

REFLEXNÁ MASÁŽ CHODIDIEL

RELAX FOOT MASSAGE

Reflexná masáž chodidiel využíva tlak a masáž reflexných bodov a zón na chodidle. Pri tejto masáži si dokonale oddýchnete, masáž nôh udržiava psychickú rovnováhu, zlepšuje krvný obeh a znižuje krvný tlak, pomáha pri depresii a úzkostných stavoch a zlepšuje kvalitu spánku. Reflexná masáž chodidiel je vhodná pre každého, kto si potrebuje oddýchnuť po ťažkom a namáhavom dni.

Reflex foot massage uses pressure and massage of reflex points and zones on the foot. This massage promotes relaxation, maintains mental balance, improves blood circulation, lowers blood pressure, helps with depression and anxiety, and improves sleep quality.

30 min

28 €

PEELING, MASÁŽ A ZÁBAL CHODIDIEL

PEELING, MASSAGE, AND FOOT WRAP

Peeling na nohy s prírodnými peelingovými zrnčkami jemne čistí, vyhladzuje, revitalizuje zrohovatenú a stvrdnutú kožu chodidiel a pät a odstraňuje odumreté bunky. Masáž chodidiel zrelaxuje nielen nohy, ale aj celé telo, zlepši sa cirkulácia krvi a tým sa zrýchli obnova buniek v organizme.

Foot peeling with natural granules gently cleans, smoothens, revitalizes cornified and hardened skin, and removes dead cells. Foot massage relaxes not only the legs but the whole body, improving blood circulation and speeding up cell regeneration.

50 min

42 €

LIEČIVÁ TERAPIA TEPLOM

HEALING HEAT THERAPY

Masáž s lávovými kameňmi
Massages with Lava Stones

Masáž s lávovými kameňmi je veľmi príjemná a neobyčajná metóda, ktorá pomáha harmonizovať ľudské telo. Horúce lávové kamene svojim hladkým povrchom prenášajú a odovzdávajú tepelnú energiu svoju vlastnú i energiu maséra do ľudského tela. Táto masáž umožňuje neopísateľne príjemnú a hlbokú relaxáciu, čím sa dosiahne harmónia medzi telom a dušou.

Massage with lava stones harmonizes the human body. The smooth, hot lava stones transfer their heat energy and the masseur's energy to the body, providing indescribably pleasant and deep relaxation, achieving harmony between body and soul.

60 min (nohy, chrbát a šija / legs, back, and neck)

50 €

PARAFÍNOVÝ ZÁBAL

PARAFFIN WRAP

Parafínový zábal je neodmysliteľnou súčasťou termoterapie, pôsobí ako mini sauna a vďaka tomu dochádza k prekrveniu a stimulácii tkaniva. Uvoľňuje stuhnuté svaly a kŕče, tiši chronickú bolesť a zlepšuje krvný obeh.

The paraffin wrap acts like a mini sauna, improving blood circulation and tissue stimulation. It relaxes stiff muscles and spasms, soothes chronic pain, and improves blood circulation.

25 min (chrbát / back)

24 €

RAŠELINOVÝ ZÁBAL

PEAT WRAP

Rašelinový zábal je 100% prírodný produkt, ktorý obsahuje množstvo minerálov, stopových prvkov a pre pokožku priaznivých huminových látok, ktoré sú doslova elixírom pre ľudský organizmus. Rašelinu môžeme kludne nazvať aj pokladom. Dokáže predávať teplo 7x dlhšie ako voda a v spojení s rašelinovým nosičom tepla vyžaruje nahromadenú energiu pomaly a nehozí tak termoošok.

The peat wrap is a 100% natural product rich in minerals, trace elements, and skin-friendly humic substances. Acting as a treasure for the body, peat sells heat seven times longer than water. In combination with the peat heat carrier, it emits accumulated energy slowly, avoiding the risk of thermal shock.

25 min (chrbát / back)

22 €



MONTFORT

Hotel Montfort Tatry ****

Tatranská Javorina 27, 059 56 Tatranská Javorina

tel.: +421 52/789 56 22

e-mail: info@hotelmontfort.sk

www.hotelmontfort.sk



MONTFORT

MASÁŽE / MESSAGES

Uvoľnite svoje telo a myseľ a nechajte sa rozmaznávať, zverte sa do rúk našich masérov, aby vaše telo zbavili napätia, upokojili vašu myseľ a aby ste odchádzali od nás oddýchnutí a naplnení pozitívnou energiou.

