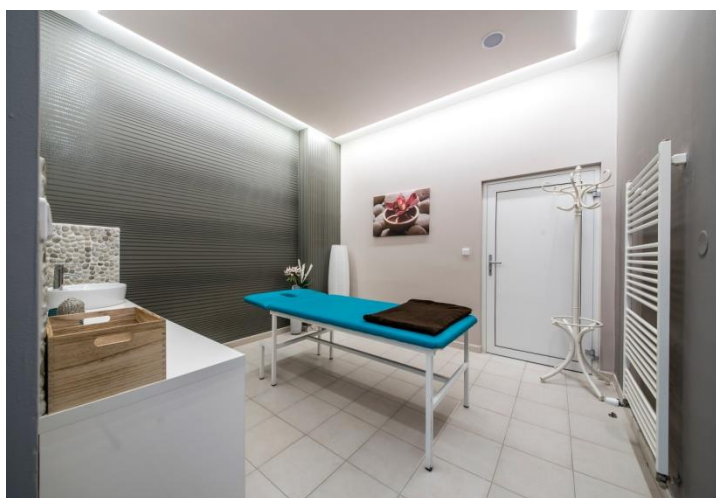
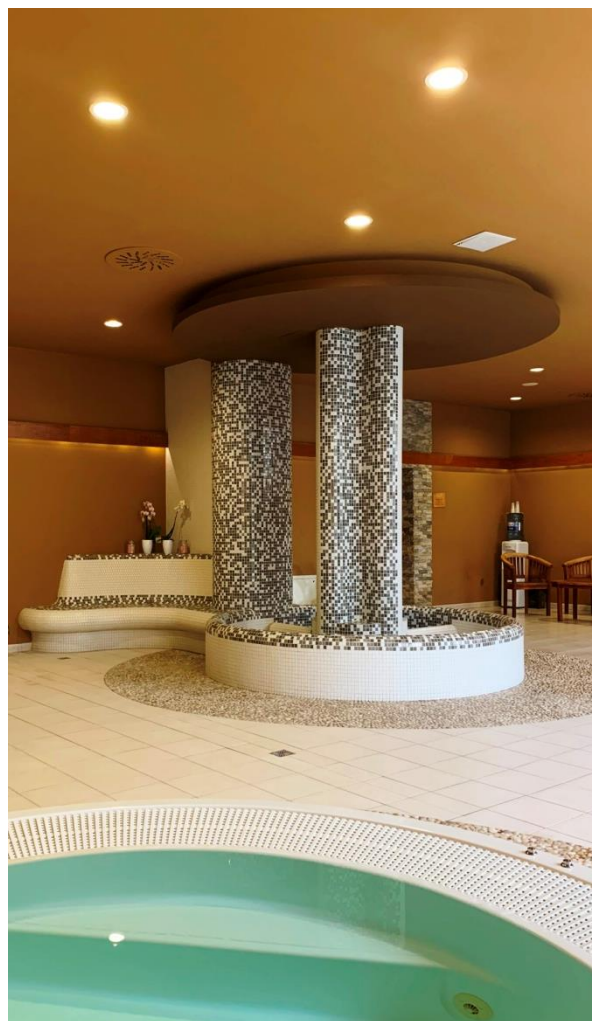


# NABÍDKA WELLNESS SLUŽEB



# CENÍK WELLNESS

---

## Ubytování a neubytování hosté:

dospělí	350 Kč / hod.
děti* 7-17 let	200 Kč / hod.
děti* 1-6 let	zdarma
Permanentka** 6 / 10 vstupů	1 900 Kč / 3 000 Kč bez omezení délky pobytu
Zapůjčení osušky a prostěradla	zdarma
Zapůjčení županu	50 Kč

\* Děti do 12-ti let vstup pouze v doprovodu rodičů pouze do 16 hod. (o víkendu)

\*\* Platnost permanentky je 12 měsíců od zakoupení.

## CENÍK PRIVÁTNÍHO WELLNESS

Privátní* whirlpool pro 2 os.	1 500 Kč / 80 min., každá další osoba 250 Kč
Privátní wellness pro 2 os. + láhev sektu	4 000 Kč / 80 min., každá další osoba 500 Kč

Zapůjčení osušky, prostěradla a županu zdarma

\* Privátní whirlpool nebo wellness lze objednat před nebo po otevírací době.

\* V době provozu letního bazénu (červen - srpen) lze objednat privátní whirlpool nebo wellness jen po otevírací době.

