



Warmia Park

Termy Medical

CENNIK ZABIEGÓW REHABILITACYJNYCH



Termy Medical WARMIA PARK**** to zespół obiektów wypoczynkowych, gdzie można spędzić czas według ułożonego przez siebie programu, bądź po przedniej konsultacji ze specjalistą, pod okiem fachowców zadbać o własne zdrowie i urodę. Termy Medical WARMIA PARK**** to kompleks zdrowia, vitalności, piękna oraz sportu przygotowany na najwyższym poziomie. Całość zlokalizowana jest w przepięknym zakątku Warmii i Mazur, na przesmyku między jeziorami Pluszne i Łańskie, z dostępem do brzegów Jeziora Pluszne. Termy położone są w odległości 18 km od Olsztyna – stolicy Warmii i Mazur, na terenie gminy Stawiguda - jednej z najpiękniejszych gmin Pojezierza Olsztyńskiego. Wysokiej klasy kompleks obiektów składa się z 4-gwiazdkowej części hotelowej, centrum rehabilitacji, centrum SPA, restauracji, klubu muzycznego, sal konferencyjnych, centrum sportowego oraz 3-poziomowego Aquaparku. Od początku przyświeca nam starożytna, a zarazem bardzo aktualna idea SPA, czyli kompleksowa pielęgnacja ciała, poprawa samopoczucia oraz

połączenie harmonii z otoczeniem z wykorzystaniem naturalnych mocy leczniczych wody. Proponujemy Państwu pakiety pobytowe, a podczas nich zabiegi hydroterapeutyczne, kąpiele i masaże, zajęcia ruchowe i kontakt z naturą w jej najczystszej formie. Zapraszamy na programy pobytowe, m.in. Pakiet „Mój pierwszy raz” w wersji dla Pań i Panów, na „Egzotyczną podróż SPA”, „SPA na dobry nastrój”, czy na luksusowy Pakiet „Luksus płynie z natury”. Pragniemy również zachęcić Państwa do zadbania o własne zdrowie podczas Pakietu Rehabilitacyjnego.

Specjalną ofertę przygotowaliśmy także dla firm, które w Termach Medical WARMIA PARK**** odnajdą idealne miejsce do zorganizowania szkolenia bądź konferencji w profesjonalnie wyposażonych salach konferencyjnych z chwilą relaksu na zabiegi SPA oraz zabiegi zdrowotne. Zapraszamy do skorzystania z naszych propozycji i spędzenia u nas świąt, weekendów oraz każdej wolnej chwili służącej poprawie zdrowia i samopoczucia.



MEDICAL PARK



Zadbaj o zdrowie i dobre samopoczucie. Odpocznij i zregeneruj siły w TMWP – kompleksie zdrowia, witalności, piękna i sportu. Zapraszamy Państwa na Pakiet Rehabilitacyjny, który został stworzony przez specjalistów w dziedzinie fizjoterapii, zdobywających swoją wiedzę i doświadczenie w ośrodkach zdrowia zarówno w kraju jak i za granicą. Jest to niezwykle pakiet wyróżniający się bogactwem zabiegów zdrowotnych.

Znajdziemy w nim m.in. pełną ofertę elektroterapii, kinezyterapii, zabiegi ciepłolecznictwa, hydroterapii, hydrocycling, kinesiotaping

Pod specjalistyczną opieką fizjoterapeutów odzyskają tu Państwo nie tylko piękno ciała, ale także to, co w życiu najważniejsze – zdrowie.

Przykładowy pakiet rehabilitacyjny

W programie:

- 5 noclegów
- 2 posiłki dziennie – śniadanie w formie bufetu szwedzkiego, obiadokolacja
- 1x vital drink (koktajl ze świeżych owoców)
- konsultacja fizjoterapeutyczna
- 2x hydrocycling – zajęcia na rowerach podwodnych w basenie solankowym
- 2x masaż częściowy kręgosłupa
- 3x ćwiczenia indywidualne „pod okiem” fizjoterapeuty
- kinesiotaping - wykorzystanie plastrów o właściwościach podobnych do ludzkiej skóry, zmniejszających ból i nienaturalne odczucia skóry i mięśni
- 2x Aqua-gimnastyka w basenie solankowym
- okład borowinowy na ekskluzywnej wodnej leżance Soft Pack
- okład fango na ekskluzywnej wodnej leżance Soft Pack
- bicze szkockie
- laser
- ultradźwięki
- elektroterapia
- kąpiel perełkowa w wannie z hydromasażem i koloroterapią
- korzystanie z atrakcji trzypoziomowego Aquaparku, wstęp do solankowego basenu SPA, korzystanie z sauny suchej oraz infrared oraz sali fitness
- opłata klimatyczna, podatek VAT
- 10% zniżki na pozostałe zabiegi w SPA Parku

Zastrzegamy sobie możliwość zmian.

