

Ważne informacje przed zabiegiem

Dziękujemy za wybór naszych masażu i rytuałów

Aby zabieg był komfortowy i bezpieczny, prosimy o zapoznanie się z poniższymi informacjami. Zajmie to minutę, a pozwoli Państwu w pełni odpocząć.

PRZED WIZYTĄ

- Prosimy o przybycie 5-10 minut przed umówioną godziną. Ten czas jest potrzebny na krótką rozmowę z masażystą.
- Nie zalecamy obfitego posiłku bezpośrednio przed zabiegiem.
- Warto zadbać o nawodnienie organizmu i unikać alkoholu przed wizytą.
- Prosimy poinformować masażystę o schorzeniach, urazach, przebytych operacjach, ciąży, przyjmowanych lekach oraz alergiach. Przed pierwszym zabiegiem wypełniamy wspólnie krótką kartę konsultacyjną.
- Do zabiegu nie trzeba nic ze sobą przynosić. Ręczniki, szlafrok i klapki zapewnia hotel.
- W łazience przy gabinecie znajdują Państwo szafki na rzeczy osobiste oraz prysznic.

PRZECIWWSKAZANIA

Prosimy o kontakt z recepcją przed zabiegiem, jeżeli występuje którakolwiek z poniższych sytuacji:

- gorączka, infekcja lub stan przeziębieniowy
- aktywne stany zapalne organizmu
- świeże urazy, złamania i rany
- choroby skóry w miejscu zabiegu
- zakrzepica i zaawansowane choroby żył
- nieuregulowane choroby układu krążenia
- choroby nowotworowe, bez zgody lekarza
- nadwrażliwość na ciepło — dotyczy masażu kamieniami, świecą oraz zabiegów z borowiną
- ciąża — dobieramy wtedy odpowiednią, bezpieczną technikę

STOSOWANE PREPARATY

Bazą naszych zabiegów jest wysokiej jakości **olej migdałowy**. W zależności od wybranego rytuału stosujemy także masło shea, воск sojowy z olejem konopnym, borowinę polczyńską, sole kąpielowe oraz naturalne olejki: sosnowy, miętowy, z drzewa herbacianego, jałowcowy, eukaliptusowy i imbirowy.

Jeżeli mają Państwo alergię na orzechy, migdały lub składniki kosmetyczne, prosimy o poinformowanie nas **przed rezerwacją**.

W TRAKCIE ZABIEGU

Każdy masaż dostosowujemy do indywidualnych potrzeb. W dowolnym momencie mogą Państwo powiedzieć masażystę o:

- potrzebie zmiany siły nacisku
- zbyt wysokiej lub zbyt niskiej temperaturze preparatów
- obszarach, które wolą Państwo pominąć
- jakimkolwiek dyskomforcie

Nie ma tu złych pytań ani niewygodnych prośb. Komfort Gościa jest ważniejszy niż scenariusz zabiegu.

PO ZABIEGU

- Zapraszamy do strefy relaksu na herbatę. Można w niej zostać do 30 minut po zabiegu.
- Zalecamy wypicie większej ilości wody.

- W miarę możliwości warto unikać intensywnego wysiłku przez kilka godzin.
- Efekty relaksacyjne i rozluźniające mogą utrzymywać się przez resztę dnia.

REZERWACJA I ZMIANY

Zmiana terminu jest bezpłatna, wystarczy dać nam znać. Odwołanie później niż **8 godzin** przed wizytą oraz nieprzyjście wiąże się z opłatą w wysokości 50% ceny zabiegu. Pełny regulamin dostępny jest w recepcji i na stronie hotelu.

Życzymy głębokiego relaksu i przyjemnego pobytu w Hotelu Jurajski Kryształ.