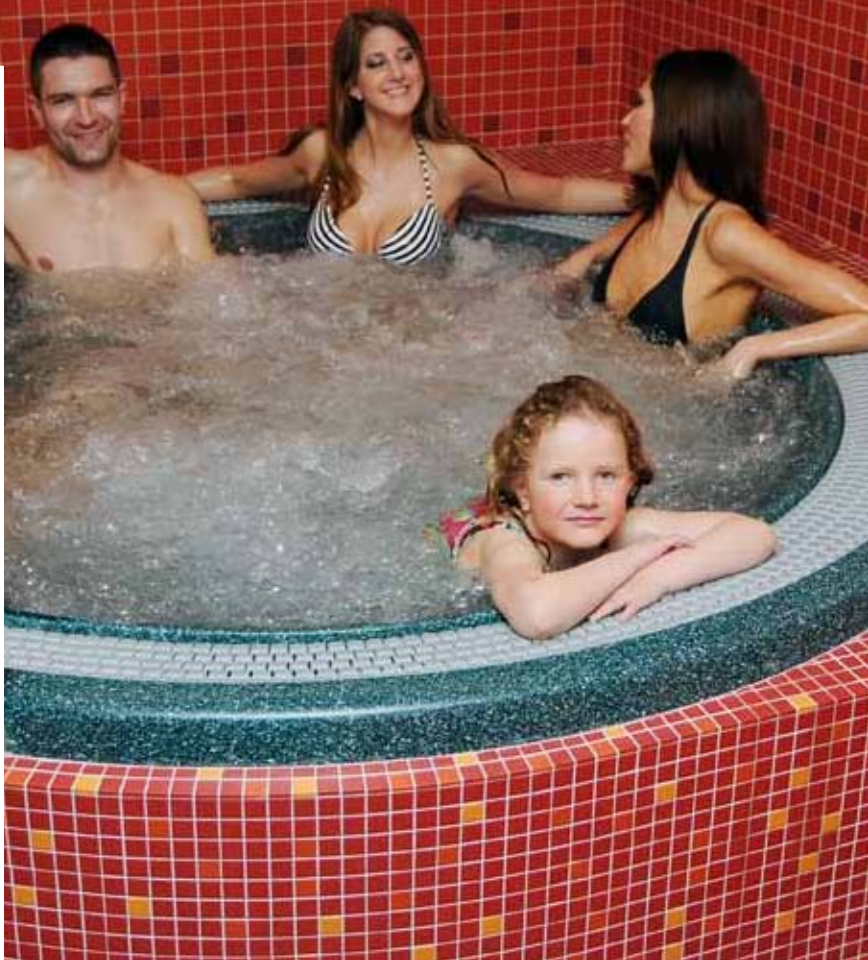


Kraj **ořomuniecki**



# Sanatoria i wellness



[www.ok-tourism.cz](http://www.ok-tourism.cz)  
[www.jesenikytourism.cz](http://www.jesenikytourism.cz)  
[www.centralmoravia-tourism.cz](http://www.centralmoravia-tourism.cz)

European Union  
European Regional Development Fund  
Partner for your development



# Uzdrowiska i wellness w kraju ołomunieckim



Szanowni Państwo,

trzymacie w rękach katalog zawierający ofertę pobytów uzdrowiskowych oraz pobytów wellness w kraju ołomunieckim. Niewiele regionów w naszym kraju może poszczycić się siedmioma kompleksami uzdrowiskowymi, spośród których niektóre chlubią się wielowiekową tradycją, zaś inne powstały w minionym stuleciu. Ośrodki uzdrowiskowe w kraju ołomunieckim dzięki cieszącym się doskonałą sławą zabiegom oraz najlepszej nowoczesnej opiece należą do popularnych miejsc, które co roku odwiedza ponad pięćdziesiąt tysięcy osób.

Uzdrowisko Priessnitz w Jeseníku uważane jest za kolebkę współczesnej balneologii. Dzięki nowoczesnym metodom leczenia, niepowtarzalnemu klimatowi oraz osiemdziesięciu źródłom należy obecnie do najważniejszych na świecie. Łaźnie termalne Velké Losiny ze źródłem wody siarkowej należą do najstarszych i najbardziej znanych na Morawach. Kardiorehabilitację na najwyższym poziomie oferuje uzdrowisko Teplice nad Bečvou, w którym możecie Państwo spróbować nawet leczniczego działania niskiej temperatury. Jakość usług oraz szeroka oferta zabiegów czekają na Państwa w ośrodkach Dolní Lipová, Bludov, Skalka, Slatinice czy Bochoř.

Uzdrowiska pomagają nie tylko pacjentom z najróżniejszymi problemami zdrowotnymi, są również miejscem relaksu oraz zabiegów profilaktycznych pomagających wzmocnić zdrowie, zregenerować siły oraz pozbyć się stresu i zmęczenia. Wszystkie ośrodki uzdrowiskowe zatroszczą się nie tylko o Państwa ciało, ale również o ducha. Zabiegi można uzupełnić według własnych preferencji o różne rodzaje aktywności sportowe czy udział w życiu kulturalnym. W katalogu znajdą Państwo również ofertę innych ośrodków wellness. Oferta rośnie z każdym rokiem, więc warto już dziś wybrać się do kraju ołomunieckiego by odzyskać siły i odpocząć. Opis dodatkowych ośrodków noclegowych w kraju znajdą Państwo w katalogu "Zakwaterowanie". Więcej informacji o możliwościach kąpieli, relaksu, zajęć sportowych i innych usług można znaleźć również w przewodnikach "Lato" i "Zima" na stronie ok-tourism.cz.



## Kraj ołomuniecki Harmonia kultury i natury

Kraj ołomuniecki to miejsce spotkania dwóch regionów turystycznych. Każdy z nich jest inny, ale każdy ma swój urok. Podczas gdy Jeseníki są regionem przyrody górskiej i podgórskiej, popularnym miejscem do wypoczynku, sportu i rekreacji, Morawy Środkowe to przede wszystkim miejsce unikalnych zabytków. Razem oba regiony tworzą niepowtarzalną harmonię kultury i natury. Dodatkowe informacje dotyczące oferty można znaleźć na [www.ok-tourism.cz](http://www.ok-tourism.cz).

## SZYBKA ORIENTACJA

Kraj ołomuniecki  
i jego regiony

Powierzchnia: 5267 km

Liczba mieszkańców: 642 093

Największe miasto:

Olomounek – 100 373 mieszkańców

## SPIS TREŚCI

Uzdrowisko Priessnitz Jeseník .....	4
Łaźnie termalne Velké Losiny .....	8
Uzdrowisko Dolní Lipová .....	12
Uzdrowisko Bludov .....	14
Wellness w Jeseníkach .....	16
Uzdrowisko Teplice nad Bečvou .....	24
Uzdrowisko Skalka .....	28
Uzdrowisko Bochoř .....	29
Uzdrowisko Slatinice .....	30
Wellness na Środkowych Morawach .....	32





# Uzdrowisko Priessnitz Jeseník



 -10%

**Uzdrowisko Priessnitz a. s.**  
Priessnitzova 12/299, Jeseník  
tel.: +420 584 491 111  
e-mail: lazne@priessnitz.cz  
www.priessnitz.cz  
GPS: 50°14'24.630"N, 17°11'5.083"E

## Uzdrowisko Priessnitz dzięki sprzyjającemu klimatowi oraz osiemdziesięciu źródłom należy do najważniejszych na świecie.

Uzdrowisko należy do pierwszej trójki światowych ośrodków wodolecznictwa z najlepszymi efektami terapeutycznymi. Uzdrowisko zyskało swoją światową sławę przede wszystkim dzięki hydroterapii, metodzie leczniczej, którą na początku XIX wieku zaczął praktykować tutejszy rolnik Vincenz Priessnitz, któremu uzdrowisko zawdzięcza swoją dzisiejszą nazwę. Okłady Priessnitza pochodziły między innymi rosyjski pisarz Gogol, który przyjeżdżał w Jeseník na całe lato. Popularne były także krótkie wyjazdy powozami z Wiednia, skąd bogata szlachta przyjeżdżała do tego cieszącego się podziwem człowieka, który leczył wodą źródłaną, mokrymi i suchymi okładami oraz ruchem. Na podstawie zachowanych materiałów archiwalnych w uzdrowisku do dziś stosowane są niektóre oryginalne metody lecznicze Vincenza Priessnitza, których skuteczność została potwierdzona poprzez lekarzy.



**PRIESSNITZOVY  
LÉČEBNÉ LÁZNĚ a. s.**



## Co leczy się w uzdrowisku

Uzdrowisko jest popularnym miejscem wśród pacjentów z chorobami układu krążenia, zaburzeniami metabolicznymi, zaburzeniami pracy gruczołów dokrewnych, leczone są tu zaburzenia psychiczne, choroby układu oddechowego, choroby skóry i choroby kobiece. Zabiegi oparte są na kombinacji naturalnych źródeł leczniczych z najnowocześniejszymi metodami leczenia i rehabilitacji.

### Balneopark

Przedsiębiorstwo założone przez V. Priessnitza w sierpniu 2010 dokonało na terenie Uzdrowiska Priessnitza w Jeseníku uroczystego otwarcia niepowtarzalnego Balneoparku. Został on zaprojektowany w formie „ogrodu wodnego”, przez który przepływa strumień z wbudowanymi urządzeniami służącymi do hydroterapii i relaksacji. Znajduje się tu naturalne łaźnie Priessnitza do kąpeli kořincyn górnych i dolnych, zbiornik Priessnitza do kąpeli nóg połączonej z akupresurą, ławeczka Priessnitza, natryski, prysznice a także tarasy do odpoczynku i ćwiczeń.



## Zabiegi lecznicze

Do Państwa dyspozycji jest szeroka oferta zabiegów wellness i beauty, od wanny do hydromasażu, przez masaż gorącymi kamieniami, Ayus Lomi, Shia-tsu, kineziologię komputerową aż po tajski masaż stopami, kąpiele ziołowe, z różnymi dodatkami i kąpiele torfowe. Popularnością cieszą się również terapia ruchowa Priessnitza, masaż czekoladą, masaż miodem, kąpiel w płatkach róż, kąpiel w ekstrakcie z piwa lub wina, kąpiel w jacuzzi z solą jodowaną, okłady z parafiny i torfu, drenaż limfatyczny ręczny lub za pomocą urządzenia, formowanie sylwetki.

### Tradycyjne zabiegi

W uzdrowisku czekają na Państwa drewniane wanny przeznaczone do tradycyjnych zabiegów, jak na przykład jednofazowa lub dwufazowa częściowa kąpiel Priessnitza, specjalny chodnik Priessnitza do kąpeli kořincyn dolnych, kompleks saun obejmujący saunę aromatyczną, fińską i parową, basen chłodzący, miejsce do odpoczynku oraz jacuzzi dla 6 osób.

### Nowoczesny wellness

Jest to miejsce do relaksu, regeneracji sił, znalezienia równowagi i obniżenia ryzyka chorób cywilizacyjnych. Znajdują się tu wanny do tradycyjnych kąpeli, bicze szkockie, wanny do hydromasażu oraz mały basen do naprzemiennych kąpeli kořincyn dolnych. Osobno umieszczono basen z wirami oraz miejscem do odpoczynku i prysznicem przeznaczony dla czterech osób.

### Techniki indywidualne

Mają na celu ogólne rozluźnienie, oczyszczenie organizmu z toksyn oraz ogólną poprawę stanu układu mięśniowo-szkieletowego. W gabinetach zabiegowych wykonywane są okłady z parafiny i torfu, różnego rodzaju masaże, przeprowadzana jest kineziologia komputerowa oraz rehabilitacja.

### Mikroklimatyczna jaskinia solna SOLVITA

Oferuje zabiegi z wykorzystaniem połączenia soli z Morza Martwego, himalajskich kryształów solnych, polskiej soli jodowo - bromowej oraz solanki z Luhačovic. Mają one wyraźne działanie zapobiegawcze i regenerujące.



## CO WARTO WYPRÓBOWAĆ

### Kineziologia komputerowa

Kineziologia komputerowa (KK) jest to komputerowy system diagnostyki i leczenia zaburzeń funkcjonalnych. Określenie komputerowa oznacza, że do oceny wyników używany jest komputer. Kineziologia jest nauką o poruszaniu się ludzkiego ciała. Metody diagnostyczne stosowane w rutynowej praktyce medycznej (RTG, CT, USG, rezonans magnetyczny) pokazują „uszkodzenia” badanej części ciała takie jak złamania, nowotwory i inne zmiany w strukturze tkanek. Ciało nie musi być jednak uszkodzone, może być tylko źle dostosowane i wówczas mogą pojawić się problemy. Na określenie tych stanów używa się pojęcia zaburzeń czynnościowych, które nie są widoczne na zdjęciu rentgenowskim. Za pomocą kineziologii komputerowej można je jednak zdiagnozować, ocenić, a także zaproponować efektywne zabiegi mające na celu ich usunięcie. Kineziologia komputerowa przeznaczona jest dla osób z ostrymi i przewlekłymi problemami układu mięśniowo - szkieletowego, takimi jak bóle kręgosłupa i stawów, zła postawa, stany pourazowe i pooperacyjne, problemy z oddychaniem (astma), problemy ginekologiczne, zaburzenia krążenia, osłabienie odporności, zmęczenie i napięcie, stres, a także dla tych, którzy chcą po prostu zadbać o swoje zdrowie i kondycję.





### Terapia ruchowa Priessnitz

Terapia Priessnitz rozpoczyna się kąpielą kończyn górnych na świeżym powietrzu, która pomaga poradzić sobie z migrenami i bezsennością, uspokaja szybkie bicie serca, zmniejsza objawy alergiczne i poprawia oddychanie, lokalne ukrwienie kończyn górnych, klatki piersiowej, szyi i głowy. Następnym krokiem jest chodzenie z kijami, które ma pozytywny wpływ na zdrowie człowieka. Terapia jest odpowiednia dla osób we wszystkich kategoriach wiekowych oraz wytrzymałościowych, zarówno dla sportowców, jak i dla osób wychodzących z choroby. Uważana jest za doskonały sposób na zmniejszenie nadwagi, zwiększenie sprawności fizycznej, poprawę postawy i łagodzenie bólu pleców. Podczas spaceru następuje krótki postój, podczas którego wykonuje się proste ćwiczenia rozciągające. Mają one na celu wywołanie odczucia fizycznego rozluźnienia, obniżenie napięcia mięśniowego i psychicznego. Ćwiczenia zapobiegają skróceniu mięśni i są sposobem na zwiększenie ruchomości stawów. Ostatnim etapem jest kąpiel kończyn dolnych Priessnitza na świeżym powietrzu. Powoduje ona poprawę krążenia krwi w dolnych kończynach, poprawia pracę serca i naczyń krwionośnych, zwiększa odporność na infekcje i stres.

