

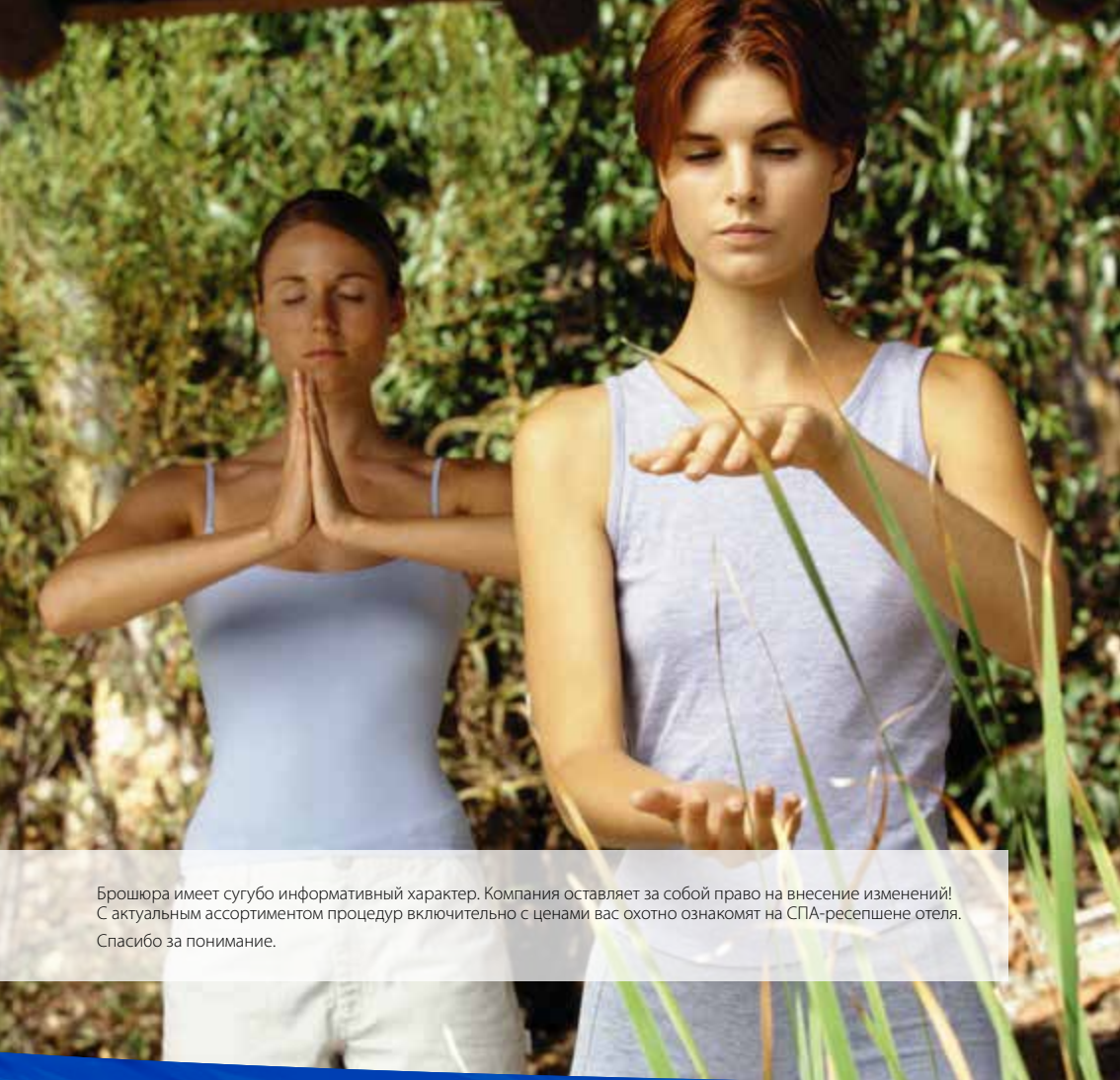


IMPERIAL GROUP
KARLOVY VARY



Путеводитель по досугу
и велнес-услугам

компании «Imperial Karlovy Vary Group»



Брошюра имеет сугубо информативный характер. Компания оставляет за собой право на внесение изменений!
С актуальным ассортиментом процедур включительно с ценами вас охотно ознакомят на СПА-ресепшене отеля.
Спасибо за понимание.

Содержание

КАРЛОВЫ ВАРЫ – КУРОРТНАЯ СТОЛИЦА ЧЕХИИ	4
IMPERIAL KARLOVY VARY GROUP	7
ПРАВИЛЬНЫЙ ПРИТЕВОЙ РЕЖИМ И ПИТАНИЕ	9
ВЕЛНЕС КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ	11
MEDICAL WELLNESS – РЕШЕНИЕ ЦИВИЛИЗАЦИОННЫХ ПРОБЛЕМ	12
БАЛЬНЕОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР – ЭТО НЕ ТОЛЬКО БАСЕЙНЫ	13
SPORTCENTRUM IMPERIAL	14
КУРОРТНЫЕ ЛЕСА СОЗДАНЫ ДЛЯ ДВИЖЕНИЯ	19
РАЙ ДЛЯ ГОЛЬФА В КУРОРТНОЙ ОБЕРТКЕ	20
АКТИВНАЯ РЕКРЕАЦИЯ	23
КУЛЬТУРА – ЭТО ПИЩА ДЛЯ ДУШИ	24
ЭКСКУРСИИ	26
ОБЗОР ВЕЛНЕС-ПРОЦЕДУР	29

КАРЛОВЫ ВАРЫ – КУРОРТНАЯ СТОЛИЦА ЧЕХИИ

В своей деятельности компания «Imperial Karlovy Vary» прочно связана с самым знаменитым чешским курортом – живым сердцем западночешского лечебного треугольника с 1370 года, когда чешский король и римский император Карл IV даровал ему права королевского города.

Карловы Вары до сих пор являются крупным центром культурной и общественной жизни, который кроме санаторно-курортного дела знаменит международным кинофестивалем, продукцией компании «Moser», травяной ликерной настойкой «Бехеровка» и фарфором «Thun». Люди со всех уголков мира приезжают сюда, прежде всего, ради лечебных термальных источников и уникальной атмосферы курорта.

