

Maderoterapia - zadbaj o ciało i skórę po urlopie

Jakże często podczas wakacji łatwiej sobie folgujemy, odpuszczamy zdrową dietę, zdarza się nam leniuchować, a po powrocie choć wypoczęci, wracamy z dodatkowymi kilogramami. Wyszczuplające masaże i zabiegi odświeżające cerę pomogą nam w poprawie wyglądu i samopoczucia.



Zamiast wyrzucać sobie grzeszki, jakich dopuściliśmy się podczas urlopu, zostawmy w pamięci przyjemność jaką czuliśmy jedząc pizzę, gofra z śmietaną czy kolejną porcję lodów i zacznijmy działać. Nie tylko poprawimy w sobie nastrój, ale i organizm będzie nam wdzięczny za sportową aktywność - najlepiej taką, którą lubimy: jogging, trening na siłowni, pływanie, rower.... Świetne efekty przyniosą też długie spacery i joga, która wspaniale relaksuje i wzmacnia ciało. Warto do tego wspomóc się wyszczuplającymi masażami i zabiegami antycellulitowymi, na przykład według techniki maderoterapii.

*- Maderoterapia to wyszczuplający masaż rodem z Kolumbii. Łączy ze sobą elementy manualnego drenażu limfatycznego i pracy łącznotkankowej oraz głębokiej formy masażu z wykorzystaniem drewnianych, anatomicznie wyprofilowanych narzędzi. Poprzez zastosowanie intensywnych technik masażu zabieg umożliwia spalanie zbędnego tłuszczu i odprowadzenie toksyn, uelastycznia i wygładza skórę, a przede wszystkim wpływa na redukcję cellulitu i modelowanie sylwetki, równocześnie wyszczuplając ją. Właśnie ze względu na te zalety wprowadziliśmy maderoterapię do Menu SPA i można z skorzystać z jej dobrodziejstw w naszym Biowitalnym SPA - mówi Małgorzata Przydacka, Manager SPA w kompleksie hotelowym Manor House SPA**** - Pałac Odrowążów*****.*



Opierająca się nie tylko na manualnych technikach, ale również na podstawowej idei, że „ciało i umysł to integralna całość” maderoterapia doskonale wpisuje się w filozofię hotelu Manor House SPA, który od lat słynie z najlepszego holistycznego SPA w Polsce. Autorski program odmładzający Alchemia Zdrowia® pobudza zdolność organizmu do autoregeneracji dzięki naturalnym terapiom stosowanym w Gabinetach Biodnowy. Maderoterapia jest kolejną z nich, wykorzystuje wiedzę z zakresu funkcjonowania układu limfatycznego i - oprócz estetycznej poprawy wyglądu ciała - wspomaga prawidłowe funkcjonowanie organizmu. Polega na intensywnej pracy narzędziowej na tkance podskórnej i powięziach. Wielopłaszczyznowość tej terapii wiąże się z redukcją cellulitu i tkanki tłuszczowej oraz zmniejszeniem napięcia mięśniowego, dzięki czemu wpływa na odprężenie, wyciszenie i redukcję stresu, a także stymulację energetyczną. W efekcie można osiągnąć pełen relaks.



Po serii zabiegów maderoterapii zauważalne są: redukcja cellulitu i nadmiernej tkanki tłuszczowej, ujędrnienie i uelastycznienie skóry, zmniejszenie obwodów, pobudzenie krążenia, redukcja zastojów limfatycznych, obniżenie stresu, odprężenie i wyciszenie organizmu. Głównym wskazaniem do zabiegu jest tzw.



Manor House

„pomarańczowa skórka”, cellulit wodny, tłuszczowy lub mieszany albo nadmierna tkanka tłuszczowa w okolicach brzucha, ramion, ud i pośladków.

„Słoneczne lato niesie dawkę bezcennej energii i radość, ale też daje się we znaki skórze. Bardzo ważne jest odpowiednie nawilżanie i ochrona. Warto stosować kremy i balsamy, w których składzie jest kwas hialuronowy, witamina E lub naturalne oleje, a najlepiej oddać się profesjonalnym zabiegom SPA, takim jak chociażby na bazie kosmetyków polskiej marki ROSAFILO, na której pracujemy w naszych Gabinetach Biodobroty. Mają one w 100% naturalny skład i wiele aktywnych składników, w tym olejki: różany, arganowy, eukaliptusowy, goździkowy, jaśminowy, kokosowy, limetkowy, mandarynkowy, pichtowy, waniliowy, z trawy cytrynowej, pestek moreli oraz złoto, żywokost, masła aloesowe i malinowe. Świetne efekty dają też zabiegi na twarz na bazie kosmetyków Phyt's, które włączyliśmy do naszego Menu SPA z myślą o osobach, których cera potrzebuje rozświetlenia, odzyskania blasku i zmniejszenia przebarwień - wyjaśnia Małgorzata Przydacka, zarządzająca holistycznym SPA w mazowieckim hotelu Manor House.