### Beauty studio

Skupia się na kształtowaniu postawy, upiększaniu ciała z oddziaływaniem na zewnętrzne i wewnętrzne środowisko organizmu, poprawie wyglądu skóry. Znajdują się tu nowoczesne wanny kąpielowe, leżaki do odpoczynku, gabinet drenażu limfatycznego, Waldmann oraz urządzenia do modelowania sylwetki.

### Usługi dodatkowe

Pogodę ducha i spokój symbolizuje niepowtarzalny widok na cały grzebień Wysokiego Jesionika. Nieodłącznym elementem pobytu w uzdrowisku są regularne wieczorki taneczne z żywą muzyką, bale, festiwale muzyczne, koncerty, wystawy, wykłady i programy dla dzieci.

## PROGRAMY POBYTOWE

**Aktywny wellness w uzdrowisku** (3 lub 8 dni) Doskonała propozycja także na wakacje rodzinne. Wśród oferowanych atrakcji znajdują się programy bajkowe, popołudnia pełne wrażeń, rowery górskie i hulajnogi, park linowy, Nordic Walking, tenis, minigolf, place zabaw dla dzieci, kinokawiarnia, a zimą jazda na łyżwach i na nartach.

**Tylko dla pań** (pobyt 4-dniowy) Naładuj akumulatory i pocuj, jak Twoje ciało i umysł odpoczywają. Poczujesz się wypoczęta piękna nie tylko w czasie pobytu, ale jeszcze długo po nim.

**Tylko dla panów** (pobyt 4-dniowy) Pobyt stworzony na miarę specjalnie dla mężczyzn. Kto mógłby się oprzeć przyjemnie relaksującej wyjątkowej kąpeli w piwie na zakończenie aktywnego dnia.

**Fit manażer** (pobyt 5-dniowy) Czekaj na Państwa opiekę uzdrowiskową na naprawę wysokim poziomie.

Najlepszy sprzęt i zabiegi w nowym centrum spa i wellness pomogą Państwu zregenerować siły i odpocząć.

**Romantyczny pobyt dla dwojga** (pobyt 3-dniowy) Pobyt pełen romantyzmu i przygód. Pozwólcie Państwu dopieścić się atrakcyjnymi zabiegami i przeżyjcie razem niezapomniane chwile, odwiedzając centrum adrenaliny.

**Piękna w każdym wieku** (pobyt 7-dniowy) Wysokiej klasy sprzęt i zaawansowane zestawy zabiegów pomogą Ci wyglądać młodo, zaś zaciszne uzdrowisko pozwoli odpocząć od codziennego zgiełku i stresu.

**Stop celulitowi** (pobyt 7-dniowy) Celulit jest chorobą skóry, która dotyka większość kobiet. Problem ten można rozwiązać na przykład metodą redukcji podskórnej tkanki tłuszczowej za pomocą fal ultradźwiękowych oraz miostymulacją.

## Zakwaterowanie

Uzdrowisko Priessnitz Jeseník oferuje Państwu zakwaterowanie w domach uzdrowiskowych różnych kategorii. Czekaj na Państwa spokój oraz piękne widoki na malowniczą okolicę.

### Priessnitz\*\*\*

Główny hotel w uzdrowisku będący dominantą okolicy. Oferuje zakwaterowanie dla 251 osób w apartamentach, pokojach dwuosobowych oraz pokojach jednoosobowych. Do dyspozycji gości jest całodobowa recepcja, ambulatorium, uzdrowskowa przychodnia lekarska, balneoterapia, fizjoterapia, basen z jacuzzi, trzy restauracje, serwujące zarówno dania kuchni czeskiej, jak i międzynarodowej, spośród których można wybrać również dania dietetyczne lub wegetariańskie.

### Jan Ripper\*\*\*

Popularny hotel uzdrowskowy znajdujący się w spokojnej części centrum uzdrowskowego. Oferuje zakwaterowanie dla 87 osób, do dyspozycji których są apartamenty oraz pokoje jedno- i dwuosobowe z niepowtarzalnym widokiem na panoramę Jeseníków.

### Bezuč\*\*\*

Nowoczesny hotel uzdrowskowy z 89 miejscami w pokojach jedno- i dwuosobowych z łazienkami.



## Turystyka kongresowa i imprezy firmowe

Uzdrowisko Priessnitz jest idealnym miejscem na zorganizowanie konferencji lub spotkania towarzyskiego, w tym celu oferuje sale mieszczące od 10 do 400 osób, a także kompletne zaplecze techniczne, atrakcje outdoorowe i usługi cateringowe. W ofercie znajduje się przygotowanie programów teambuildingowych dostosowanych do indywidualnych potrzeb z propozycjami atrakcji ekstremalnych takich jak np. bungee trampolina, huśtawka gigant, paintball czy strzelanie z łuku.

### Volker\*\*\*

Wyremontowany hotel uzdrowskowy z 68 miejscami noclegowymi. Wypożyczenie hotelu w pełni odpowiada potrzebom dzieci z ciężkimi alergiami.

### Willa Na Kolonádě\*\*\*

Zabytkowa willa uzdrowskowa z luksusowymi apartamentami oraz niecodziennymi widokami na okolice jeziora Otmuchowskiego i Nyskiego po stronie polskiej.

### Willa Lékařská\*\*\*

Reprezentatywna willa położona na Stoku Południowym dysponująca 12 miejscami noclegowymi.

### Mír\*\*\*

Hotel uzdrowskowy z 62 miejscami jest odpowiednim miejscem dla alergików. Pokoje dwuosobowe z łazienką i balkonem położone są w skrzydle południowym, rozciąga się z nich widok na główny grzebień Wysokiego Jesionika.





# Łaźnie termalne Velké Losiny



 -10%

**Łaźnie termalne Velké Losiny**  
Lázeňská 323, Velké Losiny  
tel.: +420 583 394 111  
e-mail: [info@lazne-losiny.cz](mailto:info@lazne-losiny.cz)  
[www.lazne-losiny.cz](http://www.lazne-losiny.cz), [www.royalspa.cz](http://www.royalspa.cz)  
GPS: 50°1'58.429"N, 17°2'18.992"E



## Łaźnie termalne Velké Losiny należą do najstarszych i najbardziej znanych morawskich uzdrowisk o długoletniej tradycji.

Natura obdarowała je leczniczymi źródłami termalnymi o temperaturze 36,8 °C. Łaźnie termalne wykorzystują źródła przede wszystkim do kąpiei leczniczych, które są uzupełniane całym szeregiem zabiegów uzdrowiskowych, relaksacyjnych oraz wellness. Lecznicze działanie tutejszej wody można wypróbować w basenie termalnym oraz w unikatowym zewnętrznym kąpielisku termalnym.



  
**TERMÁLNÍ LÁZNĚ**  
VELKÉ LOSINY

## Co leczy się w uzdrowisku

Uzdrowisko oferuje specjalistyczne leczenie rehabilitacyjne, kompleksową opiekę ambulatoryjną dla dzieci i dorosłych. Specjalizuje się w leczeniu chorób układu nerwowego, układu mięśniowo – szkieletowego, układu oddechowego, układu krążenia i chorób skóry. Kąpiele w termalnej wodzie siarkowej relaksują mięśnie, poprawiają pracę stawów, łagodzą spastyczność mięśni, przyczyniają się do wzmocnienia mięśni i poprawy termoregulacji.

## Zabiegi lecznicze

Centrum relaksacyjne jest wyposażone w basen termalny zasilany naturalną wodą leczniczą, posiada również kompletną ofertę balneoterapii z szerokim wachlarzem zabiegów. Wymienić można na przykład kąpiele termalne w wodzie siarkowej – jacuzzi, kąpiele perełkowe, torfowe i kąpiele z dodatkami, w ofercie znajduje się również akupunktura, masaże, okłady parafinowe oraz torfowe, ćwiczenia rehabilitacyjne, elektroterapia, inhalacje, suche kąpiele węglowe czy drenaż limfatyczny.

## Co warto wypróbować

Uzdrowisko jest miejscem wyjątkowym nie tylko ze względu na wodę siarkową o temperaturze 36,8 °C, ale również ze względu na to, że mogą tu Państwo sami zaplanować swój program pobytu wybierając zabiegi z oferty uzdrowiska. Możliwości jest naprawdę wiele – obiekt posiada szeroką ofertę kąpiei w wodzie termalnej a także rozgrzewających okładów i masaży.

## Usługi dodatkowe

Odwiedzając uzdrowisko Velké Losiny, będziecie Państwo mogli cieszyć się nie tylko czystym powietrzem, ale również malowniczym otoczeniem parku okalającego uzdrowisko. Poza ofertą aktywnego odpoczynku miejsce to zapewnia bogaty program kulturalny i towarzyski. Swoich bliskich możecie obdarować wspaniałym prezentem w postaci kart podarunkowych czy bonów upominkowych do wykorzystania w uzdrowisku.







## POBYTY UZDROWISKOWE

Plan leczenia jest ustalany na podstawie zaleceń lekarza uzdrowskiego i stanu zdrowia pacjenta. Do Państwa dyspozycji są:

### Pakiet Odżywczy

Program zabiegów skoncentrowany na rekonwalescencji, relaksacji, odzyskaniu sił fizycznych i psychicznych po przebytych chorobach i operacjach.

### Uzdrowsko na miarę

Programy zabiegów koncentrujące się na konkretnym obszarze. Od bólu pleców i stawów włącznie ze stanami pooperacyjnymi i pourazowymi, przez choroby dróg oddechowych, astmę, nawracające zapalenia dróg oddechowych aż po choroby neurologiczne, stany po urazach mózgu, choroby skóry.

### Kompleksowa kuracja

Całościowy program leczniczy skierowany do pacjentów cierpiących na przykład na kilka chorób cywilizacyjnych.

### Pobyt dla seniorów

Pobyt jest nastawiony na zadbanie o własne zdrowie.

## POBYTY WELLNESS

### Uzdrowskowe wellness

To więcej niż zwykły urlop, w pakiecie znajduje się dziewięć zabiegów sanatoryjnych oraz wellness mających na celu regenerację, odpoczynek oraz relaksację ciała i ducha.

### Smak termiki

Specjalny program pobytowy, w ramach którego możecie sami wybrać zabiegi znajdujące się w ofercie uzdrowska. Możliwości jest naprawdę wiele – obiekt posiada szeroką ofertę kąpeli w wodzie termalnej a także rozgrzewających okładów i masażu.

## Zakwaterowanie

Łaźnie termalne Velké Losiny oferują zakwaterowanie w czterech hotelach uzdrowskich (Hotel Uzdrowski Eliška, Willa Uzdrowska Gazárka, Hotele Uzdrowskie Chaloupka i Šárka, które położone są w spokojnej części parku uzdrowskiego) oraz w Hotelu Wellness Diana (położony ok 1,5 km od łaźni termalnych).

### Główny Hotel Uzdrowski Eliška\*\*\*\*

Hotel Uzdrowski Eliška oferuje zakwaterowanie w kategorii superior w 46 zupełnie nowych pokojach i apartamentach. Do dyspozycji są również dwa pokoje dla osób niepełnosprawnych. Również inne pomieszczenia hotelu są bezbarierowe, włącznie z centrum rehabilitacyjnym oraz WC. Bezpośrednio w budynku znajdują się dwie nowoczesne restauracje, luksusowa kawiarnia, recepcja, wewnętrzny basen termalny oraz nowe centrum balneoterapii.

### Willa Uzdrowska Gazárka\*\*\*

Wyremontowana willa uzdrowska oferuje przyjemne zakwaterowanie w komfortowo wyposażonych pokojach.

### Hotele Uzdrowskie Chaloupka, Šárka\*\*

Hotele Uzdrowskie Chaloupka i Šárka są przeznaczone przede wszystkim dla najmłodszych gości łaźni termalnych i oferują proste zakwaterowanie z łazienkami znajdującymi się na piętrze.





# Uzdrowisko Dolní Lipová



 -10 %

**SCHROTH, spol. s r. o.**  
Lázeňská 248, Lipová-lázně  
tel.: +420 584 421 351, +420 733 688 597  
e-mail: info@lazne.cz  
www.lazne.cz  
GPS: 50°13'43.239"N, 17°8'48.687"E

## Do największych zalet uzdrowiska należy jego położenie.

Dominujące prądy powietrza z zachodu z obszaru bez obecności większej ilości zakładów przemysłowych obniżają zapylenie aż do 30 procent średniej krajowej. Przez kwartał klimat jest typowo fenowy z silnymi prądami i jonizacją powietrza. Zwiększone występowanie jonów dodatnich i ujemnych ma wspomagać leczenie chorób, któremu dodatkowo sprzyjają czynniki naturalne.

Uzdrowisko zostało założone w roku 1829 przez Johanna Schrotha i właśnie kuracje Schrotha rozslawiły je nie tylko na ówczesnym terenie Austro - Węgier, ale również w wielu innych miejscach w Europie. Pierwotnie leczono nimi wszystkie choroby, potem również otyłość. Kuracja składała się z trzech ważnych kroków – oddziaływania wilgotnego ciepła, okładów na całe ciało oraz restrykcyjnej diety. Ta ostatnia obejmowała niesoloną dietę węglowodanową pozbawioną białek i tłuszczu zwierzęcych oraz ograniczała przyjmowanie płynów, które były zastępowane winem oraz koniakiem.

LÁZNĚ DOLNÍ LIPOVÁ

## Co leczy się w uzdrowisku

Uzdrowisko koncentruje się na leczeniu przewlekłych chorób skóry, chorób endokrynologicznych, zaburzeń metabolicznych i schorzeń układu mięśniowo-szkieletowego. Leczenie otyłości, realizowane w oparciu o najnowsze odkrycia współczesnej medycyny jest tradycyjnym i długoletnim elementem oferty uzdrowiska.

## Zabiegi i programy uzdrowiskowe

Uzdrowisko oferuje klasyczne zabiegi takie jak kąpiele perelkowe, kąpiele z dodatkami, kąpiele z hydromasażem a także naprężenią kąpiel kończyn dolnych. Z oferty masaży wymienić można chociażby chiński masaż uciskowy, masaż gorącymi kamieniami, miodem, masaż na cztery ręce a także masaże dla dzieci i dla kobiet w ciąży. W propozycjach uzdrowiska znajdują się ćwiczenia, magnetoterapia, Nordic Walking, sauna fińska oraz sucha łaźnia węglanowa. Można powiedzieć, że tutejsza oferta zaspokoi oczekiwania nawet najbardziej wymagających gości.

## Usługi dodatkowe

W uzdrowisku mogą Państwo wybierać z szerokiej gamy atrakcji, od tych nastawionych na relaks po atrakcje turystyczne. Do dyspozycji gości są oznaczone trasy, które zaczynają się bezpośrednio na terenie uzdrowiska. Tutejszy region można poznać również z siodełka roweru. Zima to z kolei sezon narciarstwa zjazdowego i biegowego.

