

SAUNOVÝ SVĚT AQUAPARKU OLEŠNÁ



- **KRYTÝ AQUAPARK
OLEŠNÁ**
- Moderní zařízení
určené pro
sportovní a relaxační
aktivity
- Provozovatel:
SPORTPLEX Frýdek-Místek, s.r.o.
Na Příkopě 3162, 738 01 Frýdek-Místek
tel: +420 558 631 351
www.sportplex.cz

- Sportplex Frýdek-Místek, Na Příkopě 3162, 738 01 Frýdek-Místek, sportplex@sportplex.cz,
www.sportplex.cz

Co vše **WELLNESS** nabízí



- Finská sauna
 - Turecká parní lázeň
 - Infra kabiny
 - Ochlazovací bazének
 - Sauna bar
 - Odpočívárna
 - Kneippovy lázně
- je možno využít:
- Solárium
 - Masáže a kosmetika po domluvě

- Sportplex Frýdek-Místek, Na Příkopě 3162, 738 01 Frýdek-Místek, sportplex@sportplex.cz, www.sportplex.cz

FINSKÁ SAUNA



- Sauna je původní finské slovo označující malé stavení nebo místnost, která se po vytopení používá jako ohřívárna při saunování. Vnitřní část sauny je velmi dobře izolovaná od okolí a vykládaná dřevem, které působí dobře na psychiku člověka. V sauně jsou saunová kamna, která vyhřívají místnost na teplotu od 60 do 120 °C. Ve finské sauně jsou na kamnech kameny, na které se čas od času nalévá voda, aby vzniklá pára na chvíli zvýšila vlhkost vzduchu. Vlhkost vzduchu v sauně je obvykle relativně malá, několik desítek procent.

- Sportplex Frýdek-Místek, Na Příkopě 3162, 738 01 Frýdek-Místek, sportplex@sportplex.cz, www.sportplex.cz

TURECKÁ PARNÍ LÁZEŇ



- V parní lázni bývá okolo 40 až 50 °C a hodně vlhko (až 100%). Tato kombinace vytváří klima příznivě působící na lidský organismus. V parní lázni se sice výrazně potíte, ale vlhkost vzduchu znemožňuje, aby se pot odpařoval (jak se děje v sauně), a z tohoto důvodu se tělo neochlazuje. Když se tělesná teplota zvedne o stupeň, zvýší se metabolismus - jinými slovy spálíte zhruba o 15 procent víc. Výsledek? V parní lázni můžete zanechat i nějaká ta nadbytečná deka. Parní lázně se dělí podle způsobu používání, designu a rozsahu výbavy na mnoho typů (aroma, turecká, laconium a další). U nás můžete vyzkoušet lázeň tureckou spojenou s aromaterapií.

- Sportplex Frýdek-Místek, Na Příkopě 3162, 738 01 Frýdek-Místek, sportplex@sportplex.cz, www.sportplex.cz

INFRA KABINY



- Infračervené hloubkové teplo už dlouhé roky nachází v medicíně široké využití a setkává se s neomezeným uznáním. Vychutnejte tento pramen zdraví a vitality. Infračervené paprsky jsou neviditelné, dlouhovlnné paprsky z té části světelného spektra, která zabezpečuje přenos tepla. I sluneční tepelné záření se skládá z infračerveného záření, které však nemá nic společného s UV-zářením. Efektivní infračervené sálavé teplo vniká hluboko pod povrch pokožky a spouští mnoho zdraví podporujících procesů. Hloubkové teplo stimuluje svaly a orgány, následkem této stimulace je silné pocení. Teploty od 40 °C do 60 °C v infra kabině jsou velmi příjemné a nezatěžují organismus, ale naopak bezprostředně zapříčiní: posílení zdraví, podpora větší vitality, pročištění a detoxikace organismu, posílení imunitního systému, uvolnění a regenerace, po 30 minutách nádherně svěží, účinné hloubkové teplo, zdravé a příjemné pocení při 40 - 60 °C, velmi dobře snášenlivé vnitřní klima.

- Sportplex Frýdek-Místek, Na Příkopě 3162, 738 01 Frýdek-Místek, sportplex@sportplex.cz, www.sportplex.cz

OCHLAZOVACÍ BAZÉNEK



- Sauna, **ochlazovací bazének** a sprchy, ideální kombinace na uvolnění stresu a únavy.

SAUNA BAR



- Během celého pobytu u nás v saunovém světě, je pro vás připraven sauna bar s výběrem nápojů a drobného občerstvení.

KNEIPPOVY LÁZNĚ



- Masáž chodidel ve speciálním typu lázně - střídání teplé a studené vody spolu s oblázkovým povrchem dotekových částí. Střídavý pohyb začínáme v teplé vodě a po několikerém opakování ukončíme ve studené vodě. Kneippovy lázně jsou příjemným balzámem pro unavené nohy!!!

SOLÁRIUM



- Slunce do prostor Aquaparku přinášíme prostřednictvím solária **LUMINA E-class**
- osvětlená čelní část
- dokonalý tvar a pohodlnost pro zákazníky
- extra široká opalovací plocha
- plynule nastavitelné větrání v oblasti obličeje a těla
- 40 trubic 160W
- 3 x 40 W obličejové zářiče

- Sportplex Frýdek-Místek, Na Příkopě 3162, 738 01 Frýdek-Místek, sportplex@sportplex.cz, www.sportplex.cz

MASÁŽE



- Nabízí Vám:
- **ZDRAVOTNÍ MASÁŽE**
- **SPORTOVNÍ MASÁŽE**
- **BAŇKOVÁNÍ**
- **STROJNÍ A RUČNÍ LYMFODRENÁŽ**
- V případě zájmu o tyto služby volejte na tel: +420 558 638 754 a domluvte si přesný termín návštěvy.

- Sportplex Frýdek-Místek, Na Příkopě 3162, 738 01 Frýdek-Místek, sportplex@sportplex.cz, www.sportplex.cz