Istnieje możliwość zmiany zabiegu w razie przeciwwskazań do jego wykonania.

Powyższy pakiet jest tylko przykładową propozycją. Każdy uczestnik pakietu, po uprzedniej konsultacji lekarskiej i fizjoterapeutycznej, otrzymuje pakiet zabiegów „na miarę”, dostosowany indywidualnie do własnych potrzeb.

Ceniąc Państwa czas przygotowaliśmy ofertę pakietów „Podróż w czasie”. Pakiety z takim oznaczeniem można będzie realizować w krótszym czasie z zachowaniem całej palety zabiegów.

Pakiety „Podróż w czasie” to minimum czasu & maximum relaksu i zdrowia!



Pakiet rehabilitacyjny możliwy jest do realizacji w ciągu 6, 5 lub 4 dni:

SEZON NISKI – 01.11 – 31.03:

- 6 dni w pokoju 1-osobowym - cena: 2.420,- PLN
- 6 dni w pokoju 2-osobowym - cena: 1.950,- PLN
- 5 dni w pokoju 1-osobowym - cena: 2.104,- PLN
- 5 dni w pokoju 2-osobowym - cena: 1.728,- PLN
- 4 dni w pokoju 1-osobowym - cena: 1.788,- PLN
- 4 dni w pokoju 2-osobowym - cena: 1.504,- PLN

SEZON WYSOKI – 01.04 – 31.10:

- 6 dni w pokoju 1-osobowym - cena: 2.625,- PLN
- 6 dni w pokoju 2-osobowym - cena: 2.150,- PLN
- 5 dni w pokoju 1-osobowym - cena: 2.268,- PLN
- 5 dni w pokoju 2-osobowym - cena: 1.888,- PLN
- 4 dni w pokoju 1-osobowym - cena: 1.908,- PLN
- 4 dni w pokoju 2-osobowym - cena: 1.626,- PLN



Cennik zabiegów rehabilitacyjnych

PROFESJONALNIE

Wykwalifikowani fizjoterapeuci z wieloletnim doświadczeniem przy pomocy urządzeń najnowszej generacji zadbają o Twoje zdrowie.

KOMFORTOWO

W wygodnych gabinetach ekskluzywnego Hotelu czterogwiazdkowego zrelaksujesz się, a my w tym czasie zatroszczymy się o Twoje zdrowie.

W DOGODNYM DLA CIEBIE TERMINIE

To Ty decydujesz kiedy odbędą się Twoje zabiegi.

Fizykoterapia

Jedną z form fizjoterapii i część medycyny fizykalnej, w której na organizm oddziałuje się różnymi bodźcami fizycznymi wytwarzanymi specjalnymi urządzeniami.

Galwanizacja – wykorzystanie prądu stałego w celu zmniejszenia pobudliwości włókien nerwowych - działanie przeciwbólowe, przeciwzapalne, oddziaływanie na naczynia krwionośne powodujące zwiększenie ukrwienia. 18,00

Jontoforeza – jest zabiegiem elektroczniczym, w trakcie którego wykorzystuje się działanie prądu stałego (galwanicznego), który poprzez wprowadzanie do tkanek jonów działa leczniczo na organizm człowieka. 18,00

Diadynamik – prądy zmienne stosowane w celu zmniejszenia lub zwiększenia pobudliwości nerwów i mięśni. Prądy diadynamiczne wykazują działanie przeciwbólowe i przekrwienne. 18,00

Interdyn – prąd średniej częstotliwości. Zabiegi wykonywane przy udziale prądów interferencyjnych są pomocne przy leczeniu m.in. schorzeń mięśni i powięzi, znoszeniu wszelkich mięśnioból, leczeniu zapalenia okołostawowego stawów, łagodzeniu objawów uszkodzenia aparatu więzadłowego, łagodzeniu dyskopatii. 18,00

Tens – przeskórna elektryczna stymulacja nerwów stosowana w zwalczaniu bólu. Głównym celem jest zmniejszenie bólu przez selektywną stymulację nerwów. 18,00



