

## **VENDÉGTÁJÉKOZTATÓ**

**Kedves Vendégünk, üdvözljük a Martfű Hotel Thermal Spa\*\*\*-ban!**

**Azért dolgozunk, hogy vendégeink minden nálunk töltött perce tökéletes legyen és elégedett vendégeink visszatérjenek hozzánk.**

**Kérjük olvassa el tájékoztatónkat, mely azon kívül, hogy bemutatja a teljes szolgáltatási palettánkat és árainkat, hasznos információkkal is ellátja Önt.**

**Eredményes gyógyulást, feltöltődést és kellemes pihenést kívánunk!**



## **Elérhetőség - adatok**

### **Martfű Hotel Thermal Spa\*\*\* superior / központi recepció**

5435 Martfű, Ifjúság út 2.

Tel.: 06704430171

e-mail: [info@martfusp.hu](mailto:info@martfusp.hu)

web: <http://www.martfusp.hu>

Facebook: <http://www.facebook.com/martfuhotelthermalspa/>

### **GPS koordináták**

Központi recepció

X:47.01920

Y:20.27525

Martfű Apartman házak / Kemping

X:47.01985

Y:20.26860

### **Fontos telefonszámok:**

Hotel: +36 70 443 0171

Füüdő pénztár: +36 56 580-570

### **Szállodai részlegek hívása:**

A részlegek a belső mellék tárcsázásával lehet közvetlenül hívni.

Recepció: 100

Étterem: 161

### **Kérjük biztonsági előírásaink betartását:**

- Szobája vagy apartmanja elhagyásakor mindig kapcsolja ki az elektromos berendezéseket (TV, laptop, stb.), elektromos töltőket áramtalanítsa (pl. telefontöltő).
- Vészhelyzet esetén hívja a Recepciót a 100-as mellék tárcsázásával.
- Tűzriadó esetén hagyja el az épületet. A menekülési útvonalat a szoba bejárati ajtaja mellett kifüggesztve találja.
- Tűz esetén a lift használata TILOS!
- A szobája/apartmanja ajtaját mindig tartsa zárva, távozáskor csukja be az ablakot.
- Értéktárgyait térítésmentesen elhelyezheti szobai szekrényében található széfben. A széf kulcsát kérje a recepción.
- Dohányzás és nyílt láng használata a szálláshely teljes területén tilos. Dohányzásra az épületen kívül kijelölt helyek szolgálnak.

### **Kérjük szabályaink betartását:**

- Szállodánkba történő bejelentkezéssel vendégeink elfogadják és magukra nézve kötelező érvényűnek tekintik házirendünket. (6. sz. melléklet) A konfliktusok és kellemetlen helyzetek elkerülése érdekében kérjük tartsa be házirendünket.
- Kérjük, csak a kijelölt helyeken dohányozzon, mert tiltott helyen történő dohányzás esetén takarítási díjat kell terhelhetünk a szobaszámlájára, melynek mértéke 15.000 Ft.
- Amennyiben a svédasztalos étkezések alkalmával ételt kíván elvinni az étteremből, úgy svédasztalos reggeli, illetve vacsora felárat kell felszámítanunk. Elvitel igény esetén, kérje felszolgálónk segítségét.
- Éttermi vagy a büfében történő fogyasztását csak a szobakártya felmutatásával tudjuk szobaszámlájára terhelni.
- Amennyiben nem foglalt előre időpontot, a megérkezést követően masszázs és gyógykezelés időpontot csak a rendelkezésre álló szabad helyek függvényében tudunk biztosítani, így javasolt azt közvetlenül az érkezést követően lefoglalni ezeket.
- Átutalásos fizetési mód kizárólag szerződött partnereink részére lehetséges.
- Mágneskártyáját, egyéb recepción átvett tárgyakat (pl. széfkulcs, köntös, stb.) kérjük, távozáskor adja le a recepción. Vissza nem adott tárgyakért külön díjat számolnunk fel.

## Szolgáltatásaink

### A

#### **Akadálymentes szoba és közösségi terek**

Közösségi tereink akadálymentesítettek, a hotelben mozgáskorlátozottak számára kialakított szoba is rendelkezésre áll.

#### **Ajándéktárgy**

A hotel halljában helyi specialitásokból, napi használatú piperecikkekből és a Clear Cosmetic kézzel készült, természetes kozmetikumaiból vásárolhat. A kiállított festményeink is megvásárolhatók.

#### **Árak**

Szolgáltatási áraink a tájékoztatónk végén találhatóak.

#### **Ágynemű**

Kérésre plusz ágyneműt (párna, takaró) biztosítunk. Ágynemű igényét a recepciónak jelezze.

### B

#### **Babaágy**

Ingyenesen biztosítjuk, igényét jelezze a recepción 18:00 óráig.

#### **Baba-mama konyha**

Kisgyermekkel érkező vendégek részére a 2. emeleten található, vízforralóval, mikrohullámú sütővel, mosogatóval ellátott helyiség áll rendelkezésre. Használatát követően kérjük, hagyja tisztán a helyiséget, illetve az ajtót csukja be.

#### **Bejelentkezés / kijelentkezés**

Szobája érkezés napján 14:00 órától az elutazás napján 10:00 óráig áll rendelkezésére. Korábbi érkezés, illetve későbbi távozás a foglaltság függvényében lehetséges. Igényét jelezze a recepción, a díját a tájékoztatónk végén található árlista tartalmazza.

#### **Bekészítés**

Egyedi igény esetén, térítés ellenében lehetőséget biztosítunk szobai bekészítésre, amely lehet bor, pezsgő, virág vagy gyümölcstál. Igényét jelezze a recepción, ahol a kívánt bekészítés áráról is tájékozódhat.

#### **Bográcsozási, nyársalási lehetőség**

Kempingünk területén van tűzrakó hely. Szállóvendégeink bográcstot, nyársat bérelhetnek. A díjakat a tájékoztatónk végén található árlista tartalmazza.

## **Büfé**

Nyári időszakban a strand területén, téli időszakban az uszoda galériáján üzemel. Fogyasztás a szobából történő kijelentkezésig szobaszámlára terhelhető, amennyiben szobakártyáját vásárláskor a pultnál felmutatja. Nyitvatartás: 10-18-ig minden nap, kivéve Karácsony és Szilveszter.

## **C**

### **Cipőápoló eszköz**

A szálloda bejáratánál található cipőápoló berendezés.

## **CS**

### **Csomagmegőrzés**

Ingyenes. Kérje a recepciós kolléga segítségét.

### **Csomagszállítás**

Kérje a recepciós kolléga segítségét.

## **E / É**

### **Elsősegélynyújtás**

Amennyiben baleset éri vagy rosszul érzi magát, kérjük, jelezze a szálloda recepcióján, az uszoda területén az úszómesteri szobában, vagy a wellness, gyógyászati részlegen dolgozó szállodai alkalmazottaknál.

### **Ébresztő**

Telefonos ébresztést térítésmentesen kérhet a recepción, vagy beállíthatja a szobájában található ébresztő berendezést.

### **Étterem** (telefonmellék: 161)

A szálloda földszintjén található. Kérjük, szobakártyáját minden étkezés alkalmával vigye magával, és kérjük, kollégáink kérésére mutassa fel. Ennek hiányában az étkezést nem tudjuk biztosítani. Konyhánk az étterem 22:00 órai zárását megelőzően 1 órával zár.

Étterem nyitvatartás: Hétfő – Szombat: 7:00 – 22:00; Vasárnap: 7:00 – 22:00

Étkezések ideje: Reggeli: 7:00 – 10:00; Ebéd: 12:00 – 15:00; Vacsora 18:00 – 21:00

A la carte étkezés az 11:30-tól 21:00-ig. Ünnepi nyitvatartásról érdeklődjön a recepción.

