

KATARINO
SPA HOTEL

EXCLUSIVELY
FOR YOU!



www.hotelkatarino.com



The background is a vibrant teal color with a bokeh effect of out-of-focus light spots in various sizes and shades of white and light blue. A wavy, water-like texture is visible across the entire image, creating a sense of movement and depth. In the upper left quadrant, there is a semi-transparent orange rectangular box containing white text.

THE BEST TIME TO RELAX IS
WHEN THERE IS NO TIME...



СПА МЕНЮ

Кристално чист планински въздух, красива природа, лечебна минерална вода, натурални СПА продукти, иновативни технологии и професионална грижа!

Това е Катарино СПА Хотел – мястото за релакс и хармония, за пълноценна почивка, наслада за тялото и хармония за душата!



МАСАЖИ ЦЯЛО ТЯЛО



КЛАСИЧЕСКИ МАСАЖ

Масаж на цяло тяло с умерен натиск за отпускане на мускулатурата и премахване на натрупаната умора

50 мин. / 110 лв.

ДЪЛБОКОТЪКАНЕН МАСАЖ

Масаж на цяло тяло с по-силен натиск и с различни масажни похвати, които отпускат мускулатурата в дълбочина.

45 мин. / 120 лв.

РЕЛАКСИРАЩ АРОМА МАСАЖ СЪС 100% НАТУРАЛНИ ЕТЕРИЧНИ РАСТИТЕЛНИ МАСЛА /По Ваш избор/

Лек, отпускащ масаж на цяло тяло за намаляване на стреса и умствената умора, с комбинация от чисти етерични растителни масла според Вашите нужди.

50 мин. / 110 лв.

ПОДХРАНВАЩ МАСАЖ С БИО МАСЛА ПО ВАШ ИЗБОР (КАКАО, КАРИТЕ ИЛИ КОКОС)

Масаж на цяло тяло с умерен натиск и дълбоко подхранващо действие с натурални БИО масла.

50 мин. / 110 лв.

МАСАЖ С ВУЛКАНИЧНИ КАМЪНИ

Масаж на цяло тяло с топли вулканични камъни и натурални етерични масла за подобряване на енергийния баланс на организма. Намалява стреса и умствената умора.

50 мин. / 115 лв.

АНТИЦЕЛУЛИТЕН МАСАЖ

Масаж на проблемните зони със специфични масажни похвати и използване на специално антицелулитно и скулптуриращо масажно масло.

40 мин. / 95 лв.

МАСАЖ ЗА БРЕМЕННИ

Лек, релаксиращ масаж за отпускане на мускулатурата на гърба и намаляване на чувството на тежест в крайниците в комбинация с чисти растителни масла.

45 мин. / 100 лв.





МИКС МАСАЖИ

ГРЪБ, МАСАЖ НА СКАЛП,
МАСАЖ НА ЛИЦЕ 55 мин. / 120 лв.

ГРЪБ, МАСАЖ НА СКАЛП,
РЕФЛЕКТОРЕН МАСАЖ НА
ХОДИЛА 55 мин. / 120 лв.

ГРЪБ, РЕФЛЕКТОРЕН
МАСАЖ НА ХОДИЛА,
МАСАЖ НА ЛИЦЕ 55 мин. / 120 лв.

УМОРЕНИ КРАКА,
РЕФЛЕКТОРЕН МАСАЖ
НА ХОДИЛА, МАСАЖ НА
СКАЛП 55 мин. / 120 лв.

УМОРЕНИ КРАКА, МАСАЖ
НА ЛИЦЕ, МАСАЖ НА
СКАЛП 55 мин. / 120 лв.

УМОРЕНИ КРАКА, МАСАЖ
НА ЛИЦЕ, РЕФЛЕКТОРЕН
МАСАЖ НА ХОДИЛА 55 мин. / 120 лв.





АЮРВЕДА МАСАЖ

АЮРВЕДА МАСАЖ АБЯНГАМ

Релаксиращ масаж с топло сусамово олио в комбинация с парна баня. Намалява умората и подхранва тъканите, подобрява съня, тонизира мускулите, засилва имунитета, укрепва костите и сменя напрежението.

45 мин. / 99 лв.

