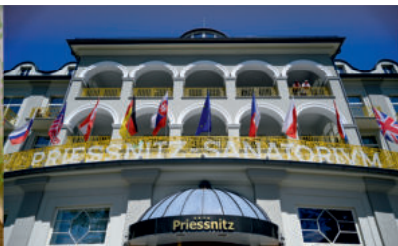
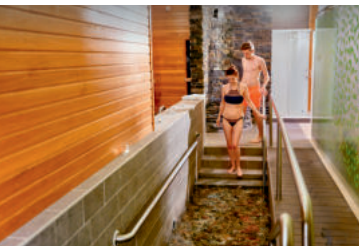


# Nabídka procedur

*platná od 1. 1. 2024*



# Priessnitzovy léčebné lázně

Priessnitzovy lázně leží nad významným geologickým podložím s tektonickými zlomy a uzly s prokázaným unikátním výnosem některých kovů a stopových prvků z hlubokých zón zemské kúry až na terén lázní. Tyto geologické anomálie pozitivně ovlivňují zdejší klima, vlastnosti vody i geoenergii místa.

Ovzduší lázeňského areálu je také ovlivňováno vzdušnými proudy Baltického moře s ionty jodu a molekulami mořské soli. Léčebný potenciál klimatu nadto umocňuje vzácný výskyt biogenních prvků (např. sodík, draslík, vápník, hořčík, lithium, železo, zinek aj.), prostupujících ve vysokých množstvích z geologického podloží do ovzduší. Klima lázní je tedy podobné takovým vyhlášeným oblastem jako Bad Gastein v Rakousku nebo Carlsbad Cavity v USA.

A voda? Na Studničním vrchu nad lázněmi pramení bezmála 60 unikátních pramenů. Síla zdejších horských pramenů spočívá v jejich molekulární struktuře, která z ní vytváří doslova „živou vodu“.



# Zvolte si proceduru na naše doporučení...

## **BOLEST HLAVY**

energetická masáž hlavy, koupel perličková s bylinkou, ošetření pohybového systému fyzioterapeutem, kraniosakrální terapie

## **BOLEST ZAD**

ošetření pohybového systému fyzioterapeutem, computerová kineziologie, bahenní zábal, masáž klasická částečná, reflexní masáž plosky nohy, masáž lávovými kameny, podologie, sloupková korekční a plovoucí technika, rašelinový zábal, kraniosakrální terapie, madagaskarské masáže, kinesiotaping

## **DĚTSKÉ PROCEDURY**

koupele s přísadou, sauna pro děti, ergoterapie pro děti, výuka plavání, diagnostika a ošetření pohybového systému

## **DÝCHACÍ POTÍŽE**

inhalace aerosolová individuální, kyslíková terapie dle prof. Ardenna, ošetření pohybového systému fyzioterapeutem, koupel se solí z Mrtvého moře

## **IMUNITA, OBRANYSCHOPNOST, DETOXIKACE ORGANISMU**

Priessnitzova pololázeň dvoufázová, skotský střik, lymfodrenáž ruční částečná/celotělová

## **KOSMETIKA**

přírodní kosmetika Dr. Hauschka, kosmetické zábaly GERnétic, UV špachtle, ošetření problematických stavů pleti

## **POHYBOVÉ AKTIVITY**

fitness, Priessnitzova pohybová terapie, Aqua Gräfenberg Walking, cvičení v bazénu, skupinové cvičení

## **ÚNAVA, STRES, RELAXACE**

hydromasážní vana, bahenní kůra, koupel citrusová, kraniosakrální terapie, madagaskarské masáže, tělové zábaly, energetická masáž hlavy

## **PRO TĚHOTNÉ**

Bahenní kůra, tělové zábaly, ošetření fyzioterapeutem, kinesiotaping, klidové koupele, bahenní, rašelinové a parafínové obklady mimo oblast šíje, kosmetika, plavání v bazénu

# Originální procedury

inspirované Vincenzem Priessnitzem

## PRIESSNITZŮV ZÁBAL

Po předehřátí ve sprše následuje celotělový ovin mokrým studeným prostěradlem s klidným ležením v zábalu pod dekou, kde dochází opět k prohřátí organismu.

## PRIESSNITZOVA POLOLÁZEŇ DVOUFÁZOVÁ

Jedná se o složitou proceduru s kombinací vodoléčby, zábalů, polevů a kartáčování.

## KLIMATOTERAPIE – PRIESSNITZOVA POHYBOVÁ TERAPIE

Tato terapie byla cíleně vytvořena na základě odkazu V. Priessnitze – nejen voda, ale i pohyb léčí. Chůze s holemi v přírodě pod vedením instruktora spojená s dechovým cvičením, protahovacími cviky a Priessnitzovou venkovní koupelí.

## PRIESSNITZOVA KÚRA

Střídaté kontrastní procedury patří mezi tradiční procedury, které byly prováděny již za Vincenze Priessnitze od roku 1820.



**Tradiční léčebné procedury a odkaz Vincenze Priessnitze**  
jsou zapsány na národním seznamu lidové kultury ČR



# Unikátní procedury

v Priessnitzových léčebných lázních

## SLOUPKOVÁ KOREKČNÍ A PLOVOUCÍ TECHNIKA

Technika, která zpracovává poznatky klasické i reflexní terapie.

## COMPUTEROVÁ KINEZIOLOGIE

Na základě speciálního vyšetření odhaluje poruchy funkce pohybového aparátu.











## PODOLOGIE

Vyšetření nožní klenby a statiky dolních končetin pomocí speciálních přístrojů s návrhem terapie.

## BALNEOPARK

Vodní „zahrada“ osázená bazénky s přírodní protékající chladnou vodou, kde můžete okusit na vlastním těle Priessnitzovy procedury založené na střídání chladné vody a tepla, slovy odborníků podpoříte svůj autonomní nervový systém, stimulujete samoléčebné mechanismy svého těla a výrazně zvýšíte celkovou odolnost organismu proti infekci a psychickému stresu. Můžete se také brodit potůčky, vyzkoušet Priessnitzovy lavičky nebo Priessnitzovy stříky. Na nejdůležitější návštěvníky čekají i přírodní sprchy se studenou pramenitou vodou.

# Obsah

	Koupele	6-7
	Wellness, Wellness kúry	7-8
	Masáže	9-12
	Zábaly	13-14
	Vyšetření	14-15
	Klimatoterapie	15
	Ostatní, Cvičení v tělocvičně	15-16
	Rychlovky za pár kaček	16
	Dětské procedury	17-18
	Kosmetika	19-22

 lze zahrnout do léčebných procedur

Změna cen vyhrazena. Aktuální nabídka na [www.priessnitz.cz](http://www.priessnitz.cz)  
Odveďte si procedury také domů. Vyberte si na [eshop.priessnitz.cz](http://eshop.priessnitz.cz)





## Solno-bahenní koupel

535 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Koupel spojuje účinky bahna a solno-jodo- bromového extraktu. Má blahodárny vliv na pokožku těla, kdy ji zbavuje jejich nečistot a současně dochází k uvolnění svalů a šlach. Dopřejte si uvolnění a očistu těla.