Rezervace: : +420 581 833 111, +420 602 561 550, email: [hotel@hotel-jana.cz](mailto:hotel@hotel-jana.cz)



@LHhotels\_Jana\_Přerov



LH Hotel JANA Congress & Wellness

# MASÉRSKÉ SLUŽBY

---

## **Relaxační, regenerační a sportovní masáže**

umožňují svalové uvolnění a rychlejší regeneraci masírované oblasti. V případě některých bolestí kloubů kolen, kyčlí, páteře a ramen, je možné pomocí pasivní pohybové techniky tyto bolesti odstranit, či zmírnit a zlepšit pohybový rozsah kloubů.

## **Lymfatická masáž**

je určena především k odstranění „odpadu“, který vylučují naše buňky do tělního prostoru. Dochází ke zrychlení přísunu živin buňkám, regulaci přebytečných tekutin v těle, tedy otoků kloubů končetin. Má příznivý vliv na funkčnost vnitřních orgánů. Pomáhá regulovat a brání vzniku celulitidy. Významně přispívá k celkové regeneraci organismu.

## **Masáž lávovými kameny**

je vhodná především k regeneraci svalové tkáně. Působením tepla dochází k uvolnění svalových struktur.

## **Reflexní masáž chodidel**

je masáž citlivých bodů. Tyto jsou propojené s různými částmi těla, tedy i vnitřními orgány. Pomocí stlačování a dráždění těchto bodů dochází k lepší funkci, či uvolnění přidružených tělových oblastí.

## **Kraniosakrální masáž**

je vynikající „antistresová“ metoda k dosažení uvolnění celého těla. Při použití velmi jemné techniky masáže celé hlavy, se vylučují v těle hormony jako dopamin, oxytocin a další tzv. „hormony štěstí“. Houpavou technikou je uvolněna pánevní, křížová a kyčelní oblast. Tato masáž se provádí na oděném těle. Pro dámy je vhodné tričko a legíny.

Pánové mohou mít lehké – sportovní kalhoty.



**Rezervace:** Jaroslav Samek +420 727 840 020, [jaroslavsamek48@gmail.com](mailto:jaroslavsamek48@gmail.com)

# CENÍK

## relaxační, regenerační a sportovní masáž

záda + šíje	záda od hýždí + krk + šíje + ramena	60 minut	600 Kč
dolní končetiny	DK zepředu a zezadu	60 minut	600 Kč
horní končetiny	HK + ramena	45 minut	500 Kč
horní končetiny	HK + ramena + šíje	60 minut	600 Kč
plosky nohou	plosky nohou + nártý	20 minut	200 Kč
ruce	dlaně + hřbety rukou + zápěstí	20 minut	200 Kč
záda + šíje + nohy	záda od hýždí po ramena, ramena, šíje, krk, DK zepředu a zezadu	120 minut	1200 Kč
celotělová	záda od hýždí po ramena, krk, šíje, DK zepředu a zezadu, HK + ramena	150 minut	1350 Kč

## lymfatická masáž

hlava, obličej	hlava + obličej + dekolt	30 minut	350 Kč
dolní končetiny	dekolt + DK zezadu a zepředu	60 minut	800 Kč
horní končetiny	hlava + dekolt + celé HK	45 minut	600 Kč
celotělová	hlava + dekolt + HK+DK	90 minut	1200 Kč

## masáž lávovými kameny

záda	záda + šíje + obličej	60 minut	600 Kč
celotělová	Záda + nohy + šíje + obličej	90 minut	1200 Kč

## reflexní masáž chodidel

tlaková masáž	chodidla a nártý	50 minut	500 Kč
---------------	------------------	----------	--------

## kraniosakrální masáž

jemná celotělová	odstranění stresu, tělové a psychické uvolnění	60 minut	600 Kč
------------------	--	----------	--------

# PEDIKÚRA

---

**Metody pedikúry:** včetně lázně, dezinfekce, ošetření, krému a jemné masáže

**Délka ošetření:** cca 60 – 90 minut

## CENÍK

Mokrú pedikúra	420 Kč
Suchá pedikúra	420 Kč
Kombinovaná pedikúra	420 Kč
Gel lak s pedikúrou	620 Kč
Gel lak bez pedikúry	200 Kč
Lakování s pedikúrou /laky OPI/	620 Kč
Výživa, ochrana nebo silver gel	30 Kč



**Rezervace:** Pavlína Komárková +420 602 940 217, [komarkova@hotel-jana.cz](mailto:komarkova@hotel-jana.cz)