

Danubius Health Spa Resort Margitsziget és Danubius Grand Hotel Margitsziget****



Wellness Traditional Balneo Plus

A Margit-szigeti termálfürdő legértékesebb kincse a termálvíz, melynek forrását 1866-ban fedeztek fel egy kútfúrás során. A víz 70°C-os hőmérsékleten tör elő a mélyből, ám a hotel hidroterápiás egységeibe 34°C, 36°C és 40°C-os hőmérsékletűre hűlve, ám aktív hatóanyagait 100%-ig megtartva érkezik. A Margit-szigeti termálvíz, melynek gyógyító hatása több évtizede jól ismert, különösen sikeres a mozgásszervi megbetegedések, izom- és bizonyos idegrendszeri bántalmak, valamint perifériás keringési zavarok kezelésében. A termálvizes fürdők tökéletes kikapcsolódási lehetőséget nyújtanak a felgyülemllett feszültség levezetésére is.

A 10 napos csomagunk tartalmazza

- **Transzfer (repülőtér-szálloda-repülőtér)** bármely érkezési és indulási időben.
- **Szállás a híres Margit-szigeti szállodákban, a Danubius Health Spa Resort Margitsziget és a Danubius Grand Hotel Margitsziget Hotelekben.** Ezt a 120 esztendőes épületet 1987-ben újították fel, megőrizve természetesen az egykori külsejének ragyogását. Ám belül a vendégek a legmodernebb környezetet találják. A két szállodát összekötő Termálfürdő részlegnek köszönhetően mindkét hotel magas színvonalú egészségügyi szolgáltatást kínál.
- **Reggeli+vacsora** a Platán étteremben svédasztalos kiszolgálással, vagy a legrégebbi és méltán az egyik leghíresebb Margit-szigeti étteremben, a Széchenyi étteremben.
- **SPA és Wellness kezelések:** A Danubius balneo hotelek egészségügyi szolgáltatásait a természetes, termál kutakból nyert helyi gyógyvizeket felhasználva fejlesztették ki. Ezeket a szolgáltatásokat a balneo hotelek vendégei a hotel egészségügyi komplexumában vehetik igénybe. Itt állandó orvosi felügyelet mellett vendégeink teljes körű fizioterápiában részesülhetnek, beleértve a balneo-, hidro- és elektroterápiát, fizioterápiás gyakorlatokat és különféle masszázsokat. A konzultáció alapján az orvos személyre szabottan tízféle kezelési programot állít össze:
 1. **Balneoterápia – Szénsavas fürdő (hagyományos vízzel)-** A szénsavas fürdők 32-34 Celsius fokos hőmérsékletű csapvízzel vannak feltöltve, melyet mesterségesen töltenek fel széndioxiddal (hasonlóan a szódavízhez). Ebben a fürdőben 10-20 perces fürdőzés történik, miközben a gázbuborékok végiggördülnek a testén, és a széndioxid gáz a bőrön keresztül felszívódik. Ennek koncentráció növekedése a szívizom jobb kontrakciójához és a vérkeringés fokozódásához vezet, és ezáltal csökken a szívterhelő stressz. A pezsgőfürdő kellemes nyugtató hatásának köszönhetően kiváló pihenést és kikapcsolódást biztosít.

2. **Hidroterápia** – Ez a program egyedi 35-37 fokos termálvízben történik, mely vízalatti hullámokkal és örvényekkel szolgál relaxáló masszázsként. Jótékony hatásai között szerepel a vérkeringés javítása, a merev izmok és kötött ízületek ellazítása.
3. **Fizioterápia** (maximum 4 terápiás masszázs 20 percen át) Az orvosi vizsgálat diagnózisának megfelelően, csak az orvos által megjelölt területen végezzük a masszázst, melynek célja ebben az esetben is a vérkeringés javítása, az izomfeszesség oldása, az ízületek mozgékonyságának javítása.
4. **Elektroterápia** – Ez a módszer azon alapul, hogy megszüntethető a testben jelentkező fájdalom és fájdalom impulzusok kis mennyiségű elektromos áraműtésekkel. A folyamatos vagy hullámokban érkező áram egy generátorból elektromos pulzusokban érkezik, és elektródák segítségével és az áram a bőrön áthatolva eléri az idegeket. Az elektrostimuláció hagyományos technikájával az elektródák közvetlenül a problémás területen fejtik ki hatásukat. A TENS módszer különösen hatékony a nyaki fájdalmak és fejfájás csillapítására, de baleseti sérülést követő fájdalmak enyhítésére, illetve gerincbetegségek esetén.
5. **Iszap pakolás (20 perc)** A Danubius Spa Hotelek iszapkezeléséhez használt iszap Magyarországon a geotermikus hévízi tóból származik. A termál vizekben nyert üledékből származó iszap jótékony baktériumokban gazdag, melyek biológiailag aktív összetevőkkel és egyedülálló biokémiai jellemzőkkel rendelkeznek. Először is fontos kiemelni a termál hatását: az iszap tökéletes hőtároló és négyszer lassabban adja le a hőt, mint a víz, másodszer a bőrön keresztülhatolva a kén és az ásványi összetevők hatására az izmok és az inak ellazulnak, a görcsök feloldódnak. Általános alkalmazásakor 5 cm rétegben helyezik fel az iszapot a testre, kivéve a fejet, nyakat és szív környéki területet. Az iszappakolás hőmérséklete 40-45 Celsius fok, és akár 60 kg is lehet a teljes testre felvitt iszap súlya. A testet ezután száraz lepedőbe csavarják. 20 perc után az iszapot lemosják, ami után egy 15 perces száraz pakolás következhet. A kezelés enyhíti az ízületi duzzanatokat, az izomfeszülést, illetve a porcok, kötőszövetek és a porckorongok jobb tápanyagellátásához vezet. Ezen kívül erősíti a szervezet gyulladáscsökkentő és immunfolyamatait.
6. **Oxigén terápia (inhaláció, 60 perc)** A levegőpermet inhaláció során hasonló eljárást alkalmazunk, mint a saline inhaláció esetében. Annyi a különbség, hogy gyógyászati anyagokat adunk a hagyományos vagy akár az ásványvízhez, és ezáltal az ilyen permet belélegzése még inkább erősíti az eljárás terápiás hatását. A permetezett gyógyászati anyagok közvetlenül a légző rendszerbe és a tüdőbe kerülnek, elősegítve a nyálkahártya sejtjeinek tisztítását. Az inhaláció kiválóan alkalmas az ismétlődő légzőszervi betegségek, asztma, allergiák, okozta krónikus betegségek kezelésére.

W!ZZ Air közvetlen járat Asztana és Budapest között

10 éjszaka

Terápiás csomag

| péntek | Asztana | Budapest |
|-----------------------|-----------------|-----------------|
| indulási-érkezési idő | 02:00 | 03:35 |
| vasárnap | Budapest | Asztana |
| indulási-érkezési idő | 12:20 | 21:35 |

Árainkról érdeklődjön az alábbi e-mail címen: info@medicellhungary.eu