## Koupel solno-jodobromová

510 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Jód podporuje látkovou výměnu, vede k pozvolnému rozšíření cév, čímž postupně snižuje krevní tlak a celkově pozitivně ovlivňuje krevní oběh. Jodobromová koupel má současně blahodárné účinky na svaly a klouby.



## Priessnitzova pololázeň dvoufázová



665 Kč / 50 min

Jedná se o proceduru s kombinací vodoléčby, zábalů, polevů a kartáčování. Klient se nejdříve krátce předeheje teplou vodou ve sprše, následuje celotělový ovín mokrým studeným prostředkem s klidným ležením v zábalu pod dekou, po prohřátí a zpotení následuje polokoupel v 35°C teplé vodě s kartáčováním a polevy zad a končetin chladnou vodou. Tato procedura vede k povzbuzení krevního oběhu a funkce vnitřních orgánů. Po opakovaném provedení zvyšuje odolnost vůči stresu i infekcím, vyrovnává hladiny hormonů a zlepšuje funkci srdce a cév.



## Priessnitzova pololázeň jednofázová



420 Kč / 30 min

Provádí se stejně jako pololázeň dvoufázová, ale neobsahuje zábal. Účinky jsou obdobné.



## Koupel se solí z Mrtvého moře s perličkou

535 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Sůl z Mrtvého moře je unikátní pro svůj obsah minerálních látek. Největší zastoupení má hořčík, draslík, vápník pozitivně působící na pokožku, svaly i klouby.



## Koupel perličková s bylinkami

580 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Tradiční a jedinečná koupel sestavená z bylinek nasbíraných v lokalitách okolo Priessnitzových léčebných lázní, jako jsou mateřídouška, meduňka, máta, černý bez, heřmánek a další.



## Skotský střík

420 Kč / 15 min

Skotský střík je velmi příjemná celotělová procedura využívající účinků teplé a studené vody. Má celkový povzbudivý účinek a příznivě ovlivňuje krevní oběh. Skotský střík následuje vždy po předehřátí ve sprše.



## Hydromasážní vana

600 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Hydromasáž celého těla pomocí cca 130 masážních trysek. Kombinací vhodné teploty a proudu vody dochází ke svalové i celkové relaxaci. Využívá se při léčbě svalových a kloubních onemocnění, poruch prokrvení, únavy či při póurazových stavech.

## Solno-bahenní koupel s maskou na obličej

630 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Koupel spojuje účinky bahna a solno-jodo-bromového extraktu. Má blahodárny vliv na pokožku těla, kdy ji zbavuje jejich nečistot a současně dochází k uvolnění svalů a šlach. Dopřejte si uvolnění a očistu těla. Koupel je doplněna maskou na obličej.

# Koupele

## Citrusová antistresová koupel

540 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Koupel z oleje z přírodní silice z mandarinky a pomeranče pomáhá ke znovuzískání rovnováhy po stresovém období, přispívá k vnitřní harmonii a vyrovnanosti. Silice se v teplé lázni uvolňují, příznivě ovlivňují kůži a svou vůni blahodárně působí na mysl.

## Koupel levandulová relaxační

540 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Extrakt z pačuli a santalového dřeva navodí nezapomenutelné okamžiky naprostého uvolnění. Silice se v teplé lázni uvolňují, pronikají skrze kůži a dýchací cesty do organismu, kde blahodárně působí na tělesnou i duševní stránku.

## Koupel arganová

540 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Arganový olej je jedním z nejvzácnějších olejů na světě. Zvláčňující koupel z tohoto vzácného oleje způsobuje regeneraci pokožky. Originální receptura s vysokým podílem zvláčňujících a hydratačních látek blahodárně působí na vysušenou a unavenou pokožku, uvolňuje napětí a odplavuje únavu. Vaše pokožka bude po koupeli sametově hebká a jemně provoněná.

## Koupel lesní

540 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Koupel složená z přírodnin našich smíšených lesů navazuje uvolnění těla i mysli. Koupel s jedinečnou recepturou vyvinutou pro naše lázně.

## Koupel se skořicovým olejem s rakytníkem

540 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Koupel se skořicovým olejem a rakytníkem napomáhá udržovat pokožku hebkou a vláčnou. Skořicová silice navíc podporuje látkovou výměnu v podkoží.

## Koupel konopná

540 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal

Přírodní konopný olej má výrazný pozitivní vliv na pokožku celého těla. Vzhledem k anti-revmatickému účinku má tato koupel příznivý efekt i na kloubní či svalové potíže.

# Wellness

## Bazén s vířivkou

145 Kč / 50 min

Volné plavání v bazénu s vířivkou a vodopádem.

## Fitness

120 Kč / 60 min

V našem fitness najdete: běžecké, veslařské, cyklo trenažéry a orbitrack. Dále si zde můžete zacvičit na multifunkční posilovací věži nebo s činkami. K dispozici je Vám bar s nápoji. Platba v posilovně

## Fitness – permanentka

920 Kč / 10 vstupů

Platba v posilovně

## Vacufit

120 Kč / 30 min

V přístroji VacuFit Thermal dochází k vyčištění lymfatického systému odvodem přebytečné vody a také k lepšímu prokrvení a tím přirozenému tvarování postavy. Platba v posilovně

## Vacufit – permanentka

960 Kč / 10 vstupů

Platba v posilovně



Saunový svět	370 Kč / 90 min / 1 osoba
Saunový svět	445 Kč / 120 min / 1 osoba
Saunový svět – pro uzavřenou společnost	2520 Kč / 90 min / max. 12 osob
Whirlpool pro 4 osoby včetně nápojů	700 Kč / 60 min

Užijte si s rodinou či přáteli hodinu relaxace v privátní zóně s vířivou vanou.

Whirlpool pro 4 osoby a suchá masážní vana AQUAI	900 Kč / 60 min
Solná jeskyně	200 Kč / 45 min

Suchá masážní vana Aquai spolu s whirlpoolem je výhodnou kombinací k relaxaci a soukromí.

Její unikátní mikroklima tvoří směs vzácných solí z Mrtvého moře, himálajských solných krystalů, jodo-bromové soli a solankových vodopádů. Nahrazuje léčebný pobyt v přímořských oblastech a pobyt v přírodních solných dolech. Rezervace na tel. 584 491 144 nebo v Solné jeskyni.

## Wellness kúry

Procedury nemusí vzájemně navazovat a budou poskytnuty dle volné kapacity.



