

## SPA SWING

### MASAŻE

#### ▪ AROMATYCZNY MASAŻ TWARZY NA OLEJKU RÓŻANYM

**Czas zabiegu: 30 min., Cena zabiegu: 150 zł**

#### ▪ JAPOŃSKI MASAŻ TWARZY KOBIDO

**Czas zabiegu: 1h., Cena zabiegu: 220 zł**

#### ▪ JAPOŃSKI MASAŻ TWARZY KOBIDO Z KOLAGENOWĄ MASKĄ ZE ZŁOTEM

Masaż Kobido narodził się w Japonii bo odmładszać twarze rodziny królewskiej, powstał na bazie chińskiego masażu. Kobido to "Droga to piękna". Nie jest to zwykły masaż, ale praca na głęboko położonych mięśniach twarzy, działa mocno odmładzająco dokładnie tam gdzie zaczyna się problem starzenia skóry. Rytuał obejmuje masaż tkanek głębokich, relaks, drenaż limfatyczny. Pierwszy pozytywna rezultaty zobaczymy już po pierwszym zabiegu. Masaż zwiększa napięcie skóry, jej dotlenienie, odżywienie dodatkowo rozluźni spięte mięśnie twarzy oraz i szyi. Systematyczne masaże przyniosą długotrwały rezultaty w postaci spłycenia bruzd i zmarszczek jak również ujędrnienie skóry.

Korzyści wynikające z masażu

- Niweluje napięcie mięśni twarzy które powodują powstawanie zmarszczek mimicznych
- Zmniejsza widoczne efekty starzenia się skóry zapobiega ich pogłębieniu
- Poprawia krążenie krwi oraz limfy dzięki czemu polepsza się koloryt skóry
- Wpływa na zwiększenie produkcji kolagenu i elastyny
- Stymuluje metabolizm komórkowy
- Zmniejsza napięcia w okolicy szyi klatki piersiowej twarzy
- Relaksują i zmniejsza poziom stresu
- Zmniejsz efekty bruksizmu
- Pomaga niwelować bóle głowy oraz sztywność mięśni twarzy, dotlenia skórę
- Łagodzi bóle głowy i zatok
- Zapewnia lepsze wchłanianie substancji aktywnych aplikowanych na skórę
- Zmniejsza zwiotczenie skóry, linie mimiczne czy zmarszczki
- Podnosi owal twarzy

Przeciwwskazania do masażu

- Opryszczka
- Przerwanie ciągłości skóry
- Gorączka
- Stan zapalny skóry
- Ekstrakcja zęba
- Stany ropne około zębowe
- Trądzik ropowiczy i krostkowy
- Trądzik różowaty w fazie aktywnej
- Guzki niewiadomego pochodzenia
- Nowotwory i Stany po ich operacyjnym usunięciu
- Zapalenie migdałków oraz powiększone węzły chłonne
- W Chorobach tarczycy należy omijać masaż szyi

**Czas zabiegu: 1h, 30 min., Cena zabiegu: 280 zł**

- **MASAŻ RELAKSACYJNY CAŁEGO CIAŁA NA MASEŁKU AROMATYCZNYM**

Aromatyczne olejki do wyboru: Czekolada, Czekolada z Pomarańczą, Trufla, Pomarańcza, Mango, Zielona Herbata

**Czas zabiegu: 50min , Cena zabiegu: 220 zł**

- **MASAŻ CAŁEGO CIAŁA GORĄCYMI KAMIENIAMI**

**Czas zabiegu: 50min , Cena zabiegu: 220 zł.**

- **MASAŻ PLECÓW GORĄCYMI KAMIENIAMI**

**Czas zabiegu: 30 min., Cena zabiegu: 150 zł.**

- **MASAŻ PLECÓW RELKSACYJNY**

**Czas zabiegu: 30 min., Cena zabiegu: 150 zł**

- **AROMATYCZNY PEELING CAŁEGO CIAŁA Z MASAŻEM**

Aromatyczne peeling z olejkami do wyboru: Zielona Herbata, Czekolada, Pomarańcza, Trufla, Soczysty Arbuz

Relaksacyjny masaż całego ciała na odżywczym aromatycznym olejku do masażu. Olejek doskonale zmiękcza skórę, powodując, że staje się jedwabiście gładka. Masaż poprzedzony jest peelingiem całego ciała, który odżywia, regeneruje, spala tkankę tłuszczową, jednocześnie poprawia jędrność i elastyczność skóry. Peeling oparty na naturalnych składnikach z udziałem oleju makadamia, który działa ujędrniająco, anty cellulitowo i na rozstępy skórne. Dodatkowo wzbogacony o naturalne masło Shea, kwas hialuronowy, witaminę E i A oraz pantenol.

