

Sanus Per Aquam nad Bałtykiem

Kąpiele w mleku, masaże kamieniami, relaks w saunie czy w grocie pełnej śniegu - to tylko niektóre atrakcje, jakie proponują paniom i panom w każdym wieku ośrodki spa.

•• Pierwotnie Sanus Per Aquam oznaczało leczenie wodą. Dziś spa to miejsce, gdzie można się odmłodzić, schudnąć, pozbyć cellulitu, a także zrelaksować podczas masażu, zabiegu koloroterapii, w jacuzzi, łaźni aroma, przeżyć odnowę nie tylko fizjologiczną, ale także duchową. W regionie zachodniopomorskim ośrodki spa powstają jak grzyby po deszczu. Prawie każdy hotel po tej stronie Wybrzeża oferuje swoim klientom tego rodzaju usługi. Są też samodzielne ośrodki, które specjalizują się w odnowie biologicznej.

- spa jest modne, coraz więcej ludzi chce korzystać z różnorodnych usług, jakie oferują ośrodki, nie dziwnego, że powstaje ich coraz więcej - mówi Małgorzata Szymańska, niezależny konsultant rynku spa. - Oferta ośrodków jest bardzo bogata, bo inne zabiegi zainteresują młodą dziewczynę, a inne dojrzałą kobietę. Nawet mężczyźni znajdą w spa coś dla siebie.

Większość ośrodków oferuje pakiet standardowy (od 20 do 100 zł za wejście, zazwyczaj bez ograniczenia czasowego). Podczas jednej wizyty można skorzystać z kilku rodzajów sauny, jacuzzi, masażów wodnych, zrelaksować się w pomieszczeniach



Masowanie ciała gorącymi kamieniami to jeden z popularniejszych zabiegów w SPA

udających tropikalną plażę, np. na podgrzewanych leżakach pośród palm. Do tego każdy może dokupić zabiegi dodatkowe, które wybiera się w zależności od wieku, płci, upodobań.

Ona, tuż po dwudziestce

Młode dziewczyny nie przychodzą do spa po to, aby pozbyć się zmarszczek. Nie potrzebują komórek, które zlikwidują cellulit. Centra spa stają się coraz popularniejszym sposobem na atrak-

cyjne spędzanie wolnego czasu, relaks, fajną zabawę z przyjaciółkami, a nawet romantyczną randkę.

Poza pakietem podstawowym, który przyda się każdemu, młoda osoba może wybrać typowe zabiegi pielęgnacyjne lub kosmetyczne, takie jak peeling całego ciała (80-150 zł) czy jeden z wielu masażów (od 40 za wybrane części ciała, do nawet 250 za masowanie ciała gorącymi kamieniami). Ok. 100 zł zapłaci za maseczkę na twarz. - Zwy-

kle młodym paniom nakłada się maseczki odżywcze - mówi Szymańska. - To zależy oczywiście od cery, odpowiednie kosmetyki dobiera fachowiec.

Są też salony, które dla młodych klientów wymyślają specjalne promocje. Za ok. 250-350 zł para może liczyć na intymną atmosferę, aromatyczną kąpiel w płatkach róż, masaż dla dwojga, bicze wodne, saunę, szampana i kawior.

Modnym trendem są organizowane w spa wieczory panieńskie czy urodziny. Za 100 zł można zażyć kąpeli błotnej czy popływać w basenie czekoladowym, popijając szampana i zjadając winogrona.

On, tuż przed pięćdziesiątką

Coraz liczniejszą grupę korzystających ze spa stanowią mężczyźni. Jeszcze trzy lata temu było to dwa procent wszystkich klientów. Dziś panowie stanowią już ponad osiem procent. Większość salonów ma dla nich specjalną ofertę. Składają się na nią okłady pod zmęczone komputerem oczy (ok. 100 zł), maseczki przeciwzmarszczkowe, relaksujące albo ujędrniające, masaże kręgosłupa (70-160 zł) - głównie dla tych, którzy dużo czasu spędzają za kierownicą lub przed komputerem. Panowie chętnie korzystają też z zabiegów pielęgnujących dłonie (50-200

zł), czyli masażu z peelingiem, manicure.

Zabawa dla prawdziwych twardzieli to poprawiająca odporność kriomora, w której temperatura wynosi -130 stopni. Jak zapewniają specjaliści ze spa - chętnych do tych zabiegów nie brakuje.