Priessnitzova kúra	 1200 Kč
--------------------	---

### (Priessnitzova pololázeň dvoufázová + skotský střík + střídavá nožní koupel)

Tyto kontrastní procedury patří mezi tradiční procedury, které byly prováděny již za Vincenze Priessnitze od roku 1820. Základem kontrastních procedur je střídání teplé a studené vody, kterému předchází předeřhátí teplou vodou. Po proceduře by se měl klient opět prohřát, ať chůzí, na kole či na běžkách. Procedury zlepšují prokrvení celého těla, příznivě ovlivňují nervový systém i psychiku. Díky těmto účinkům dochází při opakovaném podání ke zlepšení imunity i zlepšení tolerance stresových situací.

**Doporučujeme rozložit do více dnů (nelze absolvovat v jednom dni).**

Bahenní kúra	1295 Kč
--------------	---------

### (zábal celkový + koupel solno-jodobromová)

Očistná a relaxační kúra s využitím minerálního bahna a solno-jodo-bromového extraktu uvolní nejen nervový a pohybový aparát, ale má blahodárny vliv na pokožku těla.

Skořicová kúra	1420 Kč
----------------	---------

### (koupel se skořicovým olejem a rakytníkem + skořicová masáž + skořicový zábal)

Skořicová kúra pomáhá při tvarování postavy a ocení ji především ženy s celulitidou. Skořice pokožku prohřeje, podpoří krevní oběh a proudění lymfy a tím odplavuje z těla škodlivé látky. Následuje zábal se skořicovým krémem, který se aplikuje na záda, hýždě.

Konopná kúra	1460 Kč
--------------	---------

### (konopná koupel + konopná masáž + konopný zábal)

Kombinace koupele, peelingové masáže a zábalu má výrazný pozitivní vliv na pokožku. Odstraní se zestárlé buňky a následně v zábalu dojde k výživě očistěné pokožky. Vzhledem k anti-revmatickému konopnému oleji má tato kúra příznivý vliv i na kloubní či svalové potíže.



## Sloupková korekční a plovoucí technika



745 Kč / 20 min



Technika, která využívá poznatky klasické i reflexní terapie. Snižuje či vyrovnává napětí v různých částech těla, odlehčuje přetíženým kloubům. To vede ke snížení bolesti, zvětšení rozsahu pohybu v kloubech, zlepšení pohyblivosti a korekci vadného držení těla.

## Masáž klasická částečná

655 Kč / 20 min



Masáž podporuje normalizaci kožního napětí, zlepšuje prokrvení masírované oblasti, uvolňuje nebo stimuluje svaly, zlepšuje výživu tkání a zmírňuje bolest. Reflexivně a změnou prokrvení ovlivňuje i další vzdálené orgány. Celkový účinek může být uklidňující nebo povzbuzující.

## Masáž celková

1 505 Kč / 70 min



Zahrnuje masáž horních i dolních končetin, masáž zad a šíje. Postupně uvolňuje stažené svaly celého těla a vede tak k pocitu uvolnění.

## Masáž hlavy energetická

840 Kč / 45 min



Uklidňující, relaxační masáž vhodná pro všechny, kdo jsou ve stresu či pociťují zvýšené napětí. Má pozitivní efekt i u těch, co trpí bolestmi hlavy či migrénami. Využívá hmaty z lymfatické masáže a stimuluje se vybrané akupresurní body.

## Reflexní masáž plosky nohy

840 Kč / 40 min



Jedná se o tlakové ošetření bodů a různě velkých plošek na chodidle, prstech, nártách a okolí kotníků. Reflexní masáž účinně pomáhá odstraňovat pocit těžkých a unavených nohou. Reflexně uleví od bolesti v oblasti páteře a hlavy. Pozitivně ovlivňuje krevní oběh a činnost lymfatického systému, napomáhá celkovému fyzickému i psychickému uvolnění organismu.

## Lymfodrenáž ruční celotělová

2 155 Kč / 120 min



Lymfodrenáž je speciální masážní technika, která vede ke zlepšení oběhu lymfy. Sestavou speciálních hmatů je dosahováno urychlení žilního návratu podporovaného stlačením kapilárního řečiště. Podpora oběhu a odtoku lymfy vede ke zmenšení otoků, včetně chronických lymfedémů, ke zlepšení prokrvení a výživy tkání.

Pouze na doporučení lékaře.

## Lymfodrenáž ruční částečná

960 Kč / 45 min



Terapeut masíruje pouze Vámi zvolenou část těla, např. obličej, oblast pánve a dolních končetin, oblast horních končetin a dekoltu.

Pouze na doporučení lékaře.

## Přístrojová lymfodrenáž

420 Kč / 30 min



**(doporučujeme absolvovat minimálně částečnou lymfodrenáž před aplikací)**

Přístrojová lymfodrenáž využívá principu přerušovaného stlačení a vytváření tlakové vlny, která podpoří jak lymfatický, tak i žilní systém. Aktivuje průchod lymfy, urychluje žilní návrat, zlepšuje přívod tepenné krve, podporuje látkovou výměnu a zmenšuje otoky. Přístrojová lymfodrenáž se doporučuje až po absolvování ruční lymfodrenáže. Pouze na doporučení lékaře.

## Skořicový sen (masáž + zábal)

950 Kč / 40 min

Skořicová masáž je velmi účinná procedura, která uvolňuje křeče a svalové napětí, tlumí bolest, podporuje krevní oběh a proudění lymfatického systému a pomáhá tak odstranit z těla zplodiny vzniklé látkovou výměnou. Následný zábal se skořicovým krémem ve speciální folii umocňuje výrazný účinek skořice při tvarování postavy a odstranění celulitidy. Jedná se o částečnou masáž na Vámi vybrané oblasti Vašeho těla.

## Masáž lávovými kameny

1215 Kč / 60 min

Příjemné teplo lávových kamenů ovlivňuje energetické dráhy v těle, působí blahodárně na mysl, uvolňuje zatuhlé svaly, stimuluje krevní oběh a lymfatický systém.

## Masáž lávovými kameny částečná

785 Kč / 40 min

## Kraniosakrální terapie

1620 Kč / 90 min

Metoda odstranění blokády fyziologického tělesného schématu, která pomáhá k optimalizaci nervového a hormonálního systému, odstranění negativních tělesných a emocionálních účinků stresu, ke zvýšení obranyschopnosti organismu a přispívá k celkovému udržení zdraví.

## Konopná masáž se záballem

985 Kč / 40 min

Konopný olej v kombinaci s krystalickou solí ošetří kompletně Vaši pokožku - odstraní se zestárlé buňky a pokožka se vyživí. Současně vzhledem k antirevmatickému účinku oleje a kombinaci s následným záballem se prohřejí svaly a klouby a uleví tak od bolesti. Jedná se o částečnou masáž na Vámi vybrané oblasti Vašeho těla.

