Парк-отель «Песочная Бухта» предлагает своим Гостям уютный и комфортный СПА-комплекс:

Для очищения и детоксикации подойдет посещение хаммама, финской сауны. Душ впечатлений, купель, обтирание льдом, позволит испытать новые эмоции, дорожка Кнейпа окажет оздоравливающую и рефлексостимулирующую терапию. Тонизирующий и расслабляющий эффект подарит уникальная гидромассажная ванная. Окунитесь в мир спокойствия и гармонии.

**ДОРОЖКА КНЕЙПА** - представляет собой водяную дорожку, состоящую из небольших ванночек, с контрастной — холодной (10-12 градусов) и горячей(30-40 градусов) водой.

Это прекрасная оздоравливающая и рефлексостимулирующая терапия.

**КУПЕЛЬ -** рекомендуется посещать после сауны и хамам**,** активизирует защитные системы организма, оказывает закаливающий эффект, снимает усталость, помогает снять напряжение, повышает жизненный тонус и дарит бодрость духа.

**Финская сауна -** температура воздуха доходит до 70-1000С, разница температур в зонах пола и потолка составляет 600С, относительная влажность - в пределах 10-15 %.

**Обтирание льдом -** очень полезно для здоровья, особенно после посещения сауны, повышается тонус кожи, клетки эпидермиса быстрее обновляются, снимает любой стресс и чувство беспокойства.

**ХАМMАМ - т**емпература внутри хаммама колеблется от 30-550С, влажный пар от 70 до 100%**, о**чищает организм от вредных веществ и шлаков, снимает усталость.

**Душ Туман -** с мелкодисперсной подачей воды, как облако падающей сверху. Отличный способ охладиться поле сауны или хаммама!

**Гидромассажная ванна**

Это уникальная процедура, основанная на целебном воздействии воды, пузырьков воздуха и мягкого давления на ткани человеческого тела.

Гидромассажные ванны могут стать настоящим спасением при заболеваниях нервной системы, опорно-двигательного аппарата, сильной усталости или стрессе. Они прекрасно тонизируют кожу, расслабляют, успокаивают.

Предлагаются услуги фитобара.

Услуги массажистов.