АЮРВЕДА МАСАЖ ПАУДЕР

Детоксиращ масаж със затоплено сусамово олио и билков пилинг, целящ почистване на кожата. Подобрява кръвообращението, полезен е при костни и ставни проблеми.

55 мин. / 115 лв.

РЕЛАКСИРАЩ МАСАЖ С БАМБУКОВИ ПРЪЧКИ

Масажът помага за премахване на целулита, интелектуалната и физическа умора, подхранва кожата, тъканите и клетките, ускорява обмяната на веществата /подпомага отслабването/ и подобрява енергийния баланс.

50 мин. / 110 лв.

НОВО! Va - Ya МАСАЖ

Va - Ya масаж комбинира източни и западни масажни техники като акупресура, стречинг и маслен медицински масаж. Тази терапия повлиява благоприятно при блокажи, мускулен дисбаланс, стимулира лимфния и енергиен поток.

60 мин. / 140 лв.





ЧАСТИЧНИ МАСАЖИ

МАСАЖ НА ГРЪБ

Масаж на гръб, рамене и масажна яка за отпускане на мускулатурата и премахване на натрупаната умора.

25 мин. / 70 лв.

УМОРЕНИ КРАКА

Противоотточен, лимфодренажен масаж на краката в комбинация с детоксикиращи етерични масла.

25 мин. / 70 лв.

РЕФЛЕКТОРЕН МАСАЖ НА ХОДИЛАТА

Терапевтичен масаж чрез натиск на зони и точки на ходилата, който намалява напрежението и подобрява функцията на органите и системите в тялото.

25 мин. / 70 лв.

ЙОГА СТРЕЧИНГ МАСАЖ

Възстановяващ масаж, подходящ след спорт, включващ елементи йога и тай масаж

25 мин. / 75 лв.

МАСАЖ НА ЛИЦЕ

Стимулира кръвообращението, насища кожата с кислород, което води до засилени метаболитни процеси и регенериране на кожата.

20 мин. / 65 лв.

МАСАЖ НА СКАЛП

Стимулира кръвоносните съдове и успокоява напрежението в мускулите на главата.

20 мин. / 60 лв.

ВЕНДУЗОТЕРАПИЯ НА ГРЪБ

Вендузите освобождават мускулните сраствания, меките тъкани се отпускат, което помага за по-лесното отделяне на токсините. Терапията стимулира лимфната система и оздравителният процес се ускорява.

30 мин. / 85 лв.

ДЕТСКИ МАСАЖИ

(За деца до 14 г. Масажите се провеждат в присъствието на родител)

ШОКОЛАДОВ МАСАЖ „ MILKY WAY“

Масаж на цяло тяло за тонизиране на детската мускулатура в комбинация със сладкия аромат на БИО масло от какао, съчетан с приятна изненада и широка детска усмивка.

30 мин. / 70 лв.

КОКОСОВ МАСАЖ

Частичен масаж на гръб и крака с БИО масло от кокос, съчетан с прятна изненада и широка детска усмивка.

15 мин. / 60 лв.

ENJOY THE SPA MOMENTS!



АНТИСТРЕС ТЕРАПИЯ С БЛАГОТВОРНО ВЛИЯНИЕ ВЪРХУ МУСКУЛИТЕ

ФЛОТАЦИОННА ВАНА

Флотационна вана с магнезиев сулфат – мощен антистрес ефект и удоволствие от безтегловното плаване.

40 МИН. / 100 ЛВ.

25 МИН. / 80 ЛВ.

СПА РИТУАЛИ

СПА РИТУАЛ „ПРЕЗАРЕЖДАНЕ“

Комбинация от парна баня, ориенталски пилинг „Кесе“, подхранващ масаж на цялото тяло и хидратираща маска за лице.

90 МИН. / 160 ЛВ.

СПА РИТУАЛ „АНТИСТРЕС“

Приятно съчетане от арома вана с лечебна минерална вода, подхранващ масаж на цяло тяло и хидратираща маска за лице).

90 МИН. / 160 ЛВ.

СПА РИТУАЛ „ЕКЗОТИЧНА НАСЛАДА“

Включва кокосов пилинг и подхранващ масаж на цяло тяло с био масло от кокос.

80 МИН. / 150 ЛВ.

СПА РИТУАЛ „ШОКОЛАДОВО ИЗКУШЕНИЕ“

Включва био пилинг от шоколад и подхранващ масаж на цяло тяло с какао. Отличава се със силен детоксикиращ ефект, а кожата става мека и еластична.