# Madagaskarské masáže

Jedinečné splynutí přírodních materiálů v podobě drahých kamenů a přírodních olejů přímo z Madagaskaru Vám poskytnou jedinečný zážitek. Masáže ovlivňují krevní oběh, působí na snížení stresu, uvolnění svalového napětí, nastolení fyzické i psychické rovnováhy.

## Madagaskarská masáž celotělová

1 525 Kč / 80 min

Masáž zad, rukou, nohou, obličeje a hlavy přispívá k celkové regeneraci, ke zvýšení imunity, obranyschopnosti organismu, relaxaci a úlevě od bolesti. Masáž plosek nohou a rukou pomocí stimulace bodů na končetinách. Masáž se uvolňují záda i krk speciálními hmaty a nakonec se přikládají drahé kameny.

## Madagaskarská masáž obličeje a hlavy

545 Kč / 20 min

Uvolňující masáž hlavy a obličeje díky speciálním hmatům přispívá k uvolnění napětí a je vhodná ke zmírnění bolesti hlavy. Během procedury jsou stimulovány akupresurní body.

## Madagaskarská masáž chodidel

870 Kč / 45 min

Masáž působí příznivě k rychlému uvolnění nohou, přispívá k odstranění stresu a nemoci, stimuluje činnost vnitřních orgánů. Provádí se drahokamy z Madagaskaru formou masáže reflexních bodů na ploskách nohou.

# Indonéské masáže

<b>Jávská masáž</b>	715 Kč / 30 min 1 345 Kč / 60 min 1 745 Kč / 90 min 2155 Kč / 120 min
---------------------	--

Je výjimečná svým velmi silným tlakem působícím na sval, až dojde k jeho celkovému uvolnění a následné relaxaci. Jávská masáž je prováděna od konečků prstů na nohou až po kořinky vlasů, uvádí tělo a mysl do stavu dokonalé harmonie.

<b>Havajská masáž</b>	1 345 Kč / 60 min
-----------------------	-------------------

Používáním velmi plynulých rytmik, měkkých i hlubokých technik, přivádí Vaše tělo do dokonalé harmonie a celkové uvolnění. Jemné masírování prstů, dlaní a především předloktí a loktů Vás zbaví napětí ve svalech, stimuluje krevní oběh a dodá Vám nový příliv energie.

<b>Sumatra masáž</b>	1 345 Kč / 60 min
----------------------	-------------------

Kombinací speciálních technik a akupresury uvolňuje napjaté svaly a jejich bolest. Sumatra masáž je jedinečná v uvolňování stresu, napomáhá proti nespavosti a je velmi relaxační. Tělo a mysl jsou uvedeny do dokonalého souznění.

<b>Borneo masáž</b>	1 345 Kč / 60 min
---------------------	-------------------

Je specifickou masáží, v níž jsou propojeny hluboké techniky s lymfatickou drenáží. Uvolňuje napětí, navozuje relaxaci a především účinně pomáhá proti celulitidě a pro zpevnění postavy.

<b>Thajská masáž</b>	1 345 Kč / 60 min
----------------------	-------------------

Tradiční umění thajské masáže se téměř v nezměněné podobě praktikuje déle než tisíc let. Thajská masáž zbavuje pocitů únavy, odstraňuje svalové křeče a nervové napětí, stimuluje krevní a lymfatický oběh, činí svaly, klouby a šlachy volně ohybné.

<b>Terapie vulkanickými kameny</b>	1 470 Kč / 90 min
------------------------------------	-------------------

Prohřívání bodů na těle a jemné masírování pomocí teplých kamenů. Příjemné teplo lávových kamenů a působení vůně esenciálních olejů dodá Vaším smyslům dokonalou rovnováhu. Kameny svojí vibrací a teplem ovlivňují energetické dráhy v těle, pozitivně ovlivňují Vaši mysl a báječně uvolňují ztuhlost svalů.

<b>Reflexologie</b>	615 Kč / 30 min 1095 Kč / 60 min
---------------------	-------------------------------------

Pomocí mačkání bodů na chodidlech či dlaních, nebo naopak jejich hlazením docílíme stimulace daných orgánů, uvolnění svalstva a snížení psychického a fyzického napětí. Pomocí reflexologie docílíme naprostého souladu těla a stavu mysli a dokonalého léčebného účinku vnitřních orgánů pomocí reflexní terapie, praktikované již v dávných kulturách.



## Indonéská kosmetika

### Spa manikúra s masáží

1470 Kč / 90 min

Ošetření nehtové kůžičky, úprava délky nehtů a leštění nehtů je doplněno o hydratační masku a masáž rukou po předloktí.

### Spa pedikúra s masáží

1470 Kč / 90 min

Pedikúra začíná vodní lázní a je doplněna o ošetření ztvrdlé kůže speciálním gelem. V rámci procedury je prováděn peeling, maska a masáž lýtka.

### Péče o nohy - pedikúra, masáž, avokádová maska

1470 Kč / 90 min

### Péče o ruce - manikúra, masáž

1470 Kč / 90 min

### Jávská kosmetická kúra

1015 Kč / 60 min

Komplexní ošetření pleti za použití přírodní francouzské kosmetiky. Kúra začíná ošetřením obličeje pleťovým mlékem a tonikem, dále následuje peeling a maska na obličej. Jávská kosmetika zahrnuje také masáž obličeje a na závěr ošetření hydratačním a očním krémem.

## Indonéské masážní balíčky

### Potěšení z Jávy

2 690 Kč / 180 min

Součástí balíčku je relaxace těla, ošetření nohou a jejich regenerace: jávská masáž, reflexologie nohou, spa pedikúra.

### Tradiční indonéská léčba

2 195 Kč / 120 min

Součástí balíčku je relaxace, regenerace a stimulace těla: jávská masáž, tělová maska, jávská mincovní masáž.

### Jávská exotická kúra

2 195 Kč / 120 min

Součástí balíčku je relaxace, regenerace, stimulace a výživa těla: jávská masáž, tělový scrub, tělová maska.

## Priessnitzův zábal celkový



265 Kč / 40 min



Priessnitzův zábal se používá k posílení imunity, zlepšení prokrvení, relaxaci kosterního svalstva a při revmatických obtížích. Po předehřátí ve sprše následuje celotělový ovin mokrým studeným prostěradlem s klidným ležením v zábalu pod dekou, kde dochází opět k prohřátí.

## Priessnitzův zábal částečný



205 Kč / 30 min



Zábal má stejné účinky jako Priessnitzův zábal celkový. Příkladá se na jednotlivé části těla (např. krk, části končetin, hrudník) bez předchozího předehřátí.