## Zakwaterowanie

Przenocować można w jednym z ośmiu hoteli uzdrowiskowych. Do wyboru są dwie kategorie pokoi, z własną łazienką lub z łazienką na korytarzu.

## Imprezy firmowe i konferencje

Uzdrowisko już od ponad dziesięciu lat jest organizatorem krajowych i międzynarodowych kongresów i konferencji, dysponuje na te potrzeby 180 miejscami.



## CO WARTO WYPRÓBOWAĆ

Częstotliwość występowania nadwagi w dzisiejszym świecie zaczyna osiągać rozmiary pandemii a sama nadwaga jest uważana za najczęściej występującą chorobę metaboliczną. Sukcesy w leczeniu otyłości odnosi właśnie uzdrowisko Dolní Lipová. Proces ten rozpoczyna się od szczegółowej analizy nawyków żywieniowych, przyzwyczajeń fizycznych, oraz obciążeń zawodowych w stosunku do rozwoju otyłości. Następnie przeprowadzana jest analiza składu ciała na wysokiej klasy urządzeniu InBody 720, nastawiona na uzyskanie informacji o ilości oraz rozmieszczeniu tłuszczu w organizmie. Po ocenie wyników przez zespół ekspertów pacjent otrzymuje zalecenia dotyczące procesu redukcji masy ciała. Stało się już tradycją, że program aktywności fizycznej opracowują specjaliści, natomiast zabiegi relaksacyjne w dużej mierze wybiera pacjent. Ogólnie rzecz biorąc, program obejmuje indywidualną dietoterapię, program ćwiczeń oraz terapię poznawczo-behawioralną.





# Uzdrowisko Bludov



 /  -10%

**Państwowe Uzdrowisko Bludov, s.p.**

Lázeňská 572, Bludov  
tel.: +420 583 301 211  
e-mail: [info@lazne-bludov.cz](mailto:info@lazne-bludov.cz),  
[recepce@lazne-bludov.cz](mailto:recepce@lazne-bludov.cz)  
[www.lazne-bludov.cz](http://www.lazne-bludov.cz)  
GPS: 49°56'23.338"N,  
16°54'33.473"E



## Uzdrowisko położone jest w malowniczym pogórzu Jeseníkův niedaleko Šumperka.

Uzdrowisko oferuje nowoczesną opiekę uzdrowską opartą na najnowszej wiedzy medycznej. Oferta uzdrowska kierowana jest zarówno dla pacjentów dorosłych jak i dzieci. Naturalnym środkiem leczniczym jest silnie zasadowa woda mineralna typu siarczanowp-chlorkowo-sodowego o zwiększonej zawartości fluoru. Jej źródło znajduje się bezpośrednio na terenie uzdrowska.



## Co leczy się w uzdrowsku

W przypadku dzieci opieka uzdrowskowa skupia się na leczeniu otyłości, schorzeń dróg oddechowych, nerek i dróg moczowych oraz leczeniu chorób układu mięśniowo-szkieletowego. Do dorosłych uzdrowsko kieruje szeroką ofertą zabiegów działających leczniczo przede wszystkim na układ mięśniowo-szkieletowy. Program uzdrowska oparty jest na najnowszej wiedzy lekarskiej w dziedzinach balneologii, obesitologii i rehabilitacji leczniczej.

## Zabiegi i programy uzdrowskowe

Oferta uzdrowska obejmuje szeroki wachlarz zabiegów. Oprócz zabiegów tradycyjnych takich, jak kąpiele w wodzie termalnej z najróżniejszymi dodatkami, okłady parafinowe i torfowe, masaże (od klasycznych po masaże wellness – np. gorącymi kamieniami), fizykoterapia, indywidualna fizykoterapia, oferuje wiele innych zabiegów leczniczych, jak na przykład kąpiele węglanowe – Biotherik, infrasauna, drenaż limfatyczny (manualny i z pomocą urządzenia), pomiar In-Body. Wśród oferowanych specjalistycznych metod leczenia znajdują się oczyszczanie jelit – hydrokolonoterapia, oddychanie endogenne, ozonoterapia, metoda Mojžišovej, carboxyterapia, terapia z psychologiem klinicznym. Uzdrowsko oferuje klientom szereg różnorodnie zorientowanych programów (pakietów zabiegów), jak np. programy relaksacyjne i wellness, rehabilitacyjne, programy redukujące i detoksykujące, programy dla seniorów i wiele innych.

Nowością są pobyty zdrowotne dla grup dzieci przedszkolnych i szkolnych. Nowością w roku 2012 będzie kurs prowadzony przez dietetyka i fizykoterapeutów, którego celem będzie nauczanie klientów zasad zdrowego żywienia, a także nauka ćwiczeń oraz wybór odpowiedniego programu ćwiczeń w zależności od potrzeb indywidualnych.

Uzdrowsko posiada w swojej ofercie również kursy aquaerobiku oraz ćwiczeń zdrowotnych.



## Usługi dodatkowe

Podczas pobytu w uzdrowsku swój czas wolny możecie Państwo poświęcić na spacer po parku uzdrowskowym lub po okolicy, jazdę na rowerze, turystykę czy Nordic Walking. Na terenie uzdrowska znajduje się kryty basen termalny, kort tenisowy, plac z minigolfem, boisko, sprzęt fitness oraz stół do tenisa stołowego na świeżym powietrzu i wiele innych. Oferujemy program lojalnościowy dla klientów.

## Zakwaterowanie

Przenocować można bezpośrednio na terenie uzdrowska w 2- i 3-osobowych pokojach dwójkowego typu. Kategoria A to pokoje z łazienkami, TV oraz Wi-Fi. Pokoje kategorii B+ są wyposażone w TV, posiadają Wi-Fi, łazienki znajdują się na korytarzu.

## Imprezy firmowe i konferencje

Uzdrowsko posiada w swojej ofercie organizację seminariów, szkoleń, imprez towarzyskich i prezentacji w sali dla 80–100 osób, znajduje się tu również salon mieszczący 15 osób. Częścią oferty jest także wyżywienie i zabiegi relaksacyjne.



## CO WARTO WYPRÓBOWAĆ

Wśród wielu zabiegów oferowanych w uzdrowsku znajdują Państwo Biotherik, czyli innowacyjną metodę wykorzystującą zastosowanie na całym ciele znajdującego się w plastikowych woreczkach dwutlenku węgla w formie płynnej. Sucha kąpiel gazowa wykazała doskonałe efekty w przypadkach zaburzeń ukrwienia kończyn, problemów skórnych, gojenia się ran, problemów z erekcją lub diabetologicznych problemów z kończynami. Udokumentowano również dobroczynne działanie polegające na obniżeniu ciśnienia krwi u pacjentów cierpiących na nadciśnienie. Kąpiele takie znacząco przyspieszają także regenerację i rekonwalescencję. Pacjentom cierpiącym na choroby związane z zaburzeniami ukrwienia tkanek, np. powikłania cukrzycowe, zaburzenia krążenia krwi w kończynach, nawracające stany zapalne u kobiet oraz pacjentom z zespołem zmęczenia poleca się ozonoterapię (w formie infuzji gazowej lub lokalnej aplikacji). Polecamy również wypróbować hydrokolonterapię, która ma udowodnione pozytywne działanie na aktywację systemu odpornościowego, a także normalizuje pracę jelit. Wspomaga również leczenie chorób skóry (trądzik).



# Wellness w Jeseníkach



 -10%

**Hotel Wellness Diana\*\*\*\* Velké Losiny**  
Žárovská 618, Velké Losiny  
tel.: +420 583 248 050, +420 724 820 882  
e-mail: [recepce@diana-losiny.cz](mailto:recepce@diana-losiny.cz)  
[www.diana-losiny.cz](http://www.diana-losiny.cz), [www.royalspa.cz](http://www.royalspa.cz)  
GPS: 50°2'12.325"N, 17°0'58.989"E

## Hotel Wellness Diana, Velké Losiny

Hotel Wellness Diana\*\*\*\* znajduje się w pobliżu miejscowości uzdrowskiej Velké Losiny. Hotel oferuje profesjonalne usługi, komfortowe zakwaterowanie, niepowtarzalną kuchnię oraz centrum wellness. W roku 2011 otrzymał certyfikat jakości w kategorii hotel klasy superior\*\*\*\*. Hotel Diana jest odpowiednim miejscem dla rodzin z dziećmi, miłośników sportu oraz wypoczynku, relaksu i wellness.

### Imprezy firmowe i konferencje

Hotel Diana posiada w swojej ofercie wysokiej klasy, profesjonalne usługi w zakresie organizacji konferencji i imprez firmowych, uroczystości rodzinnych i wesel (w hotelu znajduje się kilka saloników, sal konferencyjnych, oferujemy usługi cateringowe). Hotel Wellness Diana dysponuje salami konferencyjnymi, które mogą pomieścić od 10 do nawet 200 osób. Wszystkie są wyposażone w niezbędny sprzęt.

### Wellness i relaks

W hotelu Wellness DIANA Velké Losiny, który oferuje kilka rodzajów pobyków wellness, możecie Państwo zregenerować swoją energię.

Skorzystać można z szerokiej oferty masażu i okładów, ekskluzywnych masażu jawańskich, zabiegów kosmetycznych, manicure i pedicure. Częścią centrum wellness jest basen z bieżącymi wodnymi, sauna fińska, jacuzzi, wanna do hydromasażu, squash, solarium oraz centrum fitness.

## POBYTY TYGODNIOWE

**Pobyty relaksacyjne** – wstęp na basen, do jacuzzi, do centrum fitness, sauny oraz korzystanie ze stołu do tenisa stołowego, dokładnie zaplanowany program relaksacyjny na weekend.

**Pobyty Wellness** – dzienny voucher uprawniający do skorzystania z dowolnie wybranych zabiegów o wartości 250 CZK/osoba/dzień, bezpłatny wstęp na basen, do jacuzzi, do centrum fitness, sauny oraz korzystanie ze stołu do tenisa stołowego.

**Pobyty Wellness energy** – dzienny voucher uprawniający do skorzystania z dowolnie wybranych

zabiegów o wartości 500 CZK/osoba/dzień, bezpłatny wstęp na basen, do jacuzzi, do centrum fitness, sauny oraz korzystanie ze stołu do tenisa stołowego.

**Pobyty rodzinne** – dla dzieci programy animacyjne w wybranych terminach, dla rodziców voucher uprawniający do skorzystania z dowolnie wybranych zabiegów wellness o wartości 150 CZK/osoba/dzień, bezpłatny wstęp na basen, do jacuzzi, do centrum fitness, sauny oraz korzystanie ze stołu do tenisa stołowego.

**Pobyty weekendowe** – weekend wellness, weekend relaksacyjny dla kobiet, weekend sportowy dla mężczyzn oraz pobyty weekendowe dla grup znajomych.



## Hotel Elegance, Šumperk

Hotel Elegance to komfortowy i elegancki hotel w samym centrum Šumperka. Wchodzi w skład centrum rozrywkowo-gastronomicznego Maják.

Hotel oferuje zakwaterowanie dla 57 osób w 23 pokojach. Na terenie hotelu znajduje się sala gier z barem. Częścią obiektu są trzy sale konferencyjne na 20, 40 oraz 50 osób. Nadają się one do organizacji szkoleń oraz prezentacji.

### Welly relax

Poza atrakcjami sportowymi możecie Państwo udać się do jaskini solnej, sauny fińskiej, infrasauny czy eukaliptusowej sauny parowej a także zrelaksować się w jacuzzi. Do dyspozycji gości jest również łąka solarna oraz basen z prądami oraz bieżącymi wodnymi. Na terenie obiektu znajduje się fitness, strefa kardio, sala do aerobiku oraz platformy wibracyjne.

### Nasz typ – łąka solarna Welly

Łąka solarna jest nowością w zakresie relaksacji, która łączy ogrzewanie organizmu, rozluźnienie mięśni oraz stopniowe opalanie. Są to wygodne łóżka, nad którymi znajdują się lampy solarne. Ponieważ nie znajdują się one w bezpośredniej bliskości ciała, jak w tradycyjnym solarium, gwarantują zdrową i piękną opaleniznę. Opalanie na łące solarnej ma taki sam wpływ na organizm ludzki jak naturalna kąpiel słoneczna.

**Hotel ELEGANCE \*\*\***   
Husitská 2, Šumperk  
tel.: +420 581 112 123  
e-mail: [rezervace@hotelelegance.cz](mailto:rezervace@hotelelegance.cz)  
[www.hotelelegance.cz](http://www.hotelelegance.cz)  
GPS: 49°58'1.095"N, 16°58'37.963"E



## POBYTY

**Aktywny weekend dla kobiet (3 dni)** Sportowo-relaksacyjny weekend z dużą ilością aktywnego wypoczynku uzupełniony wieloma usługami relaksacyjnymi.

**Beauty weekend dla kobiet (3 dni)** Pobyt skoncentrowany na zmianie wizerunku i wspieraniu pewności siebie każdej kobiety.

**Luksusowy weekend dla zakochanych (3 dni)** Romantyczny pobyt skierowany do par z ofertą usług centrum relaksacyjnego.

**Relaksacyjny weekend dla mężczyzn (3 dni)** Pobyt relaksacyjny połączony z masażami i kuracjami leczniczymi.







## POBYTY

### Relaksacyjny weekend dla kobiet (3 dni)

Rozpieszczający pobyt dla kobiet z ofertą luksusowych zabiegów dla ciała.

### Weekend rodzinny (3 dni)

Przyjemny regeneracyjny pobyt dla czteroosobowej rodziny.

### Weekend dla seniorów (3 dni)

Pobyt relaksacyjny z zabiegami relaksacyjnymi i leczniczymi.

### Sylwestrowa Rozpusta

(4 dni)

Specjalny pobyt sylwestrowy, wypełniony relaksacyjnymi aktywnościami sportowymi dla dwóch osób.

### Sportowy weekend dla mężczyzn (3 dni)

Pobyt ze śniadaniem w hotelu razem z usługami sportowymi i relaksacyjnymi.

## Hotel Dlouhé Stráně, Kouty nad Desnou

Hotel Dlouhé Stráně znajduje się w miejscowości Kouty nad Desnou, w górzystym zalesionym rejonie Jeseníků.

W hotelu można przenocować w jednym z dwóch budynków dysponujących 650 miejscami noclegowymi w 300 pokojach. Część pokoi jest bezbarierowa. Na terenie obiektu znajdują się przestronne sale, które można wykorzystać do organizacji różnych wydarzeń towarzyskich, takich jak wesela, wykłady, szkolenia, konferencje.

