

Tajemství wellness a spa

Wellness a spa. Všichni jsme o tom slyšeli. Tak trochu tušíme, co si pod tímto pojmem představit. Ale víme to opravdu? Povídali jsme si s Jitkou Musilovou, wellness manažerkou Wellness Hotelu Frymburk.



Co si vlastně představit pod pojmem wellness a spa?

Pro každého toto sousloví může znamenat něco jiného, ale podstatou zůstává, že by se klient měl cítit dobře, odpočinut si, relaxovat, užít si příjemnou atmosféru, vodu, péči, lidský dotek. Pro mě osobně wellness znamená únik od všedních starostí, zastavení se, péči o sebe samého a hlavně příjemné pocity. Cítit se bezpečně v péči druhých, nechat se rozmazlovat.

Jaké procedury wellness a spa zahrnuje?

Existuje pět oblastí, do kterých spadají jednotlivé procedury a služby: therapy, beauty, spa, saunový svět a solná jeskyně.

Můžeme je probrat jednu po druhé?

Jistě. Pod therapy spadá vše, co se týká masáží relaxačních a sportovních a u nás i například thajských, dále zábaly, peelingy atd. Jde o terapii, protože při péči o tělo by se měl klient zbavit stresu a napětí. Uleví se mu, relaxuje, možná i příjemně usne. To hlavní ale je, že se cítí v bezpečí a naprosto spokojený.

Beauty souvisí zřejmě s kráslením těla.

Ano, ale nepředstavujme si jen ženskou krásu. V poslední době si na svém zevnějšku a péstěnosti zakládají čím dál častěji také muži. Patří sem různé peelingy, masáže, detoxikační programy nebo anti-stresové salonní kúry. Nezapomínáme ani na péči o ruce, nehty a nohy, solárium, mechanické lipomasáže (LPG, CELLU M6) a fotoepilaci.

Můžete nám některé popsat podrobněji?

Například LPG – lipomasáž aktivuje štěpení a uvolňování tuků přímo v jádru buňky. Do měsíce zeštíhlíte, zpevní se vám povolená pokožka, zlepší se její elasticita a ustoupí celulitida. Tato masáž je velmi příjemná, během výkonu ani po něm nic nebolí.

A co třeba fotoepilace?

To je epilace prováděná pomocí intenzivního pulzního světla IPL, které je selektivním způsobem absorbováno v dřívku chloupku. Vlasová plocha se zahřeje na cca 70 °C, buňky jsou v ní tepelně zničeny a nakonec vypuzeny z těla. Odstranění tohoto chloupku je trvalé.

