

Relaxační hypnóza v solné jeskyni

Využijte ojedinělé možnosti spojit ozdravný pobyt v solné jeskyni s celoosobnostním uvolněním a relaxací.

Co nabízíme:

- pozitivní léčebný vliv kamenné mořské soli z Mrtvého moře na lidský organismus, upevnění a ochranu zdraví
- psychické i tělesné uvolnění po uvedení do lehkého až středního hypnotického transu provázené cíleně zaměřenými sugescemi terapeuta při poslechu motivačně relaxační hudby

Toto vše v minimální délce jedné hodiny. Dobu lze upravit dle zájmu klienta, maximálně však na 2 hodiny.

Terapie je vhodná pro širokou veřejnost nad 15 let věku (v rámci rodiny od 12 let), těm z nás, kdo si chce zrelaxovat v příjemné atmosféře a v příjemném prostředí.

Tuto relaxaci dále doporučujeme všem, jejichž profese je náročná na čas, těm, kteří žijí v dlouhotrvajícím opakujícím se stresu a těm, kteří jsou vystaveni dlouhodobému duševnímu vypětí (manažerům, vedoucím pracovníkům a všem, kteří mají jinak náročné povolání).

Hypnoterapie je jednou z metod psychoterapie. Nejedná se o zázračnou metodu či techniku, ale lze jí s poměrně s velkým úspěchem využít k léčbě či odstranění řady psychických, psychosomatických a somatických problémů nebo alespoň k jejich výraznému potlačení, utlumení. Rovněž nelze opomenout i relaxační či relaxačně-motivační možnosti hypnózy.

Hypnoterapii vede Mgr. Zbyněk Bohdal, absolvent výcviku v psychoterapii BIG-SUR v rámci České lékařské společnosti, Institutu psychoterapie v Praze, absolvent výcvikového a výukového programu Ericksonovské hypnoterapie I. a II. stupně v rámci Institutu pro integrativní psychoterapii a psychologické poradenství Olomouc, výcviku pro interventy posttraumatické intervenční péče v rámci resortu Ministerstva vnitra České Republiky a dalších vzdělávacích akcí v oboru.



Podmínky:

- rezervace min. 3 dny předem
- včasný příchod (hlavně při skupinovém relaxu)
- pohodlný oděv, bez šperků, hodinek a mob. telefonu

Začátky:

Individuální terapie:

- pondělí a sobota - od 10:00 hodin
- středa a pátek - od 10:00, 13:00 a 15:00 hodin

Skupinová terapie:

- středa a pátek - od 17:00 hodin

Po předchozí dohodě lze domluvit i jiný termín.
Skutečná doba setkání cca 70 min.

Cena:

- Individuální terapie: 700,- Kč / 1 hod
- Skupinová terapie od 2 osob (max 8 účastníků): 500,- Kč / 1 hod
- Slevy pro držitele ZTP, karet ISIC, doporučení od lékaře.
- V ceně terapie je voda a káva v restauraci Gotika.

Rezervace a více informací na recepci hotelu Arcadie nebo tel. 380 727 585.