Карловарские рекорды

1. Карловы Вары – крупнейший чешский курорт, в который приезжает на лечение больше всего гостей.
2. Карловарские термальные источники самые горячие из всех чешских источников.
3. Доказано, что карловарский курс питьевого лечения обладает самым сильным лечебным действием.
4. Из всех чешских курортов в Карловых Варах больше всего колоннад.
5. Из всех чешских курортов в Карловых Варах больше всего смотровых башен и площадок.
6. У карловарских курортных лесов самая давняя история, восходящая к 1325 году.
7. Карловы Вары – это единственный чешский курорт, куда можно комфортно добраться самолетом.
8. В окрестностях Карловых Вар больше всего полей для гольфа.





IMPERIAL KARLOVY VARY GROUP

«Imperial Karlovy Vary» с 1992 года является одной из крупнейших чешских курортных компаний. В 2006 году она стала первым лауреатом Курортной премии ЧР за высшее качество своего основного продукта – комплексного санаторно-курортного отдыха с медицинским обслуживанием и использованием природных лечебных ресурсов. Последние также используются в профилактически направленных рекреационных, велнес и medical wellness программах. Imperial Karlovy Vary постоянно инвестирует в повышение качества всех услуг. Как член ряда организаций и ассоциаций она активно участвует в разработке стандартов и критериев качества санаторно-курортного лечения в Чешской Республике и ЕС. Поддерживая развитие чешского дизайна, компания вносит ощутимый вклад в модернизацию курортной среды.

«Hotel Imperial» – Стильный хозяин

«Hotel Imperial» с 1912 года является карловарской доминантой, а с 1992 – премиальным брендом компании «Imperial Karlovy Vary». Он обеспечивает гостям очень комфортные условия и изысканную обстановку для проживания. Четырехзвездочные гостиничные услуги, помимо прочего, включают в себя свободное посещение бассейна и сауны, Wi-Fi в общественных помещениях и широкие возможности для общественного, культурного, спортивного и туристического досуга, о котором позаботится консьерж-служба отеля. Волшебные уголки ухоженного парка отеля служат для активного отдыха и приятной релаксации гостей.

«Империял» располагает собственным бальнеологическим комплексом, оснащенным новейшим оборудованием. К отелю подведен источник «гейзер», вода которого служит основой питьевого лечения.

Питание в красивой обстановке ресторанов «Prague» и «Paris» доставит гостям как гастрономическое, так и эстетическое удовольствие. Они могут наблюдать, как и из чего готовятся блюда, поскольку здесь работает так называемая «show kitchen». Питание обеспечивается в форме раздаточных столов, которые сохраняют свежесть блюд, всегда приготовленных из первоклассных продуктов. При выборе из множества вариантов диетических блюд, обозначенных номером диеты, гости могут проконсультироваться с нутрициологом.

Большой интерес к респектабельной обстановке отеля проявляют организаторы крупных культурных и общественных мероприятий, конференций, семинаров и деловых встреч, различных частных мероприятий, в том числе свадеб. И даже кинематографисты не обходят его вниманием. Ничего удивительного, ведь, например, столетняя оригинальная мебель в стиле шерадон от знаменитой венской компании «Portois & Fix» до сих пор используется для уютных посиделок в «Café Vienna». Высоко над городом гости могут насладиться настоящей венской атмосферой, насыщенной ароматом кофе, и всегда свежими пирожными от гостиничного мастера-кондитера.

«Spa Resort Sanssouci» – Сады здоровья

Сады здоровья – «Spa Resort Sanssouci» – компания «Imperial Karlovy Vary» открыла в 2009 году, после постепенной капитальной реконструкции отелей «Сан-Суси», «Швейцарский двор» и «Вилла Мерседес», важной частью которой было строительство подземного коридора, соединяющего эти объекты. Таким образом, восемь лет спустя удалось реализовать идею создания современного гостиничного комплекса с широким ассортиментом санаторно-курортных, гостиничных, гастрономических и конгресс-услуг под одной крышей.

«Blue House» и «Green House» на площади восемь тысяч квадратных метров обеспечивают комфортное проживание в современно оснащенных номерах. Гостиничные услуги четырехзвездочного стандарта, помимо прочего, включают в себя бесплатный Wi-Fi, свободное посещение бассейна с водными аттракционами в послеобеденные и вечерние часы, общественные, культурные, спортивные и другие развлечения в соответствии с индивидуальными пожеланиями гостей, о выполнении которых позаботится консьерж-служба отеля. В игровой комнате детских посетителей ждут захватывающие развлечения, дети постарше оценят компьютерное оборудование, а родители – услуги няни.

В приятной обстановке ресторанов «Opera», «Melody» и «Charleston» питание гостей обеспечивается в форме раздаточных столов, в «Opera» также работает «show kitchen», и можно заказать специалитеты из меню. Всегда свежие блюда готовят профессиональные команды поваров. Диеты пронумерованы, и каждый может выбрать по вкусу и согласно рекомендациям нутрициолога. К посиделкам за чашечкой кофе манят залы и террасы «Atrium - Lobby Bar» и «Blues Café», там также проходят массовые мероприятия с музыкой и танцами. Просторный «Spa Resort Sanssouci» благодаря своей многофункциональности планировке способен в случае необходимости «наколдовать» конференц-залы разного размера.

Главным лечебным продуктом «Садов здоровья» является комплексное санаторно-курортное лечение с использованием карловарских природных лечебных ресурсов, и ряд привлекательных велнес-программ и процедур, включительно с соляной пещерой с уникальным микроклиматом

ПРАВИЛЬНЫЙ ПИТЕВОЙ РЕЖИМ И ПИТАНИЕ

Очень важной составляющей здорового образа жизни является оптимальный план питания. Программа питания должна выполнять не только первичную функцию, которой являются индивидуальные пожелания клиента, но и столь же важную функцию оптимизации состояния здоровья и профилактики. Оптимальным решением, естественно, является профессиональное обследование клиента с определением содержания жиров и наличия в организме необходимых веществ, и составление индивидуального меню. Человек по своему происхождению «всеяден», поэтому его пища должна быть хорошо сбалансированной, и содержать все вещества, необходимые для здоровой жизнедеятельности. В рационе должны присутствовать растительные и животные белки, витамины, минералы и достаточное количество жидкости. Подходящий рацион, особенно в случае целевых диет, должен обеспечивать хорошо сбалансированное соотношение указанных веществ включительно с оптимальной калорийностью, соответствующей энергозатратам организма.