Phyt's to marka Nr 1 we Francji dostępna w najlepszych gabinetach kosmetycznych i SPA. Te francuskie, profesjonalne i w 100% naturalne kosmetyki są produkowane z ponad 300 aktywnych fitokosmetyków, posiadają certyfikaty COSME BIO i QUALITE FRANCE, które są gwarancją innowacyjności, skuteczności i tak obecnie pożądanej naturalności. W Biowitalnym SPA hotelu Manor House SPA można skorzystać m.in. z zabiegów:

- REVIDERM (Anti-pollution) - zabieg ochronny, przeznaczony do skóry poszarzałej, narażonej na stres oksydacyjny i szkodliwy wpływ czynników zewnętrznych. Składniki aktywne dotleniają skórę, roślinny chlorofil oraz ekstrakt z alg brunatnych i różowego pieprzu dotleniają ją, a dzięki zawartości witaminy C z aceroli rozświetlają ją. Twarz nabiera blasku, cera jest nawilżona i zrewitalizowana.
- CAPYL (do skóry naczynkowej) - zabieg zaspokaja potrzeby niezwykle wymagającej cery naczynkowej, zapewnia uczucie pełnego komfortu i dobrostanu. Wyciąg z kasztanowca wzmacnia naczynia krwionośne, olejki eteryczne - lawendowy oraz ylang-ylang - tonują i łagodzą zaczerwienienia, wąkrotka azjatycka o niezwykłych właściwościach adaptogennych stymuluje odnowę komórkową. Po zabiegu zaczerwienienia zostają zniwelowane, a cera nabiera jednolitego kolorytu i pozostaje nawilżona oraz jedwabście miękka.
- WHITE BIO-ACTIVE (redukujący przebarwienia) - osób pragnących wyrównać koloryt cery, nadać jej blasku, rozświetlenia i zmniejszyć przebarwienia. Produkty z tej linii dostarczają skórze cennych substancji i aktywnie redukują zmiany pigmentacyjne. Olejki eteryczne z rozmarynu i cyprysu działają antyoksydacyjnie, lawendowy i palmarozowy łagodzą i wyciszają zaczerwienienia.

Odpowiednia pielęgnacja skóry po lecie pozwala przywrócić jej naturalny blask, a wyszczuplające i ujędrniające ciała masaże i zabiegi poprawić jego wygląd. Eksperci z holistycznego SPA hotelu Manor House, miejsca przyjaznego dorosłym (hotel bez dzieci), alergikom i weganom, podpowiedzą jakie zabiegi i terapie najlepiej zastosować. Więcej na: www.manorhouse.pl





Manor House



MANOR HOUSE SPA – BEST SPA HOTEL IN POLAND 2023

Mazowiecki kompleks hotelowy Manor House SPA**** - Pałac Odrowążów***** w 2023 roku został wybrany Najlepszym Hotelem SPA w Polsce. Posiadłość pałacowo-parkowa w Chlewiskach to jedna najstarszych rezydencji ziemiańskich 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 także pierwszy w kraju i obecnie Najlepszy hotel dla dorosłych, wielokrotnie nagradzany również tytułem Najlepszego Holistycznego SPA. To prawdziwa enklawa spokoju i dobrej energii, przyjazna weganom i alergikom, słynąca z Biowitalnego SPA, autorskiego programu odmładzającego Akademii Holistycznej Alchemia Zdrowia®, energetycznych terapii w Gabinetach Bioodnowy, seansów w Łażniach Rzymskich, bezchlorowego basenu z wodą ożywioną metodami Grandera i dr. Keshego, prozdrowotnych kąpeli ofuro, w tym romantycznych dla dwojga w wannach Duo Ofuro by Manor House oraz koncertów na misy i gongi tybetańskie. Dopełnieniem luksusowego wypoczynku są wyśmienite dania tradycyjnej kuchni polskiej, wegańskiej i wg zdrowej „Diety Życia”. Urokliwie położony kompleks wyróżnia naturalne środowisko wolne od smogu, położenie w centralnej Polsce z dogodnym dojazdem, własne lądowisko dla śmigłowców, ośrodek jeździecki z hotelem i SPA dla koni oraz 10-hektarowy, zabytkowy park z pomnikami przyrody, przepięknymi stawami, energetycznym Ogrodem Medytacji i Witalną Wioską SPA. To Polskie Centrum Biowitalności o potwierdzonym oddziaływaniu energetycznym do 30.000 jednostek w skali Bovisa.