80 МИН. / 150 ЛВ.





СПА РИТУАЛА „ОРИЕНТАЛСКА ПРИКАЗКА“

Вълшебно и екзотично изживяване с автентичен ориенталски пилинг „КЕСЕ“, последвано от релаксиращ ароматен пенен масаж с натурален сапун. Завършва с маска от глина върху цялото тяло, богата на минерали.

90 мин. / 165 лв.

ПОДХРАНВАЩ РИТУАЛ

Подхранващ пилинг с мед и кафе, подхранваща маска с етерични масла и подхранващ масаж на цялото тяло.

90 мин. / 165 лв.

РЕЛАКС ЗА ДВАМА

Уникална комбинация, която включва: релаксиращ арома масаж за двама, масаж и маска на лице за НЕЯ и масаж на глава и ходила за НЕГО, релаксация в топла стая със скъпоценни камъни и завършващ ритуал с поднасяне на релаксираща напитка.

90 мин. / 270 лв.

ОРИЕНТАЛСКИ ПИЛИНГ С ПЕНЕН МАСАЖ

Чудесна ориенталска терапия в комбинация с индивидуалана парна баня за отваряне на порите. Следва ексфолиация с копринена ръкавица за премахване на мъртвите клетки. Ритуалът завършва с класически масаж с ароматна пяна от натурален сапун, който подобрява кръвообращението и отпуска мускулите).

55 мин. / 125 лв.

ТАЙНИТЕ НА КЛЕОПАТРА

Древен ритуал, който ще Ви пренесе в Египет. Започва с потопяване в топла вана с мед и мляко. Следва нежно премахване на мъртвите клетки с ексфолиант от кафява захар. Накрая кожата Ви се подхранва с маска, обогатена с натурални етерични масла.

90 мин. / 125 лв.

ТЕРАПИЯ С БЛАГОРОДНИ КАМЪНИ

Изживяване за всички сетива! Енергизиращата терапия с благородни камъни, цветове и аромати за подобряване на енергийния баланс на организма. Неутрализира отрицателните вибрации.

30 мин. / 50 лв.



A serene spa treatment room featuring a large hot tub in the foreground. The hot tub is covered with a white towel and decorated with a lit candle, dried flowers, and a small woven basket. In the background, a stone wall and a wooden cabinet with more towels and candles are visible. The ceiling is made of wooden beams and slats, creating a warm and rustic atmosphere.

LOVE YOURSELF!

STAY POSITIVE!



ДЕТОКС ТЕРАПИИ ЗА ТЯЛО С НАТУРАЛНИ СЪСТАВКИ

ПИЛИНГ С НАТУРАЛНИ СЪСТАВКИ И МАСЛА. 30 мин. / 70 лв.

Детокс, релакс, енергия / по Ваш избор/
Ексфолиация на цялото тяло за здрава и сияйна кожа с мед и кафе, кафява захар или билки, примесени с чисти етерични растителни масла.

ОБВИВАНИЯ С НАТУРАЛНА ПОДХРАНВАЩА
МАСКА И ЕТЕРИЧНИ МАСЛА 30 мин. / 65 лв.

Детокс, релакс, енергия /по Ваш избор/
Нежно обвиване на тялото за красива и подхранена кожа с натурална маска с карите и комбинация от чисти етерични масла.

СЕРАЙЛ БАНЯ 30 мин. / 65 лв.

Самостоятелна апликация на тялото в топла Серайл баня с богата на минерали натурална глина по ваш избор

ХИДРОТЕРАПИЯ ЗА ТЯЛО С МИНЕРАЛНА ВОДА

АРОМАТНИ ВАНИ С ТЕРМАЛНИ СОЛИ
И ЕТЕРИЧНИ МАСЛА 30 мин. / 60 лв.

Детокс, релакс, енергия /по ВАШ избор/
Пълно отпускане на тялото в топла минерална хидромасажна вана и специално подбрана за Вас комбинация от чисти етерични масла. Отпуска мускулите, повишава умствената активност, зарежда с енергия, премахва стреса.

ВИХРОВО-ПЕРЛЕНА ВАНА С ЕТЕРИЧНИ МАСЛА 30 мин. / 70 лв.