Питьевой режим

Недаром говорят, что вода – это основа жизни. Необходимо осознавать, что вода составляет 60-70% нашего организма. Это значит, что человек весом около 70 кг содержит 40-50 литров воды. Несмотря на такое количество, мы очень чувствительны к потерям воды, и ее нехватка для организма намного опаснее нехватки пищи. Первым симптомом нехватки жидкости является чувство жажды, которое возникает уже при потере жидкости в объеме 2% веса тела, а увеличение потерь ведет к снижению физической и психической производительности, ощущению слабости, тошноты вплоть до судорог.

Потребность в жидкости является очень индивидуальной. Она зависит от окружающей среды, вида физической активности, телосложения, важную роль играет и возраст. В целом можно утверждать, что в течение дня необходимо равномерно употреблять около 2 литров жидкости, а основу питьевого рациона должна составлять вода. Прием жидкости не следует отождествлять исключительно с употреблением напитков. Много жидкости содержат фрукты, овощи, вода также содержится в молокопродуктах и т. п.

Рациональное питание

«Человек должен есть и пить, чтобы жить и работать». Без правильного питания невозможно оставаться в хорошей форме и здоровым.

Рациональное питание = сбалансированное соотношение базовых питательных веществ (белков, жиров, углеводов), минеральных элементов, витаминов.



Для человека естественной является смешанная пища, соответствующая его физиологическим потребностям. Неподходящий состав и количество пищи ведет к возникновению болезней цивилизации, поэтому необходимо ограничить употребление жиров (в особенности животных), животных белков и калорийность. Рекомендуется повысить долю неусвояемой клетчатки и почти всех витаминов.

Главные принципы рационального питания

- 1. Энергетическая ценность пищи** – потребление пищи соответствует энергозатратам. В течение жизни потребление энергии изменяется. В детстве, когда организм растет и набирается сил, энергопотребление должно превышать энергозатраты. В старшем возрасте потребление энергии должно снижаться.
- 2. Состав пищи** – ежедневно она должна содержать надлежащее количество основных питательных веществ, витаминов и минералов. Еду необходимо комбинировать таким образом, чтобы в ней были представлены все основные группы продуктов питания.
- 3. Правильное приготовление пищи** – использовать бережную предварительную и тепловую обработку продуктов питания в соответствии с видом продукта.
- 4. Правильный график питания** – от 3 до 5 приемов пищи в сутки / завтрак, обед, ужин, дополненные вторым завтраком и полдником.
- 5. Обстановка для приема пищи** – характер сервиса, культурность среды, внешний вид блюд.

ВЕЛНЕС КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ

Образ жизни людей изменяется. Преобладает стремление жить здоровой, активной жизнью, работать над личностным ростом.

Каждый из нас проводит на работе довольно много времени, старается выполнять свою работу ответственно, перенимает ассертивное поведение своих начальников, коллег, но иногда нам случается испытать стресс под гнетом порученных заданий или запланированных встреч. Современная жизнь предъявляет к нам высокие требования, почти каждый страдает от болей в спине и шейном отделе позвоночника. Мы подвержены стрессу, который влечет за собой другие затруднения, такие как высокое кровяное давление, головные боли, ухудшение концентрации или психические проблемы. Человеческий организм обладает сопротивляемостью, но насколько ее хватит? Поэтому каждый должен найти время для расслабления, проще говоря, отключиться и восстановить силы.

В этом случае идеальным вариантом является велнес. В отличие от комплексного санаторно-курортного лечения продолжительностью не менее 21 дня, это кратковременная форма релаксации и заботы о здоровье.

Система велнеса состоит из нескольких неотъемлемых принципов:

1. Позитивное мышление
2. Поддержание физической формы
3. Правильное питание и контроль массы тела
4. Уход за телом
5. Забота о душевном равновесии, защита от стресса

Компания «Imperial Karlovy Vary» осознает изменения в образе жизни и подготовила для вас велнес-процедуры и программы, соответствующие трендам нашего времени. Сжатое описание предлагаемых велнес-процедур можно найти в этом путеводителе, а актуальные велнес-программы – на наших сайтах www.spa-hotel-imperial.cz и www.spa-resort-sanssouci.cz.

MEDICAL WELLNESS – РЕШЕНИЕ ЦИВИЛИЗАЦИОННЫХ ПРОБЛЕМ

Первый шаг к жизненной перезагрузке всего за одну неделю. Эта центральная идея сопровождала разработку новых, уникальных программ санаторно-курортного отдыха. «Medical Wellness» – это программы, в равной мере сосредоточенные на регенерации тела и души. Они составлены так, чтобы снять стресс, несущий угрозу общего коллапса, бороться с эмоциональным выгоранием и выявить игнорируемые потребности нашего организма.

В отличие от классических велнес-программ, которые служат для быстрого восстановления сил после изнурительной работы, medical wellness – как подсказывает само название – в большей степени сосредоточены на лечебном аспекте. Их важной и неотъемлемой частью является обстоятельная консультация врача, который посоветует желательные процедуры с учетом текущего состояния организма.

На протяжении отдыха по medical wellness-программе с врачом рука об руку сотрудничает нутрициолог. Осознание жизненных приоритетов, будь то уменьшение рабочей нагрузки или психогигиена, должно сопровождаться усвоением навыков здорового образа жизни. С ожирением связан целый ряд смертельных заболеваний. Нутрициолог поможет вам установить режим питания, а составленное меню вы сможете увезти с собой как основу для дальнейшей, более здоровой жизни.