Relax your body and mind, and let yourself be pampered. Entrust yourself to the hands of our masseurs to relieve your body of tension, calm your mind, and leave feeling relaxed and filled with positive energy.

VIP MASÁŽ „MONTFORT“

VIP MASSAGE „MONTFORT“

Ak túžite po maximálnom relaxe a uvoľnení, táto masáž je pre vás tá najvhodnejšia. Celé vaše telo bude vymasírované rukami našich profesionálnych masérov, vaše svaly sa dokonale uvoľnia, myseľ si odpočinie a zabudnete na každodenný stres. Načerpáte pozitívnu energiu a naberiete novú silu. Táto klasická masáž sa zameria na každý jeden bod vášho tela, od chodidiel až po hlavu, z jednej aj druhej strany.

For maximum relaxation, this massage covers your whole body. Professional masseurs focus on every single point, from feet to head, ensuring perfect muscle relaxation, mental rest, and a release from everyday stress.

90 min

76 €

KLASICKÁ MASÁŽ CLASSICAL MASSAGE

Klasická masáž je základom všetkých masáží, blahodárne pôsobí proti stresu a únave. Má mimoriadny význam pri liečbe, doliečovaní a celkovo zvyšuje obranyschopnosť človeka voči vonkajším vplyvom. Zlepšuje prekrvenie pokožky, podkožia a pomáha uvoľňovať stuhnuté a bolestivé svaly a fascie.

Classic massage is the foundation of all massages, offering a beneficial effect against stress and fatigue. It is particularly important in treatment and remedial care, increasing a person's defense against external influences. This massage improves blood circulation in the skin and subcutaneous tissue, helping to relax stiff and painful muscles and fascia.

25 min (chrbát a šija / back and neck)	28 €
--	------

50 min (nohy, chrbát a šija / legs, back, and neck)	48 €
---	------

RELAXAČNÁ MASÁŽ RELAXATION MASSAGE

Jemná, uvoľňujúca relaxačná masáž vo vás vzbudí všetky zmysly a vyvolá pocit pokoja a pohody. Na rozdiel od klasickej masáže je táto masáž jemnejšia a je vhodná pri bolestiach chrbta a celého tela, ktoré vznikajú každodenným preťažovaním a stresom. Masáž vyvolá celkové uvoľnenie a hlbkú relaxáciu. Liečivá energia dotyku rúk stimuluje alebo uvoľňuje svaly. Pri tejto masáži si môžete vybrať aromatický olej Med a Mlieko, Cokoláda alebo Čierne hrozno.

A gentle, relaxing massage that awakens all your senses and induces a feeling of peace and well-being. Unlike a classic massage, this is gentler and suitable for back and whole-body pain caused by everyday overload and stress. The massage induces total relaxation and deep relaxation. You can choose the aromatic oil: Honey and Milk, Chocolate, or Black Grape.

25 min	28 €
--------	------

50 min	48 €
--------	------

AROMATERAPEUTICKÁ MASÁŽ AROMATHERAPY MASSAGES

Aromaterapeutická masáž je masážna terapia, pri ktorej sa do masážneho oleja pridávajú vysoko koncentrované éterické oleje, tzv. silice, ktoré cez pokožku prenikajú do organizmu a pomáhajú odstraňovať ťažkosti. Je to jemná, ale efektívna metóda na povzbudenie a posilnenie mysle, tela i duše. Masáž prekrvuje pokožku, podporuje cirkuláciu krvi a lymfy a taktiež podporuje aj imunitu.

Aromatherapy massage incorporates highly concentrated essential oils into the massage oil, penetrating the body through the skin to eliminate problems. It encourages and strengthens the mind, body, and soul, supporting blood and lymph circulation and enhancing immunity.