### Wellness

Hotel dysponuje bogatą ofertą sportową i kulturalną, znajduje się tu centrum fitness, sauna z małym basenem, można także odbyć masaż. Goście mogą skorzystać z basenu o wymiarach 8 x 4 metry z prądami wodnymi, hydromasażami dyszami do hydromasażu, biczami wodnymi, jacuzzi oraz z infrasauny. Jeśli jesteście Państwo zainteresowani pobytem weekendowym, możecie wybierać spośród bogatej oferty pakietów, przygotowaliśmy weekend wellness, weekend sportowy, pakiet walentynkowy i pakiet wielkanocny.

### Usługi dodatkowe

Goście mogą pograć w tenisa stołowego, piłkarzyki czy bilard. Zabawa na świeżym powietrzu jest możliwa dzięki krytemu boisku z nawierzchnią asfaltową, które przeznaczone jest do gry w piłkę i tenisa, kręgle, paintball, pétanque a także do jazdy na gokartach górskich i hulajnogach

## Górski hotel Sněženska, Staré Město

Hotel Sněženska znajduje się na chronionym obszarze Masywu Śnieżnika.

Jego część stanowi między innymi salonik nadający się do organizacji najróżniejszych imprez firmowych i towarzyskich. W luksusowych pokojach mogą przenocować 63 osoby.

### Wellnes i czas wolny

Do dyspozycji gości są dwa baseny hotelowe (kryty i zewnętrzny), sauna oraz jacuzzi. Relaks ciała i ducha zapewnią najróżniejsze masaże, od klasycznego i refleksyjnego po miodowy czy masaż gorącymi kamieniami.

## Pensjonat Fialka, Velké Losiny

Pensjonat Fialka\*\*\* położony w centrum malowniczej miejscowości uzdrowskiej Velké Losiny, jest w całości odnowiony i komfortowo urządzony. Oferuje zakwaterowanie w rodzinnej atmosferze dla 15 osób.

### POBYTY I WEEKENDY WELLNESS

Chcąc przeżyć niezapomniane chwile pełne relaksu, odpoczynku i wygody, warto skorzystać z jednego z programów pobytowych wellness przygotowanych przez Pensjonat Fialka. Można skorzystać z masażu gorącymi kamieniami, masażu detoksykującego czy masażu czekoladą. Zabiegi wykonuje salon Santai, który jest częścią pensjonatu. W ramach pobytu goście odwiedzają basen termalny, który znajduje się w tutejszym uzdrowisku.

### Weekend Wellness dla kobiet

– 2-dniowy pobyt ze śniadaniem i czterema zabiegami

### Pobyt relaksacyjny

– 7-dniowy pobyt ze śniadaniem i z sześcioma zabiegami

### Jesień w Jeseníkách

– 3-dniowy pobyt ze śniadaniem i pięcioma zabiegami



Wellness – Hotel Dlouhé Stráně

## Kompleks rekreacyjny Losinka, Rapotín

Kompleks rekreacyjny Losinka położony jest w pięknym naturalnym otoczeniu u stóp Wysokiego Jeseníka. Oferuje idealne warunki do pobytów relaksacyjnych, regeneracyjnych, pobytów wellness oraz zakwaterowanie w ramach kuracji uzdrowskich w pobliskich łaźniach termalnych Velké Losiny.

Dostępne opcje zakwaterowania podzielono na kilka kategorii, od luksusowych apartamentów, aż po kempingi samochodowe. Na przykład pensjonat Saxana oferuje zakwaterowanie w dwóch kategoriach: w pokojach dwuosobowego typu hotelowego z łazienkami lub w pokojach ze wspólnymi łazienkami na korytarzu. W pensjonacie jest 48 miejsc noclegowych.

### Wellness

Jeśli odwiedzicie Państwo nowo otwarte studio wellness Losinka, które usytuowane jest na parterze budynku pensjonatu Saxana, możecie skorzystać z szerokiego wachlarza usług, od klasycznych masażu i okładów, po bardzo popularne masaże gorącymi kamieniami, przez hydroterapię, aż po łaźnię parową. Nowością jest infrasauna, która pomoże się wam nie tylko zrelaksować, ale również wzmocni Państwa zdrowie.

### Pensjonat Fialka

Rudé Armády 494, Velké Losiny

tel.: +420 777 842 895

www.penzionfialka.cz

GPS: 50°1'56.679"N, 17°2'28.435"E



### Kompleks rekreacyjny Losinka

U Koupaliště 532, Rapotín

tel.: +420 583 301 711

e-mail: info@losinka.cz

www.losinka.cz

GPS: 50°1'7.316"N, 17°1'35.440"E



### Hotel Dlouhé Stráně, s.r.o.

Rejhotice 72, Loučná nad Desnou

tel.: +420 583 235 133

e-mail: info@hotelds.cz

www.hotelds.cz

GPS: 50°5'59.817"N, 17°6'12.773"E



### Górski hotel Sněženska\*\*\*

Hynčice pod Sušinou 15, Staré Město

tel.: +420 583 239 008-9,

www.hotel-snezenka.cz

GPS: 50°9'28.2"N; 16°54'12.65"E







**Wellness studio Ski areál Kareš**  
Rejhotice 162, Loučná nad Desnou  
tel.: +420 777 576 147  
www.skiarealkares.cz  
GPS: 50°5'31.419"N, 17°5'39.455"E



**Centrum relaksacyjne Andělka Hanušovice**  
Školní 252, Hanušovice  
tel.: +420 777 575 789 (Lenka Diňová)  
e-mail: lenka@andelkarelax.cz  
www.andelkarelax.cz  
GPS: 50°4'22.732"N, 16°55'48.907"E



**Hotel Stará Pošta**  
Filipovice 27, Bělá pod Pradědem  
tel.: +420 606 150 150  
e-mail: info@hotelstaraposta.cz  
www.hotel-staraposta.cz  
GPS: 50°9'24.583"N, 17°10'17.949"E

**Sportotel Kurzovní pod Pradědem**  
Rejhotice 149E, Loučná nad Desnou  
Oblast Karlova Studánka  
tel.: +420 554 779 003, +420 603 444 190  
e-mail: recepcie@sportotelkurzovni.cz  
www.sportotelkurzovni.cz  
GPS: 50°4'33.31"N, 17°13'30.2"E

## Wellness studio Kareš, Kouty nad Desnou

Rodzinny ośrodek narciarski Kareš w Koutach nad Desnou oferuje Państwu nie tylko doskonałe warunki narciarskie i noclegowe w przepięknej okolicy, ale również komfortowe usługi wellness.

Wellness studio Ski areál Kareš oferuje relaks i wypoczynek dla wszystkich odwiedzających Jeseniki. Do dyspozycji gości jest jacuzzi, sauna oraz usługi doświadczonych masażystów. Można także miło spędzić czas w przytulnej kawiarence oferującej dostęp po Internetu, która jest częścią kompleksu. Wellness studio znajduje się na parterze apartamentowca Pod zálesím przy głównej ulicy około 500m od Ośrodka narciarskiego Kareš.

### Usługi dodatkowe

Ośrodek narciarski Kareš oferuje atrakcje dla całej rodziny.

## Centrum relaksacyjne Andělka, Hanušovice

Centrum relaksacyjne Andělka jest miejscem odpowiednim dla rodzin z dziećmi, par chcących przeżyć romantyczne chwile, sportowców czy turystów, którzy chcą odpocząć i skorzystać z usług wellness.

Przenocować można w jednym z trzech apartamentów na poddaszu mieszczących w sumie 10 osób.

W pensjonacie jest sauna, która ma niezaprzeczalnie pozytywny wpływ na zdrowie, podobnie jak łaźnie Kneippa, stanowiące idealne uzupełnienie rytuału saunowego. Częścią centrum wellness jest również wanna do hydromasażu, będąca oazą relaksu, regeneracji sił oraz odpoczynku. Możecie Państwo skorzystać również z oferty masażu. Masaże sportowe działają pobudzająco i tonizująco, masaże relaksacyjne uspokoją Państwa ciało i duszę. W ofercie znajdują się masaże miodem, które są skuteczną metodą detoksykacji i metodą kosmetyczną, po której Państwa ciało będzie przyjemnie oczyszczone, zaś skóra jedwabiście gładka i pachnąca miodem. Nie brak również masażu relaksacyjnego stopami, masażu limfatycznego, masażu gorącymi kamieniami oraz bańkami.

## Hotel Stará Pošta\*\*\*, Bělá pod Pradědem

Hotel Stará Pošta znajduje się w samym sercu Jeseników w ośrodku górskim Bělá pod Pradědem, dzielnica Filipovice.

Do dyspozycji gości jest ogrzewany basen, infrasauna i sauna, solarium, kort tenisowy ze sztuczną nawierzchnią oraz miejsce do ćwiczeń na świeżym powietrzu. Z oferty masażu można wybrać na przykład masaż częściowy, masaż miodem oraz masaż gorącymi kamieniami.

## Sportotel Kurzovní pod Pradědem

Sportotel Kurzovní jest najwyżej położonym hotelem górskim w Republice Czeskiej (1335m n. p. m.) usytuowanym w Narodowym Rezerwacie Przyrody Praděd (1 491 m n. p. m.) na chronionym obszarze Jeseników.

Dajcie się Państwo skusić i spróbujcie masażu, skorzystajcie z nowoczesnie wyposażonego centrum fitness, sauny fińskiej, parowej, infrasauny czy jacuzzi. Do dyspozycji klientów jest solarium oraz wanna do hydromasażu.



## Centrum Relaksacji Kolštejn, Branná

Centrum Relaksu Kolštejn w Branné jest doskonałym miejscem, aby pod jednym dachem zażyć odrobinę odpoczynku, relaksu, przyjemności i zabawy.

### Zakwaterowanie

Na terenie centrum do dyspozycji gości jest 25 komfortowych pokoi z 75 miejscami noclegowymi. Wybrane pokoje są bezbarierowe. Pokoje na poddaszu są łatwo dostępne windą hotelową. Centrum posiada również trzy pomieszczenia odpowiednie do organizacji odczytów i konferencji mogące pomieścić w sumie 160 osób.

### Wellness

Centrum Wellness umiejscowione jest w wyjątkowych pomieszczeniach piwnicznych. W ofercie znajduje się sauna fińska, parowa z aromatami solnymi, prysznice z hydromasażem, miejscem odpoczynku, tropikalnym deszczem i jacuzzi. Ci z Państwa, którzy preferują intymniejsze i spokojniejsze miejsca odpoczynku w kręgu swoich najbliższych, mogą skorzystać z możliwości zarezerwowania centrum wellness.

### Witalny świat

Witalny świat posiada w swojej ofercie saunę ziołową, fińską, saunę z fińskim wiadrem, terapię solną czy saunę celtycką. Chętni mogą skorzystać z kąpiei Kneippa, tepidarium, prysznica z hydromasażem, jacuzzi, deszczu tropikalnego, basenu chłodzącego i podgrzewanego. Witalny świat jest przeznaczony dla grupy 35 osób.

### Ziołowa łaźnia parowa Fitodar

Jest to jedna z najbardziej naturalnych i najskuteczniejszych metod oczyszczania organizmu. Ziołowa łaźnia parowa poprawia ogólny psychosomatyczny stan zdrowia człowieka, oczyszcza, regeneruje, uzdrawia ciało i ducha. Proces ten wzmacnia system odpornościowy, poprawia termoregulację i procesy metaboliczne organizmu.

### Pobyty

Pakiety pobytowe przeznaczone dla osób we wszystkich kategoriach wiekowych skomponowano, kładąc szczególny nacisk na połączenie świeżości, odprężenia, relaksu, witalności, romantyzmu, oryginalności, wypoczynku w ciepłe i spokoju.



**Centrum Relaksacji Kolštejn**  
Branná 60, Branná  
tel.: +420 583 286 421, +420 602 651 027  
e-mail: info@relaxkolstejn.cz  
www.relaxkolstejn.cz, www.vitalni-svet.cz  
GPS: 50°9'8.853"N, 17°0'37.772"E





## Sanatorium wojskowe

**Jeseník**  
hotel Albatros\*\*\*, pensjonat Silesie\*  
Myslbekova 271, Jeseník Lázně  
tel.: +420 973 414 111  
e-mail: rezervace@je.vlrz.cz  
www.vlrje.cz  
GPS: 50°14'20.067"N, 17°11'6.184"E



**Hotel Zlatý Chlum**  
Jánského 7, Česká Ves - Jeseník  
tel.: +420 584 492 911  
e-mail: info@hotel-zlatychlum.cz  
www.hotel-zlatychlum.cz  
GPS: 50°15'21.463"N, 17°13'33.844"E



## Sanatorium wojskowe Jeseník

Kompleks wojskowego sanatorium znajduje się w bardzo atrakcyjnej części Jeseníków.

### Zakwaterowanie

Niedawno odnowiony centralny budynek **sanatoryjny Albatros** dysponuje 88 miejscami noclegowymi. Obiekt proponuje szeroką gamę zabiegów fizjoterapeutycznych i balneologicznych. W ofercie znajduje się kompleksowe leczenie nadwagi, zaburzeń mięśniowo-szkieletowych, zwłaszcza schorzeń kręgosłupa, a także ćwiczenia relaksacyjne z elementami muzykoterapii. Kuracjusze mogą skorzystać z kojących zabiegów uzdrowiskowych oraz przyjemnych masażu. Możliwość zakwaterowania oferuje również **pensjonat Silesia**.

### POBYTY

**Szczupła sylwetka (7 dni)** – w trakcie pobytu uczestnicy będą mieli możliwość skorzystania z kąpeli perełkowej, torfowej klasycznej i torfowego jacuzzi, kilkakrotnego odwiedzenia basenu, solarium i sauny.

**Pobyt uzdrowiskowo – rehabilitacyjny (7 dni)** – uczestnicy będą mogli spróbować kąpeli z dodatkami, kąpeli perełkowej, torfowej czy magnezowej, skorzystać z masażu szyi i pleców, elektroterapii, okładów ziołowych a także odwiedzić basen i saunę.

**Pobyt profilaktyczno – regenerujący (7 dni)** – obejmuje m.in. z kąpiele z dodatkami i kąpeli perełkową, masaże szyi i pleców, elektroterapię, okłady ziołowe Velba oraz wizyty na basenie.

## Hotel Zlatý Chlum, Česká Ves

**Stylowy hotel dzięki swojemu położeniu stanowi idealne miejsce na urlop umowżliwiający rekreację, relaks i aktywny wypoczynek. Jest zlokalizowany zaledwie 3 kilometry od Jesenika.**

Znajdują się tu 22 gustownie urządzone pokoje oferujące 58 miejsc noclegowych. Sala konferencyjna hotelu pomieści 250 osób, do dyspozycji gości jest również samodzielny zamykany salonik na 20 osób.

### POBYTY

#### Pobyty Wellness

W ofercie znajdują się pobyty weekendowe i tygodniowe, wellness krótki lub wellness przedłużony weekend. Na gości czekają nie tylko piękne pokoje, doskonałe jedzenie, ale również sauna hotelowa, centrum fitness, masaże i aquacentrum.

