

## TERAPIE HOLISTYCZNE I MASAŻE – „AKWAMARYN”

### MASAŻ TAJSKI

Stanowi połączenie akupresury ważniejszych punktów na ciele człowieka z elementami pasywnej jogi – rozciągania. Masaż ten rozładuje napięcie mięśni, stawów i ścięgien. Pobudzony zostaje układ krwionośny oraz limfatyczny.

### AUTORSKI MASAŻ ŚWIECĄ

Do masażu używa się specjalnej aromatycznej świecy z masła Shea. Poprzez głębokie rozluźnienie i dotyk zmniejszają się napięcia w organizmie. Dzięki masłu Shea skóra staje się bardziej elastyczna, miękka w dotyku, jedwabście gładka i otulona przyjemnym aromatem. Jest doskonale nawilżona, ukrwiona i promieniująca, a suchej skórze taki zabieg przynosi ulgę.

### MASAŻ BALIJSKI

Jest skuteczną w sięganiu w głąb napiętych i obciążonych mięśni, aby załagodzić ich skurcz. W masażu stosuje się głęboki ucisk akupunktury na zmianę z energicznym rozbijaniem i rozcieraniem tkanki mięśniowej.



### TERAPIA CZASZKOWO – KRZYŻOWA

Jest to głęboki proces leczenia, który może uwolnić trzymane wzorce choroby – zarówno psychiczne, jak i fizyczne. Terapia może być pomocna dla większości osób poczynając od niewielkich dolegliwości aż po stany ostre i przewlekłe problemy ze zdrowiem.

### LIFE IMPRESSIONS BODYWORK

W metodzie tej nie pracuje się z konkretnym symptomem, lecz raczej z całym ciałem, traktując je jako całość. Poprzez delikatne manualne układy terapeutyczne i świadomy dotyk uzyskujemy duże efekty lecznicze.

### MASAŻ KOBIDO

Głównym założeniem Kobido jest niechirurgiczny lifting twarzy. Niweluje objawy stresu, zmęczenia i napięcia, oznaki starzenia się skóry, opadający owal twarzy, brak jędrności i elastyczności. Techniki masażu wykonywane są głównie na twarzy, ale również na głowie, szyi, karku, dekoltie i ramionach.

## KĄPIELE SPA

### PAKIET KĄPIEL SPA + MEDY JET

Kąpiele w profesjonalnej wannie SPA z silnym hydromasażem oraz podwodnym masażem uciskowym SHIATSU. Specjalnie dobrane programy masażu oraz szybkości pracy urządzenia są wspomaganie dodatkowo kąpielą perłkowo – ozonową.

### KĄPIEL AROMATYCZNA

Kąpiel z użyciem aromatycznych soli kąpielowych jest zabiegiem niezwykle korzystnym dla organizmu. Olejki eteryczne odświeżają i odmładzają skórę, przywracają równowagę warstwy lipidowej. Kąpiel z użyciem soli leczy mięśniobóle, dolegliwości skórne i krążeniowe, usuwa zmęczenie i bezsenność.

### KĄPIEL KLEOPATRY

Kąpiel Kleopatry to kąpiel w mleku, bogatym w białek, witamin (głównie z grupy B), wapń oraz wiele innych cennych pierwiastków, które doskonale wchłaniają się w skórę. Współczesna nauka potwierdza odżywcze, regenerujące działanie mleka i propagauje ten rodzaj odnowy ciała.

### KĄPIEL W PIWIE

Kąpiel w piwie fantastycznie relaksuje, usuwa stres, uspokaja umysł, pobudza pracę serca, otwiera porę, obniża ciśnienie krwi. Zawarte w drożdżach piwnych witaminy z grupy B, białek i sacharydów sprawią, że układ odpornościowy zostanie wzmocniony, a skóra staje się miękka i zregenerowana.

### KĄPIEL BOROWINOWA

Głównym zadaniem kąpeli borowinowej w odnowie biologicznej jest przeqrzenie tkanek, prowadzące do ich lepszego dotlenienia i odżywienia, a także przyspieszenie przemiany materii. Kąpiel podnosi ciśnienie krwi, w związku z czym jest przeciwwskazana przy problemach sercowo – naczyniowych.