## Priessnitzův jodobromový zábal

265 Kč / 20 min



Jedná se o kombinaci účinku teplého obkladu a jodobromového extraktu. Aplikovaná část je překryta teplou rouškou namočenou v jodobromovém roztoku. Procedura má pozitivní vliv na kloubní a svalový aparát. Vhodný je u artróz, revmatických obtíží, Bechtěrovovy choroby apod.

## Bahenní zábal částečný

525 Kč / 15 min zábal + sprcha



Minerální bahno se roztírá na bolestivé, klientem vybrané lokality a následně se provede zábal do termofolie a nechá se přibližně 15 min působit. Zahřátím a svým složením přispívá k úlevě od bolesti kloubů a svalů.

## Rašelinový obklad

525 Kč / 20 min



Rašelinový obklad působí protizánětlivě, pomáhá regenerovat poškozené tkáně, zvyšuje prokrvení, prohřívá, uvolňuje svaly, a tím působí proti bolestem kloubů i svalů. Zábal je vhodný při svalovém přetížení a různých degenerativních postižení kloubů. Rašelina působí také hydratačně, regeneračně a stimulačně, a tím přispívá k omlazení pokožky.

## Parafin

260 Kč / 20 min



Jedná se o lokální léčbu teplem přikládáním parafinových roušek na části těla, zejména na bolestivé klouby a páteř. Působí relaxačně na svaly, zmenšuje chronickou bolest, zvyšuje prokrvení v místě přiložení, zlepšuje výživu i hojení tkání.



# Kosmetické zábalý Genetic

Detoxikační celotělový zábal z mořských řas

1 525 Kč / 70 min

Procedura je určena k prokrvení a povzbuzení lymfatického systému, uvolnění a zvýšenému odplavování toxických látek z těla, uvolnění svalového napětí, doplnění vitamínů, minerálních látek a stopových prvků. Navíc přispívá ke zjemnění pokožky a celkové hluboké relaxaci.

Regenerační antistresový zábal celotělový

1 365 Kč / 50 min

Harmonizační procedura určená k uvolnění svalového i psychického napětí, povzbuzení lymfatického toku, uvolnění žilního systému a odvodu odpadních látek z těla. Přispívá ke zlepšení celkového zdravotního stavu a navozuje pocit hluboké relaxace. Zároveň dochází k intenzivní revitalizaci a regeneraci kůže.

Omlazující zábal Vegetal

1 480 Kč / 70 min

Celotělové ošetření určeno k regeneraci, povzbuzení lymfatického toku a posílení krevního oběhu. Přispívá ke zlepšení celkového zdravotního stavu a navození pocitu hluboké relaxace. Zároveň dochází k intenzivní revitalizaci a regeneraci kůže.

## Vyšetření

### PODOLOGIE



Pomocí speciálních přístrojů se vyšetřují chodidla (nožní klenba, zatížení či přetížení jednotlivých částí chodidel) a také celková statika dolních končetin. Na základě výsledků se navrhuje další postup: doporučuje se cvičení, vložky do bot nebo kombinace obou možností. Individuální termoplastické vložky do bot je možné posléze zakoupit přímo u fyzioterapeuta – upravují se dle nálezu z vyšetření, aby mohly odlehčit přetíženým částem chodidla. S sebou si vezměte pevnou obuv.



Podologie – vstupní vyšetření

855 Kč / 45 min



Podologie – kontrolní vyšetření

530 Kč / 20 min



Podologie – technická úprava vložek

275 Kč / 20 min

### COMPUTEROVÁ KINEZILOGIE



Počítačová kineziologie je speciální vyšetření, které umožňuje odhalit poruchy funkce pohybového aparátu (nejen ty výrazné, ale i ty méně zjevné). Následně je provedeno ošetření, které vede k zmírnění zjištěné poruchy funkce a na závěr se dle speciálního programu určí sestava cviků, která je každému člověku a jeho potížím šitá na míru.



Computerová kineziologie – vstupní

1 945 Kč / 110 min



Computerová kineziologie – kontrolní

1335 Kč / 80 min



Diagnostika a ošetření pohybového systému fyzioterapeutem

1335 Kč / 50 min

Na základě vyšetření fyzioterapeut provede mobilizaci, měkké techniky a eventuálně provede instruktaž cviků. Zvláště vhodné u akutních potíží pohybového systému, avšak i při chronických potížích v oblasti zad, krční páteře či kloubů. Možnost konzultace cviků.



# Vyšetření

Ošetření pohybového systému fyzioterapeutem

760 Kč / 20 min



Kinesiotaping dle diagnostiky pohybového systému



330 Kč / 30 min



V ceně není zahrnuta tejpovací páska

# Klimatoterapie

Klimatoterapie – Priessnitzova pohybová terapie



275 Kč / 120 min



Klimatoterapie není jen chůze na čerstvém vzduchu v nejčistších lázních u nás, ale také pohybová terapie v prostředí bohatém na stopové prvky s aplikací vodoléčebných aktivit v přírodním prostředí pod vedením zkušených klimatoterapeutů.

AQUA Gräfenberg Walking



225 Kč / 60 min

Cvičení ve vodě uvolní Vaše svalové napětí i mysl. Tlak vody podporuje a usnadňuje žilní návrat, nadlehčuje tělo.

Koloběžkování s instruktorem



365 Kč / 60 min

Nácvik jízdy na koloběžce s následnou projíždkou po okolí pod dohledem kvalifikovaného instruktora.





+	<b>Inhalace aerosolová individuální</b>	<b>235 Kč / 15 min</b>
---	---	------------------------

Inhalace pročišťuje dýchací cesty, snižuje otok sliznice. Urychluje proces uzdravení při nachlazení. Součástí inhalace je kloktání.

+	<b>Kyslíková terapie dle prof. Ardenna</b>	<b>445 Kč / 120 min</b>
---	--	-------------------------

Jde o inhalaci 40% kyslíku dvoucestnou nosní sondou při současném podávání vitamínů a minerálů. Zlepšuje fyzické a psychické funkce organismu.

+	<b>Mořská inhalace</b>	<b>130 Kč / 15 min</b>
---	------------------------	------------------------

Jedná se o aplikaci solnojodobromového roztoku dvěma způsoby současně. Jednou cestou je inhalace přes dýchací cesty a druhým způsobem je absorpce prostřednictvím pokožky. Celá procedura probíhá ve vyhřáté sauně na 40°C. Indikace procedury je díky svým účinkům vhodná zvláště pro alergiky, astmatiky, ekzematiky, psoriatiky, pro dospělé se sníženou imunitou, nebo kombinace obou onemocnění. Procedura je skupinová, klient musí jít do sauny v plavkách.

