

Zdrowie i uroda

REKLAMA

Bezplatny dodatek „Gazety Pszczyńskiej”, nr 1, marzec 2008

Wiemy, jak zadbać o Twoje zdrowie i urodę

W zmaganiu się z obowiązkami codziennego dnia, w pogoni za sukcesem, pokonujemy coraz większe obciążenia, a szybkie tempo życia powoduje, że czujemy się coraz bardziej zmęczeni i trudno jest zregenerować się w krótkim czasie.

Pośpiech, stres, nadmiar obowiązków i problemy dnia codziennego to główni sprzymierzeńcy złego samopoczucia, a często także wielu chorób.

Wypoczynek połączony ze wzmocnieniem organizmu jest niezbędny dla każdego, ale brak czasu powoduje, że często zapominamy o wypoczynku oraz trosce o dobre samopoczucie, wyglądzie i zdrowiu.

Dawniej jeżdżono do „wód”. Dziś odwiedza się SPA

W XIX i XX wieku, aby zregenerować się i nabrać sił witalnych jeżdżono do „wód”. Teraz coraz częściej robimy podobnie, ale inaczej się to nazywa. Poprawa aktywności fizycznej, odchudzanie, odmładzanie i modelowanie sylwetki, to propagowany zdrowy styl życia i nowa forma wypoczynku.

Pomyśl... Wypoczynek, całkowite odprężenie, pozytywne nastawienie do życia... Każdy z nas chciałby tego zasmakować. Jest to realne dzięki filozofii SPA, której podstawą są wspaniałe chwile relaksu płynące z kontaktu z wodą. Filozofia SPA opiera się na założeniu, że woda jest tym dla ciała, czym marzenia dla duszy - może ukoić lub pobudzić do aktywności, może relaksować lub stymulować do działania.

Filozofia SPA nawiązuje do kultury podróży do kurortów, w których dzięki znanym od dawna niezwykłym właściwościom wód

można odzyskać siły witalne, równowagę i spokój ducha. Dzięki właściwej pielęgnacji ciała i duszy, można z energią i optymizmem stawiać czoła czekającym obowiązkom.

SPA to spokój ciała i ducha - odpowiednie zabiegi pomagają zarówno zrelaksować zmęczone ciało, dbają o właściwą kondycję całego ciała (nawilżanie, odżywianie i ujędrnianie skóry), jak i ukoić zmysły (relaks, odstresowanie, pobudzenie lub spokój). SPA to skrót działający jak zaklęcie, jak obietnica przyjemności i relaksu. Błękitny kolor wody odpręża i odrealnia, a organizm automatycznie wysyła sygnał, aby zwolnić tempo.

O Uzdrowisku

Większości mieszkańców Śląska, Uzdrowisko Goczałkowice-Zdrój kojarzy się głównie z tradycyjnym ośrodkiem zdrojowym, ale obecnie jest to prężnie rozwijający się ośrodek, w którym nacisk kładzie się na połączenie tradycji z nowoczesnością. Tradycję należy szanować i kultywować, ale także iść z duchem czasu. Widać już pierwsze efekty tych starań.

Jeszcze do niedawna do Uzdrowiska w Goczałkowicach przyjeżdżali głównie kuracjusze na długotrwałe leczenie sanatoryjne. Teraz coraz częściej zaglądają tu goście na godzinę lub nawet parę godzin dziennie, aby zażyć zdrowia i relaksu i zregenerować swo-



Nie musisz daleko szukać miejsca, aby skorzystać z dobrodziejstw filozofii „sanitas per aquam”. Wystarczy skorzystać z usytuowanego „tuż za rogiem” SPA i zanurzyć się w relaksie. Mały wodny raj w zasięgu ręki w Uzdrowisku Goczałkowice-Zdrój.

je siły. Stopniowo poszerzana jest oferta skierowana do osób, które wiedzą, że zdrowie to ogromna wartość, szanują je i chcą zadbać o dobrą kondycję swojego ciała, ale także i do tych, którzy chcą skorzystać z zabiegów relaksacyjnych i upiększających.