## **F**

### **Fénymásolás, nyomtatás**

A szálloda recepcióján igényelhető. Díjáról érdeklődjön a recepción.

### **Fizetési módok**

Készpénz, bankkártya, SZÉP kártya. Számlázási címet – amennyiben nem egyezik meg a foglalási névvel, címmel - kérjük, fizetéskor előre jelezni szíveskedjen!

### **Fizioterápiás kezelés**

Egészségpénztár által támogatott kezelések szakorvosi beutalóval vehetők igénybe. A beutalóval vagy beutaló nélkül igénybe vehető kezelésekről kérjük, érdeklődjön a recepción vagy a fürdőpénztárnál.

### **Fürdőköntös**

Köntös a recepción bérelhető, díját a tájékoztatónk végén található árlista tartalmazza.

## **GY**

### **Gyermekjátsszó szoba**

A hotel alagsorában található, lifttel is megközelíthető. Szülői felügyelettel, saját felelősségre használható. Ajánlott 2 – 10 éves korig. Kérjük, a játékokat a játszószobából ne vigyék ki, a játékokat használat után tegyék vissza a tárolókba. Nyitvatartás: 08:00-20:00

### **Gyógyszertár / orvosi ügyelet**

Kérjük, érdeklődjön a recepción.

### **Gyógyászati és egészségjavító kezelések**

Bővebb információt a 3. sz. mellékletből kaphat.

### **Gyógyfürdő és uszoda (Telefonmellék: 140)**

Kérjük, minden esetben viselje a recepción kapott karszalagot. A fürdő a szállodaépület első emeletén vagy nyári időszakban a belső udvaron keresztül közelíthető meg.

Gyógyfürdő és uszoda nyitvatartás: hétfő – péntek: 07:30-20:00; szombat és vasárnap: 8:00 – 20:00

Pénztár nyitvatartás: hétfő – péntek: 07:30 - 19:00; szombat és vasárnap: 08:00 – 19:00

Medencék használata 19:30-ig lehetséges a hét minden napján.

Ünnepi nyitvatartásról érdeklődjön a recepción. Az uszoda szolgáltatásairól bővebben a Gyógyfürdő és Uszoda (1. számú) mellékletben olvashat. (A Skandináv wellness nyitvatartási ideje eltérhet a fürdő nyitvatartási idejétől.) Kérjük, szobatorüklőjét ne vigye le az uszodába. Wellness törüklőző bérlésére van lehetőség.

### **Gyógyvíz**

Összetételéről az 2. számú mellékeltben olvashat.

## **J**

### **Játszótér**

A város területén elhelyezkedő színvonalas játszótér szállodánktól kb. 250m-re található. Érdeklődjön a recepción.

## **K**

### **Kisállat**

Felár ellenében hozható, díját az érvényes árlista tartalmazza. A háziállatokra vonatkozó házirendet a 5. sz. melléklet tartalmazza.

### **Konferencia terem**

A szálloda 2. emeletén közelíthető meg. Konferencia terem használati igényét kérjük, jelezze a recepción. Terembérleti díj egyedi árajánlat alapján, szabad helyek függvényében, melyekről kérjük érdeklődjön a recepción.

### **Kozmetika, testesztétika**

Hotelünkben arc-, és testkezelések is elérhetőek, melyeket ultramodern gépparkunkkal végzünk, szakképzett kozmetikus vezetésével. Az arckezelő gépeink már néhány kezelés után láthatóan csökkenthetik a ráncokat, és üdébbé varázsolják az arcbőrt. Testkezeléseink segítenek a karcsúsításban, bőrfeszesítésben és alakformálásban, cellulit enyhítésében. További információért, időpontfoglalásért forduljon a recepcióhoz. A kezelések bemutatását a 8. sz. melléklet tartalmazza. A díjakat a tájékoztatónk végén található árlista tartalmazza.

### **Klíma**

A szobáink klimatizáltak. A berendezés a falon lévő kapcsolóval szabályozható. Téli időszakban fűt, nyári időszakban hűt. Ha nem tartózkodik a szobában vagy nyitott ablak esetén, kérjük, kapcsolja le a berendezést.

## **L**

### **Lobby bár**

A recepció mellett található. Nyitvatartás: 8:00-24:00-ig

## **M**

### **Medencék**

Medencéinkről az 1. számú mellékletből tájékozódhat.

### **Minibár**

Fogyasztása naponta felterhelésre kerül szobaszámlájára. Kérjük, hogy a minibár hűtőben egyéb terméket ne tároljon.

### **Mosás és vasalás**

A díjakat a tájékoztatónk végén található árlista tartalmazza. Vegytisztítás szállodánkban nem lehetséges, kérje a recepció segítségét.

## **O**

### **Orvosi ügyelet**

A legközelebbi orvosi ügyeletről érdeklődjön a recepción.

## **P**

### **Parkoló**

Díjmenetesen igénybe vehető a szálloda előtt, mögött és mellett kijelölt területen, érkezési sorrendben foglalhatók el. Kérjük, hogy a főbejárat előtti területen ne parkoljon.

### **Pótágy**

Pótágyra vonatkozó igényét kérjük, előre jelezze foglaláskor. Pótágy ára változó, érdeklődjön a recepción.

### **Programajánló fal**

A hallban található, melyen hasznos információkat olvashat aktuális programjainkról, a környékbeli látnivalókról.

## **R**

### **Recepció**

A szobai telefonról a 100-as gomb segítségével hívható Nyitvatartás: 0:00-24:00 óráig

A bejáratú ajtót 24:00 és 04:00 óra között zárva tartjuk. Kérjük, ebben az időtartamban való érkezéskor hívja az 06 70 443 0171-es telefonszámot, vagy használja a csengőt.

## **S, SZ**

### **Szabadidő – kultúra**

### **Színház**

Szolnokon (Martfűtől 20km) található a Szigligeti Színház.



## **Mozi**

A Martfű Művelődési Központban (800m) 3D-s mozi működik.

## **Szabadidő – kirándulás**

A helyi és környékbeli látnivalókról a szálloda recepcióján kérhet tájékoztatást.

## **Szabadidő – sport**

Alagsori szabadidős termünkben különböző játékok találhatók: Nyitvatartás: 08:00- 24:00. Zártkörű rendezvény idején nem használható. Ping-Pong: díjmentesen vehető igénybe. A ping-pong szettet, átvételi igazolást követően a recepción kérheti. Darts: a berendezés érmebedobással működik. Darts nyilatkat, átvételi igazolást követően, a recepción kérheti. Billiárd: a játék érmebedobással működik. Golyókat és dákót, átvételi igazolást követően a recepción kérhet.

## **Kültéri sportprogramok:**

Tenisz: tenispályák a szállodánkon kívül, azzal szemben található. A pálya és felszerelés bérletről érdeklődjön a recepción. Strandröplabda és strandfoci pálya: a Martfű Hotel Thermal Spa\*\*\* területén nyári időszakban kérhető a játékhoz szükséges háló és kapu. Kérjük, igényét legalább 24 órával előre jelezze.

## **Szauna szeánsz est**

Idényszerűen, előre meghirdetett napokon kerül megrendezésre a szauna mesterek által vezetett, esti program. Az exkluzív esemény befogadó képessége korlátozott, így előzetes bejelentkezés és belépő vásárlás szükséges a recepción. A Skandináv wellness belépő a szauna szeánsz estre nem érvényes. További információt érdeklődjön a recepción.

## **Széf**

A szobai széf használata ingyenes, a kulcsot a recepción kérhet. A kulcs elvesztése esetén pótlási díjat számítunk fel.

## **T**

### **Takarítás**

Minden nap takarítjuk a szobákat A „Ne zavarjon” tábla kiakasztásával Ön jelezheti, hogy nem kér napi takarítást. Ágyneműcsere 3 naponta.