## REGULAMIN MEDICAL & SPA

### REZERWACJA

Gości, chcących skorzystać z hotelowej strefy Medical & SPA, zachęcamy do wcześniejszej rezerwacji terminów. Dzięki temu będą się one mogły odbyć w najdogodniejszym dla Państwa terminie. Wykwalifikowany personel udzieli Państwu wszelkich informacji, dotyczących naszej oferty oraz doradzi przy wyborze zabiegów.

### ZABIEGI

Dbając o Państwa komfort i wygodę, zalecamy stawienie się w strefie Medical & SPA na 5 minut przed planowanym zabiegiem. Jeśli przybędą Państwo spóźnieni, zabieg może zostać skrócony. Na zabiegi ukierunko-

wane na obszar twarzy prosimy o przybycie bez biżuterii i makijażu.

### UBIÓR

Prosimy o przybycie do strefy Medical & SPA przygotowanym do zabiegu, tj. w szlafroku lub stroju sportowym. Zalecamy przybycie bez biżuterii oraz przedmiotów wartościowych. Hotel nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty wartościowe pozostawione w gabinecie zabiegowym lub w innym pomieszczeniu w strefie Medical & SPA. Uprzejmie prosimy o pamiętanie, że strefa zabiegowa jest strefą ciszy.

### REZERWACJA TERMINÓW SPA

e-mail: spa@hotelbuczynski.com, tel. kom.: +48 513 899 467, tel. +48 75 78 11 960



www.hotelbuczynski.com

  
**HOTEL BUCZYŃSKI**  
MEDICAL & SPA



\*\*\*\*  
**HOTEL BUCZYŃSKI MEDICAL & SPA**  
ul. Prusa 2, 59-850 Świeradów-Zdrój  
tel. + 48 75 78 11 900  
e-mail: recepcja@hotelbuczynski.com

www.hotelbuczynski.com

  
**HOTEL BUCZYŃSKI**  
MEDICAL & SPA



## SPA MENU



www.hotelbuczynski.com

## ZABIEGI KOSMETYCZNE NA TWARZ



### TERAPIA ZOGA FACE INTEGRATION

Zoga Face Integration to manualne estetyczne modelowanie twarzy i ciała przy pomocy technik manipulacji mięśni, które oddziałują na tkanki. Polega na pracy z mięśniami posturalnymi. W ten sposób terapeuta dąży do normalizacji napięcia mięśniowo – powięziowego w okolicy dekoltu, tzw. „wzdowego garbu”, czepeczki oraz twarzy. Efektem jest zmniejszenie objętości w problematycznych obszarach, drenaż limfatyczny, rozluźnienie napięć oraz konturowanie owalu. Jest to indywidualna terapia dostosowana do potrzeb pacjenta, mająca charakter wieloetapowy.

**KOBIDO TO JEDEN Z NAJTRUDNIEJSZYCH MASAŻY NA ŚWIECIE WYWODZĄCY SIĘ Z CHIN, KTÓREGO GŁÓWNYM CELEM JEST NIECHIRURGICZNY LIFTING TWARZY. SKŁADA SIĘ Z 5 ETAPÓW: MASAŻ TKANEK GŁĘBOKICH • ELEMENTY MASAŻU RELAKSACYJNEGO • DRENAŻ LIMFATYCZNY • LIFTING • AKUPRESURA. NIWELUJE OBJAWY STRESU I ZMĘCZENIA, POPRAWIA JĘDRNOŚĆ I ELASTYCZNOŚĆ TKANEK.**

### KOBIDO & KOREAŃSKA PIELĘGNACJA – EXCLUSIVE FACIAL LIFTING

W naszej ceremonii wykorzystujemy misę tybetańską oraz dzwonki Koshi, wprowadzając elementy terapii dźwiękiem jako technikę holistyczną. Terapia dźwiękiem pozwala na głęboki relaks i odprężenie, co nie tylko neutralizuje skutki nagromadzonego stresu, ale jest przede wszystkim podstawą efektywnego wypoczynku. Dodatkowo koreańska pielęgnacja oparta na kosmetykach ze śluzem ślimaka i 24 – karatowym złotem odżywia i regeneruje skórę, działając przy tym antystarzeniowo. Uzupełnieniem zabiegu jest połączenie aroma – z litoterapią pod postacią perfum „VALEUR ABSOLUE”.

