

## FLOATING - na falach relaksu

### Przed Tobą codzienny ocean wyzwań?

Wymagająca praca, wyjazdy, bogate życie towarzyskie, sport, rodzina? Zawsze w gotowości na zmiany, nowości i ciągły rozwój? Radzisz sobie doskonale z każdym wyzwaniem dzisiejszego świata? Fantastycznie, tylko czy w codziennym biegu nie zapominasz o tym, co najważniejsze - o sobie? Zastanów się chwilę.

- czy trudno Ci opanować stres?
- coraz słabiej się koncentrujesz?
- masz nawracające bóle głowy i kręgosłupa?
- a może mimo zmęczenia ciężko Ci zasnąć?

Brzmi znajomo? No właśnie! Twój układ nerwowy jest przebudźcowany, co jest przyczyną gorszej jakości Twojej pracy, problemów komunikacyjnych i ciągłego zmęczenia. A przecież dobrze wiesz, że integralną częścią zdrowego życia jest prawdziwy odpoczynek.

### Floating - po prostu odpłynąć sobie

Chcesz wypocząć i wrócić do pełni formy nie wypadając przy tym "z obiegu"? Nie tracąc spotkań biznesowych, nie biorąc urlopu? 60 min floatingu i dostaniesz to, czego potrzebujesz!

Pomyśl tylko, kiedy ostatni raz czuleś prawdziwą błogość i wyciszenie? Kiedy miałeś okazję wsłuchać się we własne myśli? **Dzięki deprywacji sensorycznej poczujesz, gdzie bije źródło Twego spokoju i kreatywności.**

- czas na chwile urlopu od codzienności
- czas na pełne zanurzenie w relaksie
- czas na wypłynięcie na spokojniejsze wody
- czas na regenerację organizmu

[Tak, czas na floating! \(link do rezerwacji\)](#)

### Floating - Twoja prywatna nirvana

Po sesji w kapsule spokoju poczujesz się jak nowo narodzony. Twoje zmęczenie i ból przepadną jak kamień w wodę. Korzystanie z wodnej terapii sprawi, że odkryjesz 100% swoich możliwości. Dzięki temu, zarówno Twoja praca, jak i życie prywatne wrócą na właściwe tory. Floating to Twój klucz do regeneracji i działania.

## Floating - korzyści same płyną

- **obniżenie poziomu kortyzolu**

Wyobraź sobie, jak zmieni się Twoje życie gdy zniknie nerwowość i poczucie ciągłej presji? **Będziesz skoncentrowany i zaczniesz lepiej zarządzać czasem. Twoja praca stanie się znacznie bardziej wydajna co przełoży się to na większe możliwości finansowe i rozwojowe.** Z tego pułapu już tylko krok do spełnienia kolejnych marzeń i realizacji planów. Doświadczysz też głębokiej nocnej regeneracji organizmu, ponieważ magnez zawarty w soli epsom wyciszy Twój układ nerwowy. Wypoczęty, będziesz gotów na podbój świata.

*Czy wiesz, że według badań, intensywność odczuwania stanów niepokoju zmniejsza się po floatingu o 74% a częstotliwość o 65%?*

- **zwiększenie kreatywności**

Podczas sesji w kapsule Twój mózg przełączy się z fal beta/alpha na fale theta. To stan, gdy mózg ma zwiększone możliwości koncentracji i kreatywności. **Rzeczy, których nie mogłeś zapamiętać - nagle się utrwala. Zaczniesz wymyślać nieszablonowe rozwiązania, które pomogą Ci w karierze.** W fazie theta będziesz mieć kontakt z własną podświadomością - pokonasz dzięki temu wiele problemów osobistych, które spędzały Ci sen z powiek.

*Czy wiesz, że mnisi tybetańscy trenują latami, by osiągać stan theta...? Tobie wystarczy kilkanaście minut sesji!*

- **zmniejszenie bólu**

Po wielu godzinach pracy czujesz napięte barki, ograniczoną ruchomość szyi a może ból krzyża? W trakcie sesji floatingu dyskomfort zniknie - odciążone zostaną stawy i mięśnie. Będziesz swobodnie unosić się na wodzie i poczujesz pełne odprężenie. **Twój organizm zacznie generować endorfiny, czyli naturalne środki przeciwbólowe. Będą działać jeszcze wiele godzin po zabiegu, więc nie będziesz musiał brać tabletek.** Organizm będzie Ci wdzięczny.

**Jeżeli ćwiczysz na siłowni, to dzięki sesjom floatingu wypłuczesz kwas mlekowy, który odpowiada za zakwasy. Tkanki miękkie zaczną się błyskawicznie regenerować, a efekt redukcji bólu utrzyma się nawet kilka dni.** Rozluźnione mięśnie i stawy będą też znacznie bardziej odporne na kontuzje. Dzięki zabiegom w kapsule możesz bez trudu trzymać się swojego planu ćwiczeń. Koniec z odwoływaniem treningów.

*Czy wiesz, że...kąpiele w soli epsom obniżają też ciśnienie i przeciwdziałają udarom i zawałom? Zadbaj o swoje zdrowie!*

**Bądź na fali! Zapraszamy na floating.**