



## *Weekend z dobrą energią – biowitalne spa*

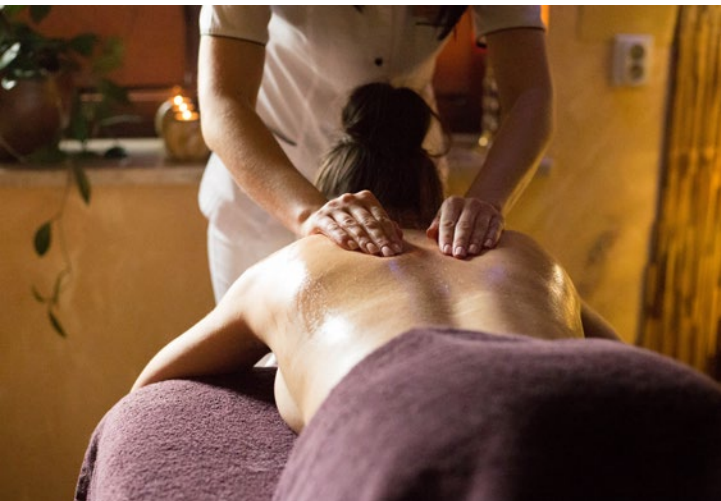
Odpoczynek z dala od zgiełku miasta, otoczenie przyrody i wszechobecna dobra energia. Tak wygląda weekend idealny. Nawet dwa dni spędzone w takim miejscu pozwolą naładować baterie na długie tygodnie.

TEKST: Małgorzata Zdziebko-Zięba | ZDJĘCIA: Manor House SPA

**C**odziennie zabieganie i zawrotne tempo życia powodują, że często zapominamy o solidnym wypoczynku. Jesteśmy chronicznie zmęczeni i niedośpani. Zaczynają się nawracające bóle głowy, kręgosłupa, problemy z apetytem. Organizm po jakimś czasie domaga się przerwy. Nie warto czekać, aż zacznie się sam dopominać. Zatrzymajmy się na chwilę, zwolnijmy bieg, naładujmy baterie. Czasem nawet jeden weekend odpoczynku potrafi zdziałać cuda, przywrócić utraconą harmonię i wewnętrzny spokój. Taki głęboki relaks z wszechobecną dobrą energią proponuje nam perełka na rynku SPA – Polskie Centrum Biowitalności.

### **HOLISTYCZNY WYPOCZYNEK**

Bez względu na to, czy chcemy spędzić energetyczny weekend z przyjaciółką lub przyjacielem, czy romantyczne dwa dni z ukochaną osobą, Manor House SPA to wybór idealny. Magiczny kompleks położony w centralnej Polsce (na trasie Warszawa – Kraków), otoczony pomnikami przyrody i niezwykle pięknymi miejscami mocy, zapewni niezapomniane przeżycia. Tutaj każdy, nawet najdrobniejszy element jest perfekcyjnie dopracowany. O niczym nie zapomniano. Szeroki wachlarz usług obejmuje zarówno wyjątkowe atrakcje dla duszy, jak i ciała. Hotel jest przyjazny alergikom i weganom. Istotnym jest również fakt, że ze względu



na szczególny charakter tego miejsca jest ono dostępne wyłącznie dla osób dorosłych i młodzieży od 12. roku życia.

Alternatyw na spędzenie czasu w Manor House SPA jest wiele, ich wspólnym mianownikiem jest głęboki relaks i pobudzenie życiodajnej energii. Bliskość natury i dobroczynne działanie czterech żywiołów to początek przygody. Tu można się poczuć niczym mieszkaniec mistycznej krainy, o której głoszą starosłowiańskie legendy. Imponujący pałacowy ogród skrywa nietuzinkową atrakcję – **Witalną Wioskę® SPA**. To osiem drewnianych chat, w których można m.in.: zakosztować kąpeli w wywarze z siana, chłosty witkami brzoźowymi i aromaterapii. Do tego ścieżka świetlno-powietrzna, czyli kuracja Kneippa, prysznic wrażeń pod gołym niebem i lodowe wiadra. Wieczorem czeka biesiada przy ognisku w miejscu pełnym dobrej energii.

Enklawa spokoju, jak często nazywane jest Manor House SPA, ma do zaoferowania dużo więcej. Tu odpoczniesz w bezchlorowym basenie z ożywioną wodą Gradera, wypiękniesz w energetycznym Studio Biodowny z wyjątkowym SPA dla włosów i unikatową Akademią Holistyczną **Alchemia Zdrowia®**.

– Innowacyjny, odmładzający program Alchemii Zdrowia® bazuje na całkowicie naturalnych terapiach, które oczyszczają i odblokowują przepływ energii w organizmie oraz pobudzają procesy samouzdrawiania na

***W restauracji Manor House SPA znajdziemy specjalne menu złożone z dań kuchni polskiej i wegańskiej, ale przede wszystkim tych bazujących na diecie życia, która łączy kilka stylów odżywiania.***

poziomie komórkowym – wyjaśnia Grażyna Wrona, prezes Manor House SPA. – Naszym gościom oferujemy również ćwiczenia runiczne, golf wodny, wyciszające koncerty na gongi i misy tybetańskie, przełamujący wewnętrzne słabości rytuał chodzenia po rozżarzonych węglach oraz jazdy konne. Powstał tu także prestiżowy Klub Biznesowy.

### **DIETA ŻYCIA**

Restauracja w hotelu Manor House SPA zaskakuje ciekawymi propozycjami. Znajdziemy tutaj specjalne menu złożone z dań kuchni polskiej i wegańskiej, ale przede wszystkim tych bazujących na diecie życia, która łączy kilka stylów odżywiania, m.in. niełączenie produktów węglowodanowych z białkowymi – sekret długowieczności i zdrowia mnichów tybetańskich, czy też dietę zgodną z grupą krwi.

Jeśli naprawdę chcesz zrobić coś dla siebie, naładować wewnętrzne baterie i poczuć choć przez chwilę pełen relaks, to nie zwlekaj z odwiedzinami w tej iście baśniowej krainie. •