

# ספא סופיה - תפריט טיפולים

## טיפול גוף

### שוודי קלאסי

טיפול אירופאי מפנק לשחרור השרירים, הפגת מתחים ושיפור זרימת הדם.

משך הטיפול: 45/60/75 דקות

מחיר: 300/350/400 ש"ח

### רפלקסולוגיה

טיפול לגוף דרך לחיצות בכפות הרגליים לתחושת שחרור, הקלה ורענון. רפלקסולוגיה היא שיטת אבחון וטיפול ברפואה אלטרנטיבית, לפיה קיימת בכף הרגל מפה של כל איברי ומערכות הגוף. באמצעות התבוננות ומגע בכף הרגל, ניתן לאבחן ולטפל בליקויים במערכות הגוף השונות.

משך הטיפול: 30/60/75 דקות

מחיר: 210/300/350 ש"ח

### ראש צוואר כתפיים

טיפול ממוקד פנים, ראש, צוואר וכתפיים לשחרור ממתחי היום יום.

משך הטיפול: 30 דקות

מחיר: 210 ש"ח

### רקמות עמוק

עיסוי רקמות עמוק הוא סוג עיסוי המתמקד בשכבות עמוקות יותר של השרירים ורקמות החיבור. הטיפול מועיל במיוחד לכאבים כרוניים ולכאבים באזורים מכווצים כגון צוואר תפוס וגב עליון, כאבי גב תחתונים, נוקשות שרירים ברגליים, וכתפיים כואבות. הטיפול מעניק תחושה של שחרור והפגת נקודות מתח בגוף.

משך הטיפול: 45/60/75 דקות

מחיר: 320/370/420 ש"ח

### טיפול משולב

העיסוי משלב בתוכו מספר טכניקות כגון: שבדי, רקמות עמוק, מתיחות ושיאצו, בהתאם לצרכים ולרצון המטופל. העיסוי המשולב הינו עיסוי מפנק במיוחד הנעשה באמצעות שמן שקדים חם ונעים. העיסוי מרגיע, משפר את חילוף החומרים בגוף, מאזן וממריץ את מחזור הדם ומפחית מתחים גופניים ונפשיים.

משך הטיפול: 45/60/75 דקות

מחיר: 300/350/400 ש"ח

### טיפול מנטה לבוסט אנרגיה

ממריץ ומרענן, מפיג מתחים, לחצים, חרדה, ועייפות מחזק את מערכת העצבים, מסלק חולשה, מגביר עירנות.

משך הטיפול: 45/60/75 דקות

מחיר: 320/370/420 ש"ח

### טיפול לבנדר ליצירת שלוה ורוגע

לתחושת רוגע עמוקה, מאזן הורמונלי, מרומם מצב רוח, מעניק לחות ורכות לעור ומרגיע. ממריץ את המערכת החיסונית בגוף.

משך הטיפול: 45/60/75 דקות

מחיר: 320/370/420 ש"ח

### טיפול תפוז לחיזוק המערכת החיסונית

מסייע לחזק את המערכת החיסונית שלנו ונלחם בתופעת הרדיקלים החופשיים. הטיפול הוא אנטי דלקתי, אנטי בקטריאלי ואף מסייע להרוג חיידקים שונים.

משך הטיפול: 45/60/75 דקות

מחיר: 320/370/420 ש"ח

### טיפול עשב לימון לחיזוק טונוס השרירים

טיפול מטהר, מרענן, מרגיע ומאזן. הרגעה והקלה עמוקה לשרירים כואבים.

משך הטיפול: 45/60/75 דקות

מחיר: 320/370/420 ש"ח

## טיפול גוף הוליסטיים

## טיפול גוף מרחבי העולם

### שיאצו

אומנות הטיפול מיפן, המשלבת לחיצות לאורך מסלולי האנרגיה בגוף. שיאצו הוא עיסוי המתפעל זרימת אנרגיה בגוף ומעורר את כח הריפוי הטבעי של הגוף. הטיפול נעשה על-גבי מיטת טיפולים בביגוד קל.

משך הטיפול: 45/60/75 דקות

מחיר: 300/350/400 ש"ח

### אבנים חמות

טיפול אינדיאני בשמן, המשלב בין מגע כפות ידיים ואבנים חמות יוצר תחושה נהדרת בגוף ומביא לתוצאות מוכחות בקרב מטופלים רבים. אבני בזלת חמימות משחררות אנרגיה חיובית שמאזנת את הגוף אנרגטית ומביאה לשלווה ולרוגע.

משך הטיפול: 60/75 דקות

מחיר: 370/420 ש"ח

### תאילנדי מסורתי

העיסוי התאילנדי הוא תהליך של מגע אנושי הכולל עיסויים ולחיצות איטיות באזורי רקמות רכות, גידים ושרירים, המבוצעים באמצעות מפרקי המעסה, מתיחות לגמישות הגוף ותרגילים מגוונים להמרצה ואיזון של מחזור הדם. המתיחות והתרגילים כוללים שילובי מגע כוחניים בין רגליו וידיו של המעסה כלפי המטופל.

משך הטיפול: 45/60/75 דקות

מחיר: 300/350/400 ש"ח

### אירוודה

טיפול הודי בשמן שומשום חמים, שיטה של ריפוי הוליסטי המבוסס על המסורת ההודית. סוג עיסוי זה מורכב משני שלבים: הראשון נקרא אביאנגה ובו נמשך שמן רב על כל הגוף שמחמם ומרגיע את השרירים החלק השני נקרא שירודרה, בו מתמקדים במצח ובראש. משמעות המילה אירוודה היא חיים וידע. מטרת הפעולה היא להוביל לאורח חיים בריא ככל הניתן.

משך הטיפול: 75 דקות

מחיר: 420 ש"ח

## שעות פעילות

ראשון עד חמישי בין 09:00 ל- 19:00.

שישי ושבת בין 09:00 ל- 18:00.

\*הכניסה למתחם הספא מגיל 16 ומעלה