### **Telefon**

Minden szobában található. A vendégek által közvetlenül hívható területek számait a tájékoztatónk második oldalán találja.

### **Televízió**

Az elérhető csatornák listáját megtalálja a tájékoztató 7. sz. mellékletében. Amennyiben valamely csatornát nem találják, kérjük jelezzék a recepción.

### **Tisztálkodási szerek**

A recepción megvásárolhatók.

### **Törölközőcsere**

Kérésre kollégáink kicserélik törölközőjét. A cserélni kívánt szobatorölközőt kérjük, tegye a fürdőszoba padlójára. Wellness törölközőjét a wellness kártyán feltüntetett módon cserélheti.

### **Törzsvendég program**

Bővebb információért érdeklődjön a recepción.

## **Ú**

### **Úszósapka**

Megvásárolható a fürdőpénztárnál. A fürdő úszó és tanmedencéjében viselése kötelező.

## **V, W**

### **Varrókészlet**

A recepción kérhető.

### **Virágrendelés**

Kérje a recepció segítségét.

### **WIFI**

Szállodánkban díjmentesen használható hálózat van Szálloda-Guest néven. Az interneteléshez biztonsági kódra nincs szükség.

### **Wellness**

A wellness részleg a szálloda első emeletén közelíthető meg, szolgáltatásainkról a 4. sz. mellékletben tájékozódhat.

## 1.sz. melléklet

### Medencéink

Kérjük, az uszoda, strand, wellness és gyógyászat területén a testi épsége érdekében viseljen papucsot.

Kérjük a medencék használata előtt zuhanyozzon, a medencébe lépés előtt használja a lábmosót.

#### Gyógymedence I. - II

Beltéri gyógyvizés medencéink hőmérséklete 33-37 °C. Élményelemei derékmasszázs, pezsgőágy. Tornamedencénk korláttal ellátott.

#### Gyógymedence III.

Kültéri gyógyvizés medence hőmérséklete 36 - 38 °C. A pihenést a két oldalon elhelyezkedő napozó lépcső biztosítja. A medencében sakkasztal található.

#### Gyógymedence IV.

Kültéri gyógyvizés medence hőmérséklete 33 – 35 °C. A medence közepén lévő napozóágy, valamint a napozó lépcső kellemes pihenést biztosít. A medence derékmasszázs élményelemet tartalmaz. A tornafoglalkozáshoz korláttal ellátott.

#### Tanmedence

Beltéri medence 1m-es víz mélysége az úszni nem tudók számára is biztonságos fürdési lehetőséget nyújt. A medencevíz hőfoka 28-30 °C. Úszósapka használata kötelező.

#### Úszómedence

Beltéri 33m-es sportmedencénk az aktív pihenés mellett a profi sport számára is megfelelő teret biztosít.

A 4 m-es vízmélység a kezdő búvárok számára jelent biztonságos oktató terepet. A medence 6 úszósávval felfestett, vízilabda kapukkal, védőhalóval felszerelt. A medence víz hőfoka 26-28 °C. Sportrendezvény, edzések idején korlátozott időben vagy korlátozott méretben használható. Úszósapka használata kötelező.

#### Pancsoló medence (beltéri)

A színes csempével kialakított, szökőkúttal ellátott medence a gyerekek „viziparadicsoma”. A medence 10 éves korig használható (kisgyermek esetében kizárólag úszópelenkával). A medencében a szülők csak állva kísérhetik gyermekeiket, a medencébe ülniük, feküdniük higiéniai okokból nem megengedett! A medencevíz hőfoka 32-34 °C.

#### Pancsoló medence (kültéri)

A medence szezonálisan működik. Az erős naptól a gyermekeket árnyékoló védi.

A medence 10 éves korig használható (kisgyermek esetében kizárólag úszópelenkával). A medencében a szülők csak állva kísérhetik gyermekeiket, a medencébe ülniük, feküdniük nem megengedett! A medence víz hőfoka 32-34°C.

## 2.sz. melléklet

### A gyógyvíz

A 62 °C hőmérséklettel felszínre törő hidrogénkarbonátos, nátriumkloridos, jódos, brómos, fluoridos termálvíz, mely 2003. év januárjában megkapta a gyógyvízminősítést.

Kút mélysége: 1.100 m

Gyógyvíz hőmérséklete: 61,5 °C

PH: 8,03

Összes ásványi anyag: 2.936 mg/l

Anionok - kationok összesen: 2.936 mg/l

#### **A gyógyvíz a következő betegségek, panaszok kezelésében lehet hatékony:**

- Mozgásszervi betegségek, ízületi gyulladások (arthritis, arthrosis), a csontrendszer, a gerincoszlop betegségei;
- Ínhüvelygyulladás, idült izomfájdalmak;
- Utókezeléseknél: porckorongsérv műtét után, egyéb műtétek, sérülések, betegségek után.

#### **Gyógyvizünk jó hatással van:**

- Nőgyógyászati problémák gyógyulását, enyhülését elősegíti;
- Idegrendszeri betegségekre;
- Nem fertőző bőrbetegségekre: pikkelysömör, ekcéma.

Javasolt fürdési idő: 20 perc, pihenővel ismételhető naponta 3 alkalommal.

#### **Ellenjavallat:**

- gyulladós betegségek;
- TBC;
- rosszindulatú daganatok;
- szívelégtelenség;
- magas vérnyomás;
- fertőző betegségek;
- terhesség;
- alkoholos állapot;
- visszérnyulladás esetén.

**A gyógyvizet 14 alatti gyermekek nem használhatják!**



Martfű Hotel

— Thermal Spa —



		Konc. mg/L	mg. egyenérték	Than-féle egyenérték %
Kálium	K+	7,9	0,02	0,49
Nátrium	Na+	894	38,89	96,13
Ammónium	NH <sub>4</sub> <sup>+</sup>	14,2	0,79	1,95
Kalcium	Ca <sup>2+</sup>	5,9	0,29	0,72
*Magnézium	Mg <sup>2+</sup>	3,4	0,28	0,69
*Vas	Fe <sup>2+</sup>	126	0	0
Mangán	Mn <sup>2+</sup>	49	0	0
<b>Kation összege</b>	<b>Mn<sup>2+</sup></b>	<b>925,58</b>		<b>100</b>
Nitrát	No <sub>3</sub> <sup>-</sup>	<1,0	0	0
Nitrit	No <sub>2</sub> <sup>-</sup>	<0,02	0	0
Klorid	Cl <sub>2</sub> <sup>-</sup>	392	11,06	29,28
Szulfát	SO <sub>4</sub> <sup>2-</sup>	39	0,31	2,14
Karbonát			0	0
Hidrogén-karbonát	HCO <sub>3</sub> <sup>-</sup>	1580	25,9	68,57
<b>Anionok összege</b>		<b>2011</b>		<b>100</b>
Karbonát keménység	CaO	16		
Összes keménység	CaO	16		
Szilícium-dioxid		<b>44,9</b>		
Fluorid		<b>3,72</b>		
Bromid		<b>5,75</b>		
Jodid		<b>1,18</b>		
Bór		<b>5,48</b>		
Összes cianid		<b>38 µg/l</b>		

### 3.sz. melléklet

#### Gyógyászati és egészségtámogató kezelések

A kezelések árát a tájékoztatónk végén található árjegyzékünk tartalmazza.

Gyógyászati kezelések:

- Medencés gyógyfürdő;
- Iszappakolás;
- Orvosi gyögmasszázs;
- Víz alatti sugármasszázs;
- Vízalatti gyógytorna.