Prądy Kotza (rosyjska stymulacja) – zabieg, który wykorzystuje prąd modulowany średniej częstotliwości, stosowany do stymulacji mięśni zdrowych, nieodnerwionych, osłabionych.	18,00
sEMG i sEMG plus stim – elektromiografia powierzchniowa oraz jej połączenie z dodatkową stymulacją prądową. Obrazowa metoda diagnostyki wybranych mięśni, pozwalająca na ocenę ich stanu oraz ewentualnych patologii.	18,00
Prądy Traeberta – działają silnie bodźcowo; powodują znaczny efekt przeciwbólowy, rozszerzają naczynia krwionośne, dają efekt rozluźnienia.	18,00
Mikroprądy – mikroamperażowa elektryczna stymulacja nerwów, czyli przerywany prąd stały o niskim natężeniu. Stosuje się w celu kontroli bólu ostrego i chronicznego oraz w celu przyspieszenia regeneracji tkanek. Zwiększa tempo gojenia tkanek objętych procesem chorobowym.	18,00
Elektrostymulacja – celem zabiegu jest pobudzenie mięśni do skurczu (mięśnie kurczą się i odpoczywają w rytm płynącego z przerwami prądu). Wykonuje się elektrostymulację mięśni porażonych (z uszkodzonymi nerwami doprowadzającymi impulsy), jako substytut naturalnych pobudeń oraz zdrowych w celu wzmocnienia ich lub poprawy krążenia obwodowego.	18,00
Ultradźwięki – czyli drgania mechaniczne o częstotliwości powyżej progu słyszalności ludzkiego ucha. Leczenie polega na szczególnym oddziaływaniu przeciwbólowym na układ nerwowy, mięśniowy i więzadła poprzez wibracje i masaż łącznotkankowy.	18,00
Fonoforeza – zabieg polega na stosowaniu i wprowadzaniu leków przy pomocy ultradźwięków.	18,00
Laseroterapia – grupa zabiegów terapeutycznych, w których stosuje się lasery medyczne o działaniu m.in. przeciwbólowym, przeciwzapalnym.	18,00
Sonoterapia – łączenie zabiegów elektroterapii i ultradźwięków.	18,00





Kinezyterapia

Kinezyterapia to leczenie ruchem. Kinezyterapia najczęściej stosowana jest w schorzeniach i dysfunkcjach narządu ruchu, w zespołach bólowych kręgosłupa, po udarach mózgu, po zawale serca, w niektórych chorobach układu oddechowego, w chorobach reumatoidalnych, po zabiegach operacyjnych. Kinezyterapię często łączy się z innymi formami leczenia w tym metodami fizjoterapii w celu zwiększenia efektu terapeutycznego.

45min. /30,00

Kinesiotaping

Celem jest wykorzystanie naturalnych procesów samoleczenia organizmu. Polega na wykorzystaniu plastrów o właściwościach podobnych do ludzkiej skóry.

Działanie kinesiotapingu polega na zmniejszaniu bólu i nienaturalnych odczuć skóry i mięśni, aktywacji systemu limfatycznego - usuwa zastoje i obrzęki limfatyczne, wpływa na funkcje mięśni (zmniejsza napięcia), zwiększa napięcia, normalizuje napięcia, poprawia mikrokrążenie.

20,00

Światłolecznictwo – leczenie światłem

Terapia Światłem spolaryzowanym może w sposób naturalny wzmacniać regeneracyjne i utrzymujące równowagę zdolności organizmu, przez co pomaga organizmowi wyzwać jego własny potencjał leczniczy. Po dojściu do tkanek energia światła wspomaga proces biostymulacji, (co oznacza, że w pozytywny sposób stymuluje różnorodne procesy biologiczne w organizmie a tym samym wzmacnia funkcje organizmu).

18,00

HydroCycling

Nowość

HydroCycling to forma zajęć o charakterze wytrzymałościowym realizowana w wodzie na specjalnych rowerach. Grupie ćwiczących towarzyszy dynamiczna muzyka, która wzmacnia motywację ćwiczących do treningu.

40,00



Hydroterapia

Metoda leczenia bodźcowego polegająca na zewnętrznym stosowaniu wody o różnych postaciach: ciekłej, stałej lub gazowej. Podstawę leczniczego działania stanowi odpowiednia temperatura lub ciśnienie wody użytej odpowiednio do danej terapii.