## Cvičení v tetovárně

+	<b>Dechově-relaxační cvičení</b>	<b>145 Kč / 20 min</b>
---	----------------------------------	------------------------

+	<b>Cvičení při bolestech zad</b>	<b>145 Kč / 20 min</b>
---	----------------------------------	------------------------

+	<b>Cvičení na balóněch</b>	<b>145 Kč / 20 min</b>
---	----------------------------	------------------------

+	<b>Jóga</b>	<b>170 Kč / 45 min</b>
---	-------------	------------------------

+	<b>Rytmické cvičení</b>	<b>170 Kč / 45 min</b>
---	-------------------------	------------------------

Rytmické cvičení využívá vedle hudby i rytmus, zvuky, tóny, zpěv, často v návaznosti na pohyb, tanec či výtvarnou tvorbu. Hudba může působit relaxačně, dráždivě či stimulovat energii. V našich lázních se zaměřujeme zvláště na hru na africké bubny a tanec.

+	<b>Taneční cvičení</b>	<b>170 Kč / 45 min</b>
---	------------------------	------------------------

Formou pohybové výuky se ženy seznamují a učí orientální, africký či lidový. Cvičení rozvíjí koordinaci, svalovou sílu, pružnost.

## Rychlouky za pár kaček

+	<b>Masážní a diagnostický systém</b>	<b>80 Kč / 20 min</b>
---	--------------------------------------	-----------------------

Masážní křeslo umožňuje zvolení konkrétního programu na relaxaci těla.

+	<b>Suchá masážní vana AQUAI</b>	<b>155 Kč / 20 min</b>
---	---------------------------------	------------------------

Jedná se o masáž proudem teplé vody, která naráží na pružnou membránu, na které ležíte.

# Dětské procedury

Děti do 15 let musí doprovodit na proceduře zákonný zátupce.  
Výjimku uděluje pouze lékař.

## Mořská inhalace



130 Kč / 15 min



Jedná se o aplikaci solnojodobromového roztoku dvěma způsoby současně. Jednou cestou je inhalace přes dýchací cesty a druhým způsobem je absorpce prostřednictvím pokožky. Celá procedura probíhá ve vyhřáté sauně na 40°C.

Indikace procedury je díky svým účinkům vhodná zvláště pro alergiky, astmatiky, ekzematiky, psoriaticky, pro děti se sníženou imunitou, nebo kombinace obou onemocnění. Procedura je skupinová, dítě na sobě musí mít plavky!

## Diagnostika a ošetření pohybového systému fyzioterapeutem



1335 Kč / 50 min



Nabízíme možnost diagnostiky držení těla dítěte, diagnostiku chodidel nebo páteře, dále možnost zkontrolovat si rehabilitační cvičení, konzultace v oblasti výběru správné obuvi, ev. tejpování. Díky specializovaným pracovníkům s mnoha letou praxí v oboru dětské rehabilitace si můžete nechat vyšetřit děti již od novorozeneckého období. Včasná diagnostika je cestou ke správnému vývoji dítěte. Součástí diagnostiky je i primární zácvik, handling dítěte, následně doporučení na základě vyšetření, ev. tejpování. Pro děti 0-3 roky nutno rezervovat přes časování procedur.

## Inhalace aerosolová individuální

235 Kč / 15 min



### (od předškolního věku)

Inhalace pročišťuje dýchací cesty, snižuje otok sliznice. Urychluje proces uzdravení při nachlazení. Zvláště vhodné u dětí s častými respiračními obtížemi. Součástí inhalace je kloktání.

## Ergoterapie pro děti

260 Kč / 50 min



Cílem ergoterapie je zlepšit jemnou motoriku horních končetin, naučit dítě určitým pohybům, které bude moci využívat v běžném životě. V neposlední řadě je to také dílnička, kde si děti mohou vyrobit mnoho zajímavých věcí.

## Ošetření pohybového systému fyzioterapeutem

760 Kč / 20 min



Ošetření pohybového systému při akutních bolestech nebo nabízíme konzultace vadného držení trupu u dětí.

## Parafinový obklad

260 Kč / 20 min



Vhodné pro děti od 15 let. Jedná se o lokální aplikaci tepla pomocí parafinových roušek pokládaných na vybrané části těla. Na svaly působí relaxačně.

## Koupele (od předškolního věku)

od 430 Kč / 20 min koupel / 10 min zábal



Pro Vaše dítě si můžete vybrat z nabídky koupelí: koupel perličková s bylinkou, koupel perličková se solí z Mrtvého moře, koupel bylinková, koupel perličková.

## Masáž klasická částečná

655 Kč / 20 min



### (Vhodná od 12 let)

Masáž normalizuje napětí kůže a svalů, zlepšuje prokrvení v masírované oblasti a zlepšuje výživu tkání. Celkový účinek může být buď uklidňující, nebo povzbuzující.

# *Dětské procedury*

**Výuka plavání**



**250 Kč / 45 min**

Výuka plavání je určena pro všechny, kteří neví jak začít učit své dítě plavat a chtějí mu dát kvalitní základ. Výuka probíhá formou her a děti získají základ pro další rozvoj svých plaveckých dovedností. Plavání je určeno pro děti začátečníky od 4 let. Děti se budou učit s dopomocí svých rodičů nebát se vody, dýchat do vody, potápět se, skákat, orientovat se pod vodní hladinou a první základní plavecké pohyby. Lekce pro Vás a Vaše děti povede zkušená lektorka s 15letou praxí. Doporučujeme navštívit alespoň (3-4lekce).

**Sauna**

**285 Kč / 60 min**

**Bazén s vířivkou**

**70 Kč / 50 min**



# Kosmetické úkony

Úprava obočí	95 Kč
--------------	-------

Barvení obočí	110 Kč
---------------	--------

Barvení řas	110 Kč
-------------	--------

Barvení obočí hennou	660 Kč
----------------------	--------

Barvení obsahuje: konzultace s klientkou, vyměření obočí speciálním pravitkem, nanášení bio henny dle odstínu, úprava obočí, na závěr krátké poradenství.

Trvalá na řasy	560 Kč / 70 min
----------------	-----------------

Natočení řas díky speciálnímu trvalému gelu, dobarvení řas.

Lepení umělých řas	1450 Kč / max. 180 min
--------------------	------------------------

Aplikace norkových řas metodou lepení řasa na řasu.

Doplnění umělých řas	885 Kč / 100 min
----------------------	------------------

Šetrné odstranění umělých řas	415 Kč
-------------------------------	--------

Vhodné pro klientky, kterým by umělé řasy nevyhovovaly.