Egészség támogató kezelések:

- Inkontinencia és intim problémák kezelése innovatív Hiemt-intimpad elektromágneses készülékkel;
- PressoSpa 3in1 nyomásterápiás hullámmasszázs gépi kezelés infra terápiával és izomstimulációval.

A gyógyászati kezelések szakorvosi beutalóval térítéses formában is elérhetőek, időpontért a recepción regisztrálhat. Az egészségtámogató kezelésekhez időpontért érdeklődjön a recepción.

Kezelési napok:

Gyógyászati kezelések: hétfőtől – péntekig

Egészségtámogató kezelések: keddtől - szombatig

Szakorvosi rendelés időpontjáról, kérjük, érdeklődjön a recepción.

#### Gyögmasszázs:

Nyak-, váll- és hátfájdalmakkal, kar- vagy alsó végtagi panaszokkal, visszatérő fejfájással, krónikus kimerültséggel és koncentrációs zavarokkal küszködőknek. Sokat segít tartási zavaroknál, fejlődési rendellenességeknél, műtétek, betegségek (pl. idegrendszeri károsodás), traumák, balesetek után a gyorsabb regenerálódásban. Kezelési idő: 25 perc

#### Iszappakolás

Az iszap melegítő hatása hasonló a termál vizéhez, csak annál intenzívebb. A hő hatására kitérülnek az erek, gyorsul a keringés, ami az anyagcsere felgyorsulásához vezet, ez pedig elő segíti és meggyorsítja az ízületekben lerakódott káros anyagok, kristályok kitisztulását.

Az iszapkezelés ezért fontos szerepet játszik a méregtelenítési folyamatokban is. Az iszappakolásnál felhasznált iszap hőmérséklete maximum 42 Celsius-fok lehet. Alacsonyabb hőfokú iszappakolást is felírhat az orvos. Az általunk használt iszap és technológia: Kolopi iszap kompressz.

Ellenjavallatok: heveny gyulladáshoz vezető betegségek. Egyidőben, vagy csak az alsó, vagy csak a felső testrész iszappakolása végezhető. Teljes testfelület iszappakolása, váltva alkalmazható.

Kezelési idő: 25 perc

#### Tangentor- Víz alatti sugármasszázs

A víz optimális hőmérséklete: 35-36 Celsius-fok között van. A vízszugár nyomását a vízszugár

átmerője, a kifolyó és a kezelt testrész közötti távolsága és a vízsugár víz hőmérséklete befolyásolja. Ezek figyelembevételével állítható be a nyomás, mely egy atmoszféra. Az egy atmoszféra nyomást meghaladó orvosi előírás esetén a kezelőnek a szolgáltató orvosával egyeztetnie kell. A víz alatti vízsugár masszázst a hason és emlő tájékon nem alkalmazható. A fürdő kúrák nagyon előnyösen befolyásolják a légzést, az anyagcserét, a vérkeringést és a szervezet hőtartását. A víz felhajtóereje tehermentesíti a gerincet, a végtagok ízületeit, így a páciens fájdalom nélkül vagy könnyebben tudja mozgatni az izmait. A víz alatti sugármasszázs a balneoterápia, a hidroterápia és a víz mechanikus hatásán alapuló kezelés. Ezt a kezelési eljárást speciális kádban, tangentor készülékkel végzik, amely 6 atmoszférás nyomást képes előállítani. A kezelő kád minden használat előtt fertőtlenítésre kerül. Víz alatti vízsugár masszázst követően javallott masszázskézelés. Kezelési idő: 25 perc

### **Inkontinencia és intim problémák kezelése innovatív HIEMT-INTIMPAD elektromágneses készülékkel**

A korrallal és szüléssel romlik az intim részek vérkeringése, az izmok meglazulnak, inkontinencia és egyéb problémák léphetnek fel, a szexuális élet romlik. Az elektromágneses intimpad ezekre a problémákra nyújt megoldást, fájdalom, kellemetlen kezelések és mellékhatások nélkül. A készülék az elektromágneses mező segítségével aktiválja a medence izmait és pontosan megcélozza a fenék izomzatát.

A kezelés során az energia eljut a mélyen fekvő izmokhoz és a medence területét stimulálja, alkalmanként közel 10-12 000 izomösszehúzódnak eredményezve. A kezelés ruhában végezhető, a pad kialakításának köszönhetően a lábak természetes pozícióban helyezkednek el a kezelés alatt, a középen lévő megemelt terület illeszkedik a medencefenékhez, megtámasztja azt.

Annak ajánljuk, aki a medencefenék izomzatának meglazulása miatt inkontinencia és intim problémákkal küzd.

A kezelés ideje: 25 perc, heti 2-3 alkalommal.

Egy kúra hossza: 2-3 hét.

### **PressoSpa 3in1 nyomásterápiás hullámmasszázs készülék infra terápiával és izomstimulációval**

Ez a modern gép kifejezetten a szervezet nyirokrendszerének edzését célozza. A sűrített levegővel történő masszázst és az infrahő hatására a nyirokkeringés felgyorsul, így a PressoSpa képes lebontani az érfalakról a lerakódásokat, visszaadja az érfalak rugalmasságát, az erek eredeti belső átmérőjét. Ezzel csökkenthető az érszűkület, az ebből eredő magas vérnyomás tünete. Mivel az érfalak tisztulnak a különböző keringési problémák is javulnak. Rendszeres használattal akár meg is előzhetőek az olyan, gyakori tünetek, mint az ödéma, visszértágulat vagy nyirok pangás.

Ezek mellett a PressoSpa kiváló kiegészítő kezelés más, célzott alakformáló gépi kezeléseinkhez is. Az infravörös karcsúsító funkció felgyorsítja a test természetes anyagcseréjét súlycsökkenéshez vezetve, így egy 30 perces kezelés alatt akár 400-600 kalória is eltűnhet. A PressoSpa harmadik, elektromos izomstimulációs funkciója pedig a hatékony testfeszítésben segít, vagyis végezhető vele fenékemelés, kar-, has- és combfeszítés is.

Ajánlott: ödémára, sok állással járó munkavégzés esetén, mozgáshiányos életmód, túlsúly, cellulit (narancsbőr) esetén, felhalmozódott salakanyagok kiürítésére, nyirokrendszer betegség esetén, vénás-keringési rendellenességek esetén, alakformáló kezeléseknél a zsír kiürítésére.

A kezelés ideje: 30 perc, heti 2-3 alkalom (de akár minden nap), 1 kúra 8-10 alkalom.

Fontos a kezelés után bőséges vízbevitel.

## 4.sz. melléklet

### Wellness kezelések

A kezelések árát a tájékoztatónk végén található árjegyzékünk tartalmazza.

#### Sóbarlang

Térítésmentesen vehető igénybe. Csak száraz öltözékben (köntös) ajánlott. Kérjük a sóbarlangban törekedjen a maximális csend és nyugalom megtartására. Pihenjen, relaxáljon pihenőnőágyainkon. Javasolt tartózkodási idő 45 perc /nap

#### Fitness terem

Térítésmentesen vehető igénybe. Kardió gépekkel, súlyzó gépekkel, kézi súlyzókkal felszerelt. Az eszközök saját felelősségre vehetők igénybe. Gyermek kizárólag szülői felügyelettel használhatják.

#### Skandináv wellness

Felár ellenében vehető igénybe, mely díjat az érvényes árjegyzék tartalmazza. A díj magában foglalja a szauna lepedő bérleti díját is. Szauna lepedő kártyáját a recepción veheti át.

#### Szauna típusaink:

finn szauna; infrasauna, bioszauna, gőzkabin, ezen kívül jégbarlang, Kneipp-medence, óriás jacuzzi, merülő medence, napozóterasz, pihenőszoba. A szauna kabinokban a törölköző használata kötelező!

