



Manor House

Informacja prasowa

Warszawa, 19.03.2021r.

Odnowa na wiosnę - basen i sauna przyniosą relaks i wzmocnią Twój organizm!

Jeśli chcesz zregenerować siły po zimie, pobudzić energię życiową i wzmocnić odporność, skorzystaj z hydro- i termoterapii. Biowitalne SPA Manor House pozostaje otwarte na pobyty paramedyczne. Nie czekaj!



Wiosenna regeneracja jest dostępna w mazowieckim hotelu Manor House SPA, który jest otwarty dla Gości korzystających z pobytów zdrowotnych. W ramach pakietów paramedycznych oraz specjalnej oferty [Wiosenne Last Minute](#) można korzystać z ogólnej strefy SPA&Wellness najlepszego holistycznego SPA w kraju, oczywiście z zachowaniem procedur bezpieczeństwa.

Kąpiele w kompleksie wodnym Manor House SPA (bezechlorowy basen, jacuzzi, basen Swim SPA z przeciwprądami, masaże typu Shiatsu, Fan i Hamman, źródło z pitną wodą Grandera, gejzery inhalacyjno-parowe z mgiełką plazmy, hydromasaże połączone z koloroterapią i wykorzystująca zalety wody o różnych temperaturach i stanach skupienia balneoterapia) są nie tylko przyjemne, ale niosą też szereg prozdrowotnych korzyści. Hydroterapia poprawia ukrwienie skóry, koi bóle mięśniowe, redukuje stres, przynosi głęboki relaks i odprężenie, a także odżywia, nawilża i wygładza skórę. Wpływa na organizm nie tylko poprzez bodźce zewnętrzne (temperatura, wyporność, masaże wodne), ale też skład wody – pamiętajmy, że mikro- i makroelementy skuteczniej wchłaniają się przez skórę podczas kąpieli, niż przez układ pokarmowy.

W Manor House SPA zastosowano system ożywiania wody metodą Grandera. Ożywiona woda ma zmienione właściwości: zwiększoną zdolność regeneracji, odporność na szkodliwe oddziaływania, wydłużoną trwałość, klarowność i miękkość, delikatność smaku, stabilność mikrobiologiczną. Jest niezwykle korzystna dla organizmów żywych, bowiem szybciej dostarcza substancje odżywcze do komórek, skutecznie usuwa nagromadzone toksyny, harmonizuje i regeneruje organizm (szybsze gojenie ran, poprawa równowagi fizycznej i psychicznej), łagodzi problemy skórne, reumatyczne, dolegliwości żołądkowe i jelitowe, wzmacnia metabolizm, stabilizuje krążenie, poprawia skład krwi, pielęgnuje skórę i włosy. I co najważniejsze w obecnych czasach - pomagają zwalczać infekcje wirusowe i bakteryjne.

W Biowitalnym SPA warto oddać się także leczniczym kąpielom, które zwiększają witalność i ogólną odporność organizmu, mobilizują jego naturalne siły do zwalczania różnych schorzeń i dolegliwości, pobudzają układ krążenia i metabolizm umożliwiając oczyszczanie ze zbędnych produktów przemiany materii. Wśród polecanych znajdują się oczyszczająco-regenerujące kąpiele żywiczne, terpentynowe, skipidarne, które stymulują zdolność organizmu do samoleczenia oraz

relaksujące w kruchach soli ze sproszkowaną srebrzystą perłą i soli himalajskiej. Na szczególną uwagę zasługują lecznicze kąpiele ofuro w głębokich wannach (ciśnienie hydrostatyczne wysokiego słupa wody niesie wiele korzyści dla zdrowia). W Manor House SPA, który jest hotelem dla dorosłych, stworzono [autorską wannę Duo Ofuro](#) łączącą przyjemność kąpieli i jej prozdrowotne działanie z romantycznym czasem we dwoje.





Manor House

Już w starożytności ceniono kąpiele i *aquae* (łaźnie, sauny, termy). Regularne korzystanie z sauny redukuje codzienny stres i zmęczenie, oczyszcza organizm z toksyn i uodparnia go. Sprzyja zachowaniu zdrowia, dobrej kondycji skóry i wprawia w dobry nastrój. Podczas seansu w saunie podnosi się temperatura całego ciała, co wzmaga produkcję przeciwciał odpornościowych we krwi, które zabijają



wirusy i bakterie, a także wydalanie wraz z potem niechcianych produktów przemiany materii. Naprzemienne stosowanie ciepła i zimna (po każdym seansie schładza się ciało) poprawia ukrwienie i rozluźnia napięte mięśnie, co sprawia, że łatwiej się zrelaksować. W Manor House SPA znajduje się kompleks łaźni Rzymskich z parowymi i wodnymi terapiami, saunami i wannami zdrowotnymi, w którym można skorzystać z termoterapii i korzystnego dla zdrowia działania zimna.

