmetyce naturalnej, dają gwarancję wysokiej jakości składników oraz relaksu dla zmysłów dzięki aromaterapii, sprawiają, że stary naskórek jest usuwany i pod spodem pozostaje gładka, aksamitna, nawilżona skóra. Rodzaje peelingsi: kawowy, czekoladowy,



z kozim mlekiem i liczi, kokosowy z masłem shea, waniliowy, leśny, eternal gold, z kwiatu nasturcji i owocu granatu, winogronowy, z pomarańczy i chili.
Cena 100 zł za 30 min.

TERAPIA POLARITY DR RUDOLFA STONE'a

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. Cena 100 zł za 30 min., 200 zł za 60 min.



MASAŻ DŹWIĘKIEM MIS TYBETAŃSKICH



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 moc twórczą i kreatywność. Cena 100 zł za 30 min., 200 zł za 60 min.