**Weekend Wellness (3 dni)** – nieograniczony wstęp do sauny hotelowej oraz centrum fitness, masaż częściowy, wstęp do aquacentrum.

**Wellness przedłużony weekend (4 dni)** – nieograniczony wstęp do sauny hotelowej oraz centrum fitness, masaż całościowy, masaż gorącymi kamieniami, wstęp do aquacentrum.

**Wellness krótki tydzień (5 dni)** – nieograniczony wstęp do sauny hotelowej oraz centrum fitness, masaż częściowy, masaż gorącymi kamieniami, wstęp do aquacentrum.

**Tydzień Wellness (8 dni)** – nieograniczony wstęp do sauny hotelowej oraz centrum fitness, masaż częściowy, masaż całościowy, masaż gorącymi kamieniami, wstęp do aquacentrum.

## Hotel Wellness Helios, Lipová-lázně

Hotel Helios to nowo wybudowany kompleks wellness w Jeseníkach.

Zakwaterowanie jest możliwe w pokojach i apartamentach mogących pomieścić 64 osoby. Obiekt dysponuje także pełną ofertą wellness. Zupełnie nowy podgrzewany basen kryty, kompleks saun (infrasauna, sauna fińska i parowa), jacuzzi z panoramicznym widokiem na grzebień Jeseníków, brodzik i chodnik masujący Kneippa. Goście mogą wybierać z bogatej oferty masażu relaksacyjnych, podczas których będą się mogli oddać w ręce doświadczonych masażystów. Można spróbować klasycznego masażu relaksacyjnego, uciskowego masażu chińskiego, masażu gorącymi kamieniami, miodowej detoksykacji twarzy, masażu dla kobiet w ciąży, masażu bańkami, ręcznego częściowego drenażu limfatycznego, całościowego masażu hawajskiego, masażu bambusami, okładów parafinowych dłoni i okładów formujących sylwetkę.



 -10 %

**Hotel Helios**  
Lipová-lázně 25, Lipová-lázně  
tel.: +420 775 775 942  
www.heliosjeseniky.cz  
GPS: 50°13'31.612"N, 17°7'3.231"E

## Bohemaland Zlaté Hory

Obiekt sportowo – rekreacyjny Bohemaland położony jest w jednym z najczystszych ekologicznie regionów Republiki Czeskiej. Jest doskonałym miejscem do uprawiania turystyki pieszej, rowerowej i do jazdy na nartach.

Zatrzymać się można w jednym z dwóch odnowionych budynków. Do dyspozycji gości są pokoje typu hotelowego lub drewniane domki mieszczące od 10 do 12 osób. Obiekt dysponuje w sumie 238 miejscami noclegowymi.

Oferta Wellness obejmuje saunę, wannę do hydromasażu, solarium oraz siłownię. W lecie kąpiele na świeżym powietrzu i miejsce do opalania zapewnia odkryty basen z przylegającą do niego trawiastą plażą. Bohemaland oferuje również nowoczesną saunę dla 10–15 osób z basenem chłodzącym i miejscem do odpoczynku. Do dyspozycji gości jest masażysta, którego usługi należy zamówić z wyprzedzeniem na konkretną godzinę.

Amatorzy sportu mogą skorzystać z zewnętrznych kortów przeznaczonych do gry w tenisa i siatkówkę, boiska do gry w siatkówkę plażową lub boiska do piłki nożnej. Bohemaland oferuje również wynajem quadów i nowoczesną siłownię. W obiekcie znajduje się sala konferencyjna na 250 osób oraz restauracja na 124 osoby – jest to doskonałe miejsce na organizację wesel, uroczystości rodzinnych, wykładów czy prezentacji.

## Jaskinie solne

### Jaskinia solna Šumperk

Temenická 46, tel.: +420 583 283 316, +420 775 623 301, e-mail: dotazy@solnasumperk.cz, www.solnasumperk.cz / 49°58'14.412"N, 16°57'47.949"E

### Uzdrowiskowa jaskinia solna i studio wellness, Zábřeh

Křížkovského 2, www.talorm.cz, tel.: +420 583 416 381 / 49°52'42.459"N, 16°52'44.860"E

### Jaskinia solna Solvita, Jeseník -10 %

Lázeňský dům Douche, Priessnitzova 299, www.solne-jeskyne.info, tel.: +420 584 452 579 / 50°14'24.638"N, 17°11'5.080"E



### Sportovně-rekreační areál Bohemaland

Zlaté Hory 710, Zlaté Hory  
tel.: +420 777 779 600  
e-mail: recepc@bohemaland.cz  
www.bohemaland.cz  
GPS: 50°14'45.765"N, 17°23'31.636"E





# Uzdrowisko Teplice nad Bečvou



**Uzdrowisko Teplice nad Bečvou a.s.**  
Teplice nad Bečvou 63  
tel.: +420 581 818 181  
e-mail: lazne@ltnb.cz  
www.ltnb.cz  
GPS: 49°31'53.523"N, 17°44'32.247"E

**Mogą Państwo skorzystać z pobytów tygodniowych lub weekendowych obejmujących szereg zabiegów lub wybrać coś dla siebie z oferty korzystnych pakietów.**

Uzdrowisko jest położone niedaleko miasta Hranice w dolinie rzeki Bečva. Jego historia sięga już roku 1553, kiedy to ówczesny właściciel majątku Hranice Jan Kropáč z Nevědomí polecił zbudować kamienny zbiornik do kąpiei w wodzie mineralnej. Efekty terapeutyczne wody mineralnej były wykorzystywane już od dawna. Poza tradycyjnymi zabiegami uzdrowisko oferuje pobyty leczniczo – relaksacyjne, kąpiele, okłady czy masaże mające funkcje lecznicze, profilaktyczne i relaksacyjne, z których skorzystać może każdy.



  
**Lázně  
Teplice  
nad Bečvou**

## Co leczy się w uzdrowisku

Oferta zabiegów opiera się w szczególności na kąpielach w wodzie mineralnej o wysokiej zawartości dwutlenku węgla. Jest on wchłaniany przez skórę do krwioobiegu, i stanowi doskonały naturalny sposób na rozszerzenie naczyń krwionośnych i obniżenie ciśnienia krwi. Mając do dyspozycji wykwalifikowany personel i odpowiednie wyposażenie, uzdrowisko Teplice nad Bečvou prowadzi rehabilitację kardiologiczną dla pacjentów po ciężkich operacjach serca. Specjaliści z uzdrowiska pomagają w nauce dobrych nawyków żywieniowych oraz zdrowego trybu życia. Duży nacisk kładzie się na profilaktykę, która obniża ryzyko wystąpienia zawałów serca i udarów. Uzdrowisko zajmuje się leczeniem schorzeń układu mięśniowo – szkieletowego oraz chorób przemiany materii i gospodarki hormonalnej – diabetes mellitus (cukrzyca).



## Zabiegi lecznicze

Podstawowym środkiem leczniczym są kąpiele węglowe, które mają korzystny wpływ na układ krążenia. Kąpiele uzupełnia bogata oferta zabiegów z zakresu masażu, okładów, elektroterapii i rehabilitacji. Uzdrowisko posiada w swojej ofercie zabiegi, których nie znajdziecie Państwo nigdzie indziej. Urządzenie Vacushape pomaga modelować sylwetkę i chudnąć w problematycznych partiach ciała, polarium Arktika wzmacnia odporność, przynosi ulgę obolałym stawom, łagodzi objawy łuszczycy oraz cellulitu. Nowością są oryginalne masaże ajurwedyjskie wykonywane przez Hindusów. Jako prezent dla swoich bliskich można wykupić bon na różne rodzaje zabiegów.

## Usługi dodatkowe

Kompleks uzdrowski oferuje usługi wszelkiego rodzaju, od usług gastronomicznych, zabiegów, aż po usługi fryzjerskie i kosmetyczne. Znajduje się tu również jaskinia solna Saltika, solarium, trasy do nordic walking, korty tenisowe, tenis stołowy i minigolf. Pobliskie atrakcje przyrodnicze i historyczne warto zwiedzić pieszo lub na rowerze.

## Zakwaterowanie

Sanatoria Bečva, Janáček, Moravan i dom uzdrowski Slovenka oferują zakwaterowanie, wyżywienie, zabiegi oraz badanie lekarskie, wszystko pod jednym dachem. We wszystkich dużych sanatoriach w okolicach wejścia oraz w pokojach można korzystać z bezprzewodowego Internetu. Luksusowe zakwaterowanie w stylowo urządzonej wnętrzach oferuje zbudowane niedawno pokoje Exclusive. We wszystkich sanatoriach znajdują się windy, Moravan dysponuje również pokojami bezbarierowymi. Popołudnia i wieczory można spędzać w przytulnych kawiarniach dla niepalących, a w miesiącach letnich również w ogródkach kawiarnianych.

## Imprezy firmowe i konferencje

**Sala towarzyska Moravan\*\*\***

Sala z podium, nagłośnieniem oraz projektorem wideo i rzutnikiem pomieści do 70 osób.

**Mały salonik Moravan\*\*\***

Przeznaczony jest dla 10 osób, nadaje się na szkolenia czy zebrania wyjazdowe.



## CO WARTO WYPRÓBOWAĆ

### Polarium Arktika

W uzdrowisku Teplice nad Bečvou można wypróbować unikatową metodę leczenia zimnem wykorzystującą leczniczy wpływ bardzo niskich, a nawet ekstremalnych temperatur. Podczas kompleksowej terapii zimnem organizm jest wystawiony na działanie temperatury do -120 °C przez czas dwóch do trzech minut. Niskie temperatury są znanym środkiem leczniczym w bólach i stanach zapalnych. Badania lekarskie potwierdziły, że działanie niskiej temperatury na całe ciało pomaga leczyć choroby reumatyczne i przewlekłe stany zapalne narządów ruchu. Dzięki działaniu regeneracyjnemu wyraźnie spowalniany jest proces starzenia, a także podnosi się odporność organizmu.







## Centrum wellness Moravan Teplice nad Bečvou

Centrum Wellness znajduje się w sanatorium Moravan, w spokojnej części uzdrowiska Teplice nad Bečvou nad doliną rzeki Bečvy. Sanatorium umożliwia nie tylko zakwaterowanie, ale także z wyżywieniem, zabiegami oraz badaniem lekarskim.

Znajdźcie Państwo czas dla swojego ciała i ducha i pozwólcie unieść się na fali przyjemności w przytulnym otoczeniu centrum wellness Moravan.

### Infrasauna

jest to drewniana kabina wyposażona w specjalny grzejnik zapewniający temperaturę od 40 do 60 °C. Pocenie jest intensywniejsze, ponieważ promieniowanie podczerwone wnika głęboko do tkanek.

### Sauna ziołowa

w pomieszczeniu sauny z parownikiem ziołowym temperatura waha się w granicach 40 do 60 °C a wilgotność jest większa niż w saunie suchej. Podczas inhalacji oczyszczone zostają drogi oddechowe.

### Łaźnia solna

w powietrzu unosi się roztwór soli w postaci delikatnej mgiełki, ma on na celu ogrzanie organizmu i wywołanie pocenia. Małe kropelki są wchłaniane zarówno przez skórę jak i błonę śluzową układu oddechowego. Wilgotność powietrza wynosi 100 %.

### Łaźnia Kneippa

jest doskonałym uzupełnieniem rytuału saunowego. W zabiegu chodzi o naprzemienne oddziaływanie ciepłej i zimnej wody, które wspiera metabolizm tkanek i perfuzji.

### Tropikalny prysznic

specjalna głowica prysznicowa stwarza wrażenie deszczu tropikalnego.

### Wiadro odwagi

wiadro napełnione lodową wodą zapewni szybkie schłodzenie skóry.

### Lodospad

jest to misa napełniona kawałkami lodu, służącymi do ochładzania ciała po pobycie w saunie.

### Jacuzzi

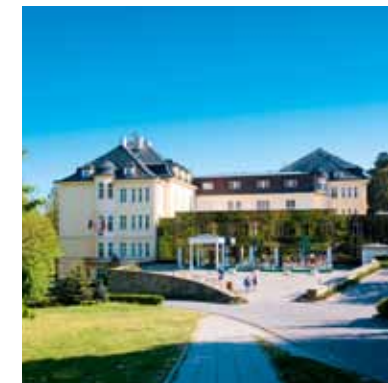
dysze do hydromasażu i gorąca kąpiel z bąbelkami likwidują zmęczenie, ból i poprawiają ukrwienie organizmu. Temperatura wody waha się pomiędzy 35–38 °C.

### Podgrzewane ławki

ławki przeznaczone są do siedzenia i odpoczynku podczas rytuałów saunowych.



**Uzdrowisko Teplice nad Bečvou a.s.**  
Teplice nad Bečvou 63  
tel.: +420 581 683 640  
e-mail: lazne@ltnb.cz  
www.ltnb.cz  
GPS: 49°31'53.523"N, 17°44'32.247"E



## PROGRAMY I POBYTY UZDROWISKOWE

### Mini pobyt uzdrowiskowy (7 dni)

Program leczniczy skoncentrowany jest na leczeniu chorób układu sercowo – naczyniowego oraz niektórych zaburzeń mięśniowo – szkieletowych. Kuracja lecznicza jest dostosowywana indywidualnie do pacjenta i obejmuje dwa zabiegi dziennie.

### Senior 65+ (7 dni)

Pobyt dla pacjentów w wieku 65 i więcej lat. Obejmuje kąpiele w tutejszym źródle naturalnym, miejscowe okłady mające na celu złagodzenie bólu stawów oraz masaże częściowe.

### Niezwykłe dni (4 dni)

W ramach pobytu można wypróbować kilka zabiegów. Możecie Państwo skorzystać z kąpeli węglowej, klasycznego masażu częściowego i kąpeli stóp z hydromasażem.

### Wellness (7 dni)

Program leczniczy kładący nacisk na relaks, obejmuje zabiegi lecznicze i wizyty na basenie a także usługi wellness.

### Tylko dla kobiet (3 dni)

Zapraszamy Panie do skorzystania z programu stworzonego specjalnie z myślą o kobietach. Podczas pobytu będzie można spróbować zabiegów o działaniu terapeutycznym, wypocząć i nacieszyć się spokojem w okolicy uzdrowiska.

### Weekend z ajurwedą (2 dni)

Uzdrowisko oferuje jedyną w swoim rodzaju nowość w skali Republiki Czeskiej, którą są oryginalne masaże ajurwedyjskie. Oryginalne przeżycie zapewnią hinduscy masażyści należący do najlepszych ekspertów w tej dziedzinie. Zabiegi dobrze wpływają na detoksykację organizmu, uwolnienie go od stresu, regenerują i odmładzają.

### Uzdrowisko dla dwojga – pobyt romantyczny (3 dni)

Podczas pobytu uzdrowiskowo-relaksacyjnego będziecie Państwo mogli skorzystać nie tylko z klasycznych zabiegów, ale także relaksu podczas pobytu w saunie fińskiej tylko we dwoje i dwugodzinnej sesji w centrum odnowy biologicznej Moravan.