Неотъемлемой составляющей возрождения организма является питьевой режим. Карловарская природная минеральная вода не нуждается в представлении, Но во время отдыха по medical

wellness-программе меню может дополнять, например, напиток с зеленым ячменем, фруктовый или овощной коктейль, травяной чай или, скажем, специальный энергетический напиток.

Конкретные medical wellness-программы можно найти на наших сайтах www.spa-hotel-imperial.cz и www.spa-resort-sanssouci.cz

БАЛЬНЕОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР – ЭТО НЕ ТОЛЬКО БАССЕЙНЫ

Животворящими оазисами компании «Imperial Karlovy Vary» являются бальнеологические центры, в которых опытные специалисты бальнеологи отпускают гостям лечебные и велнес-процедуры. Они регулярно внедряют в лечебный процесс новинки, обмениваются и обогащают все программы с учетом достижений современной медицины, чтобы максимально пойти навстречу запросам и потребностям курортников.

Бальнеологический центр «Империял»

Это современное, оснащенное лучшим оборудованием курортное учреждение обеспечивает гостям максимальную заботу и удобства. Оно идеально расположено в самом здании отеля «Hotel Imperial». Кроме комплексного санаторно-курортного лечения бальнеологический центр обеспечивает ряд специальных лечебных и велнес-программ в соответствии с индивидуальными потребностями и пожеланиями гостей. Для лечения в максимальной степени используются карловарские природные лечебные ресурсы.

Бальнеологический центр «Сан-Суци»

В «Spa Resort Sanssouci» во главу угла также ставят удобство гостей. Все услуги, в том числе лечебные процедуры и консультации врачей, здесь объединены под одной крышей. Местная команда врачей и терапевтов в течение всего отдыха придерживается индивидуального подхода к обслуживанию гостей. После совещания с врачом гости, помимо назначенных процедур, могут в рамках комплексного санаторно-курортного лечения докупить дополнительные процедуры или услуги высокого стандарта. Широкий выбор возможностей для двигательной активности и велнеса удовлетворит гостей всех возрастных категорий.

Плавание было частью общего образования еще в античной Греции. В современном санаторно-курортном деле плавание является важной составляющей лечебных процедур...

SPORTCENTRUM IMPERIAL

«Sportcentrum Imperial» Карловы Вары является первым клубным, престижным спорткомплексом не только Карловых Вар, но и всего Карловарского края. Он предлагает широкий ассортимент услуг – от групповых занятий и индивидуальных тренировок до фитнес-студии. Его члены и одноразовые посетители получают доступ ко всем спортивным объектам.

Теннисные корты

Члены клуба и гости «Sportcentrum Imperial» круглогодично могут пользоваться 4 теннисными кортами с искусственным покрытием, которые зимой накрываются шатром и обогреваются. К услугам начинающих игроков тренеры, можно также договориться о занятиях для детей.

Рикошет

Рикошет – это очень молодой вид спорта, который после своего возникновения в конце 80-х годов мгновенно распространился по всему миру. Для него требуется специальный корт с задней стенкой из закаленного стекла. В рикошет можно играть индивидуально или в паре. Этот вид спорта станет идеальным испытанием вашей выносливости, физической формы и наблюдательности.

Корты для тенниса и рикошета необходимо загодя бронировать.

Фитнес-студия

Студия спроектирована так, чтобы соответствовать самым высоким требованиям клиентов, вне зависимости от уровня подготовки. Если вы желаете повысить эффективность своей тренировки, можете воспользоваться услугами любого из наших фитнес-тренеров. Как правильно заниматься и использовать тренажеры вам посоветует квалифицированный обслуживающий персонал фитнес-центра. Фитнес-студия оборудована современными тренажерами «Star Trac E series», лидером рынка профессионального оборудования для фитнеса. Студия также располагает уникальной функциональной зоной и кардиозоной.

Функциональная зона

Функциональная зона – это самая современная часть тренажерного зала «Sportcentrum Imperial». Она предназначена для укрепления всех групп мышц и опорной системы. Целью функционального тренинга является способность тела целенаправленно использовать свой потенциал силы, скорости и координации так, чтобы мышцы выполняли свою естественную функцию и были способны реагировать на повседневные жизненные ситуации.





Кардио зона

Основой каждой хорошо организованной фитнес-студии является кардио зона. Она служит для установки правильной частоты пульса перед выполнением упражнений, для тренировки выносливости и является важнейшей составляющей всех программ похудения.

CrossFit (Круговой тренинг)

Очень интенсивная система, включающая в себя кардио-тренировку и силовую тренировку под профессиональным надзором тренеров. Каждый тренер имеет собственный стиль, поэтому это очень комплексная система. Тренировка проходит на нескольких участках, которые чередуются в нагрузку на верхнюю и нижнюю половины тела, но очень ощутимо укрепляет и центр тела. Всегда спустя определенное время, установленное профессиональным тренером в зависимости от уровня подготовки, необходимо перейти на другой участок. В начале занятия тренеры знакомят клиентов с содержанием тренировки, концепцией занятия и правильным выполнением конкретных упражнений на участках.

Боулдеринг

Не только заядлым альпинистам скалодром предлагает уникальную возможность от души «полазить» в любое время года. В «Sportcentrum Imperial» стену для боулдеринга образуют несколько низких «валунов» с зацепами разного размера и разных уровней сложности. Рекомендуем боулдеринг не только как возможность попробовать что-то новое, но и как превосходную тренировку выносливости, силы конечностей и равновесия.

Групповые занятия

Спортивный центр Imperial предлагает широкий выбор групповых занятий, в числе которых лечебные и силовые тренировки, аэробика и специальные занятия, такие как йога, пилатес и т.п.

Групповые занятия сосредоточены на улучшении фигуры, укреплении отдельных групп мышц, развитии выносливости, но и, например, на танцевальном мастерстве.

Женщины и мужчины оценят, в частности, наши силовые программы «Плоский живот» и Bodyforming. На этих тренировках как начинающий, так и продвинутый участник сможет улучшить силу мышц и фигуру, главным образом, в проблемных частях тела.

Помимо прочего, здесь проводятся занятия по системе TRX, являющейся мировым лидером в области функционального тренинга.

