



Salt Yoga Therapy

Йога практики в солна стая



Salt Yoga Therapy - Йога практики в солна стая

Съчетайте ползите от Йога и дихателните техники с положителното въздействие на вдишването на соли, за да заредите тялото с жизненост, за да подсилите имунитета му през зимата и да освободите ума от стрес и умора.

-> Практиката в солна стая използва богатството на различни видове Йога с акцент правилното им, но плавно изпълнение. С нова тема всяка седмица ще съчетаем упражненията от Хатха, Виняса, Ин и Терапевтичната Йога.

В комбинация с това, солната терапия е 100% естествен начин за подобряване на здравето, подходящ както за деца, така и за възрастни. Освен че е добра превенция от заболявания, успешно благоприятства лечението на дихателни /респираторни/ проблеми, кожни проблеми, стрес и безпокойство, слаб имунитет, синусит, както и влияе добре при бременни жени (вътрешните органи се снабдяват по-добре с кислород, дишането става по-дълбоко).

-> Ще наблегнем над дихателните практики, като обърнем специално внимание на подобрени асани отварящи гръдния кош за още по-добър ефект от халотерапията.

!!! ВАЖНО !!!

Защо Солни стаи Salt Care са безопасно място дори в условията на коронавирус?

Благодарение на антибактериалния ефект на солта, нашата солна стая е напълно стерилна среда. Помещенията ни се проветряват след всеки клиент с изградената за целта мощна вентилационна система, която върви след всяка процедура. Сами можете да я чуете и усетите още преди да сте излезли от стаята. Солта, която е по стените, тавана и пода е не само с декоративна цел - тя е



поставена, за да създава антибактериална среда, в която да не се пренасят бактерии и вируси. Паяжините, които се спускат от тавана са доказателство за качеството на нашите халогенератори.

-> Антибактериалното свойство на солта прави стаите по-стерилни дори и от хирургическа зала!

-> Цена на картите:

Единично посещение - 25 лв

66 лв - карта с 3 посещения със срок от 1 месец

100 лв - карта с 5 посещения със срок месец и половина /*Тази карта може да се ползва от двама души./

Запазете своя час и се отдайте на любимата си практика!

Нужно е предварително записване, тъй като местата са ограничени!

Тел. за връзка: 0884 73 13 10 или 0889 30 24 25