ВАНАТА НА КЛЕОПАТРА С КОЗЕ МЛЯКО 30 мин. / 85 лв.





МАСАЖИ ОТ ИЗТОКА



ТАЙ МАСАЖ

Традиционният тайландски масаж се практикува от около 2500 години. Той съчетава практики от индийската аюрведа и традиционната китайска медицина. Класическите масажи от Тайланд използват умело йога пози, масажиране в дълбочина, разтягане и работа върху енергийните линии, за да облекчат напрежението в мускулите и да позволят на жизнената сила и енергия да циркулират свободно в тялото.

обработка се фокусира и целенасочено избраната зона (гръб, крака)	60 мин. / 155 лв.
обработка се цялото тяло и се отделя специално внимание на избрана зона	90 мин. / 199 лв.

ЮМЕЙХО ТЕРАПИЯ

Юмейхо терапията е терапевтичен метод, който се основава на мануални действия, извършвани върху цялото човешко тяло с цел запазване или подобряване на здравето. Мануалните терапевтични действия в рамките на Юмейхо терапията, които се прилагат с цел профилактика или възстановяване, се състоят от:


- техники за лечение на костите и ставите и пасивна гимнастика на ставите;
- практики от акупресурата и рефлексотерапията;
- специални масажни техники и практики;
- стречинг елементи (удължаване и разтягане);
- методики за възстановяването на стойката на тялото, както в статично, така и в активно положение;
- упражнения за подобряване на биомеханиката на двигателния апарат и др.

60 мин. / 175 лв.
90 мин. / 220 лв.

ШИАЦУ МАСАЖ

Древна японска масажна техника за цяло тяло, при която се оказва натиск върху ключови точки, разположение върху енергийните канали (меридиани). Целта е да се отблокира и възстанови нормалната им проходимост, което води до дълбока релаксация на мускулите и повишаване на гъвкавостта. Масажът постига и лечебен ефект, свързан с активизиране на имунната система, регулиране на кръвното налягане, стимулиране на самозащитните сили на организма.

60 мин. / 160 лв.
90 мин. / 225 лв.





КОЗМЕТИЧНИ ТЕРАПИИ ЗА ЛИЦЕ

ХИДРАТИРАЩ РИТУАЛ „СЪРЦЕТО НА ОКЕАНА“ 60 мин. / 115 лв.
Съчетавайки дълбокия хидратиращ ефект на морската вода с детоксикиращото действие на микроелементи и морски соли, тази козметична терапия повишава нивата на хидратация и възвръща блясъка на кожата. Терапията започва с цялостно почистване на лицето и шията и ексфолиация, последвани от релаксиращ мануален масаж. Специфичната алгинатна маска с активен хидратиращ серум насища кожата с хидратиращи и подхранващи активни съставки с морски произход, като я прави гладка, еластична и ослепителна.

ПОЧИСТВАЩ РИТУАЛ ЗА МАЗНА КОЖА 60 мин. / 115 лв.
Съчетанието между ребалансиращи екстракти и алгинатна маска регулира мастната секреция, осигурява дълбоко почистващо действие и намалява възпаленията, като възстановява здравия и блестящ вид на кожата.

SPIRULINE BOOST - СПИРУЛИНА 60 мин. / 125лв.
Детокс терапия за изглаждане и превенция на първите бръчки. Първата изглаждаща терапия, която и противодейства на първите признаци на стареене, свързани с градския начин на живот: замърсяване, умора, стрес. Благодарение на свежата „отлепяща“ се маска със спирулина и морски магнезий, кожата е детоксикирана, фините бръчки са изгладени, а тенът е сияен.

ПРОГРАМА ХИАЛУ - ПРОКОЛАГЕН 60 мин. / 145 лв.
Козметичен „филтър“ за изпълване на бръчките и подмладяване на кожата. Благодарение на мощното съчетание от три вида хиалуронова киселина и морски колаген, тази изключително ефикасна терапия видимо изпълва бръчките и подмладява кожата. Трио от козметични ролери, с които се извършва специфичен масаж по бръчките, играе ролята на „бустер“ за регенерация и видима трансформация на кожата.

