

GROTA SOLNA - WARTO WIEDZIEĆ

Jeśli chcesz w naturalny sposób wzmocnić odporność, podnieść koncentrację, poprawić kondycję, a może wspomóc leczenie wielu schorzeń - zapraszamy do skorzystania z seansu w grocie solnej. Dzięki zastosowaniu różnych form soli morskiej panuje tam specyficzny mikroklimat - wyjątkowe środowisko nasycone cennymi mikroelementami i pierwiastkami śladowymi. U osób, które przebywają w grocie solnej oprócz oddychania zdrowym powietrzem dochodzi również do bezpośredniego kontaktu z solą i wchłaniania ważnych dla naszego organizmu mikroelementów przez skórę.

Ponad to **stapając po soli w białych skarpetach** masujemy istotne dla zdrowia receptory zlokalizowane na stopach. Sesja w grocie przynosi korzyści wszystkim niezależnie od wieku. Mogą z Niej korzystać zarówno kobiety w ciąży, matę dzieci jak i osoby w starszym wieku.

Wyjątkowe właściwości soli zostały odkryte w połowie XIX wieku przez Feliksa Boczkowskiego, lekarza, który sprawował opiekę nad górnikami kopalni soli w Wieliczce.

W trakcie seansów w grocie solnej wykorzystywane są oprócz galoterapii takie metody leczenia jak np.: koloroterapia i muzykoterapia.

WSKAZANIA

Mikroklimat jaskini solnej **w naturalny sposób wspomaga leczenie:**

- chorób dróg oddechowych w tym m.in.: katar sienny, choroby zatok, pylica płuc, astma oskrzelowa, częste przeziębienie, grypy, zapalenie: gardła, krtani, migdałków, oskrzeli i płuc
- schorzeń przewodu pokarmowego, np.: nieżyty żołądka, choroby wrzodowej dwunastnicy i żołądka, zapalenie jelita grubego
- schorzeń dermatologicznych: trądziku, egzemy, łuszczycy, zapaleń skóry, różnego rodzaju alergii i uczuleń.
- schorzeń sercowo - naczyniowych: nadciśnienie, stany pozawałowe, zaburzenia i niewydolność krążenia,
- dysfunkcja wegetatywnego układu nerwowego w tym depresje, nerwice i stres wynikający z przemęczenia, nadpobudliwość i ADHD,
- ponad to nadwaga i otyłość, chrapanie, zmarszczki, cellulit oraz sam procesy starzenia.

PRZECIWSKAZANIA

Osoby cierpiące na poniższe choroby i dolegliwości powinny zasięgnąć opinii lekarza przed wejściem do jaskini solnej na seans: uczulenie na sól, ostra gruźlica, nadczynność tarczycy, zaawansowane choroby nowotworowe, choroby nerek, klaustrofobia.

Seans w grocie solnej - dlaczego warto?

Mikroelementy znajdujące się w powietrzu korzystanie wpływają na płuca oraz zatoki. Seanse zalecane są też wszystkim osobom, które na co dzień mieszkają w dużych aglomeracjach miejskich, w których problemem jest smog. Regularne seanse pozwolą oczyścić górne drogi oddechowe.

Już jeden seans pozwala się skutecznie wyciszyć, uspokoić i zrelaksować, dlatego ta forma odpoczynku jest zalecana osobom zestresowanym, które chcą zadbać o swoją kondycję psychiczną.

W trakcie wypoczynku **przysługuje Państwu** (w cenie pobytu) jeden, **45 minutowy seans** w grocie solnej. Aby umówić, zarezerwować termin prosimy o kontakt z recepcją pod nr tel.: +48 75-61-99-610

Zapraszamy do GROTY SOLNEJ w Rezydencja AQUA.