### GUA SHA & KOREAŃSKA PIELĘGNACJA – BOTOX WSCHODU

Masaż GUA SHA to chińska technika uzdrawiająca – upiększająca. Ten unikalny masaż limfatyczny twarzy, szyi i dekoltu poprzez pocieranie i uciskanie skóry kamieniami kwarcowymi likwiduje obrzęki, poprawia ukrwienie, rozluźnia mięśnie, likwiduje cienie pod oczami oraz poprawia drożność zatok. Zabieg połączony jest z koreańską pielęgnacją.

### FIRMING MESOCOCTAIL

Pobudza odnowę komórek, nawilża, odżywia, nadaje promiennego wyglądu. Dzięki komórkom macierzystym pobudza regenerację. Zastosowanie metody ultradźwięków do wprowadzenia substancji powoduje uelastycznienie skóry, ujędrnienie oraz efekt liftingu.

### DNA REPAIR

Głęboko regenerujący zabieg przeciwzmarszczkowy. Stymuluje naprawę komórek DNA. Zapewnia nawilżenie włókną, zmęczonej skóry, spłycenie bruzd i dotlenienie tkanek. Dzięki użyciu metody ultradźwięków kolagen zostaje pobudzony do naprawy komórek DNA.

www.hotelbuczynski.com

www.hotelbuczynski.com

## MASAŻE SPA



## MASAŻE „SAINT MALO”

### „SYCYLIA” MASAŻ OCZYSZCZAJĄCO – REGENERUJĄCY

Odkryj kraję wulkanów i na własnej skórze odczuj terapeutyczne działanie wód termalnych oraz pyłu wulkanicznego. Zachwyć się zapachem cytrusów i skorzystaj z olejków pełnych witamin. Do zabiegu wykorzystywany jest peeling z pyłu wulkanicznego oraz masło do masażu z opuncji i kwiatem pomarańczy.

## CEREMONIE „SAINT MALO” – PEELING + MASAŻ + MASKA

### „SYCYLIA”

CEREMONIA ROZPOCZYNA SIĘ PEELINGIEM CAŁEGO CIAŁA, NASTĘPNIJE WYKONYWANY JEST RELAKSACYJNO – ODPRĘŻAJĄCY MASAŻ. UZUPEŁNIENIEM EFEKTU REGENERACJI SKÓRY JEST W KOŃCOWYM ETAPIE ZABIEGU MASKA, KTÓRA POBUDZAJĄC NATURALNE MECHANIZMY KOMÓRKOWE UJĘDRNIA, WYGŁADZA I ROZŚWIETLA SKÓRĘ.

## MASAŻE „PURLÉS”

### MASAŻ GOLD & PEARLS

Masaż Gold & Pearls gwarantuje ekskluzywną pielęgnację ciała. Szlachetna kombinacja złota, pereł i szampańskich jest kluczem do zachowania młodego wyglądu, jedwabistej i promiennej skóry. Złoto pobudza produkcję elastyny i kolagenu, wygładza i ujędrnia. Ponadto głęboko nawilża i koi podrażnienia. Ekstrakt z szampańskich zapewnia dobre samopoczucie, pozwala cieszyć się luksusem i zapomnieć o codzienności.

### MASAŻ CHOCOLATE

Masaż Chocolate to wyszczuplający – antycellulitowa ceremonia na ciało. Skutecznie zwiększa metabolizm, uaktywnia proces lipolizy oraz wzmacnia elastyczność skóry. Pielęgnacja ciała rekomendowana na obszar nóg, pośladków oraz brzucha, w szczególności skórze dotkniętej problemem skórki pomarańczowej oraz nadmiarem tkanki tłuszczowej.