Imunita (citrón, eukalyptus, tea tree, tymián)
Immunity (lemon, eucalyptus, tea tree, thyme)

Nálada a povzbudenie (bazalka, borievka, mäta, limetka, grapefruit) / Mood and encouragement (basil, juniper, mint, lime, grapefruit)

Uvoľnenie a relax (bergamot, pomaranč, levanduľa, ylang ylang) / Relaxation and relaxation (bergamot, orange, lavender, ylang-ylang)

25 min	32 €
--------	------

50 min	56 €
--------	------

RELAXAČNÁ MASÁŽ S BOROVICOVÝM OLEJOM A INFRALAMPOU RELAXATION MASSAGE WITH PINE OIL AND INFRARED LAMP

Infračervené lúče prenikajú hlbšie do pokožky, pričom tieto miesta účinne prehrievajú a vďaka tomu rozširujú cievy, čím sa zvyšuje prietok krvi a zlepšuje sa celkové prekrvenie organizmu. To má vplyv aj na látkovú premenu a dochádza k zrýchleniu metabolizmu a odstraňovaniu škodlivín v bunkách. Liečivé účinky borovicového oleja nám cez otvorené póry v pokožke lepšie preniknú do tela a jemná relaxačná masáž vyvolá celkové uvoľnenie a relaxáciu.

Infrared rays penetrate deeper into the skin, effectively overheating specific areas and expanding blood vessels, increasing blood flow and overall blood circulation. This has a positive impact on metabolism, accelerating the removal of harmful substances from cells. Pine oil's medicinal effects penetrate the body through open pores, inducing general relaxation and relaxation.

40 min (chrbát a šija / back and neck)	38 €
--	------

ŠKORICOVÁ MASÁŽ SO ZÁBALOM CINNAMON MASSAGE WITH WRAP

Jemná, uvoľňujúca masáž so škoricovým olejom v kombinácii so škoricovým zábalom. Škorica je účinná v boji proti zime, chladu a večne zamrznutých ľuďí, ideálna po lyžovačke alebo počas chladných a sychravých dní. Masáž prehreje pokožku a tkanivo a zábal uvoľní krčie a svalové napätie, zlepši kľbovú pohyblivosť a zmierni bolesť. Škorica pôsobí silne dezinfekčne a v neposlednom rade je efektívnym pomocníkom proti celulitíde a taktiež pôsobí ako afrodisiakum.

A gentle, relaxing massage with cinnamon oil combined with a cinnamon wrap. Cinnamon is effective against winter, cold, and muscle tension. Ideal after skiing or during cold and dry days, the massage warms the skin and tissue, relieving spasms and improving joint mobility. Cinnamon has a strong disinfectant effect and acts as an aphrodisiac.

Upozornenie: po aplikácii je vhodné sa min. 6 hodín nespričovať, zvýšiť príjem tekutín a 48 hodín sa neopaľovať na priamom slnku ani v soláriu. Neodporúča sa v tehotenstve, počas dojčenia, pri vysokom krvnom tlaku, pri epilepsii a pred spaním.

Warning: After application, avoid showering for at least 6 hours, increase fluid intake, and avoid direct sunlight or tanning for 48 hours. Not recommended during pregnancy, breastfeeding, high blood pressure, epilepsy, or before bedtime.

90 min (nohy, chrbát a šija / legs, back, and neck)	69 €
---	------

OHŇIVÁ MASÁŽ FIRE MASSAGE

Massage Candle alebo masáž sviečkou je originálna masážna technika, ktorá má vysoko relaxačný účinok. Masér zapáli špeciálnu sviečku a roztopený olej vám nanesie na pokožku a jemne vmasíruje. Pôsobí na pokožku jemne, jemnosť, jemnosť a vláčnosť. Táto masáž dokonale poteší všetky vaše zmysly. Môžete sa tešiť na skutočný zmyslový aromaterapeutický zážitok.

Massage Candle or candle massage is an original technique with a highly relaxing effect. The masseur lights a special candle, applies the melted oil to your skin, and gently massages it in. The skin becomes soft, supple, and indulgent, offering a real sensory aromatherapy experience.

50 min (nohy, chrbát a šija / legs, back, and neck)	58 €
---	------

MASÁŽ + (PARAFÍN ALEBO RAŠELINA) MASÁŽ+ (PARAFFIN OR PEAT)

Tepelná rašelinová alebo parafínová terapia - kombinácia klasickej masáže chrbta s blahodárnymi účinkami rašelinového alebo parafínového zábalu. Prekrvuje organizmus, zmiernuje bolesti v svaloch a kĺboch a uvoľňuje svalové napätie. Je to účinný spôsob na uvoľnenie stresu každodenných dní.

Thermal peat or paraffin therapy combines a classic back massage with the soothing effects of a peat or paraffin wrap. It perfuses the body, relieves pain in muscles and joints, and eases muscle tension, providing an effective way to relieve the stress of everyday life.

50 min (chrbát a šija / back and neck)	48 €
--	------