**Szaunáinkban a naturista szaunázás megengedett! Gyermek (14 év alatt) a szaunát kizárólag szülői felügyelettel, saját felelősségre használhatják. Kérjük, a wellness házirend szigorú betartását!**

#### Frissítő masszázs:

Egészséges embereknek nyújt előnyös közérzetet. A vérkeringés általános fokozásával bizonyos mértékig pótolni hivatott az aktív testmozgást. A masszázst frissítő élénkítő hatású krémmel végezzük. Kezelési idő: 25 perc / 50 perc

#### Aromaterápiás masszázs:

Ugyanúgy történik, mint a többi masszázs, viszont aromaterápiás olajjal. Itt az ősi keleti kultúra technikái találkoznak a nyugati technikával. Ez az egyetlen olyan illatterápia, amely a természetes gyógymódok közé tartozik, és magában foglalja a gyógynövények és a hagyományos kezelés előnyeit. Az illóolajokat több módon is alkalmazhatjuk: párologtatásként, fürdésnél, közvetlenül, illetve masszázsolajként. Masszázs során felszívódik a bőrön keresztül, átjutva a bőr felhámjára és bekerül a vérkeringésbe, ami által kapcsolatba kerül a szervezettel. Az egész szervezetre serkentő, vizelethajtó, gombaölő, baktériumölő, gyulladáscsökkentő hatással van. Ez a fajta masszázs javítja testi, lelki állapotunkat, valamint szervezetünk állóképességét. Masszázs után ne zuhanyozunk 4-5 órán keresztül, mert az olaj körülbelül 45-60 %-a szívódik fel a masszázs alatt, a többi csak utána. Egy kúra négy hétig tart, utána két hét szünet ajánlott, hogy a szervezet kitisztulhasson. Kezelési idő: 25 perc / 50 perc



**Olivás masszáz:**

A masszázs jótékony hatása ötvöződik a telítettelen Oliva olajjal, ami rendkívül gazdag antioxidánsokban, vitaminokban és egyéb biológiailag aktív anyagokban. Bőre megszépül, rugalmasabbá, bársonyosabbá válik. Már az ókorban ismert volt az olívaolaj jótékony hatása, nem csak étkezéshez, hanem bőr- és testápolásra is használták. Az olívaolaj értékes természetes ápolószer, köszönhetően a benne található értékes vitaminoknak, antioxidánsoknak, zsírsavvaknak. Azt tartják: az a bőrápoló szer a legjobb a bőrnek, amit meg is ehetünk. A sima, rugalmas bőr egyik titka, hogy hozzájut-e megfelelő zsírokhoz. A száraz, hámló bőr legjobb gyógyszere az olívaolaj. Javasoljuk akkor is, ha a pórusok hajlamosak az eldugulásra, mert az Oliviában található esszenciális zsírsavak hatására sokkal kevesebb zsírt kell kiválasztani a pórusoknak, és könnyebbé válik a tisztulás. Az olíva olyan szabadgyök-megkötő természetes anyagokból tevődik össze, amelyek segítik a fiatalos bőr megőrzését. Az olívaolaj helyreállítja a legszárazabb bőrt is, allergiások, ekcémások is használhatják. Javasolt kezelési idő: 25 perc / 50 perc



## 5. sz. melléklet

### Házirend kisállattal érkező vendégek számára

Háziállat csak vendégünk saját felelősségére hozható be!

Háziállat nélkül érkező vendégink felhőtlen pihenésének érdekében, az alábbi szabályokra szeretnénk felhívni a figyelmet:

- Szállodánkba kizárólag beoltott és a többi vendég testi épségét nem veszélyeztető háziállatot lehet behozni. Kérjük, oltási könyvét hozza magával.
- Időjárási viszonyoktól függetlenül, csak tiszta, ápolat háziállat hozható be.
- Egy szobafoglalással maximum 2 háziállat engedélyezett
- Kedvencük után a szállodán kívül es a közterületen is fel kell takarítani.
- Jó idő esetén az étterem Platán udvarán van lehetőség háziállatokkal helyet foglalni.
- A szálloda közös tereiben kutya csak pórázon tartható
- A háziállat felár nem nyújt fedezetet az okozott károk megtérítésére.

#### Háziállat nem vihető az alábbi helyiségekbe:

- étterem;
- fürdő;
- wellness részleg;
- fitneszterem;
- játszóházak.

**Kérjük, tartsák szem előtt a többi vendég zavartalan pihenését, szállodánk csend és nyugalom megtartására vonatkozó házirendjét.**

**A kisállat felárat az aktuális árjegyzék tartalmazza. A házirend betartását köszönjük!**

## 6. sz. melléklet

### Házirend

1. Megkérjük Kedves Vendégeinket, hogy bejelentőlapunkat személyazonosságuknak megfelelően a szállás elfoglalása előtt recepciónkon kitölteni szíveskedjenek. A szoba árának kifizetését recepció kollégáink a szállás elfoglalása előtt is elkérhetik.
2. Árlistánkon feltüntetett egynapi szállásdíj 14 órától másnap 10 óráig jogosítja Vendégeinket a helyiségek használatára. Ha a szálláshely elhagyása 10 óráig nem történik meg, a szálloda az árjegyzék szerinti sávosan kialakított hosszabbítási díjat jogosult felszámítani.
3. Idegenforgalmi adó fizetendő azon Vendégeinknek, akik 18 évesek elmúltak, akik idegenforgalmi adó alól mentesítő nyomtatványt nem adtak le a központ recepcióján, valamint akik nem martfú lakosok.
4. A szálloda a szállásfoglalás meghosszabbítása iránti igényt nem köteles elfogadni, amennyiben előzetes megállapodás a vendéggel nem történt.
5. Hosszabb időre történő elszállásolás esetén a szálloda kérheti 7 naponként a számla kiegyenlítését.
6. A Vendég a Martfú Hotel Thermal Spa helyiségeit csak rendeltetésszerűen veheti igénybe és ott – villanyborotva, laptop töltő és mobiltelefon töltő kivételével – csak a szálláshely tulajdonát képező elektromos készülékeket használhatja.
7. Rendellenes használat, illetve gondatlansággal okozott károkért a vendég kártérítéssel tartozik.
8. Kérjük a felvonó rendeltetésszerű használatát és erre hívják fel gyermekeik figyelmét is.
9. Gyúlékony; szennyező vagy mások testi épségét veszélyeztető anyagot Martfú Hotel Thermal Spa zárt és nyitott területén nem lehet tartani.
10. Kérjük, vegye figyelembe és tartsa be dohányzási szabályzatunkat! A szabályzat a Házirend része. A szabályzatot a Házirend végén találja.
11. A szobák, illetve a társas helyiségek használatakor a szálloda csendjét és rendjét meg kell őrizni. Szobájában a televíziókészülék hangerejének megválasztásakor is legyen tekintettel szobaszomszédjaira. Kérjük ajtócsapkodással, folyosón rohanással, hangos beszéddel Ne zavarja a pihenni vágyó vendégeket. Kérjük a csendrendelet szigorúan betartását, különös tekintettel 22-08 óra között!