### Klimat morski (7 dni)

Częścią programu leczniczego jest wizyta w jaskini solnej, która wspomaga leczenie różnych problemów zdrowotnych takich, jak przewlekłe katar, infekcje górnych dróg oddechowych, astma, choroby układu nerwowego oraz choroby skóry.

### Manager (4 dni)

Ekskluzywny program dla osób żyjących w szalonym tempie. Dzięki specjalistycznym badaniom lekarskim pomożemy wykryć ryzyko chorób układu krążenia i umożliwimy Państwu odpoczynek podczas przyjemnych zabiegów relaksacyjnych.



# Uzdrowisko Skalka



## Uzdrowisko Skalka

Skalka 81, Pivín  
tel.: +420 582 384 168, +420 721 783 119  
e-mail: lazneskalka@lazneskalka.cz  
www.lazneskalka.cz  
GPS: 49°24'11.383"N, 17°10'21.046"E



## CO WARTO WYPRÓBOWAĆ

### Kąpiele ziołowe

Konieczni musicie Państwo spróbować kąpiele dermatologicznych i relaksacyjnych. Użyte do kąpiele mieszanki ziół zwiększają aktywność organizmu, regulują temperaturę ciała i ciśnienie krwi, oddech, równowagę i procesy gojenia. Bardzo przyjemne i pozytywne w skutkach jest wdychanie oparów z aromatem ziół, które pozytywnie wpływają na ciało, umysł i psychikę człowieka. Kąpiele ziołowe dobroczynnie działają na układ mięśniowo-szkieletowy, zmniejszają napięcie mięśni, mają działanie przeciwbólowe i zmniejszają obciążenie psychiczne.

## Uzdrowisko słynie z wód mineralnych o unikalnym składzie.

Uzdrowisko Skalka jest położone około 12 km od Prostějova na obszarze łagodnie pofałdowanej wyżyny Dražanské. W roku 1928 zostało założone przez Vilu Sonevenda z Prostějova na terenie dawnego stawu Bařiska, zasilanego dwoma źródłami wody mineralnej.

### Co leczy się w uzdrowisku

Woda ze źródeł mineralnych wykorzystywana jest do kuracji pitnej i stanowi główny składnik wszystkich zabiegów wodoleczniczych, które wspomagają leczenie zaburzeń mięśniowo – szkieletowych i chorób reumatycznych.

### Zabiegi i programy uzdrowiskowe

Do najpopularniejszych zabiegów należą kąpiele perelkowe i ziołowe, a także szeroka oferta masażu.

### Zakwaterowanie

Na terenie obiektu znajduje się dziesięć pokoi jedno- i dwuosobowych typu apartamentowego. Cały budynek jest bezbarierowy, do dyspozycji gości jest sauna oraz salon z balkonem.

### Imprezy firmowe, seminaria

Znajdująca się w sąsiedztwie uzdrowiska restauracja dysponuje salą na 100 osób. Bardziej kameralnym miejscem jest salonik myśliwski na 24 osoby.

### Usługi dodatkowe

Malownicza okolica jest idealnym miejscem na spacer do pobliskiego parku leśnego, w którym znajdują się wyjątkowe jeziora naturalne z rzadkimi liliami, a także do uprawiania turystyki rowerowej, co docenią zapewne rodziny z dziećmi. Na terenie uzdrowiska znajduje się pole do minigolfa, boisko do petanque, kort tenisowy oraz boisko z małym basenem.

# Uzdrowisko Bochoř



## Uzdrowisko Bochoř

Náves 11/57, Bochoř  
tel.: +420 581 205 045, +420 606 375 615  
www.bochor.cz  
GPS: 49°25'9.930"N, 17°25'42.035"E

## Uzdrowisko Bochoř położone jest ok 5 km od miasta Přerov i jest jednym z najstarszych uzdrowisk na Morawach.

Ze względu na siarkowo – żelazowy skład źródła uzdrowskiego nazywane jest Morawskimi Pieszczanami. Obecnie należy do uzdrowisk o charakterze oczyszczającym, ponieważ nie ma oficjalnego statutu uzdrowiska nadawanego przez Ministerstwo Zdrowia.

### Co leczy się w uzdrowisku

Urządzenia Balneologiczne przeznaczone są dla osób cierpiących na choroby stawów i układu mięśniowo-szkieletowego, zmagających się z chorobami reumatycznymi, żołądkowymi i ginekologicznymi.

### Zabiegi lecznicze

Podstawę stanowią kąpiele w wodzie ze źródła siarkowo-żelazowego, okłady i masaże zdrowotne. Woda ze źródła ma działanie lecznicze, nie jest sztucznie nasycana dwutlenkiem węgla, jest to naturalna woda gazowana.

### Zakwaterowanie

Uzdrowisko oferuje możliwość zakwaterowania w pokojach jedno- i dwuosobowych. Do dyspozycji gości jest salon z telewizorem. Osoby chcące wybrać się do pobliskiego Přerova mogą skorzystać z dogodnego połączenia autobusowego.



## CO WARTO WYPRÓBOWAĆ

Spróbujcie zabiegu składającego się z kąpiele, okładów i masażu. Do osiągnięcia efektu terapeutycznego należy odbyć dziesięć zabiegów. (Zabieg nie jest odpowiedni dla osób cierpiących na choroby serca i naczyń krwionośnych).



# Uzdrowisko Slatinice



## Uzdrowisko Slatinice

Slatinice 29, Slatinice  
tel.: +420 585 944 599  
e-mail: [recepce@lazneslatinice.cz](mailto:recepce@lazneslatinice.cz)  
[www.lazneslatinice.cz](http://www.lazneslatinice.cz)  
GPS: 49°33'44.546"N, 17°5'47.062"E



## CO WARTO WYPRÓBOWAĆ

Skorzystajcie Państwo z treningu korzystania z kijków do Nordic Walking prowadzonego przez fizjoterapeutów i wyrusźcie z przyjaciółmi śladami Josefa Mánesa przez szczyt Kosíře do magicznego parku zamkowego w Čechách pod Kosířem, do Czarnej wieży do Drahanovic lub pomnika lotników w Slatinicach.

## Odkryj piękno parku krajobrazowego Velký Kosíř oraz bogactwo kulturalne regionu Hana.

Slatiničské źródła wód mineralnych od niepamiętnych czasów wykorzystywane są w celach leczniczych. Historia samego uzdrowiska sięga już XVI wieku, kiedy powstał pierwszy dokument medyczny poświęcony niezwykłym właściwościom miejscowych wód. Obecnie o pacjentów dba doświadczony zespół pracowników, który wraz z bogactwem kulturalnym i przyrodniczym regionu sprawia, iż slatiničské uzdrowisko jest doskonałym miejscem do regeneracji zdrowia i odzyskania dobrego samopoczucia.

## Co leczy się w uzdrowisku

Ludzie przyjeżdżają do Slatinice z różnych powodów. Niektórzy korzystają z kompleksowej lub objawowej terapii układu mięśniowo-szkieletowego (grupa wskaźnikowa VII) refundowanej przez firmy ubezpieczeniowe. Pacjenci odzyskują zdrowie po ciężkich operacjach oraz stanach pourazowych w wyspecjalizowanej placówce medycznej. Pobyty weekendowe lub relaksacyjne przeznaczone są dla par, przyjaciół oraz ogólnie dla osób chcących odzyskać pogodę ducha. Ze względu na atrakcyjną okolicę uzdrowisko jest popularnym miejscem na przerwę w drodze na pobliski wierzchołek hanáckého „Mont Blank”.

## Zabiegi lecznicze

Podstawę zabiegów uzdrowiskowych stanowią unikalne hipotoniczne źródła naturalne zawierające siarkowodor, a także znany zespół lekarzy i fizjoterapeutów. Najpopularniejszymi zabiegami są kąpiele w samodzielnych wannach lub basenie krytym, w którym temperatura wody wynosi 34 °C. Odpocząć można również w basenie o wymiarach 12x7m, w jacuzzi lub infrasaunie, czy też fundując sobie którykolwiek z ponad stu zabiegów leczniczych i relaksacyjnych.

## Usługi dodatkowe

Turyści odwiedzający Slatinice i okolicę mają okazję uczestniczyć w bogatym życiu kulturalnym. Uwagę osób ciekawych świata przyciągną znajdujące się w promieniu ok 20km liczne zamki, muzea i inne wspaniałe atrakcje turystyczne. Do domu zabrać można andruty uzdrowiskowe, dwa rodzaje likierów, a także wspomnienie potraw i słodkości przygotowywanych przez restaurację uzdrowiskową.

## Zakwaterowanie

### Hotel uzdrowiskowy Mánes \*\*superior

Nazwę hotel zawdzięcza malarzowi, który znaczną część swojego życia pracował w okolicy. Hotel oferuje zakwaterowanie w pokojach jedno i dwuosobowych z łazienką, WC, telefonem, Internetem oraz telewizorem. Hotel w roku 2007 przeszedł gruntowny remont.

### Hotel uzdrowiskowy Morava

Zabytkowy budynek barokowy z XVIII wieku, zbudowany na planie kwadratu z pięknym otwartym wewnętrznym atrium. Skorzystać w nim można z usług balneoterapii, a także wewnętrznego basenu z wodą mineralną. Znajduje się tu jadalnia na sto osób, restauracja z trzydziestoma miejscami oraz niedawno odnowiona biblioteka mogąca pomieścić trzydzieści osób.

### Hotel uzdrowiskowy Hanačka \*\*dependance

Bez względu na to czy wybieriecie Państwo pokój skierowany na stok Kosíře czy na równinę Hana, Hanačka może zaoferować Państwu przepiękny widok. Hotel przeszedł remont w roku 2010, ma cztery piętra i wyposażony jest w windę. Pokoje jedno- i dwuosobowe posiadają WC, prysznic, telefon, Internet, telewizor oraz balkon.

### Hotel uzdrowiskowy Balnea \*\*\*

Pokoje są jedno- i dwuosobowe z łazienkami, telewizorem, telefonem, Internetem i w większości z balkonem. Winda zawiezie was do strefy relaksacyjnej, w której znajduje się basen, jacuzzi oraz infrasauna.

## Transport

Wyjątkowe położenie sprawia, iż Slatinice są bardzo łatwo dostępnym uzdrowiskiem. Znajdują się jedynie 10km od Olomuńca i Prostějova i 70km od Brna. Po ciągnięciu można tu dojechać z Prostějova, Olomuńca czy Litovli a autobusem co godzinę bezpośrednim połączeniem z Olomuńca.





# Wellness na Środkowych Morawach



 -10 a 15%

**Balneo centrum Flora, Hotel Flora\*\*\***  
Krapkova 34, Olomouc  
tel.: +420 585 422 200 +420 605 788 818  
e-mail: info@lazneolomouc.cz  
www.lazneolomouc.cz  
GPS: 49°35'28.215"N, 17°14'36.197"E

## Balneo centrum Flóra

Hotel Flora to nowoczesny dziesięciopiętrowy hotel z międzynarodową klientelą położony w spokojnej części miasta Olomuniec, w bezpośrednim sąsiedztwie parków miejskich. Znajduje się zaledwie dziesięć minut spacerem od centrum.

### Zakwaterowanie

Hotel oferuje przyjemne i wygodne zakwaterowanie w 164 pokojach, dwa pokoje są bezbarierowe. W obiekcie dysponuje w sumie 328 miejscami noclegowymi.

### Konferencje

Hotel dysponuje niemal 1000 m<sup>2</sup> przestrzeni przeznaczonej do organizacji konferencji czy uroczystości rodzinnych. Obiekty są ze sobą powiązane, dzięki czemu można stworzyć jedno duże wielofunkcyjne pomieszczenie dla maksymalnie 400 osób.

### Balneocentrum

Balneo centrum Flora jest unikatowym obiektem oferującym kompleksowe usługi relaksacyjne wykorzystujące dobroczynne działanie wody i łaźni wodnych na organizm. Balneo centrum zaprasza na pobyty weekendowe koncentrujące się na redukcji masy ciała, relaksie oraz na pobyty wypoczynkowe (weekendowe, 4 dniowe i 7 dniowe).



## Zabiegi lecznicze

Uzdrowisko Olomuniec specjalizuje się przede wszystkim w zabiegach zapobiegających schorzeniom układu mięśniowo-szkieletowego (fizykoterapii), wzmacnianiu odporności oraz aktywacji procesów samoleczenia w organizmie (balneoterapia). Oferta ambulatoryjna obejmuje zabiegi uzdrowskowe oraz SPA – masaże, terapię tlenową, floating, okłady błotne, okłady torfowe oraz kąpiele uzdrowskowe z dodatkami, fototerapię, kąpiele relaksacyjne, drenaż limfatyczny, a także masaże limfatyczne. Uzdrowisko jest również największym centrum w Olomunicy specjalizującym się w dbaniu o zdrowie oraz w ćwiczeniach w wodzie. W ofercie znajduje się aquaerobic, aquafitness oraz waterfitness.

## Programy uzdrowskowe

Stanowią kombinację poszczególnych zabiegów skomponowaną w sposób ukierunkowany na osiągnięcie oczekiwanego efektu leczniczego (balneoterapia) lub wypoczynkowego (wellness - relaks). Programy wellness są zaplanowane tak, aby obejmowały najlepsze zabiegi relaksacyjne oddziałujące na wszystkie zmysły. Programy partnerskie mają na celu umożliwienie jak najlepszego wypoczynku i relaksu parom przy zachowaniu ich prywatności.



## OFERTA POBYTÓW WEEKENDOWYCH

### Romantyczny zmysłowy weekend dla par

Proponujemy zakwaterowanie w romantycznym pokoju oraz zabiegi dla par. Rezerwacja sauny dla dwóch osób, kąpiel Kleopatry dla dwojga, równoczesny masaż dla dwojga oraz okłady z czekolady.

### Walking weekend

Pobyt nastawiony na aktywne spędzenie czasu wolnego z zajęciami fitness oraz wellness, które wpłyną pozytywnie na zdrowie i pomogą Państwu zapoczątkować nowy styl życia. Popularny nordic walking z instruktorem odbywa się w przepięknych olomunieckich parkach graniczących z historycznym centrum miasta.

### Weekend EASY SPA

Cieszyć się Państwo tym co najlepsze we współczesnym Wellness i Spa.

### Happy weekend

Oferuje komfortowy i spokojny weekend w pięknym mieście.

### OXY weekend

Sprawdźcie Państwo moc terapii tlenowej i terapii z wykorzystaniem dwutlenku węgla.

### Olomuniec – 7 atrakcji dla dwóch osób

Pobyt przeznaczony dla tych, którzy chcą przeżyć nowe doświadczenia kulturalne oraz chłonąć niepowtarzalną atmosferę Olomunicy – barokowego centrum Środkowych Moraw, zaś po wycieczkach kulturalnych skorzystać z kuracji relaksujących.

