

Vážení přátelé,

Masáž je tradiční, přirozená metoda stimulující regenerační procesy v organismu. Je ideální součástí péče o zdraví a dobrou kondici každého dospělého bez rozdílu věku. Kvalitně a pravidelně prováděné masáže dokáží předcházet a účinně pomáhat od bolestí přetíženého a jednostranně namáhaného svalstva. Zmírňují psychické napětí a únavu, zlepšují stav pokožky a stimulují činnost lymfatického systému, čímž urychlují odvod škodlivých látek z těla. Masáže nabízejí vítanou chvíli pro celkovou relaxaci a pozastavení, které při dnešním vysokém pracovním tempu jistě oceníte. Když jste na masáži, nic nemusíte dělat, na nic nemusíte myslet, nikdo po Vás nic nechce. Pouze ležíte a relaxujete. Po masáži se budete cítit uvolnění, aktivní a odpočatí. Každý druh masáže má navíc specifické účinky v závislosti na svém zaměření. Obecně platí, že úspěšnost jakékoliv terapie závisí na vyváženém spolupůsobení několika různých faktorů - na příjemném prostředí, které nám dovolí se správně uvolnit, na citlivém a osobním přístupu terapeuta, který v nás dokáže vzbudit důvěru a na kvalitě samotné poskytované péče. Proto v některých případech masáž nemá ani vlastní název, vše je na individuálním přístupu a potřebě Vašeho těla. Zde se odráží nejen Váš zdravotní stav, věk, povolání, ale i bezprostřední mentální rozpoložení. Tomu všemu po celou dobu masáže se snažím pečlivě naslouchat. Podívejte se, jaké druhy masáží nabízím a jak Vám mohou prospět. Určitě si vyberete.

Dýchejte, uvolněte se, naslouchejte dotekům, důvěřujte, prožívejte.

Prostě jen buďte ☺

Jana Flaxová

## **PROVOZNÍ DOBA**

ČTVRTEK	16:00 - 20:00
PÁTEK	16:00 - 20:00
SOBOTA	10:00 - 20:00

### **Masérna**

Hlavní vstup do Hotelu II. po schodišti dolů, prostor je označen.

Masáž mimo provozní dobu je možná po domluvě s paní masérkou. Nutnost minimálně dvou po sobě jdoucích masáží.  
Nutná včasná rezervace předem !!!

Pro firmy s větším počtem konaných masáží lze domluvit kratší dobu jednotlivých masáží.

Platba za provedené masáže je v hotovosti přímo u paní masérky.

## **KONTAKT**

Jana Flaxová

tel. +420 728 089 866

mail: [jana.flaxova@gmail.com](mailto:jana.flaxova@gmail.com)

# NABÍDKA MASÁŽÍ

## **Relaxační olejová masáž**

Masáž je prováděna teplým olejem, přináší uvolnění při nadměrném duševním a fyzickém napětí.

60 min. 1.500,- Kč

## **Aromatická masáž**

Používá se u ní aromaterapeutické oleje. Masáž je velmi relaxační, jemná a pomalá.

60 min. 1.500,- Kč

## **Klasická masáž**

Působí okamžitě a jednorázově nejen na tělesný ale i duševní stav masírované osoby.

60 min. 1.500,- Kč

## **Čokoládová masáž**

Masáž celého těla horkou čokoládou. Masáž je určena pro všechny, co touží po hýčkání a hlubokém uvolnění.

60 min. 1.900,- Kč

## **Masáž lávovými kameny**

Havajská technika, teplo lávových kamenů ihned proniká do svalů. Rozpouští svalové křeče a únavu.

60 min. 1.800,- Kč

## **Twiggi masáž**

Zeštíhlující masáž, každý masážní pohyb byl vybrán tak, aby napomáhal lipolýze a regeneraci spojovací tkáně.

45 min. 1.200,- Kč

## **Lifting obličeje**

Manuální metoda vyhlazování obličeje, odstraňuje strnulý a unavený výraz, podporuje regeneraci, zvyšuje pevnost pokožky.

Masáž má ihned viditelné účinky. Účinnost masáže spočívá v technice masáženikoliv v kosmetickém prostředku.

45 min. 1.600,- Kč

Pro ty co si nevybrali lze po osobní dohodě s masérkou objednat následující typy masáží:

### **Pohybový aparát**

Dornova metoda  
Čínská masáž  
Čínská energetická masáž  
Vital masáž  
Neurodistenzivní masáž  
Biodynamická masáž  
Mobilizační techniky uvolňování blokád  
Breussova masáž  
Ruská masáž  
Rehabilitační metoda SM-systém

### **Relaxace a detoxikace**

Indická masáž hlavy  
Masáž bylinnými měšci  
Magic hands  
Vinná masáž  
Medová masáž  
Masáž Lomi Lomi  
Kandel masáž

### **Formování postavy**

Ozonová terapie  
Zeštíhlující kávová masáž  
Fitness masáž

### **Krása a omlazení**

Japonská masáž obličeje  
Shírodara  
Lymfodrenáž  
Lymfatická masáž s černým mýdlem

Masáž pro těhotné ženy

Informace poskytuje pouze pí. Flaxová.

Možnost připravení dárkového poukazu v libovolné hodnotě. Platnost poukazu je vždy 3 měsíce. Při předání poukazu obdarované osobě je důležité zmínit, aby si udělala včasnou rezervaci.

Poukaz Vám vystaví na hotelové recepci Hotelu Kraví hora.

## VZOR



rezervace masáží minimálně 4 týdny před koncem platnosti poukazu.  
Poukaz nelze proplatit a měnit za jiné služby, dobu platnosti poukazu nelze prodloužovat.