На выбор предлагаются и различные разновидности пилатеса, аэробики, общеукрепляющих занятий и круговых тренировок...



Платные услуги «Sportcentrum Imperial»: тренерские услуги, услуги спарринг-партнера, прокат ракеток и мячей, продажа спортивного инвентаря, обеспечение мероприятий – теннисных турниров с раутом и т. п.

«Sportcentrum Imperial» предлагает действительно много чего. Лучше посетите сайт www.sportcentrum-imperial.cz и выберите сами.

КУРОРТНЫЕ ЛЕСА СОЗДАНЫ ДЛЯ ДВИЖЕНИЯ

У карловарских курортных лесов богатая и длинная история. Первое письменное упоминание о них относится к XIV веку. За их нынешний облик, который карловарские леса приобрели в течение последних двух веков, мы обязаны гостям, которые привезли с собой просветительский взгляд на природу. В лесах постепенно были проложены прогулочные тропы, обрамленные скамейками, навесами, беседками и другими историческими постройками.

Постепенно была обновлена система из 22 прогулочных маршрутов, которые различаются по уровню сложности и наглядно описаны в нашей брошюре «Курортные прогулки». Каждый из маршрутов выведет вас к интересным местам, позволит заглянуть в наше прошлое и подарит незабываемые впечатления от живописной карловарской природы.

Принимая во внимание, что движение является важной частью жизни, мы рекомендуем нашим клиентам прогулки по курортным паркам и лесам. Наше тело создано для движения, которым в наше время нередко пренебрегают.

Движение и релаксация являются краеугольными камнями нашей жизненной энергии и способствуют установлению равновесия нашего духа, тела и разума. Они усиливают нашу устойчивость к стрессу, рабочей нагрузке, одновременно укрепляя наш иммунитет и психофизическую форму. Так что необходимо изменить образ жизни и начать заботиться о своем здоровье, что сначала может быть непросто.

РАЙ ДЛЯ ГОЛЬФА В КУРОРТНОЙ ОБЕРТКЕ

Уже свыше ста лет Карловарский край и его всемирно известные поля являются раем для гольфа. Об этом нет необходимости напоминать. Каждый чешский гольфист должен хотя бы раз в жизни насладиться атмосферой игры в местах, которые хранят воспоминания об истоках этого вида спорта в нашей стране. В окрестностях Карловых Вар расположено 9 полей для гольфа, и множество полей неподалеку от границы в соседней Германии.

Golf Resort Karlovy Vary 18 лунок, пар 72 Длина поля: ● 5771 m ● 5039 m	Golf & Spa Resort Cihelny 18 лунок, пар 70 Длина поля: ● 5286 m ● 4625 m	Royal Golf Club Mariánské Lázně 18 лунок, пар 72 Длина поля: ● 5935 m ● 5285 m
Golf Resort Františkovy Lázně 18 лунок, пар 72 Длина поля: ● 6076 m ● 5237 m	Golf Club Sokolov 18 лунок, пар 72 Длина поля: ● 6005 m ● 5217 m	Golf Club Kynžvart 18 лунок, пар 72 Длина поля: ● 6016 m ● 5121 m
Golf & Racing Club Karlovy Vary 9 дорожек / 18 лунок, пар 68 Длина поля: ● 4932 m ● 4205 m	Golf Club Háje 9 лунок, пар 36 Длина поля: ● 2961 m ● 2501 m	Golf klub klášter Teplá 9 лунок, пар 34 Длина поля: ● 2444 m ● 2197 m

К тому же здесь везде такая красота, что обязательно нужно приезжать вдвоем. Особенно, если есть возможность дополнить романтику, хорошую еду и питье избранными курортными процедурами вместе с отличным гольфом.

Игру в гольф и другие услуги вам охотно обеспечат сотрудники консерж-службы.



Гольфовый пакет «Империял»

Продолжительность проживания 2 ночи ● Бронирование мин. 7 дней до заезда
Подробная информация и цены на:
www.spa-hotel-imperial.cz/ru/golf-v-karlovych-varech/

Гольфовый пакет «Сан-Суси»

Продолжительность проживания 2 ночи ● Бронирование мин. 7 дней до заезда
Подробная информация и цены на:
www.spa-resort-sanssouci.cz/ru/golf-v-karlovych-varech/



АКТИВНАЯ РЕКРЕАЦИЯ

Велотуризм

Все больше людей используют велосипед для активного отдыха на природе. В июле 2000 года состоялось официальное открытие транзитной велодорожки «Euregia Egrensis» – это свыше 500 км живописных велопоездок по Саксонии, Тюрингии, Баварии и Чешской Республике.

Сотрудники консьерж-службы с удовольствием обеспечат для Вас прокат женских, мужских и детских велосипедов.

Верховая езда

Мы охотно обеспечим для Вас катание на лошади в клубе верховой езды «Pegas» в Демполтовце. На выбор предлагаются три вида прогулок в зависимости от уровня подготовки наездника.

Зимние виды спорта

Кроме горнолыжного спорта и классических беговых трасс в Карловых Варах зимой можно насладиться катанием на коньках и санках для самых маленьких.

Водные виды спорта

Традиционным оплотом водников является река Огрже, протекающая через весь Карловарский край и одна из самых оживленных в Чешской Республике.

Другие рекреационные виды спорта

В Карловых Варах имеются возможности и для занятия другими видами спорта, такими как спортивное плавание, рыбалка, стрельба, боулинг, бильярд, спиннинг, петанк, мини-гольф, роликовые коньки и т. д.

КУЛЬТУРА – ЭТО ПИЦЦА ДЛЯ ДУШИ

Культурная жизнь в Карловых Варах имеет давние традиции. На выбор предлагается широкий ассортимент концертов, театральных представлений, выставок, музыкальных и кинофестивалей.

