



WELLNESS AKTUALITY

červenec – září 2019

Vážení návštěvníci Rezidence & Wellness Blatov,

dovolujeme si vás informovat o akcích v nastávajících měsících..

Přejeme vám samé pozitivní dny a těšíme se na návštěvu.

Akce měsíců

- ❖ Klasická masáž s míčkovými technikami u Anety na 60 min. za 700 Kč
- ❖ Vstup do solné jeskyně na 45min. za 100 Kč a pro seniory za 70 Kč
- ❖ Muškát moravský Melleus 2018, 0,75l za 200 Kč, 0,2l za 50 Kč
- ❖ Aloe Vera 0,5l za 39 Kč

Infomace ke cvičení:

Pondělí, 17.00 hod. – pilates

Pondělí, 18.00 hod. – pilates

Pondělí, 19.30 hod. – jóga

Čtvrtek, 10.00 hod. – jóga

Čtvrtek, 19.30 hod. - pilates

Rádi bychom vás informovali o masáži, kterou jsme nově zařadili do naší široké škály,

co se týká nabízených druhů masáží. Jedná se o míčkování, tzv. **Míčková
facilitace.**

Míčková facilitace neboli míčkování, je technika vyvinutá českou fyzioterapeutkou Zdenou Jebavou. Masáž a terapie molitanovými míčky pomáhá především astmatickým dětem při zvládnání jejich nemoci. Je vhodná též na uvolnění svalů zad, hrudníku, při vadném držení těla, problémech s vedlejšími nosními dutinami, apod. Hlazením měkkým molitanovým míčkem dochází ke snížení napětí mezižebních svalů, svalů kolem průdušnic, svalů kolem dýchacích cest. Pomáhá k uvolnění nahromaděného hlenu a snadnému odkašlávání. Tlumí pocity dušnosti a nemožnosti se nadechnout.

Dárkové poukázky se nevztahují na služby manikúra, pedikúra a kadeřnictví.

Rezidence & Wellness Blatov

Starokolínská 306

Praha 9 – Újezd n. Lesy

blatov@kossuth.cz

tel. +420 910 301 120, +420 602 705 315