



Witalna Wioska[®] - wyjątkowe SPA pod gołym niebem



Rytuały zdrowia na świeżym powietrzu, w otoczeniu przepięknej przyrody zabytkowego parku przepełnionego dobroczynnymi siłami natury – to idealne warunki do błogiego relaksu i wzmocnienia sił witalnych.

W Witalnej Wiosce[®] SPA harmonijnie łączą się energie czterech żywiołów: Ognia, Powietrza, Wody i Ziemi, z których według starożytnych idei zbudowany jest Wszechświat. Ta jedyna w swoim rodzaju osada zbudowana w rozległym, przypałacowym parku dawnej szlacheckiej posiadłości rodu Odrowążów w mazowieckich

Chlewiskach umożliwia odpoczynek w bliskości natury i korzystanie z naturalnych metod, które wspomagają zdrowie i przedłużają biologiczną witalność.

*- Z odnowy biologicznej w Witalnej Wiosce[®] SPA mogą korzystać nie tylko goście hotelowi. Sezon ciepłych weekendów w naszym SPA „pod chmurką” rusza już podczas długich weekendów w maju i czerwcu. Wszystkich chętnych zapraszamy już 1 i 3 V oraz 20 VI 2019, ponadto wakacyjnie we wszystkie lipcowe i sierpniowe piątki. – mówi Dorota Tokarska, Dyr. Marketingu kompleksu hotelowego Manor House SPA****Pałac Odrowążów*****.*

Na Witalną Wioskę[®] SPA składa się 8 drewnianych chat z atrakcjami SPA. Odnowa biologiczna w zewnętrznym SPA obejmuje korzystanie z: sauny fińskiej, ruskiej bani, sauny świetlnej na podczerwień, beczek polskich z gorącą wodą i wywarem z siana, bali japońskiej z zimną i gorącą wodą. W osadzie znajdują się także chata grillowa, barmana i gospodarza z wygodną szatnią. Można skorzystać tu m.in. ze ścieżki świetlno – powietrznej (kuracja Kneippa), wspólnych kąpeli w baniach i beczkach, masaży wykonywanych stopami przez terapeutów, pryszniców wrażeń pod chmurką i lodowego wiadra. Biesiadne stoły przy płonącym ognisku i grillu sprzyjają zabawie i spotkaniom towarzyskim.

Rytuały zdrowia, które rozgrywają się w Witalnej Wiosce[®] SPA wspomagają poprawę ogólnej kondycji organizmu i samopoczucia. Przy akompaniamencie szumu drzew i śpiewu ptaków, dla których 10-hektarowy park stał się domem, w otoczeniu pięknych widoków, kojącej zieleni imponującego starodrzewia i czystego powietrza można odreagować codzienne stresy, odzyskać wewnętrzną równowagę, uspokoić emocje i pobudzić zmysły.

- Ruska Bania, inaczej sauna rosyjska, ma długą tradycję. To miejsce głębokiego oczyszczenia, które oprócz zabiegów higienicznych służyło także do spotkań towarzyskich, pogawędek ze znajomymi i wspólnych kąpeli połączonych z wypoczynkiem. Jej właściwości rozgrzewające i lecznicze redukują stres i zmęczenie. Seans w ruskiej bani pozwala na szybkie zregenerowanie sił, przynosi ulgę po wysiłku fizycznym lub dłuższym okresie wytężonej pracy. Niweluje też napięcia nerwowe, bezsenność, ogólną drażliwość.





Manor House

Właściwości lecznicze i zdrowotne bani ruskiej są nieocenione. Naprzemienne stosowanie ciepła i zimna hartuje organizm i wzmacnia jego odporność. Ma też korzystny wpływ na układ krążenia i układ oddechowy. - tłumaczy Dorota Tokarska i dodaje: - To dobry sposób, by zrelaksować się po zimie i długich miesiącach pracy, jeszcze przed urlopem.



