

БАССЕЙН 12 МЕТРОВ

СОЛЯНАЯ КОМНАТА

АРОМА-САУНА

САУНА

ХАМАМ



СПА-комплекс Термаль  
в отеле Архыз Роял Резорт & Спа



ТЕРМАЛЬ  
Spa&Aqua

Чем более ты расслаблен — тем  
лучше во всех своих делах.  
В работе, в отношениях с друзьями  
и с самим собой.

Справочная информация  
8 (938) 034 12 97





## **Общий массаж**

Терапевтический способ воздействовать на мышцы и органы, положительно влияет на организм в целом. Оказывает лечебный эффект на различные слои кожи. Даёт возможность не только улучшить кровообращение в органах и тканях, но и повысить защитные функции организма. Общий массаж способен снять усталость, спазм мышц, избавиться от боли в спине, шее, улучшить обмен веществ, повысить эластичность сосудов. Для достижения максимального эффекта желательнее провести несколько курсов массажа.

**60 минут 3000 Р.**

**90 минут 3700 Р.**

## **Массаж ног**

Каждый день наши ноги переносят колоссальную нагрузку и нуждаются в особом уходе. Массаж ног – лучший способ снять усталость, но не только. Это еще и эффективная лечебно-профилактическая процедура, которая борется с отеками, варикозом, плоскостопием и болезнями суставов.

**40 минут 1500 Р.**

## **Спортивный массаж**

Технология, специально разработанная для спортсменов. Она помогает им подготовиться к соревнованиям, а также направлена на повышение выносливости и работоспособности. Такой массаж отлично снимает усталость и повышает тонус мышц после серьезных физических нагрузок.

**60 минут 3000 Р.**

## **Массаж спины, рук и волосистой части головы**

Попеременно выполняются поглаживающие, пощипывающие, давящие движения. Процедура предотвращает отложение солей, предупреждает развитие артрита и артроза. Регулярный массаж полезен не только для здоровья, но и для красоты. Он подтягивает дряблую кожу, стимулирует кровообращение, улучшает обмен клеток и ускоряет рост ногтей.

Массаж кожи головы стимулирует кровообращение и обмен веществ, улучшает питание корней волос, усиливает рост волос, нормализует деятельность сальных желез, делает кожу головы мягкой и упругой

**40 минут 2000 Р.**



## **Массаж «Детский»**

На организм маленького ребенка массаж оказывает разностороннее и благотворное влияние. Под воздействием массажа от нервных окончаний кожи в мозг поступает огромное количество импульсов, оказывающих тонизирующее воздействие на центральную нервную систему. Вследствие этого улучшаются ее основные функции, в том числе контроль над работой различных органов и систем. Такой уникальный и доступный тактильный раздражитель, как массаж, особенно важен в первые месяцы жизни ребенка. Он оказывает влияние на формирование положительных эмоций и развитие двигательных реакций.

**30 минут 1500 Р.**

## **Лимфодренажный массаж**

Воздействие (чередование поглаживаний и надавливаний) на участки тела по направлению лимфотока. Необходим для улучшения работы лимфатической системы. Помогает организму быстрее выводить токсины и насыщать клетки кислородом. Назначают людям, склонным к отекам, с избыточными жировыми отложениями; страдающим варикозным расширением вен, целлюлитом, медленным обменом веществ.

**40 минут 1800 Р.**

## **Точечный массаж**

Это уникальная техника китайского массажа, направленная на снятие усталости и напряжения в ногах. Массаж ступней – одна из наиболее приятных процедур физиотерапии, потому что десятки рефлекторных зон, расположенных на стопах, обладают биологически активным действием на все системы организма. Перед процедурой рекомендованы горячая ванночка для ног и травяной чай.

**30 минут 1600 Р.**

## **Антицеллюлитный массаж**

Косметологическая процедура, подразумевающая воздействие на подкожную жировую клетчатку. Разминания «проблемных зон» (бёдер, области живота, предплечий) приводят к устранению отечности, разглаживанию кожного покрова, уменьшению объема избыточных отложений.

В результате в тканях нормализуются обменные процессы лимфо- и кровотоков, повышается оксигенация.

**40 минут 2500 Р.**