Depilace horního rtu	95 Kč / 10 min
----------------------	----------------

Depilace v oblasti obličeje	160 Kč / 20 min
-----------------------------	-----------------

Depilace lýtek teplým voskem	485 Kč / 60 min
------------------------------	-----------------

Depilace stehen teplým voskem	485 Kč / 60 min
-------------------------------	-----------------

Depilace celých nohou teplým voskem	935 Kč / 120 min
-------------------------------------	------------------

Depilace rukou teplým voskem	465 Kč / 60 min
------------------------------	-----------------

Odstranění milii sterilní jehlou (1 – 5 milii)	95 Kč
--	-------

Odstranění milii sterilní jehlou (5 a více)	160 Kč
---	--------

# Kosmetika - ošetření pleti

Komplexní ošetření pleti	1200 Kč / 70 min
--------------------------	------------------

Odlíčení, peeling, hloubkové mechanické čištění, úprava obočí + barvení obočí a řas, masáž obličeje a dekoltu, maska dle typu pleti, aplikace krému.

Částečné ošetření pleti	960 Kč / 50 min
-------------------------	-----------------

Odlíčení, peeling, úprava obočí, masáž obličeje a dekoltu, maska dle typu pleti.

Čištění pleti	830 Kč / 40 min
---------------	-----------------

Odlíčení, mechanické čištění, čistící maska.

Pánské ošetření pleti	1200 Kč / 60 min
-----------------------	------------------

Hloubkové mechanické čištění pleti, úprava obočí, peeling, uvolňující masáž obličeje, aplikace masky.

Kosmetická masáž obličeje a dekoltu	560 Kč / 30 min
-------------------------------------	-----------------

## Přírodní kosmetika Dr. Hawchka

Ošetření akné pleti kosmeceutikou Essenté	 900 Kč / 60 min
---	---

**kosmeceutika = přípravky obsahující aktivní látky, které pronikají do hlubších vrstev kůže vhodné pro: akné comedonica, akné papulopustuloza, akné vulgaris**

ošetření zahrnuje: jemné povrchové čištění pleti, hloubkové čištění pleti mechanické nebo s pomocí ultrazvukové špachtle, enzymatický peeling, nebo AHA peeling, maska, poradenství

Zklidňující kosmetické ošetření ekzematických stavů pleti	 900 Kč / 50 min
---	---

**vhodné pro: psoriatiky a jiné neurodermatitidy**

ošetření zahrnuje: jemné povrchové čištění pleti, úprava obočí, masáž obličeje a dekoltu, maska, poradenství

Jemná masáž obličeje u psoriatických stavů pleti	 450 Kč / 20 min
--	--

Luxusní ošetření pleti	2400 Kč / 120 min
------------------------	-------------------

S koupelí nohou, uvolňujícími technikami, čištěním pleti s napařující lázní, úpravou obočí, barvením obočí a řas, čistící maskou, lymfatickou stimulací, pleťovou kúrou, speciální maskou dle stavu pleti, péči a masáží dekoltu, zakončené individuálním poradenstvím. Součástí je pročišťující čaj.

Oživující ošetření pleti	1755 Kč / 90 min
--------------------------	------------------

Nabízí celkové odlíčení pleti, úpravu obočí, čistící pleťovou masku, lymfatickou stimulaci, aplikaci pleťové kúry a masky dle typu pleti, péči o dekolto a závěrečné lehké líčení, barvení obočí a řas

Hloubkové čištění pleti	1595 Kč / 60 min
-------------------------	------------------

Vhodné pro nečistou, zánětlivou, akné pleti. Ve středu kosmetického ošetření stojí hloubkové mechanické čištění pleti, které pomáhá předcházet zánětlivým procesům v kůži.

Denní líčení přírodní dekorativní kosmetikou s poradenstvím	650 Kč / 40 min
---	-----------------

Večerní líčení přírodní dekorativní kosmetikou s poradenstvím	800 Kč / 60 min
---	-----------------

## Ošetření ultrazvukovou špachtlí

Hlubkové zapracování aktivních látek do hlubších vrstev pokožky pomocí ultrazvukových vln. Toto ošetření zvyšuje účinky aplikované látky.

**Kontraindikace ultrazvukové špachtle:** Těhotenství, kovové implantáty v blízkosti dutiny ústní (fixátor kosti, zubní implantát, ušní implantát, rovnátka), Kardiostimulátor, stent, epilepsie

Protivráskové ošetření	965 Kč / 50 min
------------------------	-----------------

Zapracování aktivních látek do pleti. Pleť se stává svěží a hydratovanou.

Ošetření pigmentových skvrn	965 Kč / 50 min
-----------------------------	-----------------

Díky bělícím přípravkům, lze zmírnit viditelnost pigmentací a chloasmy v pleti.

Kavitace – čištění	885 Kč / 40 min
--------------------	-----------------

Kavitační peeling odstraňuje odumřelé kožní buňky z povrchu kůže. Ošetření vhodné pro problematickou a zánětlivou pleť. Pomocí ultrazvukových vln dojde k uvolnění nečistot z pleti.

## Manikúra a pedikúra

Manikúra	360 Kč
----------	--------

Manikúra je vhodná pro všechny, kteří pečují o své přírodní nehty, nebo chtějí své nehty zpevnit a dodat jim výživu.

Manikúra s parafínovým zábalem a maskou	445 Kč
---	--------

Klasická manikúra doplněna prohřívajícím zábalem s maskou na ruce.

Parafínový zábal na ruce	260 Kč
--------------------------	--------

Rozehrtý parafín pomáhá uvolňovat svaly rukou a zjemňuje kůži.

Japonská manikúra	445 Kč
-------------------	--------

Nejúčinnější metoda pro ošetření přírodních nehtů, zvyšuje pružnost a pevnost a také působí jako prevence proti lámavosti nehtů. Přípravky používané při manikúře jsou vyrobeny z čistých přírodních látek a neobsahují žádná barviva ani parfémů.



# Manikúra a pedikúra

Pedikúra s biokosmetikou Dr. Hauschka

710 Kč

Pedikúra s využitím luxusní přírodní kosmetikou Dr. Hauschka.

Mokrá pedikúra

445 Kč

Ošetření zarostlého nehtu

800 Kč

Je známá také jako **šponování - rovnání nehtů**. Jedná se o velice efektivní metodu v boji proti zarůstajícím nehtům. Princip spočívá v tom, že pomocí špon z kovových chirurgických drátů nebo vzpružin dochází k postupnému rovnání nehtu do jeho přirozeného tvaru, aniž by se jakkoliv nehet nebo nehtové lůžko poškodilo či narušilo. V ceně je zahrnuta pouze jedna špona.

**Aplikace další jedné špony – 290 Kč**

Zpevnění nehtů za pomoci UV/LED lampy



1 190 Kč

Díky aplikaci šetrného fiber gelu na přírodní nehty dochází k jejich zpevnění a předchází se tak i tvorbě záděrů. Nehty vydrží až 3 týdny.

Pedikúra s gel lakem za pomoci UV/LED lampy



1 110 Kč

Klasická mokrá pedikúra s fiber gelem na zpevnění nehtů.