12. A bejáratnál cipővédő lábszákot biztosítunk. Kérjük, ha extrém mértékű sáros cipővel érkezik, használja a lábszákot.
13. A vendég az általa lefoglalt szálláshelyén látogatókat csak a recepció előzetes tudomásával és hozzájárulásával fogadhat.
14. Elutazáskor a szobájának nyitókártyáját (és esetlegesen az egyéb eszközöket, amiket a recepciótól kapott) a recepción mindig le kell adni. Amennyiben a mágneskártyát nem adják le a szállás elhagyásakor, abban az esetben 1.000 HUF többletet kell kifizetniük Vendégeinknek.
15. Szobakártyáját mindig tartsa magánál, mert szobaszámlára történő fogyasztáskor illetve „panziós” étkezéskor kollégáink kérni fogják, ennek hiányában a szervízzolgáltatást megtagadhatják illetve csak készpénzes fizetést fogadnak el. Amennyiben elutazást követően fürdőnket még használni kívánják, úgy a kártyát tartsa meg, a fürdőpénztárban belépéskor a jogosultság igazolására szolgál (a karszalaggal együtt).
16. A recepción kapott karszalagot tartózkodása egész ideje alatt kérjük viselni szíveskedjenek, sérülés esetén kollégáink biztosítanak csere karszalagot.
17. Számlakiegyenlítési és kártérítési követelése biztosítására a szállodát a vendéggel szemben törvényes zálogjog és visszatartási jog illeti meg.
18. A vendég hozott tárgyai elvesztése vagy elromlása esetén keletkezett kárért a Martfú Hotel Thermál SPA nem vállal felelősséget.
19. Készpénzért, értékpapírokért és értéktárgyakért a szálláshely csak akkor tartozik felelősséggel, ha a vendég azokat bizonyíthatóan a szálláshely értékmegőrzőjében helyezte el. Az értékmegőrző használata díjtalan. Amennyiben a szobai értékmegőrző kulcsát Vendégeink nem adják le recepciónkon a szállás elhagyásakor, abban az esetben 10.000 HUF többletet kell kifizetniük.
20. A vendég jogosult esetleges észrevételeinek és panaszainak a recepción elhelyezett panaszkönyvben történő bejegyzésre
21. A közös terek használatakor legyenek tekintettel a többi vendégre is. Egyes esetekben az alagsori közös tér – külön megállapodás hiányában – 08-24 óráig használható, kivéve zártkörű rendezvény esetén. A közös terekben is kérjük a rend és a tisztaság megőrzését.
22. Parkolónk használat díjmentes, de nem őrzött parkoló. A parkoló nyitott nagyobb részben a közterületen helyezkedik el.
23. A Házi rend megszegése esetén szállodánk jogosult a foglalási megállapodás felmondására a lefoglalt szolgáltatás és esetleges kártérítés díjának felszámítása mellett.

## Házirend - Dohányzási Szabályzat

A Martfű Hotel Thermál SPA teljes területén a zárt terek dohányzásmentesek! A zárt terekben tilos a dohányzás mindennemű formája (cigaretta, elektromos cigaretta, vízipipa, pipa).

Dohányozni kizárólag az alábbi kijelölt, épületen kívüli helyeken szabad:

- szálloda főbejárattól jobbra;
- konferencia épület nyugati bejárat;
- étterem belső udvarán a felső terasz;
- konferencia központ dohányzó terasz;
- uszoda nyugati oldali udvari kijárattól jobbra.

### **A létesítmény többi területén a dohányzás nem megengedett.**

A szállóvendégek szobában történő dohányzása esetén „Füstmentesítés” címén számláján **15.000 Ft**-ot számítunk fel foglalásonként, illetve az érintett szobánként. A takarítási költség felszámítása ellenére a dohányzási szabályzat továbbra is betartandó. A tilalom ismételt megszegése a házirend súlyos megszegésének minősül, ezért szállodánk a vendégünkkel létrejött foglalási megállapodást egyoldalúan és azonnali hatállyal felmondhatja.

Kérjük egészségvédelmi és tűzvédelmi okokból vegyék figyelembe és tartsák tiszteletben dohányzási szabályzatunkat

Megértésüket és együttműködésüket köszönjük!

## **7. sz. melléklet**

### **Tv csatorna kiosztás**

1. M1 HD
2. M2 HD
3. Duna HD
4. M4 Sport
5. Duna World
6. M5
7. RTL Klub
8. TV2
9. Hír TV
10. ATV
11. Life TV
12. Film+
13. Prime
14. Super TV 2
15. Ozone
16. MTV
17. Mozi+
18. TV2 Comedy
19. CNN
20. Sport 1
21. Sport 2
22. Minimax
23. JimJam
24. Nickelodeon
25. Cool TV
26. AXN
27. Comedy Center
28. National Geographic
29. Sprektum
30. ATV Spirit
31. SAT 1
32. ZDF
33. ORF1
34. Mediaset
35. TVE

## 8. sz. melléklet

### Esztétikai, kozmetikai kezelések

#### **MONOSULPT SHAPE FLEX Alakformáló, izomedző és zsírbontó, innovatív alakformáló gép.**

Azoknak ajánljuk, akik célja a tartósabb zsírbontás és nem probléma a lassabb lefutás.

A Monosculpt gépünk egy ultramodern, nagyon erős non-invazív monopoláris RF platform, ami folyamatos, azonnali hőmérséklet kontrollal éri el a klinikailag igazolt eredményeket. A Monosculpt az egész zsírréteget kezeli és éri el az akár 24%-os zsírszövet csökkenést maximális biztonsággal. Bár a Monosculpt technológia lassabban képes kifejteni zsírbontó hatását egyéb technológiákhoz képest, viszont tartósabb eredményt érhetünk el vele, mint más megoldásokkal, mivel a zsírsejt nem csak kiürül, de el is tűnik.

Nincs felépülési idő, fájdalom, zúzódás, vágás, véraláfutások.

A kezelhető területek: karok, has, fenék, combok, vádlik

A kezelés ideje: 30 perc, heti 2-3 (maximum 4) alkalommal. Egy kúra hossza 2-3 hét.

Fontos a kezelés után bőséges vízbevitel, nyirokmasszázs, hogy az elhalt zsírsejtek távozni tudjanak. A kezelés napján tilos a magas hőhatás pl. szauna.

#### **Új generációs 4D LIPOLÉZER készülék.**

Annak ajánljuk, akinek nincs nagyon nagy súlyfeleslege, csak a különböző testterületeken lerakódott makacs, zsírpárnákat szeretné minél gyorsabban és látványosan eltüntetni.

A Lipolézer fő feladata a zsírbontás. A lipolézer 100 %-ban non-invazív, lézer alapú zsírbontó és alakformáló rendszer. 650 nm-es lézerrel rombolja le a mélyen lévő zsírsejteket, felszakítja a sejtmembránt, a zsírt trigliceriddé alakítja, mely távozik a testből. A lézer hő stimulálja a bőr alatti szövetek kollagén és elasztikus rostok hiperpláziáját, rugalmasabbá és feszebbé teszi a kezelt bőrfelületet. Hatása klinikailag igazolt. A szuper gyors zsírbontás hátránya, hogy a zsírsejtek csak kiürülnek, nem tűnnek el ezáltal fontos a kezelés mellett és utána az egészséges életmód folytatása.

Nincs felépülési idő, fájdalom, zúzódás, vágás, véraláfutások.

A kezelhető területek: has, csípő, derék, combok, térdék, fenék, felkarok, férfi mellkas.

A kezelés ideje: 30 perc, heti 3 alkalommal. Egy kúra hossza: 2-3 hét. Egymás után maximum 2 kúra, utána 1-2 hónap szünet.

Fontos a kezelés után bőséges vízbevitel, nyirokmasszázs, hogy a kiürített zsír távozni tudjon. A kezelés napján tilos a magas hőhatás pl. szauna.

#### **SCULPTMED PRO Ultra HIEMT elektromágneses alakformáló gép.**

A Hiemt gép egy olyan alakformáló kezelést nyújt, ami egyszerre zsírt bont és izmot épít, de főbb hatása az izom építése. Ezt a gépet vékonyabb alkatú hölgyek és urak is használhatják mivel zsírbontó hatása nem olyan erős, mint a többi készüléké, használatával leginkább az izmok térfogata és sűrűsége nő. A HIEMT kezelés során akkora elektromágneses impulzusok érik az izmokat melyek extra nagy terhelést idéznek elő, így az izomnak szabad zsírsavakra lesz szüksége az „edzés” megvalósításához. Azaz a zsírsejtekhez nyúl. Ezek nem lesznek képesek elég gyorsan elég sok szabad zsírsavat (FFA-t) felszabadítani, így sejtihal következik be, azaz a zsírsejtek elhalnak. Az izomszövet közben erősödik, tónusosabbá válik.

