# Covasna

## Hotel: Cerbul 3\* & Covasna 3\*

Complex Balnear Covasna\*\*\* si Complex Balnear Cerbul valabilă in perioada 01.03.22 - 15.04.22

Sanatate pentru Inima Ta  (Meniu Fix)

5 nopti

Loc in cam. DBL - 829 lei

Cam. SGL - 1125 lei

10 nopti

Loc in cam. DBL - 1658 lei

Cam. SGL - 2251 lei

Tariful include cazare cu mic dejun, pranz si cina meniu fix,  consultatie medicala si 3 proceduri/zi.

Sanatate pentru Inima Ta ( Bufet )

5 nopti

Loc in cam. DBL - 1041 lei

Cam. SGL - 1374 lei

10 nopti

Loc in cam. DBL - 2081 lei

Cam. SGL - 2747 lei

Tariful include cazare cu mic dejun, pranz, cina bufet suedez,  consultatie medicala si 3 proceduri/zi.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Cele mai de succes terapii în cadrul Bazelor de tratament aferente hotelurilor Căprioara\*\*\*\*, Covasna\*\*\* și Cerbul\*\*\***  Cea mai mare și mai complexă bază de tratament din Covasna oferă:  1**.Mofete și bai cu apă minerală carbogazoasă:** Mecanismul de acţiune al băilor şi al mofetelor constă în primul rând în **vasodilataţia periferică**, prin acţiunea directă a bioxidului de carbon asupra vaselor mici din tegument (capilare, arteriole), ceea ce duce la încălzirea tegumentului, dar şi vasodilataţia sistemică (musculară, cerebrală). Prin aceste efecte vasodilatatorii scade tensiunea arterială, se îmbunătăţeşte activitatea inimii prin scăderea presarcinii, creşte circulaţia periferică şi sistemică, se îmbunătăţeşte capacitatea la efort şi calitatea vieţii, creşte capacitatea de concentrare.  2. **Terapia TECAR / terapie cu radio frecventa** este o terapie neinvaziva, antialgica, folosita cu succes atat in tratamentele de fizioterapie, prin crearea unei stimulari intense la nivel celular, cat si tratament antiaging, anticelulitic, combaterea edemelor, realizarea de drenaj limfatic, combaterea spasmelor sfincterelor organelor interne. Principalele efecte sunt: combaterea durerii, inflamatiei, contracturilor musculare, redorilor articulare, cicatrizare, refacerea leziunilor tendinoase, musculare, ligamentare, cresterea mobilitatii articulare, cresterea fortei musculare, ameliorarea aspectului de coaja de portocala în cazul celulitei. Terapia Tecar este o metodă inovativă de recuperare ce folosește energia electromagnetică pentru a stimula procesele naturale de vindecare a organismului. Permite tratarea nechirurgicală a unor traumatisme, probleme musculare sau dureri articulare, având efecte pozitive imediate.Poate fi folosită imediat după traumă sau în etapa acută a unui proces inflamator.  6. **MASOTERAPIA:**  ***Hot Stone:*** masajul cu roci vulcanice calde are rezultate spectaculoase în relaxarea, echilibrarea şi revigorarea trupului. Aplicarea pietrelor netede de diferite mărimi se face de la extremităţi spre partea mediană a corpului, pe principalii centri energetici.  ***Head & Neck:*** Acest tip de masaj este în special folosit pentru eliberarea durerilor acumulate în zona capului și a gâtului. Are efect reconfortant și relaxant.  ***Masaj corporal Intuitive:*** Este un tratament freestyle care dă libertate terapeutului de a îmbina tehnici de masaj diferite, în funcţie de nevoile clientului, rezultatul fiind un masaj personalizat cu efecte tămăduitoare.  ***Masaj corporal Sabai:*** Se obţine o stare de profundă relaxare şi un trup complet revigorat printr-un masaj complex care îmbină uleiul bogat în minerale cu puterea tămăduitoare a pietrelor de granit calde, aşezate de la extremităţi spre partea mediană a corpului, pe principalii centri energetici.  ***Masaj corporal After Ski:*** Îmbină masajul cu pietre vulcanice şi masajul de relaxare manual pentru încălzirea şi relaxarea musculaturii.  ***Masaj corporal Anti Cellulite:*** Luptă împotriva celulitei, detronând “coaja de portocală” de pe şolduri, picioare, abdomen şi fese. Masajul cu creme reductoare anticelulitice îmbunătăţeşte supleţea şi elasticitatea pielii, împreună cu cea a ţesuturilor subcutanate, activând în acelaşi timp circulaţia sângelui.  ***Masaj de relaxare Stress Relief:*** Masaj de relaxare al spatelui şi membrelor inferioare, restabileşte echilibrul natural şi îmbunătăţeşte circulaţia sangvină  ***Back Pain Therapy***: Tehnicile de masaj folosite înlatură rigiditatea articulaţiilor şi durerile de spate cauzate de sedentarism sau de anumite afecţiuni ale coloanei.  ***Masajul de intretinere:*** Este indicat a se efectua cel putin odata pe saptamana (preferabil 2 sedinte/saptamana) si are ca scop mentinerea organismului intr-o stare de functionare optima.  ***Masaj partial:*** Acest tip de masaj este special folosit pentru eliberarea durerilor acumulate in zone sensibile: cap, gat, articulatii. Produsele folosite in cazul acestui tip de masaj sunt cremele si uleiurile antiinflamatoare.  ***Hidromasaj:*** Energizeaza si revitalizeaza corpul, relaxand muschii si stimuland circulatia sangelui prin actiunea jetului de apa. Puterea de vindecare a apei intareste sistemul imunitar, redand trupului forta si supletea in miscare.  ***Masajul terapeutic:*** Reprezinta o metoda de tratament a diferitelor afectiuni. Efectele acestuia se resimt la nivelul pielii, muschilor, nervilor, sangelui, limfei si, indirect, la nivelul glandelor endocrine, organelor interne si articulatiilor.  ***Masaj aromo-terapeutic:*** Foloseste uleiuri cu proprietati de vindecare, relaxeaza, detoxifiaza, energizeaza, improspateaza si revitalizeaza. In functie de uleiurile folosite, masajul stimuleaza sistemul limfatic si stimulator, elimina toxinele, creeaza o stare profunda de relaxare si stimulare.  ***Masajul de relaxare:*** Atenueaza tensiunea, stresul, calmeaza durerile, relaxeaza muschii incordati si indeparteaza starea de apatie. Masajul, mai presus de toate, confera o senzatie de bine. Efectele masajului de relaxare: ajuta la eliminarea toxinelor; imbunatateste circulatia sanguina; creste elasticitatea pielii; elimina oboseala acumulata; mentine o buna stare de sanatate. | **Sănătate și imunitate cu mofete și ape minerale la Turism Covasna SA !**  **3.Terapia cu unde de soc** este o procedura nonchirurgicala, complet lipsita de riscuri si complicatii. Efectuarea acestei terapii nu necesita anestezie sau tratament medicamentos, dureaza intre 10-20 de minute, iar recuperarea este rapida, cu reluarea imediata a programului normal. Terapia cu unde de soc are o rata de succes de 80% in eliminarea durerii cronice , stimuleaza circulatia locala, favorizand astfel refacerea tesuturilor inflamate, creste mobilitatea musculara si articulara. Pentru majoritatea afectiunilor sunt necesare intre 3 si 5 sedinte, cu o pauza de 5-10 zile intre ele. Aplicațiile sunt cel mai adesea asociate cu tratamentul tulburărilor cronice musculare și tendoanelor, durerilor de spate și cervicale. Printre cele mai comune indicații se numără: durerile de umăr, epicondilită, durerile lombare, tendinită achileană, tendinită și nodurile musculare(puncte Trigger).  **4. Drenajul limfatic** accelerează eliminarea toxinelor și procesul natural de regenerare al organismului, având efecte pozitive pe mai multe planuri:  - ajută la regenerarea organismului;  - ajută limfa să circule mai bine prin corp, ceea ce eficientizează procesele de refacere și apărare ale acestuia. Reziduurile din spațiile interstițiale sunt evacuate mai repede, iar sistemul imunitar are mai multă putere în lupta împotriva bacteriilor și virușilor;  - relaxează mușchii, ajută mușchii obosiți să se detensioneze, datorită presiunii aplicate în diferite zone ale corpului.  - reduce senzația de picioare grele, se elimină retenția de apă, ceea ce ameliorează aspectul de picioarele umflate.  - imbunătățește fermitatea pielii, stimulează și circulația sanguină prin aplicarea de presiune pe venele periferice, astfel că pielea va fi mai tonifiată.  - contribuie la reducerea celulitei. Remodelarea corporală este unul dintre consecințele drenajului limfatic. Datorită sângelui bine oxigenat, pielea își va menține elasticitatea și va arăta mai bine.  - diminuează inflamația după efort, accidentări sau intervenții chirurgicale. Excesul de lichide se elimină mai rapid cu ajutorul drenajului, ceea ce previne sau tratează inflamația exagerată a țesuturilor, calmând durerea.  **5. Impachetari calde** sunt proceduri care au drept rezultat o eliminare a excesului de lichide şi toxine, o slăbire în circumferinţa si în kilograme, cu puternice efecte anticelulitice, antivergeturi si chiar antirid. De asemenea , impachetarile sunt indicate si in anumite afectiuni articulare, avand un puternic efect antialgic. Impachetarile se realizeaza atat in **tunel cu raze infrarosii**, cat si prin **aplicatii de parafina**, tratand cu rezultate spectaculoase obezitatea, celulita, problemele de fermitate si de luminozitate a pielii,utilizate cu success in tratarea intinderilor, durerilor de articulatii, infectiilor sinusurilor, afectiunilor ovariene. Caldura oferita de razele infrarosii in cadrul sedintelor de impachetari anticelulita, este transmisa in corp pana la nivel celular, astfel incat desi senzatia de disconfort termic este minima rezultatele sunt de doua ori mai bune.  ***Razele infrarosii ajuta in procesul de vindecare prin cresterea numarului de celule albe din sange, mai multe celule albe, inseamna imunitate mai mare, Imunitate mai mare inseamna sanatate!***  **7. Laserterapia:** se bazeaza pe emisiile de laser si exercita un efect terapeutic puternic pentru diferite afectiuni cronice, calmand totodata durerile musculare sau durerile articulare, actionand ca un analgezic. Efectele terapiei cu laser se fac simtite foarte rapid, iar eliberarea beta-endorfinelor provocata de emisiile de laser contribuie la imbunatatirea fluxului sanguin in zona afectata. Printre efectele pe termen lung se numara: cresterea energiei celulare, imbunatatirea metabolismului celular, vindecarea mai rapida a tesuturilor deteriorate, reglarea potentialului de membrana celulara, facilitarea conducerii nervoase (viteza de conducere a impulsului in nerv), reducerea tesutului cicatriceal, cresterea fluxului sanguin la nivelul zonei afectate. Laserterapia este recomandata pentru tratamentul urmatoarelor afectiuni: dureri de umar, hernie de disc, leziunile cartilajelor, dureri de spate, artroza etc.Terapia cu laser este recomandata si pentru incalzirea tesuturilor superficiale in vederea masajului si drenajului limfatic  ***LASERUL MLS AFLAT IN DOTARE ESTE EFICIENT IN IMBUNATATIREA STARII DE SANATATE POST COVID !***  **9. HIDROKINETOTERAPIE / KINETOTERAPIE /FITNESS /STRETCHING**  **10.Electroterapie** ( curenti diadinamici, Trabert, TENS, curenti interferentiali, unde scurte, ultrasunete, magnetoterapie, bai galvanice,etc): antialgic, antiinflamator, vasodilatator, stimulare nervoasa, musculara  **11. Aerosoloterapie:** tratament constand in inhalarea de vapori rezultati din nebulizarea apei minerale intr-un aparat de aerosoli si/sau inhalarea de aerosoli rasinosi, bogati in ioni negativi prin cura de teren specifica; afectiunile ORL: sinuzite, rinofaringite, amigdalite, laringite; afectiunile pulmonare: bronsite, bronsiolite, astm bronsic, traheite.  ***Efectele terapeutice ale ionilor negativi:***- ionii negativi contribuie la prelungirea vietii, la longevitate (este cunoscut faptul ca oamenii care locuiesc la munte traiesc mai mult decat cei de la campie sau de la tarmul marii); - contribuie la usurarea trecerii oxigenului din aer in sange; - are efecte foarte bune in cazul tulburărilor de circulaţie periferică; - influenteaza favorabil tulburarile endocrine de tot felul sau cele de metabolism; - exercita nete actiuni calmante asupra cortexului cerebral, facilitand relaxarea; - regleaza somnul si buna dispozitie, prin stimularea producerii de serotonina; - contribuie la revigorarea fizica si psihica a organismului; - imbunatateste atentia si capacitatea de munca; - normalizeaza functia neurala centrala si vegetativa; - influenteaza favorabil ritmurile respiratorii si cardiace, diminueaza presiunea arteriala; - intarzie dezvoltarea si scurteaza viata bacteriilor, virusurilor si microbilor; - reduce riscul de cancerizare ce revine nicotinei si gudronilor; - benefic pentru recuperarea după accidente şi traumatisme; - elimină praful, polenul si alti poluanti, usurându-le suferinta celor care suferă de alergii si diverse probleme respiratorii precum astm, sinuzită si bronsită. Ionii negativi se adună în jurul particulelor de praf si poluanti, formând particule mai mari si fiind prea grele pentru a mai rămâne suspendate în aer, ele cad si nu mai pot cauza probleme respiratorii; - întăresc imunitatea, îmbunătătesc reactiile fiziologice si reduc durerile articulare provocate de artrită; - expunerea pielii la aerul ionizat negativ constituie un tratament extrem de eficient contra eczemelor infecţioase, contra psoriazisului, pentru vindecarea rapidă a arsurilor şi a diferitelor plăgi;  **12. Climatoterapia si cura de teren** - statiunea are climă plăcută cu veri răcoroase și ierni moderate. În lunile de vară și toamnă timpurie cerul este mai mult senin și zilele însorite, aeroionizarea negativă produsă de fronturile de aer având acţiune puţin solicitantă asupra sistemului nervos central şi vegetativ. |