ПРОГРАМА СИЛИЦИЙ ЛИФТ 60 мин. / 155 лв.
В основата на иновативната терапия е високоефективен дермостимулиращ масаж с дуо фитнес ролери и специално разработена маска от две части, която лифтира лицевите контури, стяга кожата и възвръща естествения ѝ блясък и тонус. Във формулата на всички продукти е включен комплекс от водорасли, богат на морски силиций и подсилен с витамин С, който активира синтеза на колаген, еластин и хиалуронова киселина, възстановява свежия младежки вид на лицето.

ЛУКСОЗЕН РИТУАЛ EXCERPTION MARINE - „ИЗКЛЮЧИТЕЛНА ГРИЖА“ 60 мин. / 160 лв.
Иновативна морска „лифтинг“ терапия, която предефинира контурите на лицето и възстановява плътността на кожата благодарение на комбинацията от патентования морски комплекс за възстановяване на кожата и ексклузивния лифтинг масаж.







НОВО! FILORGA PROFESSIONAL

Криотерапия и фототерапия с LED светлини за изтриване на следите от времето, комбинираща медицинска практика и удоволствието от истински СПА ритуал. Използва активни съставки, съобразени със специфичните проблеми на кожата и СПА терапии, което води до моментален и траен ефект:

- пилинг без излющване и зачервяване
- криолифт терапия
- фото терапия с LED светлини

Активните съставки: Hydra cryo serum, Light cryo serum, Lift cryo serum, Time cryo serum проникват в дълбочина, благодарение на използваните терапевтични средства, което води до дълбока клетъчна стимулация с траен ефект.

CRYOLED терапията придава гладкост и стягане на лицевия контур, кожата става блестяща, а следите от умора изчезват. Ефектът е видим веднага след терапията. Провежда се с периодика от минимум 5 дни между 2 терапии.

Как протича терапията?

Върху кожата се поставя накрайник, който предизвиква изключително приятно охлаждане до -18°C . Така се постига клетъчна биостимулация чрез вкарване на гел с активни съставки, идентични на мезотерапията в дълбоките слоеве на кожата.

Ефект

Резкият спад на температурата води до мощно свиване и разширяване на кръвоносните съдове, предизвикващ “помпаш” ефект. Снабдява кожата с кислород и подпомага за по-доброто проникване на активните съставки. Кожата се обновява в дълбочина, което гарантира траен ефект, а всички функции на кожните клетки са мощно стимулирани:

- Засилен синтез на колаген и еластин
- Подтиска образуването на нови пигментни петна.
- Успокоява и намалява възпалителните процеси

ТЕРАПИЯ С МОЩЕН ЛИФТИНГ ЕФЕКТ

Терапия за жени в зряла възраст, която цели моделиране на лицевия овал. Подобрява еластичността на кожата, намалява бръчките, а кожата става по-стегната, плътна и блястяща.

60 мин. / 130 лв.

ИНТЕНЗИВНА АНТИБРЪЧКОВА ТЕРАПИЯ

Уникална терапия, която подобрява и хидратира кожата в дълбочина, прави я еластична и жизнена. Подходяща за суха и изтощена кожа.

60 мин. / 130 лв.

МОЩНА ХИДРАТИРАЩА ТЕРАПИЯ

Криотерапия за интензивна хидратация с активни съставки и траен ефект. Терапията подобрява мощно кръвообращението, вследствие на което кожата се снабдява с кислород, активните съставки проникват в дълбочина и предизвикват екстремна хидратация.

60 мин. / 129 лв.

ОКОЛООЧНА ТЕРАПИЯ ПРОТИВ ТЪМНИ КРЪГОВЕ И ТОРБИЧКИ ПОД ОЧИТЕ

Терапия, предизвикваща лимфен дренаж и подобряваща мощно кръвообращението. Ефективна е при всички проблеми, засягащи околоочния контур – тъмни кръгове, торбички под очите и бръчки.

30 мин. / 70 лв.





ТЕРАПИЯ „НОВА КОЖА“ ЗА БЛЯСЪК И РАВЕН ТЕН

60 мин. /115 лв.

Терапия, напълно обновяваща Вашата кожа. Комбинира в себе си „лайт пийл“ и криотерапия с мощни противостареещи агенти.