## CEREMONIE „PURLÉS” – PEELING + MASAŻ + MASKA

### GOLD & PEARLS BODY CEREMONY, CHOCOLATE BODY CEREMONY

CEREMONIA ROZPOCZYNA SIĘ PEELINGIEM CAŁEGO CIAŁA, NASTĘPNIJE WYKONYWANY JEST RELAKSACYJNO – ODPRĘŻAJĄCY MASAŻ. UZUPEŁNIENIEM EFEKTU REGENERACJI SKÓRY JEST W KOŃCOWYM ETAPIE ZABIEGU MASKA, KTÓRA POBUDZAJĄC NATURALNE MECHANIZMY KOMÓRKOWE UJĘDRNIA, WYGŁADZA I ROZŚWIETLA SKÓRĘ.

## MASAŻE

### MASAŻ TKANEK GŁĘBOKICH

Masaż tkanek głębokich stanowi formę terapii tkanek miękkich, której celem jest przywrócenie równowagi w warstwach głębokich tkanki łącznej oraz mięśniach poprzez eliminowanie napięć, zwiększenie elastyczności tkanek, wzrost zakresu ruchu w stawach, jak również poprawę ukrwienia tkanek. Jest efektywniejszą formą masażu klasycznego.

### MASAŻ KLASYCZNY

Masaż pobudza skórę i mięśnie pacjenta, zmniejszając ich napięcie, jak również poprawia krążenie krwi. Niweluje stres i związane z nim dolegliwości bólowe głowy i pleców.

### MASAŻ KAMIENIAMI

Masaż polecany osobom zmęczonym się z chronicznym przemęczeniem, stresem i niepokojem. Ponadto może być traktowany jako dodatkowa terapia lecznicza.

### REFLEKSOTERAPIA STÓP

Zabieg polegający na masażu uciskowym punktów odpowiedzialnych za narządy wewnętrzne. Przyspiesza ich regenerację i detoksykację organizmu. Ceremonia składa się z namaczania stóp w aromatycznej soli, peelingu i relaksującego masażu.

### BANDAŻE AROSHA

Zabieg bandażowania Arosha – adipocel kit to połączenie różnych składników mających na celu walkę ze wzrostem adipocytów oraz deformacją włókien kolagenowych – czynników odpowiedzialnych za pojawienie się cellulitowych grudek na skórze. W rezultacie efekt po godzinnym zabiegu to redukcja cellulitu, ujędrnienie skóry, redukcja tkanki tłuszczowej, modelowanie i usunięcie toksyn z organizmu.



## AYURVEDA

### UPANHASVEDA

1 etap – intensywny masaż pleców z wykorzystaniem starożytnych ajurwedyjskich niezwykle skutecznych technik pracy z ciałem na bazie ciepłego olejku. Masaż wykonywany jest na siedząco i opracowane są obszary karku, ramion, pleców oraz okolica okolicy łopatkowej.  
2 etap – maska ziołowa z zywokostu rozprowadzona na plecach po masażu.  
Efekt – odczuwalne rozgrzanie, przekrwienie tkanek pozwala na rozluźnienie nawet najgłębszych napięć w mięśniach.

### MASAŻ KATI BASTI + MASAŻ CAŁEGO CIAŁA

Ajurwedyjska metoda uzdrawiania kręgosłupa lędźwiowo – krzyżowego i dolnej części pleców. Polecany przy napięciach mięśniowych i bólach tego odcinka. Dzięki terapeutycznym właściwościom oleju z czarnego sezamu oraz głębokiej wnikalności w mięśnie i stawów uzyskujemy szybki efekt naprawczy. Jak wygląda zabieg: ciepły olej jest powoli wlewany do specjalnie zrobionego korytka z naturalnego ciasta pozostając w dolnej części pleców przez określony czas. Zabieg ten poprzedzony jest masażem ajurwedyjskim całego ciała.

### MASAŻ ABHYANGA

Abhyanga w dosłownym tłumaczeniu znaczy „namaszczenie”. Wywodząca się z krajów azjatyckich efektywna i niezwykle przyjemna technika masażu wprowadza nas w niepowtarzalny klimat orientu. Subtelne nacierania ciała ciepłym i wonnym ziołowym olejem pozwala zlikwidować zmęczenie, bezsenność i niepokój.