Annyira intenzíven mozgatja meg az izmokat, hogy vékonyabb alkaton még a kezelés utáni izomláz is előfordulhat.

Alkalmas a szülés utáni szétnyílt hasizom erősítésére, helyreállítására is, valamint még petyhüdt kar és has feszesítésére, izmok építésére is.

Kezelhető területek: karok, has, fenék, combok, vádlik

Annak ajánljuk, akinek főbb célja az izmosabb, feszesebb test.

Kezelés ideje: 30 perc, heti 2-3 alkalommal. Egy kúra ideje: 2-3 hétig.

Fontos a kezelés után bőséges vízbevitel, a szauna vagy nyirokmasszás.

### **TRUFLEX (EMS)- koncentrált izomépités**

Azoknak ajánljuk, akik feszesebb, kerekbb feneket, izmosabb hasat, combot, vádliat, kart, szeretnének.

A legtöbb géppel ellentétbe ez a csúcstechnológiát alkalmazó gép egy adott izomcsoportra fókuszál, ezzel nagyobb hatást elérve a kiválasztott területen.

A TruFlex edzés intenzitása jóval meghaladja a hagyományos edzőtermi gyakorlatokét. Például egy TruFlex edzés akár 54 000 felüléssel egyenértékű minden 25 perces kezelés alatt és akár 20 összehúzódnást is létrehoz másodpercenként tejsav felhalmozódás nélkül. A TrueFlex-el akár már 2 hét alatt is eljuthat a látványos izomnövekedéshez, de az elért eredmények a kezelést követő 12 hétig még tovább javulnak.

A TrueFlex kezelések könnyedén összehangolhatóak a Monosculpt zsírbontó kezelésekkal, így extrém zsírbontást és anyagcseregyorsítást, edzést, izomtonizálást is tudunk nyújtani a kiválasztott testterületen.

A kezelhető területek: karok, has, fenék, combok, vádlik

A kezelés ideje: 30 perc, heti 2-3 (max.:4) alkalommal. Egy kúra hossza: 2-3 hét.

Fontos a kezelés után bőséges vízbevitel, a szauna vagy nyirokmasszás.

### **Innovatív ENDOTIGHT Arckezelő készülék**

Annak ajánljuk, aki erőtlennek, megereszkedettnek, vízhiányosnak érzi az arc bőrét, nyakát, dekoltázsát és szeretné eltüntetni az apróbb ráncokat.

Az EndoTight arckezelő gép egy innovatív kompressziós, mikrovibrációs rendszert használó technológia, melynek kezelőfején 55 szilikon gömbből álló görgő található. Ezekon keresztül a gép alacsony frekvenciájú mechanikai rezgéseket generál, így fokozza az érrendszeri működést, ami serkenti a kollagén és elasztin termelődést, illetve a szövetek oxigénellátását, ezáltal a bőr megemelkedik, hidratáltabb és feszesebb lesz. Emellett képes megemelni és tonizálni az arc izmait, hogy eltüntesse a ráncokat és elkerülje a szövet újbóli megereszkedését.

A kezelés ideje: 30 perc, heti 3-4 alkalommal.

Egy kúra hossza: 2-3 hét.

Fontos a kezelés után bőséges vízbevitel.

Nincs felépülési idő, fájdalom, zúzódás, vágás, véralfutások.

### **Új generációs 4D LIPOLÉZER készülék**

A Lipolézer nem csak a testen felgyülemlett zsírpárnákat képes eltüntetni, de a nyaki zsír bontását és a bőr feszesítését is hatékonyan és kíméletesen lehet vele elvégezni. Ezen kívül feszesíti a bőrt, csökkenti a pigment foltokat, stimulálja a bőr alatti szövetek kollagéntermelését, rugalmasabbá és feszesebbé teszi a kezelt bőrfelületet. Hatása klinikailag igazolt.



### **MONOSCULPT SHAPE FLEX - arckezelés**

Ez a gépünk ugyanolyan kiváló testkezelés esetén, mint az arcfiatalításban, mivel bőrfeszítő, lifting hatása van, de még a nyaki részen is képes feszesítésre és zsírbontásra is, ezáltal a tokát megszüntetni.

Nincs felépülési idő, fájdalom, zúzódás, vágás, véraláfutások.

Annak ajánljuk, aki elégedetlen ezzel a területtel, szeretné a toka környékén lévő zsírt eltüntetni és a bőrt is feszesíteni.

A kezelés ideje: 30 perc, heti 2-3 (maximum 4) alkalommal.

Egy kúra hossza: 2-3 hét.

Fontos a kezelés után bőséges vízbevitel, nyirokmasszázs, hogy az elhalt zsírsejtek távozni tudjanak. A kezelés napján tilos a magas hőhatás pl. szauna.

**A gépi arckezeléseink kombinálhatóak egymással, valamint a maximális hatás elérése érdekében kiegészíthetők ecsetmasszázzsal vagy akár manuális masszázssal is az arc- nyak- dekoltázs bőrén melyet a Clear Cosmetic termékcsaláddal végzünk. A gépi kezeléseket 30-40 percet az ecsetmasszázs körülbelül 15-20 percet vesz igénybe, a manuális masszázs pedig körülbelül 25 perc.**

**Az önnek megfelelő kombinációk összeállításához kérje kozmetikus szakértőnk tanácsát!**

### **PRESSOSPA 3IN1 nyomásterápiás hullámmasszázs készülék infra terápiával és izomstimulációval**

Ez a modern gép kifejezetten a szervezet nyirokrendszerének edzését célozza. A sűrített levegővel történő masszázssal és az infrahő hatására a nyirokkeringés felgyorsul, így a PressoSpa képes lebontani az érfalakról a lerakódásokat, visszaadja az érfalak rugalmasságát, az erek eredeti belső átmérőjét. Ezzel csökkenthető az érszűkület, az ebből eredő magas vérnyomás tünete. Mivel az érfalak tisztulnak a különböző keringési problémák is javulnak. Rendszeres használattal akár meg is előzhetőek az olyan, gyakori tünetek, mint az ödéma, visszértágulat vagy nyirok pangás.

Ezek mellett a PressoSpa kiváló kiegészítő kezelés más, célzott alakformáló gépi kezeléseinkhez is. Az infravörös karcsúsító funkció felgyorsítja a test természetes anyagcseréjét súlycsökkenéshez vezetve, így egy 30 perces kezelés alatt akár 400-600 kalória is eltűnhet. A PressoSpa harmadik, elektromos izomstimulációs funkciója pedig a hatékony testfeszesítésben segít, vagyis végezhető vele fenékemelés, kar-, has- és combfeszesítés is.

Ajánlott: ödémára, sok állással járó munkavégzés esetén, mozgáshiányos életmód, túlsúly, cellulit (narancsbőr) esetén, felhalmozódott salakanyagok kiürítésére, nyirokrendszer betegség esetén, vénás-keringési rendellenességek esetén, alakformáló kezeléseknél a zsír kiürítésére.

A kezelés ideje: 30 perc, heti 2-3 alkalom (de akár minden nap), 1 kúra 8-10 alkalom.

Fontos a kezelés után bőséges vízbevitel.