Галерея искусств Регулярные выставки видных представителей чешского искусства XX века.	Ян Котек – галерея ALFA OMEGA Современное чешское изобразительное искусство в картинах и скульптуре.	Карловарский краеведческий музей Все о Карловарском регионе в наглядных экспозициях, от природы и истории до курортного дела и стеклоделия.
Музей «Золотой ключ» Атмосфера Карловых Вар на рубеже XIX-XX веков в картинах Вильгельма Гаузе.	Музей стекла Moser Свыше 160 лет истории знаменитой марки. Консьерж, устроит и посещение стеклозавода.	Музей Яна Бехера Узнайте тайну «13 источника» Карловых Вар включительно с дегустацией.
Imperial Gallery (Отель «Империал») Выставки-продажи современного чешского искусства – картин, графики, фотографий и свободных объектов. Поддержка начинающих деятелей искусства.	Sun Gallery (Спа Ресорт «Сан-Суси») Конкурсные показы школ стекла со всей республики. Выставки работ ведущих чешских мастеров-стеклодувов.	Green House Gallery (Спа Ресорт «Сан-Суси») Галерея выставляет картины и скульптуры деятелей искусства не только из Карловарского края, но и других европейских стран.
Club Imperial Регулярные пятничные вечера джаза для широкой общественности. Живая музыка и танцы каждый вечер.	Карловарский городской театр В репертуаре театра ряд интересных театральных представлений, опер, оперетт и мюзиклов.	Карловарский симфонический оркестр Богатое предложение программ – от променадных концертов до адвентных циклов.
Природный амфитеатр в Локете Ежегодно здесь под открытым небом исполняют оперетты, мюзиклы и музыкальные произведения знаменитых авторов.	Танцевальные вечера Несколько раз в неделю живая музыка звучит в отеле «Империал» и Спа Ресорте «Сан-Суси». С актуальной программой вас ознакомят в консьерж-службе.	Food Festival В мае 2018 года карловарский Food Festival отметит 10-ю годовщину. Но мероприятий для гурманов становится все больше!
Международный кинофестиваль Крупнейший кинофестиваль в Чешской республике и всей Центральной и Восточной Европе проходит всегда в начале летних каникул.	Tourfilm Октябрь в Карловых Варах проходит под знаком лучших рекламных роликов и документальных фильмов.	Jazz Fest Прежде всего современный джаз при участии ведущих музыкантов со всего мира. Ежегодное октябрьское мероприятие.

Билеты и другие услуги вам охотно обеспечат сотрудники консьерж-службы.



ЭКСКУРСИИ

В сотрудничестве с собственным туристическим бюро «Pentalog Tour» мы предлагаем богатый выбор осмотров и экскурсий не только по Чешской Республике, но и за рубежом. Представляем самые популярные из них. С актуальным предложением вас охотно ознакомят сотрудники консьерж-службы.

Прага – классическая Путешествие за самыми знаменитыми памятниками истории и культуры, такими как Пражский град, Мала Страна, Еврейская синагога, Карлов мост и другие.	Прага на волнах Исторический центр Праги с палубы парохода на Влтаве. Вдобавок посещение Пражского града и Карлова моста. Будет и обед в ресторане возле Града.	Ночная Прага Особая атмосфера ночного исторического центра. Кульминацией станет посещение Града с видом на сияющий город, или осмотр города с палубы парохода на Влтаве.
Марианске-Лазне Самый молодой город курортного треугольника примечателен минеральными источниками, музыкальным фонтаном и православной церковью Святого Владимира.	Хеб Исторический город, в котором останавливался Йиржи из Подебрада, а в 1634 году был убит Альбрехт Валленштейн. Здесь родился барочный архитектор Нойман и пианист Серкин.	Пльзень В программу осмотра входит и посещение знаменитой пивоварни Plzeňský Prazdroj, с дегустацией пива прямо из цистерн и обедом в знаменитом ресторане Na Spilce.
Замок Бечов-над-Теплоу Окружная поездка для знакомства с историей края начнется в замке Бечов-над-Теплоу. Она ведет через Марианске-Лазне, где нас ждет обед, до самого замка князя Меттерниха в Кинжварте.	Замок Кинжварт Классицистический замок Кинжварт прославился, прежде всего, как летняя резиденция князя Меттерниха. Он расположен посреди английского парка, и скрывает внутри ряд памятников культуры и диких винок.	Монастырь Тепла История монастыря премонстрантов в Тепле восходит к 1193 году, когда здесь по инициативе князя Грознаты началось строительство романско-готической трехнефной церкви.
Замок Локет Средневековый замок Локет возвышается над Огрже с XII века. Экскурсионная трасса ведет от подземной темницы до вершины 26 м башни. Экскурсантов ждет угощение в замковом ресторане.	Замок Кршивоклат Путешествие во времени от средневековья до XX века ждет посетителей Кршивоклата. Не обойдется без угощения в стильной ресторане возле замка.	Кладска Деревенька расположена фактически посреди Славковского леса. Мимо бывшего охотничьего замка ведет романтическая экологическая тропа Кладска – торфяник Тайга.

Мы с удовольствием обеспечим для вас экскурсии в другие интересные места: Чески-Крумлов (памятник ЮНЕСКО), замок Глубока-над-Влтавоу, Дрезден (Германия), Вену (Австрия) и т. д., а также увлекательные экскурсии по Карловым Варам.





ОБЗОР ВЕЛНЕС-ПРОЦЕДУР

Курортные леса избавляют нас от недугов, и в то же время защищают человека от ряда болезней цивилизации, прежде всего, от стресса, депрессии и эмоционального выгорания. Поэтому отдых на курорте желателен обогатить культурными впечатлениями, которые помогут привести мысли в порядок, а себя – в хорошее расположение духа. Существует целый ряд возможностей...

Антицеллюлитный массаж для похудения

Антицеллюлитный массаж для стройной фигуры «De Luxe» | ♥•|✂|🛏 (30) | *Hotel Imperial*

Антицеллюлитный массаж для похудения благодаря компрессионным пассам, усиленным термоактивным средством, стимулирует лимфообращение и способствует детоксикации кожи. Благодаря этому из подкожного слоя выводится ряд проблемных веществ, и кожа постепенно разглаживается. (toto je text z letáčku na proceduru roku, takže máme i překlady)

Антицеллюлитный массаж для похудения De Luxe: антицеллюлитный эффект усилен массажем Thermoiodosal в сочетании с обертыванием. Эффективная комбинация действующих веществ и уникальная технология приготовления эмульсии непосредственно перед нанесением.