Bicze szkockie – wykonuje się je skupionym bądź wachlarzowatym strumieniem wody, stosując na zmianę natrysk deszczowy i kolczasty. Bicze szkockie zalecane są w chorobach stawów pochodzenia niezapalnego. Przeciwwskazaniem jest między innymi miażdżyca tętnic, nadciśnienie tętnicze, podeszły wiek. **15min./30,00 30min./50,00**

Kąpiele częściowe i całościowe – łączą one wysoką efektywność leczniczą masażu wodnego z przyjemnymi wrażeniami estetycznymi, relaksem i poprawą samopoczucia. Efektem działania automatycznego masażu podwodnego jest regulacja ciśnienia krwi i przemiany materii, zmniejszenie napięcia mięśni i lepszy nastrój. **60,00**

Balneologia

Okład borowinowy – zabiegi z użyciem ogrzanych borowin stosowane są w przypadku pacjentów cierpiących na chroniczne dolegliwości reumatyczne, do łagodzenia dyskomfortu menstruacyjnego, jako środek usprawniający ukrwienie oraz przy schorzeniach przewodu pokarmowego. Ciepłe zabiegi z zastosowaniem borowin mogą być stosowane także w celu odprężenia oraz jako specjalne przygotowanie do mających nastąpić sportowych aktywności. **130,00**

Okład fango – fango wydobywane jest z naturalnych źródeł termicznych (łboto ze składnikami mineralnymi). Okład ma działanie pobudzające układ krwionośny oraz usprawniające układu odpornościowego. Rozluźnia napięte mięśnie. Łagodzi ból. Zabieg ten poprawia ogólne samopoczucie. **130,00**

Masaże

Masaż częściowy kręgosłupa – półgodzinny **70,00**

Masaż klasyczny całościowy – klasyczny masaż całego ciała stymuluje cyrkulację, łagodzi napięcia, daje całkowite odprężenie. Wywiera pośredni i bezpośredni wpływ na organizm, leczycza a zarazem zapobiega wielu chorobom. Dobroczynnie działa na ciało i psychikę. **160,00**







Termy Medical WARMIA PARK**** to zespół obiektów wypoczynkowych, gdzie można spędzić czas według ułożonego przez siebie programu, bądź po przedniej konsultacji ze specjalistą, pod okiem fachowców zadbać o własne zdrowie i urodę. Termy Medical WARMIA PARK**** to kompleks zdrowia, witalności, piękna oraz sportu przygotowany na najwyższym poziomie. Całość zlokalizowana jest w przepięknym zakątku Warmii i Mazur, na przesmyku między jeziorami Pluszne i Łańskie, z dostępem do brzegów Jeziora Pluszne. Termy położone są w odległości 18 km od Olsztyna – stolicy Warmii i Mazur, na terenie gminy Stawiguda - jednej z najpiękniejszych gmin Pojezierza Olsztyńskiego. Wysokiej klasy kompleks obiektów składa się z 4-gwiazdkowej części hotelowej, centrum rehabilitacji, centrum SPA, restauracji, klubu muzycznego, sal konferencyjnych, centrum sportowego oraz 3-poziomowego Aquaparku. Od początku przyświeca nam starożytna, a zarazem bardzo aktualna idea SPA, czyli kompleksowa pielęgnacja ciała, poprawa samopoczucia oraz

połączenie harmonii z otoczeniem z wykorzystaniem naturalnych mocy leczniczych wody. Proponujemy Państwu pakiety pobytowe, a podczas nich zabiegi hydroterapeutyczne, kąpiele i masaże, zajęcia ruchowe i kontakt z naturą w jej najczystszej formie. Zapraszamy na programy pobytowe, m.in. Pakiet „Mój pierwszy raz” w wersji dla Pań i Panów, na „Egzotyczną podróż SPA”, „SPA na dobry nastrój”, czy na luksusowy Pakiet „Luksus płynie z natury”. Pragniemy również zachęcić Państwa do zadbania o własne zdrowie podczas Pakietu Rehabilitacyjnego.

Specjalną ofertę przygotowaliśmy także dla firm, które w Termach Medical WARMIA PARK**** odnajdą idealne miejsce do zorganizowania szkolenia bądź konferencji w profesjonalnie wyposażonych salach konferencyjnych z chwilą relaksu na zabiegach SPA oraz zabiegach zdrowotne. Zapraszamy do skorzystania z naszych propozycji i spędzenia u nas świąt, weekendów oraz każdej wolnej chwili służącej poprawie zdrowia i samopoczucia.







Termy Medical
WARMIA PARK
11-034 Pluski 91
gm. Stawiguda
tel. (+48 89) 519-53-00
fax (+48 89) 519-53-03
e-mail: termymedical@warmiapark.pl
www.warmiapark.pl