



## Wczasy zdrowotne

Zadbaj z nami o zdrowie w trakcie aktywnego wypoczynku bogatego w kuracje regenerujące organizm. Oferujemy niosące poprawę stanu zdrowia zabiegi oraz przyjemne formy relaksu. Turnus zdrowotny pozwoli nie tylko przyjemnie odpocząć, ale przede wszystkim zadbać o oczyszczenie oraz regenerację ciała i ducha. Zapraszamy do Pensjonatu Górski Potok usytuowanego wśród dzikiej natury w samym sercu Sudetów. Z okien pensjonatu roztacza się zapierający dech w piersiach widok na majestatycznie królujący szczyt Śnieżnika. Wspaniałe trasy turystyczne, sosnowe lasy, czyste powietrze i dzika natura przyciąga wiele osób, pragnących odpocząć od zgiełku i zaznać spokoju w górskiej ciszy, której coraz trudniej znaleźć w codziennym życiu...



## OFERUJEMY:

- 8 dni regenerującego wypoczynku (w tym 7 noclegów), zakwaterowanie w 2-3 osobowych pokojach z łazienkami,
- zdrowe wyżywienie ekologicznej kuchni 3x dziennie – szwedzki stół (możliwość wyboru diety warzywno-owocowej wg dr Dąbrowskiej),
- codzienne kuracje oczyszczająco-wzmacniające organizm (zioła oraz świeżo-wyciskane soki warzywne i owocowe)

### - pakiet zabiegów fizjoterapeutycznych\* (20 zabiegów):

- masaże pleców,
- zabiegi fizykalne (magnetoterapia, laseroterapia, elektroterapia, ultradźwięki, okłady borowinowe, naświetlanie podczerwienią)
- zabiegi oczyszczające organizm Body-Detox
- codziennie zajęcia ruchowe w ramach gimnastyki grupowej na specjalnie przygotowanej sali do ćwiczeń również na świeżym powietrzu
- korzystanie z sauny suchej lub aromatycznej
- zajęcia ruchowe w terenie (zachęcamy do zabrania kijków do nordic walking)



- zajęcia relaksacyjne oraz terapie uzdrawiających dźwięków (oryginalne instrumenty muzyczne z Chin i Tybetu),



- poszerzanie wiedzy o tematyce zdrowego i świadomego życia (filmy, prezentacje, literatura),
- możliwość dodatkowego korzystania ze specjalnie przygotowanej oferty zabiegów pielęgnacyjnych twarzy i ciała,
- możliwość zwiedzania okolicznych atrakcji turystycznych.





**Termin 13-20.09.2014**

**Cena 1090 zł**

**Rezerwacja z przedpłatą zaliczki wysokości 400 zł do dnia 31.07.2014**

**na konto: ING Bank Śląski 40 1050 1908 1000 0090 9011 5032**

Szczegółowe informacje na [www.terapie-wellness.pl](http://www.terapie-wellness.pl), oraz [www.gorskipotok.com](http://www.gorskipotok.com)



**ul. Leśna 3  
57-550 Stronie Śląskie - Wieś  
tel. +48608467116**

**Organizacja i kontakt:**

**Terapie Wellness Joanna Łappo  
tel. kont. 509 095 330**



\*pakiet zabiegów fizjoterapeutycznych - obejmuje w cenie pobytu zestaw 20 zabiegów: 7 zajęć z gimnastyki ogólnousprawniającej (30min.), 3 masaże pleców (20min.), 3 zabiegi oczyszczające Body-Detox (30min.), 3 zabiegi fizykalne (15min.), 3 wejścia do sauny (30min.), spacer z kijami nordic walking (60min.).

- Masaż jest przyjemnym połączeniem form oddziaływania leczniczego i relaksacyjnego na cały organizm. Przywraca on prawidłowe napięcie mięśni, poprawia ich elastyczność, przepływ krwi i limfy, usuwa zmęczenie, a poprzez bodźcowanie zakończeń nerwowych wpływa na pracę odległych układów narządów

- Body-detox usuwa część toksyn poprzez pory w stopach w trakcie zabiegu, a następnie przez kolejne dni trwa właściwa detoksykacja w fizjologicznych kanałach oczyszczania organizmu przez układ wydalniczy, moczowy oraz skórę. Już po pierwszym zabiegu oczyszczającym występuje odczucie napływu energii, lekkości, łagodzą się bóle mięśni i stawów, polepsza krążenie krwi i limfy oraz normalizuje się ciśnienie. Zabiegi oczyszczające wspomagają kuracje odchudzające, usuwają pozostałości: leczenia farmakologicznego, przetworzonej żywności, palenia papierosów, a także metale ciężkie. Dodatkowo zmiana potencjału energetycznego komórek pomaga przywrócić równowagę kwasowo-zasadową.

- Fizykoterapia wykorzystuje reaktywność organizmu na bodźce fizykalne takie jak temperatura, pole elektryczne i magnetyczne, fale świetlne i dźwiękowe, czynniki biochemiczne. Ma działanie zmniejszające ból, stan zapalny i obrzęk, przyspiesza regenerację tkanek, wzmacnia ukrwienie, łagodzi zespoły przeciążeniowe tkanek miękkich, spowalnia procesy zwyrodnieniowe stawów.

- Sauna ma wszechstronne działanie lecznicze, oczyszczające i wzmacniające organizm. Skrajne temperatury jakim poddawane jest ciało powodują reakcje uwalniania toksyn, podnoszenia wydolności oraz odporności organizmu. Wspomaga również proces utraty wagi przez wzmocnienie metabolizmu i gospodarki wodno-lipidowej organizmu, a także wpływa na poprawę kondycji skóry.