## Modelování postavy Cryo E-shock

Modelování postavy na základě střídání teplot pomocí přístroje CRYO T-SHOCK.

Ošetření podporuje metabolismus, na základě toho dochází k odbourávání tukových buněk a odstranění celulitidy. Ošetření zlepšuje prokrvení v dané oblasti.

Horní končetiny

605 Kč / 30 min

Dolní končetiny

1 970 Kč / 80 min

Dekolt

395 Kč / 15 min

Hýždě

615 Kč / 25 min

Břícho

915 Kč / 45 min

Boky

1 185 Kč / 60 min





# NOVINKY 2024

více pobytů na  
[www.priessnitz.cz](http://www.priessnitz.cz)

Novinkou Priessnitzových lázní jsou mořské procedury. Nezapomínejme na posílení imunity a zmírnění stresu. Pobytem na horách ve spojení s mořskými procedurami dopřejete svému tělu ten pravý restart. Tyto procedury pozitivně působí nejen na nervový a pohybový aparát, ale také na pokožku těla.

## 3x ubytování | 3x polopenze

### 1x Bahenní kúra

(bahenní zábal + koupel solno-jodobromová)

1x Koupel se soli z Mrtvého moře s perličkou

1x Mořská inhalace

Užijte si lázeňský pobyt spolu s Vašimi dětmi v Jeseníkách. Jedinečná poloha našich lázní Vám umožní spojení relaxace a aktivní dovolené. Dopřejte si odpočinek v relaxační koupeli, rodinný vstup do bazénu nebo si užijte masáž z rukou našich profesionálů. Pro děti je možnost dokoupení speciálních balíčků procedur.

## 4x ubytování | 4x polopenze

### Balíček procedur (dospělí):

1x Masáž částečná

1x Citrusová antistresová koupel

1x Parafín

1x Rodinný vstup do bazénu

**Možnost dokoupení balíčků procedur pro děti.**



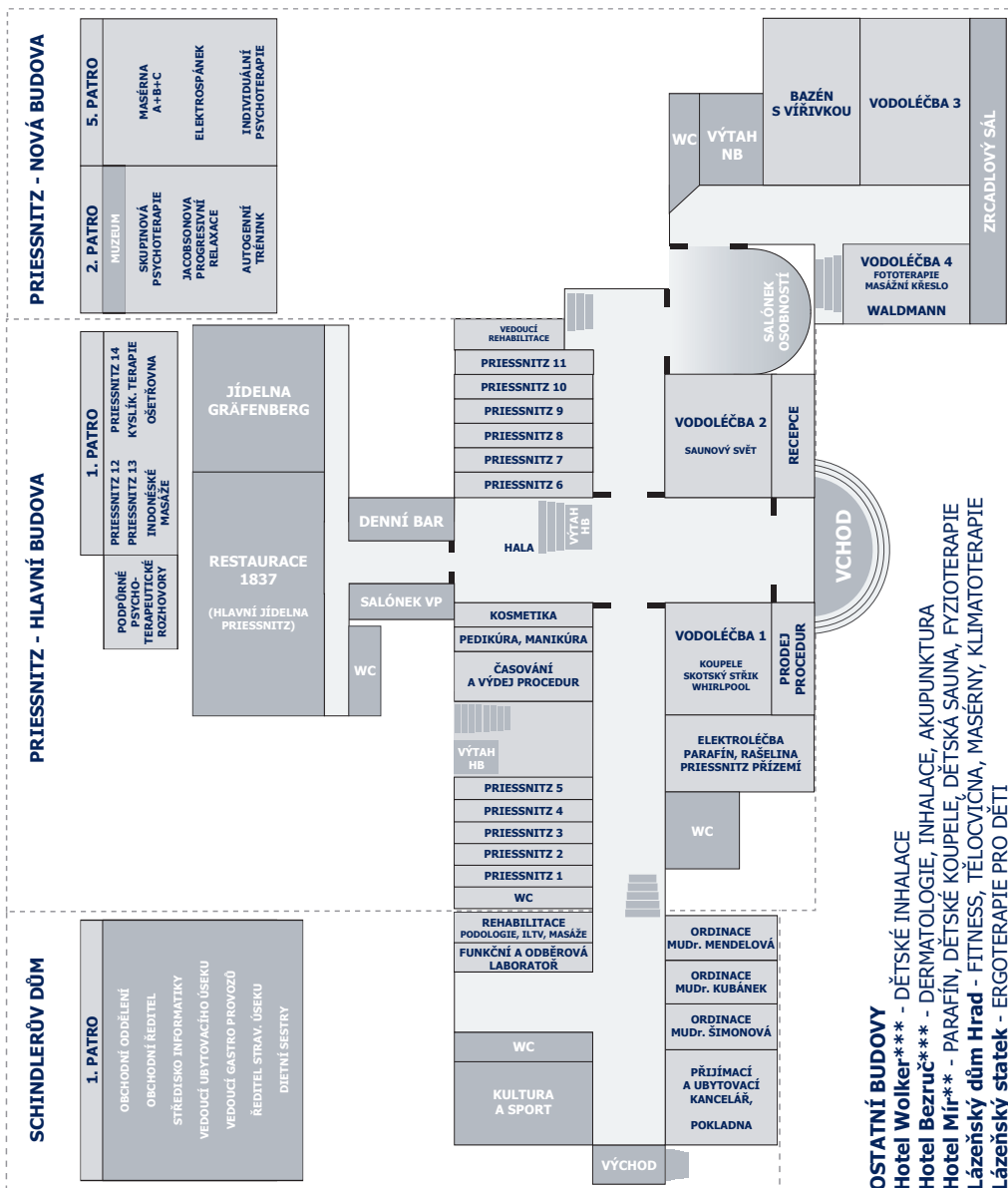
*Moře zdraví*



*Rodinný pobyt*



# ORIENTAČNÍ MAPA PROCEDUR



**OSTATNÍ BUDOVY**  
**Hotel Wolker\*\*\*** - DĚTSKÉ INHALACE  
**Hotel Bezruč\*\*\*** - DERMATOLOGIE, INHALACE, AKUPUNKTURA  
**Hotel Mir\*\*\*** - PARAFÍN, DĚTSKÉ KOUPELE, DĚTSKÁ SAUNA, FYZIOTERAPIE  
**Lázeňský dům Hrad** - FITNESS, TĚLOCVIČNA, MASÉRNÍ, KLIMATOTERAPIE  
**Lázeňský statek** - ERGOTERAPIE PRO DĚTI



**Priessnitz**  
 LÉČEBNÉ LÁZNĚ JESENÍK

Objednávejte na tel.: 584 491 109 (462, 135, 114, 328, 201)  
 prodejprocedur@priessnitz.cz

@laznepriessnitz  
 @laznepriessnitz

[www.priessnitz.cz](http://www.priessnitz.cz)