Подходяща е при:

- Липса на блясък и неравен тен
- Загуба на еластичност на кожата
- Груба и неравна кожа
- При активни пушачи
- При петна след акне
- Бръчки

Това е луксозна криоклетъчна терапия с биоактивни съставки. Тя подобрява мощно циркулацията на кръвта, стимулира клетъчното обновяване, регенерира и стяга.

ПРЕМИУМ ТЕРАПИЯ

90 мин. /160 лв.

Луксозна криоклетъчна терапия в комбинация с биоактивни съставки, идентични на медицинската мезотерапия. Криотерапията осигурява проникването на биопродуктите в дълбочина, което подобрява мощно циркулацията на кръвта, стимулира клетъчното обновяване и стяга кожата. Ефектът е видим веднага след процедурата.

ТЕРАПИЯ „РЕГУЛИРАНЕ НА ХИПЕР – ПИГМЕНТНИ ПЕТНА“

50 мин. / 105 лв.

Кобинацията от LED светлини и Bright peel имат за цел да стимулират производството на колаген и еластин и едновременно с това да подсилят процеса на меланогенеза, виновен за производството на нови пигментни петна, както и да успокои чувствителната кожа.



LED ТЕРАПИЯ

Използват се светлинни вълни, насочени в самата сърцевина на кожата. Те достигат до митохондриите като генерират енергия АТФ*, използвана директно от клетките.

*Аденозинтрифосфат (АТФ) е макроенергична молекула, която се използва за почти всички метаболитни нужди на клетките – производство на протеини, изграждане на мембрани, движение, делене, диференциране и др.

Използват се 4 типа светлини:

- Синя – почиства кожата
- Зелена – премахва пигментацията
- Жълта – успокоява кожата
- Червена – прониква дълбоко в кожата стимулира производството на колаген и еластин.

60 мин. / 110 лв.

ИНТЕНЗИВНА ХИДРАТИРАЩА ТЕРАПИЯ

Уникална терапия, която подобрява и хидратира кожата в дълбочина като едновременно с това възстановява липидите и подхранва епидермиса.

Подходяща е за суха кожа с липса на еластичност и блясък, грапаво усещане и при множество фини линии, поради дехидратация.


35 мин. / 75 лв.

ФИЛОРГА ПИЛИНГ

Ексфолиация на кожата със СПЕЦИАЛНО АДАПТИРАН РАЗТВОР СПОРЕД ВАШИТЕ НУЖДИ: Пилинг без излющване и зачервяване. Придава блясък, свива порите, депигментиращо действие и блокира появата на нови петна.

- LIGHT PEEL фини линии и блясък
- TIME PEEL бръчки Стягане на контура
- BRIGHT PEEL Тъмни петна блясък

30 мин. / 65 лв.



◆
◆
◆
◆
◆
◆

ИНДИВИДУАЛНИ СПА ПАКЕТИ С 10% НАМАЛЕНИЕ

ВКЛЮЧВАТ
МИНИМУМ
5 ПРОЦЕДУРИ
НА ЧОВЕК
(масажи, терапии за лице и тяло)

Пакетът се предплаща в деня
на първата процедура.

XBODY



XBODY е иновативен метод за тренировка и рехабилитация чрез електро-мускулна стимулация на тялото (ЕМС).. ЕМС представлява предизвикване на мускулна контракция чрез електрически импулси. Принципът е приложим за тренировка, рехабилитация и разкрасяване. Импулсите се генерират от апарат и чрез електроди, действат директно върху повърхността на кожата, като предизвикват съкращение на мускулите. Резултатът е подобен на действителното движение на мускулите при полагане на усилие.

ВРЕМЕТРАЕНЕ Само 20 минути са напълно достатъчни за интензивна тренировка на цялото тяло.

ПЕРСОНАЛЕН ТРЕНЬОР Вие сте под постоянното наблюдение на професионален персонален треньор, който ще се грижи за Вашата мотивация и правилното изпълнение на упражненията.

БЕЗ РИСК ОТ КОНТУЗИИ И ТРАВМИ Импулсите достигат директно до мускулите, което предпазва ставите и сухожилията от пренатоварване, както и риска от контузии и травми.

РЕХАБИЛИТАЦИЯ Ако страдате от болки в гърба поради заседнал начин на живот или се възстановявате от контузия, тренировката с ЕМС ще Ви помогне за по-бързо и пълноценно възстановяване.