Противопоказания: обширное варикозное расширение вен, дефекты кожи, непереносимость косметических средств, кожные и воспалительные заболевания

Антицеллюлитная процедура с биндажем | ♥•|✂|🛏 (30) |

Spa Resort Sanssouci

Антицеллюлитная процедура с биндажем включает в себя ароматический ритуал против стресса, рефлекторный массаж щеткой, обертывание с глубинным действием. А кроме того также обработку концентрированными средствами, антицеллюлитный массаж, и биндаж под давлением для запуска липолитического процесса с помощью стимулирующих эфирных масел с подтвержденным действием на фиброзный целлюлит и апельсиновую корку.

Противопоказания: обширное варикозное расширение вен, дефекты кожи, непереносимость косметических средств, кожные и воспалительные заболевания

«Хот Стоун» терапия | ♥•••••|✂|🛏 (60) |

Hotel Imperial, Spa Resort Sanssouci

Массаж горячими камнями, или „Хот Стоун“ терапия (общий/локальный) сочетает воздействие тепла нагретых вулканических камней с магкими массажными пассами. Он благотворно воздействует, помимо прочего, на воспаления суставов и костей, нарушения пищеварения и кровообращения, помогает при болях в спине и шейном отделе позвоночника, укрепляет иммунную систему, ускоряет заживление растянутых или натруженных мышц. Он также рекомендован всем, кто страдает от проблем со сном, рассеянности внимания, поскольку снимает психический стресс, усталость и напряжение.

Противопоказания: кожные и острые заболевания, состояния, сопровождающиеся повышенной температурой и кровоточивостью



Гармонизирующая ванна + обёртывание | ♥••• | ▲ | ✍ | 🛏 (30) |

(«Клеопатра» = сыворотка, «Афродите» = соль «Blue Harmony», пивная, винная)

Spa Resort Sanssouci

Идеальный релакс предлагает **ванна с добавками в соответствии с собственными пожеланиями** (Клеопатра = сыворотка, Афродите = соль для ванны «Blue Harmony», пивной или винный экстракт). Она обеспечивает расслабление, обретение желанного внутреннего равновесия, питает и увлажняет кожу. Каждая из выбранных добавок отличается характерным эффектом и в сочетании с сухим обертыванием после ванны гарантированно поможет забыть о цивилизационном стрессе.

Противопоказания: аллергия на примеси, у пивной и винной алкоголизм - поскольку подается бокал пива или вина

Лечебный уход за телом | ♥•• | ✍ | 🛏 (30) |

Spa Resort Sanssouci

Баловать и лелеять - это девиз процедуры **„Лечебный уход за телом“**. Как же иначе, если за общим пилингом морской солью следует душ с использованием успокоительного геля с алоэ вера, после него натирание молочком для тела, а завершает процедуру обертывание и релаксационный отдых. Кожа разглаживается, стресс в необозримом будущем, а настроение на подъеме...

Противопоказания: кожные и воспалительные заболевания

Обертывание для похудения | ♥•• | ✍ | 🛏

Hotel Imperial

Обертывание для похудения – это очень эффективная процедура, помогающая при коррекции фигуры и в борьбе с целлюлитом. Крем интенсивно прогревает конкретные места и стимулирует обмен веществ, поддерживая сжигание жиров и выведение излишней воды из тканей. Обертывания для похудения оказывают не только лечебное, но и профилактическое действие.

Противопоказания: дефекты кожи, открытые раны в месте обертывания

Ароматерапевтический массаж | ♥•• | ✍ | 🛏 | 🧴 (60) |

Hotel Imperial, Spa Resort Sanssouci

Ароматерапевтический массаж сочетает положительное действие массажа с эффектом от эфирных и растительных масел. Этот нежный массаж по своему характеру является релаксационным, поддерживает здоровье, дарит облегчение при нагрузке и стрессе, укрепляет иммунитет. Сочетание аромата и прикосновения вызывает восхитительное чувство расслабления и внутренней гармонии. Правильно подобранные травы избавят вас не только от головной боли и проблем с опорно-двигательным аппаратом, болей в спине, но и от последствий переутомления.

Противопоказания: аллергия на эфирные масла, некоторые кожные заболевания

Массаж детоксикационный медовый | ♥••• | ✍ | 🛏 (60) |

Hotel Imperial, Spa Resort Sanssouci

Массаж детоксикационный медовый выполняется на спине теплым медом. С помощью специальных хватов понижается давление и обеспечивается интенсивное кровоснабжение массируемых тканей, в результате чего значительно улучшается кровообращение и лимфоотведение. Субстанции, содержащиеся в меде, способствуют очищению, выводят токсические вещества из кожи, подкожного слоя и мышц. Также они эффективно помогают избавиться от мышечных судорог.

Противопоказания: серьезные и острые заболевания, аллергия на мед, густые волосы на спине.

Массаж головы | ♥• | 🧘 | 🛏️ (45) |

Hotel Imperial, Spa Resort Sanssouci

Массаж головы помогает снять напряжение в области шеи и головы, уменьшает стресс, дарит чувство душевного благополучия и гармонизирует организм. Он также способен эффективно помочь при болях в глазах, головных болях и мигренях. Массаж головы снимает стресс, улучшает концентрацию внимания, состояние волос, помогает избавиться от депрессии. Процедура оказывает общее благотворное действие на психику, дарит чувство здоровья, покоя и душевного благополучия.

Противопоказания: заболевания кожи головы, острые и серьезные заболевания.

Массаж свечой / Массаж свечой «De Luxe» | ♥• | 🧘 | 🛏️ (60) |

Hotel Imperial

Гармонизирующая процедура **Массаж свечой**, точнее говоря нагретым ароматическим маслом свечи, включает в себя хваты и техники, подобранные таким образом, чтобы достичь глубокого релаксационного эффекта, при котором обеспечивается детоксикация, снятие энергетических блокад, расслабление зажатых мышц и нормализация оттока лимфы. Нагретые ингредиенты мягко, но интенсивно воздействуют на кожу, обеспечивая максимальное поглощение всех необходимых минералов и увлажняющих веществ. Процедура идеально подходит также для регенерации мышц и физиотерапевтического массажа.