### MASAŻ I PEELING UDVRTANA

Masaż pudrowy – odchudzający i antycellulitowy wykonywany specjalną mieszanką ziół i olejem sezamowym. Masaż Udvartana pobudza krążenie krwi, wygładza nierówności skóry i działa jak peeling.

### PAKIET AJURWEDYJSKI – ABHYANGA + SHIRODHARA

To relaksacyjne połączenie olejowego masażu ciała wraz z polewaniem głowy i czakry „trzeciego oka” za pomocą ciepłego oleju sezamowego. Zabieg ten kompleksowo redukuje stres i napięcie nerwowe.

### PAKIET AJURWEDYJSKI – UDVRTANA + MUKABHYANGA

Peelingujący zabieg na ciało o działaniu pobudzającym krążenie i układ limfatyczny połączony z ziołową pielęgnacją twarzy, peelinqiem, masażem oraz oczyszczająco – odżywczą maseczką.

### MASAŻ SHIRODHARA

Zabieg polegający na masażu czoła, a dokładnie czakry „trzeciego oka” za pomocą strumienia ciepłego oleju sezamowego. Struzka ciepłego oleju delikatnie masuje czoło. Głęboko relaksuje oraz posiada zbawienny wpływ na system nerwowy i hormonalny. Redukuje stres i napięcia nerwowe.



### MASAŻ I KOSMETYKA TWARZY MUKABHYANGA

Masaż i kosmetyka ajurwedyjska twarzy i dekoltu to połączenie zabiegów oczyszczających, peelingu oraz maseczek z zastosowaniem naturalnych olei i produktów kosmetycznych przygotowanych wg tradycyjnych receptur ajurwedyjskich.

## TERAPIE HOLISTYCZNE I MASAŻE – „AKWAMARYN”

### TERAPIA WODOREM

Inhalacja wodorem polega na wdychaniu mieszaniny powietrza i wodoru w różnym stężeniu. Działa jak odnowa biologiczna na bardzo głębokim poziomie, wspomagając organizm w takich dolegliwościach jak: zmęczenie, bezsenność, bezdech, stres. Ciekawym dodatkiem do zabiegu są okulary wodorowe, szczególnie polecane przy chorobach oczu i skóry wokół (złocień, zmęczeniu czy zmarszczkach).

### KRYSTAŁOWE LAMPY

Urządzenie z kryształami stanowi 7 zawieszonych przezroczystych kryształów przyciętych wg systemu Vagla. Emanują 7 kolorami, przy ciele człowieka wpadają w rezonans. Zabieg służy wzmocnieniu sił vitalnych, sprzyja leczeniu chorób immunologicznych, kręgosłupa, zaburzeń równowagi, tarczycy, serca, bóli ząbkowych. Ich energia może być wykorzystywana w celu odmłodzenia ciała. Dodatkiem jest muzyka sołfżowa – łącząca światłolecznictwo, koloroterapię, litoterapię i muzykoterapię.



### STAROŻYTNY RYTUAŁ UZDRAWIAJĄCY / NOWOCESNA KURACJA DETOKSYKACYJNA

Korzyści: łagodzi bóle i napięcia mięśni, stymuluje przemianę materii, poprawia krążenie krwi, odtruwa organizm, pomaga w odchudzaniu, przywraca równowagę energetyczną.

Rytuał składa się z 3 etapów:  
1 etap – masaż ciepłymi kamieniami solnymi.  
2 etap – body wrap z solą i olejem  
3 etap – masaż twarzy z zastosowaniem specjalnego kremu na ciało. Do rytuału używamy kremy i oleje firmy Comfort Zone.

### MASAŻ KRĘGOSŁUPA MIĘŚNIOWO – POWIĘZIOWY

Stosuje i łączy ze sobą elementy masażu klasycznego, rozluźnianie mięśniowo – powięziowe, pracę na punktach spustowych, terapię czaszkowo – krzyżową i inne. Szczególnie polecane w schorzeniach kręgosłupa, bólach mięśniowych i stawowych.