Ośrodek wzbogacił się o pokazaną ilość nowej aparatury, sprzętu medycznego, rehabilitacyjnego oraz sprzętu służącego odnowie biologicznej (nowa sauna na podczerwień, mini-siłownia, solarium).

Oferta odnowy biologicznej daje znakomite rezultaty i kierowana jest zarówno do kobiet,

jak i mężczyzn w każdym wieku. Uzdrowisko oferuje programy odnowy biologicznej i regeneracji zdrowia, które realizowane są w wielu formach. Programy obejmują zabiegi wzmacniające mięśnie, rewitalizację ciała, przywracanie równowagi układu nerwowego, zabiegi rehabilitacyjne i przeciwbólowe, zajęcia ruchowe i inne.

Oferta Uzdrowiska będzie się stale poszerzała, tak, aby odpowiadała Państwa potrzebom. Spośród planowanych do wdrożenia usług prezentujemy kilka przykładów (aerobik, aerobik wodny, joga, aromatoterapia, Nordic

Walking). Prosimy Państwa o wyrażenie opinii, które spośród proponowanych przez Uzdrowisko atrakcji, cieszyłyby się Państwa największym zainteresowaniem. Głosować można na portalu internetowym www.infopres.pl

Uzdrowisko przy współudziale władz Starostwa i Gminy, w trosce o zdrowie mieszkańców powiatu pszczyńskiego, wspólnie podejmuje próbę stworzenia lepszych warunków i standardów infrastruktury sprzyjającej zdrowiu i propagowaniu zdrowego trybu życia.

Ewa Michałek



Masaż podwodny i wielostrumieniowy to sposób na wspaniały relaks. Pomaga w zwalczaniu nadwagi, uelastycznia skórę przy równoczesnym spadku wagi, zwalcza cellulitis.

ZAFUNDUJ SOBIE SEANS PRZYJEMNOŚCI ZABIEGI SPA NA KAŻDĄ KIESZEŃ

NOWOŚĆ!!! KARNETY MIESIĘCZNE

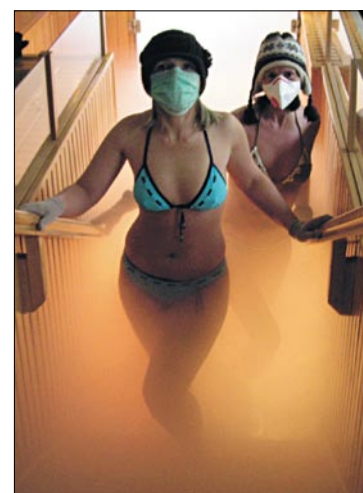
3 rodzaje karnetów, różny zakres usług odnowy biologicznej, basen, sauna parowa, sauna sucha, sauna IR, hydromasaż, masaż wielostrumieniowy, masaż podwodny, jaskinia solna, solarium, kąpiele lecznicze z zachowaniem wymogów balneologii

Kąpiele lecznicze z zachowaniem wymogów balneologii:

- solankowe,
- borowinowe.
- ozonowe,
- perełkowe,
- kwasowęglowe

Grota solna - odpocznij, zrelaksuj się, zlikwiduj stres, nabierz sił

Kriokomorą - odpręża, przyspiesza przemianę materii, opóźnia efekty starzenia, poprawia koloryt skóry, wspiera leczenie przeziębień, nerwic i depresji, działa przeciwbólowo



Zabiegi w kriokomorze odprężają, przyspieszają przemianę materii, opóźniają efekty starzenia, poprawiają koloryt skóry, wspierają leczenie przeziębień, nerwic, depresji, działają przeciwbólowo.

WYPOCZNIJ, WYZDROWIEJ, WYPIĘKNIEJ W NASZYM UZDROWISKU. ZAPRASZAMY!

Uzdrowisko Goczałkowice-Zdrój, 43-230 Goczałkowice-Zdrój, ul. Uzdrowska 54, tel. 032 449 20 21. Szczegóły na stronie: www.gozdroj.pl