Массаж свечой De Luxe дополнен обертыванием.

Противопоказания: общие, аллергия на тепло, эфирные масла

Сауна | ♥ | 🧘 |

Spa Resort Sanssouci

Релаксация, расслабление, прогрев, нормализация работы сердца, улучшение проходимости дыхательных путей, уменьшение болей в суставах и мышцах. Все это дает **сауна**. В ней расслабляются напряженные мышцы и освобождается от стресса мозг, поскольку организм выбрасывает в кровь приносящие облегчение вещества. Сауна также оказывает благотворное косметическое действие, улучшает эластичность кожи, ее свежесть и внешний вид.

Противопоказания: некоторые заболевания сердечно-сосудистого аппарата, высокое кровяное давление, проблемы с дыханием, острые заболевания, беременность и т. д.

Тайские массажи | ♥•• | 🧘 | 🧘 | 🛏️ (30) |

Spa Resort Sanssouci

Во время **традиционного тайского массажа** наш опытный терапевт с помощью надавливания пальцами, ладонями, локтями и стопами, и растягивающих движений, стимулирует Вашу жизненную энергию и лимфатическую систему, снимет напряжение в мышцах и суставах. Благотворное действие этих массажей проверено веками, в течение которых этот метод был доведен до совершенства.

Противопоказания: заболевания кожи, острые и онкологические заболевания, беременность, сильное варикозное расширение вен, остеопороз, послеоперационная реабилитация, ожоги и воспаления, синяки





«Талассо» терапия | ♥ | 🧴 | 🛌 (30) |

Процедура «Таласпа» терапия перенесет вас на морской пляж. Ее главное волшебство заключается в использовании средств из морской воды и морских водорослей, которые благотворно действуют на обмен веществ. Она популярна благодаря своему влиянию на омоложение кожи, уменьшению целлюлита и эффективности в борьбе с ожирением. Талассотерапия начинается с пилинга тела и заканчивается нанесением молочка для тела, оставляя после себя чувство расслабления и психического умиротворения.
Противопоказания: некоторые кожные болезни, заболевания, сопровождающиеся повышенной температурой и острые заболевания

Spa Resort Sanssouci

Велнес обёртывание | ♥• | 🧴 | 🛌 (60) |

Велнес-обёртывание (напр. шоколад, мед, корица, конопля) гарантирует релаксацию и незабываемые впечатления. После пилинга и душа приходит очередь для нанесения выбранного варианта (шоколад, мед...) на все тело и обертывания пленкой. Результатом является детоксикация организма, улучшение состояния кожи, профилактика и уменьшение признаков целлюлита, выброс эндорфинов и, как следствие, улучшение настроения.
Противопоказания: аллергия на выбранный ингредиент

Spa Resort Sanssouci

Пояснения к пиктограммам

НАГРУЗКА НА ОРГАНИЗМ ♥

На каждого клиента процедура воздействует иначе, поэтому для процедуры всегда указывается приблизительная степень нагрузки. Если степень нагрузки не указана, она зависит от физической выносливости и переносимости клиента.

- легкая
- средняя
- высокая

ОГРАНИЧЕНИЯ ⚠

Некоторые процедуры имеют определенные ограничения, напр. физическая форма и ограниченная подвижность, фобии, аллергии, возраст, сердечно-сосудистые проблемы и т. п. Конкретные ограничения вам сообщит персонал спа-ресепшена или врач.

ФОРМА ОДЕЖДЫ

👕 - во время процедуры можно оставаться полностью или большей частью одетым

🧴 - во время процедуры необходимо снять одежду или оставить на себе только нижнее белье

ОТДЫХ 🛌

После окончания некоторых процедур требуется отдых, продолжительность которого зависит от разных факторов. Возле пиктограммы указана продолжительность отдыха, а не продолжительность процедуры. Если она не указана, то определяется врачом или физической формой клиента.

ПРОЦЕДУРЫ, ПОДХОДЯЩИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 👶

Эти процедуры свободно доступны также для детей возрастом 4-14 лет. Продолжительность и цена процедуры могут отличаться от той же процедуры, предназначенной для взрослых. Всегда требуется сопровождение взрослого.

Алфавитный перечень процедур

А	Т
Антицеллюлитная процедура с бандажем.....29	«Талассо» терапия35
Антицеллюлитный массаж для стройной фигуры.....29	Тайский массаж.....32
Антицеллюлитный массаж для стройной фигуры «De Luxe».....29	Х
Ароматерапевтический массаж31	«Хот Стоун» терапия29
В	
Велнес обёртывание.....35	
Г	
Гармонизирующая ванна + обвёртывание ...31	
Л	
Лечебный уход за телом31	
М	
Массаж головы32	
Массаж детоксикационный медовый.....31	
Массаж свечой31	
О	
Обертывание для похудения31	
С	
Сауна32	





Контакты



Imperial Karlovy Vary Group - Эксперт современного курортного лечения

U Imperiálu 7/31, 360 01 Karlovy Vary - Чешская Республика

Тел.: +420 353 206 300

E-mail: info@imperial-group.cz

www.imperial-group.cz



HOTEL IMPERIAL

Spa & Health Club

Hotel Imperial - Spa & Health Club

Libušina 1212/18, 360 01 Karlovy Vary - Чешская Республика

Тел.: +420 353 203 113

E-mail: reservation@spa-hotel-imperial.cz

www.spa-hotel-imperial.cz



Spa Resort Sanssouci - Gardens of Health

U Imperiálu 198/11, 360 01 Karlovy Vary - Чешская Республика

Тел.: +420 353 207 113

E-mail: reservation@spa-resort-sanssouci.cz

www.spa-resort-sanssouci.cz

www.imperial-group.cz
www.spa-hotel-imperial.cz
www.spa-resort-sanssouci.cz

Members of Imperial Karlovy Vary Group