Tradycyjna ruska bania znajdowała się w drewnianym domku z piecem opalonym drewnem, najczęściej nad rzeką lub jeziorem, aby łączyć ciepłe, parowe kąpiele z naturalnymi kąpielami w zimnej wodzie. Rozgrzane w palenisku kamienie polewa się wodą lub piwem. Ważną częścią rytuału jest chłostanie się brzozowymi, dębowymi lub jałowcowymi witkami. Biczowanie i parowanie pomaga pozbyć się toksyn z organizmu. Po oczyszczającej chłości wskakuje się do beczki z lodowatą wodą, by ochłodzić ciało. Cały proces należy powtórzyć kilka razy.

Na podobnej zasadzie działa sauna fińska z zimnym prysznicem wrażeń. Korzystanie z suchej i gorącej sauny fińskiej polega na szybkim przegrzaniu całego organizmu, a następnie jego ochłodzeniu. Jest to połączenie dwóch zabiegów - naprzemienne stosowanie ciepła- i zimnolecnicstwa.

Seanse w chacie z sauną na podczerwień (inaczej infrared) działają niczym kąpiele słoneczne. Poprawiają nastrój, dodają sił, dają miłe poczucie ciepła – podobnie jak promienie słoneczne, ale bez szkodliwego promieniowania UV. Ponadto mają wszystkie zalety terapii ciepłem: rozgrzewanie mięśni i stawów, zmniejszenie sztywności stawów, ogólna poprawa kondycji, ochrona przed zakwaszeniem i bólem mięśni po ćwiczeniach fizycznych. W ciepłe infrared wraz z potem wydalone są zbędne produkty przemiany materii, cholesterol, tłuszcz i rozpuszczone w nim toksyny. Szybsze jest krążenie krwi, otwieranie się porów, wydalanie zanieczyszczeń przez skórę oraz złuszczenie martwego naskórka, co poprawia koloryt i gładkość skóry nadając jej zdrowy i promienny wygląd. Likwidacja nadwyżki tkanki tłuszczowej redukuje też cellulit, przywracając skórze młodzieńczą jędrność, zmniejsza się również łupież i trądzik, przyspiesza gojenie ran, oparzeń i blizn.



Więcej na ten temat: www.manorhouse.pl



- Koniec -

Kontakt dla mediów: Biuro Prasowe Manor House SPA: Justyna Kurowska; tel.: 607 085 850; e-mail: justyna.kurowska@manorhouse.pl

Manor House SPA – tu historia łączy się z luksusem i 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 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. Dziś w stylowych wnętrzach można zaznać prawdziwie królewskich snów, a urzekające piękno natury i ponadczasowa elegancja arystokratycznych tradycji sprawiają, że czas tu zwalnia. Manor House SPA - hotel dla dorosłych, przyjazny weganom i alergikom - to urokliwe miejsce dla ciała, duszy i umysłu. Można skorzystać tu z energetycznych zabiegów w Gabinetach Bioodnowy w najlepszym od lat holistycznym SPA w kraju i Akademią Holistyczną Alchemia Zdrowia®, zrelaksować się w Łazienkach Rzymskich oraz w pierwszym w Polsce bezchlorowym basenie z plazmatyczną wodą ożywioną metodami Grandera i dr. Keshego. Wspaniałym dopełnieniem luksusowego wypoczynku są wyśmienite dania tradycyjnej kuchni polskiej i wegańskiej oraz autorska „Dieta Życia”. Kompleks w Chlewiskach otoczony jest zabytkowym parkiem z pomnikami przyrody z energetycznym Ogrodem Medytacji i Witalną Wioską® SPA. Jest to także Polskie Centrum Biowitalności o potwierdzonym oddziaływaniu energetycznym do 30.000 jednostek w skali Bovisa.

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

www.manorhouse.pl

Biuro Prasowe: Justyna Kurowska – tel.: 607 085 850, mail: justyna.kurowska@manorhouse.pl