### Weekend dla zdrowia

Spędzić Państwo we dwoje weekend w uzdrowsku.

### Weekend top wellness

Obejmuje zabiegi dla dwóch osób, specjalne zabiegi dla kobiet oraz zabiegi przeznaczone dla mężczyzn.



## OFERTA POBYTÓW 7-DNIOWYCH

### Zdrowa linia

Aktywny program sportowy dla osób chcących rozpocząć proces utraty wagi obejmujący zdrową dietę oraz odpowiednią ilość ruchu. Obejmuje 14 zabiegów uzdrowskowych i wellness.

### Cisza i spokój

Program uzdrowskowy dla kobiet i mężczyzn, mający na celu nabranie nowych sił. Obejmuje 14 zabiegów uzdrowskowych.

### Senior 50+

Uzdrowskowy regenerujący pobyt dla osób starszych, skoncentrowany na wzmocnieniu i stymulacji organizmu. Obejmuje 14 zabiegów uzdrowskowych.

### Wellness

Aktywny program przeznaczony raczej dla kobiet, mający na celu aktywny wypoczynek i przywrócenie równowagi. Obejmuje 13 zabiegów uzdrowskowych i wellness.

### Zdrowie i uroda

Pobyt nastawiony na skuteczną pielęgnację ciała i kształtowanie sylwetki. Obejmuje 13 zabiegów uzdrowskowych i wellness.



**Akademie Hrubá Voda**  
Hrubá Voda 59, Hlubočky u Olomouce  
tel.: +420 585 157 151  
www.hotelhrubavoda.cz  
GPS: 49°40'8.991"N, 17°25'31.581"E



## Hotel seminaryjny Akademie Hrubá Voda

Hotel seminaryjny Akademie położony jest w znanej rekreacyjnej okolicy Hrubá Voda na pograniczu Gór Odrzańskich oraz Niskiego Jesionika. Oferowane usługi skierowane są do klientów korporacyjnych, organizowane są również pobyty rodzinne, sportowe, rekreacyjne. Hotel zajmuje się także profesjonalnymi usługami ślubnymi.

### Zakwaterowanie

Hotel oferuje zakwaterowanie w 30 pokojach (w tym jednym bezbarierowym), do dyspozycji gości jest sześć sal seminaryjnych.

### Zabiegi

Centrum relaksacyjne zaprasza do skorzystania nie tylko z jacuzzi dla czterech osób czy sauny fińskiej, ale także z szerokiej oferty masażu i zabiegów. Możecie Państwo skorzystać z masażu gorącymi kamieniami, detoksykującego masażu miodowego czy masażu relaksacyjno – regeneracyjnego. Amatorom okładów polecamy okład z błota z Morza Martwego, które zawiera 26 rodzajów substancji mineralnych i pierwiastków śladowych. W ofercie znajduje się również okład cytrusowy – z pomarańczy, który działa dezynfekująco oraz okład Algae – z alg morskich zawierających minerały, pierwiastki śladowe i antyoksydanty. Doskonali relaks zapewni masaż regeneracyjny połączony z peelingiem i okładem lub czekoladowa pieszczota (peeling całego ciała, masaż czekoladowy oraz okład z czekolady).

### POBYTY

#### Romantyczny i relaksacyjny pobyt dla dwojga (3 dni)

Spokojny weekend z partnerem wypełniony wycieczkami rowerowymi, jazdą na nartach lub spacerami.

#### Sportowy pobyt dla dwóch osób (1 noc)

Doskonała okazja do jazdy na rowerze, pieszych wycieczek, jazdy na nartach oraz wycieczek po okolicy.

#### Pobyt walentynkowy

Oferta ekskluzywnego wypoczynku z okazji święta zakochanych.

## Aquapark Olomuniec

Olomuniecki Aquapark znajduje się w rejonie nazywanym „Pod Vlachovým”, w bezpośrednim sąsiedztwie parku handlowo – rozrywkowego Haná. Przystosowany jest również dla osób niepełnosprawnych poruszających się na wózkach inwalidzkich.

Posiada w swojej ofercie ciekawe atrakcje wodne i relaksacyjne, miejsca do wypoczynku, masaże, solaria, wszystko w atrakcyjnym otoczeniu w ramach jednego kompleksu stworzonego przez wewnętrzną halę basenową oraz zewnętrzne tereny rekreacyjne pokryte trawą.

Część wewnętrzną tworzą basen rekreacyjny z basenem pływakim, żółta zjeżdżalnia, spacebowl, ślizgawka, basen z hydromasażem, jacuzzi z ławką masującą, brodzik dla dzieci, tepidarium i łaźnia parowa. Do pozostałych atrakcji basenu rekreacyjnego należą dzika rzeka, armatki wodne, dysze do hydromasażu i bicze wodne.

W okresie letnim w Aquaparku funkcjonuje wielofunkcyjny basen zewnętrzny, niebieska zjeżdżalnia, żółta zjeżdżalnia, brodzik dla dzieci oraz boisko do piłki plażowej.



### Relax & Wellness

Relaksacyjna część Aquaparku znajduje się na II piętrze obok baru. Jej częścią jest sauna, łaźnia parowa, zewnętrzna wanna do hydromasażu, strefa odpoczynku oraz bar.

### Sauna

W łaźni parowej przeznaczonej dla 8 do 10 osób, dzięki temperaturom do 50° C, odpowiedniej wilgotności oraz esencjom eterycznym możecie Państwo ulżyć swoim drogom oddechowym. Chcącym dobrze rozgrzać ciało możemy polecić saunę fińską dla 4–6 osób. Temperatura w saunie waha się od 90 do 100 °C. Sauna jest odpowiednia dla osób cierpiących na chroniczne infekcje dróg oddechowych, reumatyzm, problemy urologiczne i ginekologiczne, łagodne nadciśnienie, niedokrwienie i inne problemy z sercem. Zewnętrzna wanna do hydromasażu z wodą o temperaturze 34–36 °C dzięki swoim funkcjom przyjemnie wymasuje całe ciało. Jeśli będziecie Państwo potrzebować jeszcze kilku chwil na dojsię do siebie, zapraszamy do pomieszczenia do odpoczynku, w którym można skorzystać nawet z oferty gastronomicznej oraz z oferty baru.

### Solaria

W Aquaparku znajdują się trzy rodzaje solarów, zarówno stojące jak i leżące.

### Masaże

Zafundujecie sobie Państwo odprężenie i choć chwilę spokoju, odpoczynku i relaksu. Nowością w Aquaparku jest hawajski masaż Lomi-lomi. Jest uważany za perłę wśród masażu. Koncentruje się na samopoczuciu fizycznym, psychicznym i duchowym. Masażysta wykorzystuje do niego nie tylko dłonie i palce, ale głównie całe przedramiona i łokcie. Ten rodzaj masażu stymuluje krążenie krwi, system limfatyczny, głęboko relaksuje i harmonizuje, likwiduje bóle mięśni, zmęczenie i napięcie, odpręża stawy i pomaga w detoksykacji organizmu. Możecie Państwo skorzystać także z klasycznego masażu relaksacyjno-regeneracyjnego, masażu czekoladowego lub z okładów na ciało. W ofercie znajduje się okład Lympha okład kofeinowy i cynamonowy.

## OMEGA centrum sportu i zdrowia, Olomuniec

OMEGA centrum sportu i zdrowia oferuje niezwykle bogatą ofertę spędzania czasu wolnego w jednym miejscu.

### Strefa relaksu i strefa mokra

Strefa relaksacyjna oferuje przestrzeń do odpoczynku po ciężkim treningu, w której można nabrać nowej energii. Możecie Państwo skorzystać z hydromasażu w przestronnej wannie, rozluźnić mięśnie w basenie z prądami morskimi lub porozmawiać ze znajomymi w saunie fińskiej. Poza nią do dyspozycji klientów jest również komora parowa, basen chłodzący, prysznice z atrakcjami oraz lodem. Odprężenie zapewnią również słoneczne pomieszczenia z widokiem na korty tenisowe lub ciemne pomieszczenie do odpoczynku z muzyką medytacyjną. Pełnię komfortu zapewnią dobrze zaopatrzone bar. Kawę lub orzeźwiającego drinka można wypić na tarasie, który jest połączony z wewnętrzną częścią obiektu oknem francuskim. Możecie się tam Państwo zrelaksować w jacuzzi pod gołym niebem lub na wygodnych leżakach. Aby zapewnić większą prywatność płci pięknej w części tej strefy umieszczono również saunę tylko dla pań. Rodziny, pary i mniejsze grupy mogą skorzystać z doskonałego relaksu w pierwszej prywatnej mokrej strefie obejmującej saunę fińską, jacuzzi oraz zaplecze socjalne. Przepiękną brązową opaleniznę uzyskacie Państwo w solarium. Swoje zmęczone ciało można oddać w ręce specjalistów, wykonają masaż lub okłady zdrowotne.

Dla Państwa wygody urządzono tu także salon fryzjerski, kosmetyczny, wykonywane są usługi pedicure i manicure oraz żelowe modelowanie paznokci.



**OMEGA centrum sportu i zdrowia**   
Legionářská 1299/19, Olomouc  
tel.: +420 585 205 700, +420 585 205 800  
e-mail: info@omegasport.cz  
www.omegasport.cz  
GPS: 49°36'2.163"N, 17°14'46.701"E





### Hotel zamkowy Zlatý Orel

Jiráskova 140, Hranice  
tel.: +420 581 607 509, +420 736 605 500  
e-mail: zameckyhotel@zlatyorel.cz  
www.zlatyorel.cz  
GPS: 49°33'3.917"N, 17°44'4.549"E



## Hotel zamkowy Zlatý Orel, Hranice

Hotel zamkowy znajduje się w obiekcie, który był pierwotnie częścią zamkowego kompleksu budynków i służył do celów gospodarczych. W hotelu znajduje się 19 pokoi z 41 miejscami. Częścią kompleksu jest restauracja dla niepalących Konšelská oraz Piwiarnia Zamkowa z salonikami dla 70 i 30 osób.

### Wellness i relax

Centrum wellness i relaks oferuje odpoczynek w saunie, jacuzzi, a także na „słonecznej łące” czy w „tropikalnym deszczu”.

### Słoneczna łąka

Wiszące emiterzy podczerwieni, które powodują delikatne opalanie skóry mają również pozytywny wpływ na organizm.



### Pensjonat, Restauracja, Wellness

Pod Hůrkou  
Nová Hradečná 51  
tel.: +420 585 032 004, +420 777 605 207  
e-mail: info@podhurkou.cz  
www.podhurkou.cz  
GPS: 49°50'11.836"N, 17°4'54.710"E



## Pensjonat, Restauracja, Wellness Pod Hůrkou, Nová Hradečná

Pośrodku dużego ogrodu, w cieniu rozłożystych drzew znajduje się stara posiadłość wiejska z roku 1897, zrekonstruowana w stylu wiejskiej elegancji z okresu pierwszej republiki.

Dziś nowoczesna restauracja – pensjonat – wellness Pod Hůrkou. Poza restauracją serwującą domową kuchnię goście mogą skorzystać z centrum relaksacyjnego z krytym podgrzewanym basenem z wodą morską i prądami, łaźnią parową, miejsca zabaw dla dzieci oraz zakwaterowania w romantycznie urządzonej pokojach.

### Basen

Podgrzewany basen z wodą morską o wymiarach 7x4m z prądami morskimi. Temperatura wody wynosi 28 °C, temperatura powietrza około 30 °C.

### Łaźnia parowa

Komora relaksacyjna z parą o temperaturze 45 °C dla czterech osób.

### Masaże i zabiegi relaksacyjne

Skorzystać można z oferty masażu gorącymi kamieniami, masażu antycelulitowego, tlenowego, tajskiej jogi, masażu dla kobiet w ciąży i młodych mam. W ofercie luksusowych zabiegów znajduje się także peeling, tonizacja, okłady z czekolady i zabiegi regeneracyjne takie, jak terapia kwiatowa czy aromaterapia.

## Relax Centrum Kaspec Libina

Centrum relaksacyjne oferuje możliwość pobytu w saunie, jaskini solnej, relaksu w jacuzzi, doskonale masaże oraz solarium.

### Jaskinia solna

Została zbudowana w całości z naturalnych materiałów i starannie wybranej wysokiej jakości soli, która charakteryzuje się wysokim stężeniem NaCl (90 %), jodu, bromu, potasu, magnezu, żelaza, wapnia, seleniu i innych pierwiastków. Są one uwalniane w procesie powolnej jonizacji do atmosfery i w formie aerozolu są wdychane do płuc, skąd przedostają się do całego organizmu, wywierając na niego dobroczynny wpływ. Dzięki połączeniu soli z Pakistanu, Polski i Morza Martwego stworzono unikatowy mikroklimat, którego oddziaływanie skutecznie zapobiega wielu chorobom.

Poza sauną fińską możecie Państwo wypróbować korzystne działanie basenu z hydromasażem oraz stojącego turbosolarium.

## Hotel Tennis Club Prostějov

W hotelu znajduje się sauna, łaźnia parowa, basen, jacuzzi, solarium, istnieje także możliwość odbycia masażu.

Poza tym są tu trzy korty do squasha i tenisa, centrum fitness, kręgielnia, można także zagrać w bilard czy rzutki. Zaplecze sportowe – relaksacyjne tworzy również 21 kortów tenisowych. Goście, którzy nie są zakwaterowani w hotelu muszą zarezerwować usługi z wyprzedzeniem.

## Pensjonat – relax centrum Slatinice

Basen ze słoną wodą znajduje się w atrakcyjnej wizualnie kamiennej sklepionej piwnicy.

Leżak słona woda ma pozytywny wpływ na skórę i słówkę. Basen oferuje takie atrakcje jak prądy morskie oraz dekoracyjne fontanny. Po wcześniejszym zamówieniu wykonywane są masaże (klasyczny, refleksyjny, gorącymi kamieniami).

## Hotel Jana Přerov

Hotel dysponuje 202 miejscami w 93 pokojach. Jego częścią są liczne obiekty sportowe i atrakcje, hotel jest specjalistą w dziedzinie sportów i organizacji kongresów.

### Wellness

Do dyspozycji gości jest łaźnia solna i aromatyczna, sauna z aromatem siana oraz aromatyczna biosauna, sauna fińska, studnia lodowa, łaźnie Kneippa, jacuzzi, tropikalne prysznice, jaskinie wodne, słoneczna łąka a także szereg masażu. Można wybrać jeden z dwóch rodzajów pobytów, pobyt weekendowy lub przedłużony weekend wellness (od piątku do niedzieli).