КРИОТЕРАПИЯ

Криотерапията е вид терапия със студ, при която тялото се охлажда с газ до екстремно ниска температура. За кратко време (1-3 минути) тялото се подлага на температури между -120 и -180 градуса по Целзий. Чувството по време на престоя в криосауната е освежаващо и стимулиращо като студен душ и с множество ползи за тялото.

Провеждането на определен брой процедури криосауна може да спомогне за положителни резултати при следните състояния и цели:

- Възстановяване от спортни и физически натоварвания;
- Стимулиране на метаболизма и ускоряване на отслабването;
- Елиминирание на отоци;
- Стимулиране на имунната система;
- Псориазис;
- Проблеми с кожата като екзема, дерматит или обриви;
- Анти-ейджинг ефект;
- Хормонален дисбаланс;
- Неприятни симптоми на менопауза;
- Баланс на телесната температура;
- Отстраняване на целулит;
- Ревматологични заболявания;
- Ставни и мускулни болки;
- Захарен диабет;
- Спортни травми, изкълчвания и други;
- Следоперативна рехабилитация.

Следните състояния са противопоказания за криотерапия на цялото тяло:

- Бременност;
- Тежка хипертония (BP 180/100);
- Остър или скорошен миокарден инфаркт;
- Нестабилна стенокардия;
- Аритмия;
- Сърдечен пейсмейкър;
- Периферна артериална оклузивна болест;
- Венозна тромбоза;
- Неконтролирани припадъци;
- Синдром на Рейно;
- Треска;
- Кръвоизливи;
- Тежка анемия;
- Клаустрофобия;
- Студова алергия;
- Възраст под 18 години (необходимо е съгласието на родителя за лечение);
- Остри заболявания бъбреци и пикочни пътища;

По време на всяка сесия тялото отделя ендорфини, които ви карат да се чувствате добре и енергични. Ефектите от всяка сесия траят поне 6-8 часа, но като всяка терапия, колкото повече сесии се проведат, толкова по-добри ще са резултатите.

Препоръчваме през първият месец сеансите да са няколко пъти седмично, след което да се ползва при нужда или с разреден график. Постоянната употреба на крио терапията може да удължи ползите за по-дълъг период от време, включително облекчаване на възпалителни процеси в организма. Пациентите, страдащи от болка, ще изпитат облекчение още след първите 2-3 процедури.



СПА ЕТИКЕТ

За да можем да осигурим среда, предразполагаща към цялостно СПА преживяване, молим нашите клиенти да спазват общоприетия СПА етикет.

- На територията на басейна не се допускат деца под 14-годишна възраст без придружител.
- В термалната зона и фитнеса не се допускат деца под 14-годишна възраст.
- На територията на СПА центъра не се допускат гости в нетрезво състояние или под влияние на наркотични или упойващи вещества.
- Термалната зона не се препоръчва за ползване от бременни жени, хора със сърдечно - съдови заболявания или високо кръвно налягане.
- Задължително е преди използване на басейна и СПА съоръженията да си вземете душ.
- В СПА съоръженията се влиза с бански костюм и се използва кърпа за сядане.
- Задължително е на територията на термалната зона да изключите звука на телефоните и другите си мобилни устройства, за да не смущавате спокойствието на другите гости.
- Ако имате нужда от някаква информация или желаете да си запазите час за процедура, моля да се свържете със СПА рецепция.
- Ако желаете да откажете направена резервация за СПА процедура или да смените началния ѝ час, моля да се свържете със СПА рецепция поне 2 часа по - рано!
- На територията на басейна и термалната зона не се допуска внасянето на храна, алкохол и стъклени или порцеланови съдове.
- Любезно Ви молим да не носите ценности и бижута. За Ваше удобство и сигурност може да ги оставите в сейфа на хотелската си стая.






KATARINO
SPA HOTEL

Катарино СПА Хотел *****

 България
Дестинация Разлог и Банско


 Рецепция: +359 893 08 89 80
Резервации: +359 893 08 89 83, +359 893 08 89 84

 e-mail: reservation@hotelkatarino.com

 www.hotelkatarino.com

СПА & УЕЛНЕС ЦЕНТЪР

Работно време:
Зима от 9:00ч. до 21:00ч.
Лято от 8:00ч. до 20:00ч.

 Резервации: +359 893 03 66 10,
вътрешен тел. 1626