Ciepłolecznicze kąpiele saunowe w łaźniach Rzymskich:

- **sauna fińska**, tzw. sucha sauna o wysokiej temperaturze (od 80 do 120 °C) i bardzo niskiej, 10% wilgotności powietrza z piecem z rozgrzаныmi kamieniami i aromatycznymi zapachami,
- **sauna parowa**, tzw. łaźnia rzymska z wonnym zapachem olejków o temperaturze 45 - 60°C i bardzo wysokiej wilgotności, nawet do 100%,
- **biosauna** o temperaturze 70°C i 40% wilgotności - sucha, drewniana sauna z lampami, które oddziałują na nastrój,
- **Sauna podczerwieni** z efektem chłodnego żaru (**infrared**) i korzystnym oddziaływaniem promieni podczerwonych, temperaturą ok. 50 - 60 °C, wilgotnością powietrza do 25%
- **Strefa Harmonii Czakr** - sala z podgrzewanymi ławami, muzyką solfeżową o dobroczynnych wibracjach, rozprzestrzeniającą się wokół mgiełką plazmy i aromaterapią.



W Manor House SPA można korzystać także z seansów w **Chacie Solnej** - suchej saunie z inhalatorem solnym (haloterapia rewitalizuje i uodparnia układ oddechowy) oraz w **bani ruskiej**, zwanej także ruską łaźnią. Seans w tej drewnianej chacie z rozgrzаныmi kamieniami jest jednym z rytuałów zdrowia na ścieżce Kneippa w **Witalnej Wiosce SPA**.

Właśnie teraz, po długiej, pandemicznej zimie, warto skorzystać z dobrodziejstw hydro- i termoterapii, które hartują organizm, wzmacniają odporność, poprawiają funkcjonowanie układów krążenia i oddechowego, stymulują usuwanie toksyn z organizmu, wspomagają regenerację sił i niwelują też napięcia nerwowe i bezsenność. Można z nich korzystać cały czas w Manor House SPA, który pozostaje otwarty dla dbających o zdrowie. Więcej na: www.manorhouse.pl



- Koniec -

Manor House SPA – tu historia łączy się z luksusem i dobrą energią

Mazowiecki kompleks pałacowo-parkowy Manor House SPA z pięciogwiazdkowym Pałacem Odrowążów i czterogwiazdkowym hotelem w zabytkowej Stajni Platara oraz Termach Zamkowych jest enklawą spokoju i dobrej energii. To jedna najstarszych rezydencji ziemiankich w Polsce. Św. Jacek Odrowąż, właściciel Chlewisk w XII w. jako jedyny Polak został wyróżniony posągiem na placu przed Katedrą św. Piotra w Rzymie. Manor House SPA to hotel dla dorosłych, przyjazny weganom i alergikom. Najlepsze od lat holistyczne SPA w Polsce słynne z paramedycznych pobytów dla zdrowia, autorskiego programu odmładzającego Akademii Holistycznej Alchemia Zdrowia®, energetycznych terapii w Gabinetach Biodnowy, seansów w łaźniach Rzymskich, bezchlorowego basenu z wodą ożywioną metodami Grandera i dr. Keshego, prozdrowotnych kąpielí ofuro, w tym romantycznych dla dwojga w wannach Duo Ofuro by Manor House oraz koncertów na misy i gongi tybetańskie. Wspaniałym dopełnieniem luksusowego wypoczynku są wyśmienite dania tradycyjnej kuchni polskiej i wegańskiej oraz wg

Hotel Manor House SPA** - Pałac Odrowążów*******

www.manorhouse.pl



Manor House

„Diety Życia”. Urokliwie położony kompleks wyróżnia naturalne środowisko wolne od smogu, położenie w centralnej Polsce z dogodnym dojazdem, własne lądowisko dla śmigłowców, a także 10-hektarowy, zabytkowy park z pomnikami przyrody, energetycznym Ogrodem Medytacji i Witalną Wioską® SPA oraz własny ośrodek jeździecki z hotelem i SPA dla koni. To Polskie Centrum Biowitalności o potwierdzonym oddziaływaniu energetycznym do 30.000 jednostek w skali Bovisa.