**Czas zabiegu: 1 h, Cena zabiegu: 300 zł**

- **MASAŻ CIAŁA „GORĄCYM MIODEM” POPRZEDZONY PEELINGIEM CIAŁA O ZAPACHU MIODU I RELAKSEM W SAUNIE**

Masaż miodem to istna uczta dla ciała i ducha. Jest metodą terapii naturalnej wykorzystująca lecznicze działanie miodu przy pomocy masażu i miodowej aromaterapii. Masaż ten wspomaga wydzielanie gruczołów potowych, ułatwia usuwanie przez skórę szkodliwych substancji. Miód ponad to wykazuje silne działanie przeciwzapalne, regenerujące, nawilżające skórę, która staje się odżywiona i jedwabista. Masaż wygładza skórę, poprawia jej elastyczność wspomaga usuwanie cellulitu, rozstępów i blizn. Masaż miodem poprzedzony jest naturalnym peelingiem ciała z dodatkiem miodu, masła shea i oleju winogronowego. Aby wzmocnić efekt działania miodu na koniec polecamy relaks w saunie. Składniki miodu otwierają pory skóry i umożliwiają skórze jeszcze lepiej się pocić. Po opuszczeniu sauny wystarczy krótki prysznic, aby usunąć resztki miodu z ciała. Efektem tego zabiegu jest to, że skóra staje się miękka i delikatna. Powodem tego jest wysoka zawartość cukru w miodzie, który wiąże wilgoć w skórze i nasycą ją wartościowymi składnikami.

**Czas zabiegu: 1 h, Cena zabiegu: 300zł**

- **PEELING CAŁEGO CIAŁA Z RELAKSACYJNYM MASAŻEM „MIÓD Z CZEKOLADĄ HONEY THERAPHY”**

Miodowo czekoladowy peeling całego ciała połączony z Relaksacyjnym Masażem na masełku shea z miodem, woskiem pszczelim i olejkami.

**Czas zabiegu: 1 h, Cena zabiegu: 300 zł**

#### ▪ **MASAŻ ANTYCELLULITOWY BAŃKĄ CHIŃSKĄ**

Ujędrniający masaż bańką chińską stanowi doskonałą walkę z cellulitem i pozbyciem się zastoju wód w organizmie. To jedna z najskuteczniejszych terapii anty cellulitowych polegająca na próżniowym zasysaniu skóry oraz masażu. Zabieg rozpoczyna się od rozgrzania skóry masażem, kolejnym krokiem jest masaż bańką chińską, której intensywność zwiększa się z każdym zabiegiem. Masaż ten poprawia mikro krążenie, rozbija tkankę tłuszczową przyspiesza proces lipolizy efekt taki jak lepsze dotlenienie skóry jest zwiększone elastyczność stają się zauważalne już po pierwszej wizycie a ta wspomaga również oczyszczanie organizmu z toksyn co przyczynia się do ogólnego zwiększenia komfortu.

**Czas zabiegu: 40 min., Cena zabiegu: 150 zł.**

#### ▪ **ZABIEG ANTYCELLULITOWY Z MASAŻEM BAŃKĄ CHIŃSKĄ**

Zabieg rozpoczynamy aromatycznym peelingiem całego ciała. Aromatyczny peeling delikatnie oczyści i wypiełgnuje ciało poprawi ukrwienie zadziała odświeżająco-wygladzająco anty cellulitowo przygotuję skórę do masażu wyszczuplającego Majką chińską. Ujędrniający masaż bańką chińską stanowi doskonałą walkę z cellulitem i pozbyciem się zastoju wód w organizmie. To jedna z najskuteczniejszych terapii anty cellulitowych polegająca na próżniowym zasysaniu skóry oraz masażu. Zabieg rozpoczyna się od rozgrzania skóry masażem, kolejnym krokiem jest masaż bańką chińską, której intensywność zwiększa się z każdym zabiegiem. Masaż ten poprawia mikro krążenie, rozbija tkankę tłuszczową przyspiesza proces lipolizy efekt taki jak lepsze dotlenienie skóry jest zwiększone elastyczność stają się zauważalne już po pierwszej wizycie a ta wspomaga również oczyszczanie organizmu z toksyn co przyczynia się do ogólnego zwiększenia komfortu.

**Czas zabiegu: 1h 30 min., Cena zabiegu: 340 zł.**

#### • **MASAŻ KLASYCZNY CAŁEGO CIAŁA**

**Czas zabiegu: 60 min., Cena zabiegu: 220 zł.**

#### • **MASAŻ KLASYCZNO-RELAKSACYJNY CAŁEGO CIAŁA**

**Czas zabiegu: 60 min., Cena zabiegu: 220 zł.**

#### • **MASAŻ LECZNICZY W WYBRANYCH W JEDNOSTKACH CHOROBYCH**

Wdowi garb

Kręcz szyi

Rwa kulszowa

Plecy okrągło – wklęsłe

**Czas zabiegu: 50 min., Cena zabiegu: 200 zł.**

#### • **MASAŻ SPORTOWY CAŁEGO CIAŁA**

Wyróżniamy sześć typów masażu sportowego:

treningowy, przedstartowy, startowy, między wysiłkowy, po wysiłkowy, kondycyjny.

Każdy z nich cechuje się inną intensywnością, a do uzyskania spodziewanego rezultatu wykorzystuje inne techniki.

Masaż sportowy nadaje się dla osób w każdym wieku, dowolnej kondycji fizycznej i zdrowotnej, zawodowo lub rekreacyjnie uprawiających sport.

**Czas zabiegu: 50 min., Cena zabiegu: 220 zł.**

**Serdecznie polecamy.**

**T: +48 12 311 11 05**

**E: [swingspawellnes@gmail.com](mailto:swingspawellnes@gmail.com)**

**Zapraszamy od poniedziałku do soboty od godz. 16:00-22:00**

**W niedzielę gabinet kosmetyczny jest zamknięty,**

**Otwarta jest tylko Strefa Spa od godz.17:00-22:00**