Ona, po czterdziestce

Jako kobieta dojrzała zapewne będzie w spa szukać sposobów na to, aby odjąć sobie lat, poczuć się zdrowszą, piękniejszą, wypoczętą. Zabiegi w spa są najpopularniejsze właśnie wśród pań po 40. Szczególnie te zapracowane i zestresowane znajdą tu relaks i biologiczną odnowę. Panie, które dbają o urodę i młody wygląd wybiorą przede wszystkim zabiegi liftingujące, przeciwzmarszczkowe i odmładzające - nie tylko twarz, ale całe ciało. W uzyskaniu efektów pomogą specjalistyczne urządzenia, takie jak vacu (pomaga pozbyć się cellulitu) czy kapsuły ujędrniające. Te atrakcje są już droższe niż proste zabiegi kosmetyczne: za maseczkę trzeba zapłacić ok. 120 zł, za vacu i kapsuły ok. 200, masaż ujędrniający to wydatek od 100 do 200 zł. Zabieg przeciwzmarszczkom mimicznym to nawet 300 zł.

• ANNA ŁUKASZUK

Spa w Zachodniopomorskiem

•• Eden Beauty Farm
Chudaczewko 1, tel. 059 810 16 23, 502 03 20 83, www.eden.net.pl
•• Hotel SPA Lidia
Darłówek Zachodnie, ul. Dorszowa 3, tel. 094 314 30 38, www.hotel-lidia.pl
•• GEOVITA Morski Instytut SPA & Wellness, Centrum Zdrowia i Rekreacji
Dąbki, ul. Letniskowa 4, tel. 094 314 81 67, www.geovita.pl
•• Hotel Argentyt
Dąbki, ul. Wydymowa 17, tel. 094 314 81 31, www.argentyt.interferie.pl

•• Hotel Senator
Dźwirzyno, ul. Wyzwolenia 35, tel. 094 354 95 00 lub 354 94 00, www.hotelsenator.pl/spa
•• Dom Zdrojowy Diament SPA
Grzybowo, ul. Borkowska 6, tel. 094 355 36 04, www.diament-spa.pl
•• Centrum Zdrowia i Wypoczynku „Król Plaza Spa”
Jarosławiec, ul. Bałtycka 16, tel. 059 810 94 56, www.krolplazaspa.pl
•• Arka Medical SPA
Kołobrzeg, ul. Sułkowskiego 11, tel. 094 352 81 51, www.arka-mega.pl
•• El-Spa Wiesław Krauzowicz

Kołobrzeg, ul. Koralowa 3, tel. 0 94 354 49 43, www.elspa.pl
•• Hotel Leda SPA
Kołobrzeg, ul. Kasprzowicza 23, www.hotelleda.pl
•• Hotel Zdrojowy „Pro Vita”
Kołobrzeg, ul. Tadeusza Kościuszki 15, tel. 094 355 40 00, www.hotel.pro-vita.pl
•• Sand Hotel
Kołobrzeg, ul. Zdrojowa 3, tel. 094 353 41 00, www.sandhotel.pl
•• Villa Tarsis
Kołobrzeg, ul. Koszalińska 70-72, tel. 094 354 32 54, www.tarsis.pl
•• Hotel Erania
Malechowo 4, tel. 091 35 199 77, www.erania.pl

•• Hotel UNITRAL
Mielno, ul. Piastów 6, tel. 094 316 8 100, www.unitral.pl
•• Hotel Amber Baltic
Międzyzdroje, ul. Promenada Gwiazd 1, tel. 091 322 85 00, www.hotel-amber-baltic.pl
•• Pensjonat „Puchacz” Libra & SPA
Niechorze, al. Bursztynowa 64, tel. 091 38 77 380, www.puchacz.com.pl
•• Wy&Spa
Pobierowo, ul. Grunwaldzka 32, tel. 091 384 76 40, www.wyspa.com.pl
•• Baltica Wellness & SPA
Szczecin, ul. Rodła 8, tel. 091 359 44 00, www.spabaltica.pl
•• Evita Spa Klinika Urody

Szczecin - Przecław 96e, tel. 091 852 40 93, www.evitaspa.pl
•• Park Hotel
Szczecin, ul. Plantowa 1, tel. 91 434 00 50, www.parkhotel.szczecin.pl
•• Sunny Day SPA Monika Rutkowska
Szczecin, ul. Stołsława 3/4, tel. 051 222 23 07, www.sunnydayspa.pl
•• Vell Spa
Szczecin, ul. 5 Lipca 16, tel. 0 91 484 25 11, www.vell-spa.pl
•• Europa - SPA
Trzęsacz, ul. Letniskowa 9, tel. (91) 386 27 29, (91) 386 27 29, 692 098 520, www.europa-pl.com
•• Villa Hoff Wellness & SPA
Trzęsacz, ul. Słoneczna 3, tel. 091 387 55 00, www.willahoff.pl