### Relax Centrum Libina

Libina 27, Libina  
tel.: +420 603 150 940, +420 583 233 306  
www.kaspec.cz/relax  
GPS: 49°52'32.073"N, 17°5'5.024"E



 -20%

### Tennis Club Prostějov

Za Kosteleckou 49, Prostějov  
e-mail: hotel@tennis-club.cz  
tel.: +420 582 402 511  
www.hoteltennisclub.cz  
GPS: 49°28'32.497"N, 17°6'8.024"E

### Pensjonat - relax centrum Slatinice

Slatinice 2  
tel.: +420 585 429 077  
e-mail: rezervace@veteranmuseum.cz  
www.veteranmuseum.cz/pension  
GPS: 49°33'42.548"N, 17°5'52.638"E

### Hotel Jana\*\*\*\*

Koliby 2, Přerov  
tel.: +420 581 204 466  
e-mail: jana@hotel-jana.cz  
www.hotel-jana.cz  
GPS: 49°27'21.946"N, 17°27'58.899"E







**Centrum relaksacyjne Adam Přerov** ♿  
Dluhonská 41, Přerov  
tel.: +420 581 225 522, +420 720 494 155  
www.adam-pr.cz  
GPS: 49°27'18.360"N, 17°26'23.049"E

## Centrum relaksacyjne Adam Přerov

**Centrum relaksacyjne ADAM oferuje Państwu relaks i odpoczynek, a także zabiegi dbające o zdrowie i urodę.**

Można skorzystać tu z jaskini solnej, masaży, ziołowej łaźni parowej, leżanki harmonizacyjnej, urządzenia detoksykującego lub piramidy relaksacyjnej.

**Uzdrowisko miejskie Prostějov** ♿  
Floriánské náměstí 2672/1, Prostějov  
tel.: +420 582 344 427  
www.dsp-pv.cz  
GPS: 49°28'24.769"N, 17°6'23.379"E

## Uzdrowisko miejskie Prostějov

**Uzdrowisko poza basenem o wymiarach 25x13 metrów oferuje również inne urządzenia i usługi. Należą do nich sauna, łaźnia parowa, solarium oraz fitness.**

Osoby zainteresowane ćwiczeniami w wodzie mogą wziąć udział w zajęciach aquaerobicu, natomiast ci, którzy chcą zregenerować organizm, wykorzystując terapeutyczny efekt promieniowania podczerwonego, powinni skorzystać z infrasauny.

**Dom aktywnego wypoczynku** ♿  
**Ogród Świętojański**  
Sokolská 560, Náměšť na Hané  
tel.: +420 585 951 200  
e-mail: info@daosz.cz  
www.daosz.cz  
GPS: 49°36'5.677"N, 17°3'56.992"E

## Wellness na Náměšti na Hané

**Dom aktywnego wypoczynku Ogród Świętojański na Náměšti na Hané jest miejscem, gdzie można nabrać nowych sił, poprawić kondycję fizyczną oraz przekierować myśli na inne tory.**

Można tu spróbować suchych kąpiei węglowych, sauny fińskiej i tureckiej, łaźni parowej oraz różnego rodzaju masaży. W ofercie znajdują się masaże sportowe, refleksyjne, czekoladowe i masaże miodem. Oprócz centrum wellness oferta obiektu obejmuje siłownię, aerobic oraz biosolarium.

## Jaskinie solne

**Jaskinia solna Solana Olomuniec** ♿ -10%  
8. května 11, www.solana.cz, tel.: +420 585 204 290 / 49°35'44.13"N, 17°14'56.217"E

**Jaskinia solna Janského Olomuniec** ♿  
Janského 24, www.solnajeskyne.janskeho.cz, tel.: +420 733 517 800 / 49°34'43.144"N, 17°14'34.947"E

**Jaskinia solna Saltika Teplice nad Bečvou** ♿ / ♿ -10%  
Lázeňský dům Praha, www.saltika.cz, tel.: +420 581 817 005, / 49°32'3.474"N, 17°44'39.564"E

**Jaskinia solna Prostějov** ♿  
Budovcova 16, www.solne-jeskyne.info/prostejov, tel.: +420 582 333 372, +420 728 327 689 / 49°28'38.859"N, 17°7'6.989"E

## Centrum wellness Baldovec, Prostějov

**Osrodek rekreacyjny Baldovec znajduje się na terenie Morawskiego Krasu, zaledwie kilka kilometrów od przełęczy Macocha.**

Przenocować można w obiektach turystycznych różnych kategorii, od domków turystycznych aż po luksusowe domki i apartamenty. Wrażenia gastronomiczne gwarantuje tutejsza restauracja, goście chcący się zrelaksować powinni skorzystać z oferty centrum wellness, gdzie w niekonwencjonalnym otoczeniu systemu jaskiń znajduje się jaskinia solna, świat wodny oraz pomieszczenia do masaży.

### Wodny świat

Wanna do hydromasażu ma powierzchnię 15 m<sup>2</sup> lustra wody i mieści dziesięć osób „na dyszach”, znajduje się w oddzielnej jaskini a dojdzie do niej prowadzący przez skalną szczelinę. Jaskinia z jacuzzi jest intymnie oświetlona, jedynie światłami znajdującymi się pod powierzchnią wody. W kolejnej części obiektu znajduje się sauna parowa dla 6 osób. Dwa prysznice ożywią Państwa pobyt w zależności od wyboru tropikalnym deszczem, szokiem lodowym lub bocznymi strumieniami hydromasażu. Podczas odpoczynku na podgrzewanych leżakach ceramicznych oraz ławkach będziecie chłonić przyjemną atmosferę, wzmocnioną dźwiękami górskiego strumienia spływającego po skale. Temperatura powietrza w wodnym świecie nie spada poniżej 33 °C a wilgotność powietrza oscyluje w okolicach 60 %.

Możecie Państwo również skorzystać z bogatej oferty masaży, od masażu gorącymi kamieniami po hawajski czy antystresowy masaż głowy.

## Centrum zdrowia - Bohuňovice

**Nowoczesny kryty Aquapark z możliwością opalania się na tarasie i bogatym zapleczem usług.**

Znajduje się tu ponad 100 metrowa jezdnia, główny basen pływacki z trzema torami oraz dwoma prądami, obok zlokalizowany jest basen z grzybkiem wodnym oraz biczami wodnymi, a także brodzik dla dzieci w wieku do czterech lat. Nie brak tu także jacuzzi, łaźni parowej, sauny, fitness, solarium oraz usług masaży. Cały obiekt jest bezbarierowy.



♿ / ♿ -10 %

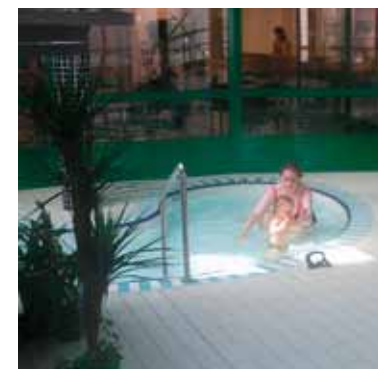
**CAMPING BALDOVEC s. r. o.**  
Baldovec 319, Rozstání – Baldovec  
tel.: +420 582 395 440  
www.baldovec.cz  
GPS: 49°24'47.340"N, 16°48'30.751"E

### Jaskinia solna Baldovec

W jaskini solnej panuje niepowtarzalny mikroklimat, charakteryzujący się wysoką czystością bakteriologiczną, ujemnie zjonizowanym powietrzem o wilgotności 65–75 % i temperaturą 21–23 °C. Klimat ten jest porównywalny z klimatem na pełnym morzu. Powietrze w jaskini solnej przesycone jest związkami jodu, wapnia, potasu, sodu, magnezu, bromu, selenu i innymi składnikami niezbędnymi do prawidłowego funkcjonowania organizmu. Dzięki temu wizyty w jaskini solnej wpływają pozytywnie na nastrój, dodają energii, wspierają system odpornościowy i pomagają dbać o zdrowie, a także łagodzą objawy wielu chorób.

♿ / ♿ -25 %

**Centrum zdrowia Bohuňovice**  
6. května 616, Bohuňovice  
tel.: +420 585 151 731  
www.bohunovice.cz  
GPS: 49°39'40.734"N, 17°17'1.644"E



**Folder wydany:** Kraj Olomuniecki, Jeremenkova 40a, 779 11 Olomouc, e-mail: tourism@kr-olomoucky.cz, www.kr-olomoucky.cz, tel.: +420 585 508 111, fax: +420 585 508 832 | **Design, teksty, opracowanie:** Quix s. r. o. | **Foto:** m-ARK, T. Marek, I. Netopil, archiwa podmiotów opisanych obiektów | **Mapy:** Jan Machovský | **Druk:** Quix s. r. o. Olomouc 2011  
ISBN 978-80-87535-32-5  
Publikacja nieprzeznaczona do sprzedaży – współfinansowana ze środków UE www.rr-strednimorava.cz



# Centra informacji Jeseníki

**Bělá pod Pradědem**, [www.bela.cz](http://www.bela.cz)  
Domašov 4, tel.: +420 584 452 834

**Bludov**, [www.bludov.cz](http://www.bludov.cz)  
A. Kašpara 353, tel.: +420 583 238 177

**Černá Voda**, [www.rychlebskestezky.cz](http://www.rychlebskestezky.cz)  
Černá Voda 267, tel.: +420 739 710 494

**Hanušovice**, <http://ic.hanusovice.info>  
Hlavní 137, tel.: +420 583 285 615

**Javorník**, [www.javornicko.cz](http://www.javornicko.cz)  
Nádražní 160, tel.: +420 584 440 688

**Jeseník**, [www.jesenicko.org](http://www.jesenicko.org)  
Palackého 2/1341, tel.: +420 584 498 155

**Jeseník**, [www.priessnitz.cz](http://www.priessnitz.cz)  
Priessnitzova 12/299, tel.: +420 584 491 470

**Inf. Turyst. elektronni Dlouhé Stráně, Kouty nad Desnou**, Kouty 1, [www.dlouhe-strane.cz](http://www.dlouhe-strane.cz)  
tel.: +420 585 438 100, +420 583 283 282

**Lipová-lázně**, [www.ic-lipova.cz](http://www.ic-lipova.cz)  
Lipová-lázně 476, tel.: +420 584 421 209

**Mikulovice**, [www.mikulovice.cz](http://www.mikulovice.cz)  
Hlavní 214, tel.: +420 584 429 381

**Rapotín**, [www.udoli-desne.cz](http://www.udoli-desne.cz)  
Družstevní 125, +420 583 242 642

**Staré Město pod Sněžníkem**, [www.stare mesto.info](http://www.stare mesto.info)  
nám. Osvození 166, tel.: +420 583 239 134

**Štítý**, [www.stity.cz](http://www.stity.cz)  
nám. Míru 55, tel.: +420 583 440 109

**Šumperk**, [www.infosumperk.cz](http://www.infosumperk.cz)  
Hlavní třída 22, tel.: +420 583 214 000

**Velké Kunědice**, [www.velkekunetice.cz](http://www.velkekunetice.cz)  
Velké Kunědice 146, tel.: +420 584 432 095

**Velké Losiny**, [www.losiny.cz](http://www.losiny.cz)  
Lázeňská 674, tel.: +420 583 248 248

**Vidnava**, [www.vidnava.cz](http://www.vidnava.cz)  
Radniční 84, tel.: +420 588 517 237

**Zábřeh**, <http://tourism.zabreh.cz>  
Čs. armády 1, tel.: +420 583 411 653

**Zlaté Hory**, [www.zlatehory.cz](http://www.zlatehory.cz)  
Bezručova 144, tel.: +420 584 425 397

**Žulová**, [www.zulovsko.cz](http://www.zulovsko.cz)  
Josefské nám. 1, tel.: +420 584 437 151

# Centra informacji Morawy Środkowe

**Horka nad Moravou**, [www.slunakov.cz](http://www.slunakov.cz)  
Skrbeňská 669/70, tel.: +420 585 154 711

**Hranice**, [www.mic.hranet.cz](http://www.mic.hranet.cz)  
Masarykovo nám. 71, tel.: +420 581 607 479

**Kojetín**, [www.kojetin.cz](http://www.kojetin.cz)  
Masarykovo nám. 8, tel.: +420 581 202 202

**Konice**, [www.konice.cz](http://www.konice.cz)  
Kostelní 46, tel.: +420 582 334 987,  
+420 739 333 721

**Lipník nad Bečvou**, [www.mesto-lipnik.cz](http://www.mesto-lipnik.cz)  
nám. T. G. Masaryka 13, tel.: +420 581 773 763

**Litovel**, [www.litovel.eu](http://www.litovel.eu), [www.bavi.cz](http://www.bavi.cz)  
nám. Přemysla Otakara 754, tel.: +420 585 342 300

**Mohelnice**, [www.ic.regionmohelnicko.cz](http://www.ic.regionmohelnicko.cz)  
nám. Svobody 1, tel.: +420 583 452 111

**Moravský Beroun**, [www.morberoun.cz](http://www.morberoun.cz)  
nám. 9. května 4, tel.: +420 554 773 147,  
+420 554 254 546

**Náměšť na Hané**, [www.namestnahane.cz](http://www.namestnahane.cz)  
Hrad 1, tel.: +420 585 952 184

**Olomouc**, IC Olomouc, [www.tourism.olomouc.eu](http://www.tourism.olomouc.eu)  
Horní náměstí (podcienia ratusza)  
tel.: +420 585 513 385, +420 585 513 392

**Olomouc**, ČD centrum Olomouc hl. n.  
Jeremenkova 23, tel.: +420 972 741 490

**Olomouc**, Tourist Centrum, [www.tourist-centrum.cz](http://www.tourist-centrum.cz)  
Švédská 10, tel.: +420 585 231 460,  
+420 585 222 138

**Prostějov**, [www.prostejov.eu](http://www.prostejov.eu)  
Pernštýnské náměstí 8 (w zamku w Prostějově)  
tel.: +420 582 329 729

**Přerov**, [www.prerov.eu](http://www.prerov.eu)  
Kratochvílova 14, tel.: +420 581 217 187

**Šternberk**, [www.sternberk.eu](http://www.sternberk.eu)  
ČSA 19, tel.: +420 587 571 243

**Uničov**, [www.unicov.cz](http://www.unicov.cz)  
Masarykovo nám. 29, tel.: +420 585 054 880,  
+420 603 996 312

## Olomouc region Card – zniżkowa karta turystyczna

Posiadając zniżkową kartę turystyczną Olomouc region Card możecie poznawać region Olomuniecki znacznie taniej. Niektóre z miejsc, do których dzięki karcie będziecie mieli wstęp bezpłatny (min. 65 miejsc) lub będziecie mieli zniżkę (min. 110 miejsc), podane są w niniejszej broszurze. **Szczegółowe informacje na stronie [www.olomoucregioncard.cz](http://www.olomoucregioncard.cz).**



Miejsc, w których karta jest honorowana

% – dana wysokość zniżki, free = wstęp bezpłatny

