

Ciche podróże jako droga do równowagi



Cisza, zarówno ta dosłowna, jak i mentalna, to dziś prawdziwy luksus i najlepszy sposób, by zadbać o równowagę, nie tylko w codziennym życiu, ale i na urlopie.



W świecie pełnym bodźców, pośpiechu i hałasu, coraz więcej osób odczuwa potrzebę tzw. cichych podróży, czyli wyjazdów, które oferują autentyczny reset: ukojenie zmysłów, regenerację organizmu, wewnętrzny spokój i harmonię. **Manor House SPA – Najlepszy Holistyczny Hotel SPA w Polsce – doskonale wpisuje się w nowy trend quietation travel – podróży, które łączą ciszę i medytację, niosąc wyciszenie i głęboki odpoczynek.** Ten mazowiecki hotel SPA jest enklawą dla dorosłych, przyjazną weganom i alergikom. Otacza go 10-hektarowy, zabytkowy park ze szlakami: historycznym, przyrodniczym i energetycznym.

Filozofia kompleksu opiera się na **harmonii ciała, ducha i umysłu**. I wszystko tutaj temu sprzyja: kojący szum drzew i śpiew ptaków, wzmacniające energie w Ogrodzie Medytacji, rytuały zdrowia pod gołym niebem w Witalnej Wiosce SPA, koncerty mis i gongów tybetańskich, które przywracają wewnętrzny rytm i spokój, relaksujące masaże i energetyczne terapie w Gabinetach Biodnowy. Na uwagę zasługują naturalne metody wspierające ogólny dobrostan, od kąpeli leśnych, przez kąpiele w bezchlorowym basenie z ożywioną wodą, po kąpiele w dźwiękach i dobroczynnych wibracjach. Nawet sam Pałac Odrowążów – jedna z najstarszych siedzib szlacheckich na ziemiach polskich, emanuje spokojem zakorzenionym w historii.

Goście przyjeżdżają tu nie tylko na rytuały SPA i zabiegi w ramach odmładzającego programu Alchemia Zdrowia, ale przede wszystkim po odzyskanie równowagi. Sprzyjają temu chociażby terapie z energią czakr, energetyczna refleksologia, klawiterapia, maderoterapia, masaże kobido czy lomi-lomi oraz saunowanie w Łażniach Rzymskich. Tu odpoczywa nie tylko ciało, ale i system nerwowy. Dla przebudzowanego organizmu zanurzenie się w ciszy, świadome bycie tu i teraz, błogi relaks w SPA oraz kontakt z naturą stają się kojącym balsamem.