### **ENDOTIGHT BODY feszesítő és cellulitkezelő gép**

A narancsbőr a legtöbb nő testén megjelenik és nem csak esztétikai problémát, de súlyos önbizalomhiányt is okoz. A narancsbőr legfőbb oka az elégtelen vér- és nyirokkeringés, mely a zsírszövetek göbös felhalmozódását, a zsírsejtek közötti mérgeanyagok lerakódását és folyadékviszatarthatását okozza.

Az EndoTight Body a teljes testet kezeli, kifejezetten a narancsbőr okaira hatva helyreállítja a formákat és kisimítja a bőrt. A kompressziós mikrovibrációt célzottan a laza szövetek feszesítésére tervezték, ezért nem csak a narancsbőr, de az öregedés hatására meglazuló bőrt is eredményesen feltölti, feszesíti a kritikus has, fenék és kar területeken azáltal, hogy hatására a kollagén termelés gyorsul, a szövetek oxigén ellátása növekszik, a kötőszövet erősödik.



Mindezekkel együtt javítja a nyirok- és vérkeringést is, így jelentős élettani javulást is eredményez. Segítség a vizesedésre, az ödéma megszüntetésére is.

Annak ajánljuk, akinek makacs cellulit jelentkezik a comb, fenék, kar területeken, hajlamos a vizesedésre.

Kezelési ideje: kb. 30 perc, heti 3-4 alkalom, 1 kúra 2-3 hét.

Fontos a kezelés után bőséges vízbevitel, szauna használat.

**Innovatív testformáló gépeink egymással kombinálva is használhatóak a hatásosabb eredmény érdekében, az önnek megfelelő kombinációk összeállításához kérje kosmetikus szakértőnk javaslatát.**

**Időpontfoglalás a kezelésekhöz: 06 70 6603 187**

**A kezeléshez szükséges beleegyező nyilatkozatot letölthető formában megtalálja weboldalunkon.**



## ÁRLISTA

<b>GYÓGYFÜRDŐ ÉS USZODA ÁRLISTA</b>	
Felnőtt napijegy	3 400 Ft
Helyi lakos napijegy	2 600 Ft
Diák*, nyugdíjas napijegy	3 000 Ft
Családi napijegy (2 felnőtt, 1 gyerek)*	7 200 Ft
Minden további 3-14 éves gyermek	1 400 Ft
Minden további 3-6 éves gyermek	800 Ft
Minden további 3 éves kor alatti gyermek	INGYENES
3 órás felnőtt jegy	3 000 Ft
3 órás diák*, nyugdíjas jegy	2 600 Ft
Csoportos belépő 15 fő felett egész napra	2 600 Ft
Úszóbérlet (10 alkalom, 3 órás, 3 hónap érvényesség)	20 500 Ft
Kísérőjegy 1 gyermekhez 1 fő (fürdőzésre nem jogosít)	900 Ft
Éjszakai fürdőzés	4 000 Ft
Búvárkodáshoz váltott jegy, amely felszerelést nem tartalmaz.**	napijegy + 2 000 Ft
Úszósapka	950 Ft
<b>WELLNESS ÉS GYÓGYÁSZATI KEZELÉSEK ÁRLISTA</b>	
Frissítő masszáz 25 perces	6 000 Ft
Frissítő masszáz 50 perces	9 000 Ft
Gyógymasszáz 20 perces	6 000 Ft
Gyógymasszáz 40 perces	9 000 Ft
Olívás bőrápoló masszáz 25 perc	6 000 Ft
Víz alatti vízszugármasszáz, tangenter kezelés 20 perc	7 000 Ft
Széfbérleti díj (1500 Ft kaució)	500 Ft/db
Kolopi iszap kompressz kezelés 20 perc	4 000 Ft
Kolopi iszap/db (a kezeléshez szükséges megvásárolni)	5 000 Ft
Masszázslepedő	300 Ft
Wellness törölköző bérleti díj (1000 Ft kaució)	300 Ft/db
Wellness kiegészítő jegy (bármely jegyhez és bérlethez)	2 200 Ft
Wellness kiegészítő bérlet 10 alkalom	18 000 Ft
<b>EGÉSZSÉGPÉNZTÁR ÁLTAL TÁMOGATOTT GYÓGYÁSZATI KEZELÉSEK</b>	
Medencés gyógyfürdő (kombinált/ szimpla)	900 Ft / 1 500 Ft
Iszappakolás	950 Ft
Orvosi gyógymasszáz	950 Ft
Víz alatti vízszugármasszáz	700 Ft
Víz alatti csoportos gyógytorna	550 Ft
18 év alattiak csoportos gyógyúszása	INGYENES



Martfű Hotel

— Thermal Spa —



<b>KOZMETIKAI ÉS ESZTÉTIKAI KEZELÉSEK ÁRLISTA</b>	
MONOSULPT SHAPE FLEX 2in1	
1 alkalom, 30 perc, 1 terület	25 000 Ft
6 alkalom, 6×30 perc, 1 terület	120 000 Ft
4D LIPOLÉZER	
1 alkalom, 30 perc, 1 terület	11 000 Ft
6 alkalom, 6×30 perc, 1 terület	50 000 Ft
1 alkalom, 30 perc, 2 terület	18 000 Ft
6 alkalom, 6×30 pec, 2 terület	80 000 Ft
SculptMED PRO Ultra HIEMT	
1 alkalom, 30 perc, 1 testrészt	12 000 Ft
6 alkalom, 6×30 perc, 1 testrészt	55 000 Ft
1 alkalom, 30 perc, 2 testrészt	19 500 Ft
6 alkalom, 6×30 perc, 2 testrészt	88 000 Ft
TRUFLEX (EMS)	
1 alkalom, 30 perc, 1 terület	25 000 Ft
6 alkalom, 6×30 perc, 1 terület	120 000 Ft
EndoTight	
1 alkalom, 30 perc, 1 terület	14 000 Ft
6 alkalom, 6×30 perc, 1 terület	68 000 Ft
4D LIPOLÉZER	
1 alkalom, 30 perc, 1 terület	11 000 Ft
6 alkalom, 6×30 perc, 1 terület	50 000 Ft
INTIMPAD INKONTINENCIA	
1 alkalom, 30 perc	8 000 Ft
6 alkalom, 6×30 perc	38 000 Ft
MONOSULPT	
Arckezelés	
1 alkalom, 30 perc	25 000 Ft
4 alkalom, 4×30 perc	90 000 Ft
Nyakkezelés	
1 alkalom, 30 perc	25 000 Ft
4 alkalom, 4×30 perc	90 000 Ft
Dekoltázs	
1 alkalom, 20 perc	16 500 Ft
4 alkalom, 4×30 perc	59 000 Ft
PRESSOSPA 3in1	
1 alkalom, 30 perc	4 000 Ft
6 alkalom, 6×30 perc	20 000 Ft
ENDO TIGHT BODY	
1 alkalom, 30 perc, 1 terület: 14 000 Ft	14 000 Ft
6 alkalom, 6×30 perc, 1 terület: 68 000 Ft	68 000 Ft
Fenék + comb egy egyszerre történő kezelése, 1 alkalom, 30 perc	12 000 Ft
Fenék + comb egy egyszerre történő kezelése, 6 alkalom, 6×30 perc	58 000 Ft

#### **EGYÉB SZOLGÁLTATÁS ÁRLISTA**

Korai érkezés (Ft/szoba): 12:00 óráig: 2.500 Ft; 10:00 óráig: 5.000 Ft

Késői távozás (Ft/szoba): 14:00 óráig: 2.500 Ft; 16:00 óráig: 5.000 Ft; 16:00 óra után teljes napi felár

Bogrács bérlés 5.000 Ft

Fénymásolás, nyomtatás: 20 Ft / oldal

Köntös bérlés és csere: 1.500.- Ft / db

Terembérleti díjak: egyedi árajánlat alapján

Pótágy ár: egyedi

Háziállat felár 5.000 Ft / éj