

## MASÁŽE

**Klasická**  
 ⌚ 30/50' **500,- / 700,-**  
 🌿 záda a šíje/ celé tělo

**Manuální lymfatická**  
 ⌚ 50' **600,-**  
 🌿 i těhotenská (sériově)

**Vital**  
 ⌚ 50' **800,-**  
 🌿 záda a šíje + reflexní plosky nohou (chodidla)

**Sportovní**  
 ⌚ 50' **800,-**  
 🌿 celého těla

**Reflexní**  
 ⌚ 30' **500,-**  
 🌿 plosky nohou (chodidla)

**Relaxační aromatická**  
 ⌚ 50' **800,-**  
 🌿 celotělová

**Japonská Shiatsu**  
 ⌚ 50/90' **900,- / 1100,-**  
 🌿 celotělové ošetření

**Ajurvédská bylinnými měšči**  
 ⌚ 90' **1200,-**  
 🌿 celotělová

**Thajská olejová**  
 ⌚ 50' **900,-**  
 🌿 celotělová

**Medová detoxikační**  
 ⌚ 50' **700,-**  
 🌿 záda

**Lávovými kameny a polodrahokami**  
 ⌚ 50' **900,-**  
 🌿 celotělová

**Párová s překvapením**  
 ⌚ 90' **2300,-**  
 🌿 2 současně a spolu

**Terapie + vědomé tejpování**  
 ⌚ 50' **700,-**  
 🌿 30' uvolňující procedura + 20' tejpování

**Reflexní celotělová terapie**  
 ⌚ 50' **600,-**  
 🌿 stimulace akupresurních bodů

**Mobilizace měkkých tkání**  
 ⌚ 50' **800,-**  
 🌿 manuální uvolnění fascií

**Peeling celého těla**  
 ⌚ 30' **500,-**  
 🌿 možnost výběru druhu peelingu

**Baňkování**  
 ⌚ 30' **300,-**  
 🌿 silikonové baňky + třezalkový olej

**Celková harmonizace metodou Reiky**  
 ⌚ 50' **500,-**  
 🌿 + harmonizace čakr polodrahokami

**Aplikace ušních a tělových svící**  
 ⌚ 50'/ 20' **300,-/ 100,-**  
 🌿 2 ks/ 1 ks

**Gynekologická koupel**  
 ⌚ 50' **500,-**  
 🌿 v dřevěné vaně + očištná tělová svíce

**Infrasauna + masáž zad**  
 ⌚ 40' **600,-**  
 🌿 Klasická masáž zad s nahřátím

**Vyhřátý odpočinek**  
 ⌚ 50' **700,-**  
 🌿 kartičky, infrasauna a masáž zad

**Kouzelné pohlazení - wellness**  
 ⌚ 90' **1300,-**  
 🌿 peeling, zábal a aromamasáž

## LÁZEŇSKÉ PROCEDURY

**Rašelinový zábal + masáž zad**  
 ⌚ 50' **700,-**  
 🌿 jednorázový, sériově

**Přímý rašelinový zábal + suchý zábal**  
 ⌚ 50' **400,-**  
 🌿 sériově

**Suchá uhličítá obálka CO2 (zábal)**  
 ⌚ 50' **400,-**  
 🌿 sériově

**Jílový zeštíhlující regenerační zábal**  
 ⌚ 50' **400,-**  
 🌿 sériově

**Rašelinová koupel + suchý zábal**  
 ⌚ 50' **300,-**  
 🌿 v dřevěné vaně, sériově

**Magnesiová koupel + suchý zábal**  
 ⌚ 50' **300,-**  
 🌿 v dřevěné vaně, sériově

**Jodová koupel + suchý zábal**  
 ⌚ 50' **300,-**  
 🌿 v dřevěné vaně, sériově

**Bylinná koupel + suchý zábal**  
 ⌚ 50' **300,-**  
 🌿 v dřevěné vaně, sériově

## DÁRKOVÉ BALÍČKY

**Rozmazlující relaxační**  
 ⌚ 170' **1650,-**  
 🌿 3 procedury

**Regenerační lázeňský**  
 ⌚ 130' **2700,-**  
 🌿 6 procedur

**Rašelinový lázeňský**  
 ⌚ 130' **1850,-**  
 🌿 5 procedur

**Na bolavá záda**  
 ⌚ 170' **2650,-**  
 🌿 5 procedur

## CVIČENÍ

**Čchi - kung**  
 ⌚ 8 lekcí **800,-**  
 🌿 čínská jóga, pravidelně

**Klanetika**  
 ⌚ 8 lekcí **720,-**  
 🌿 tvarování postavy, pravidelně

**Priessnitz - walking**  
 ⌚ 2 hod **200,-**  
 🌿 chůze s holemi + otužování, jednorázově

**Vánoční Čchi - kung při svíčkách**  
 ⌚ celodenní **800,-**  
 🌿 cvičení a kreativity

## VZDĚLÁVÁNÍ

**Kurz ajurvédské masáže bylinnými měšči**  
 ⌚ 2 dny, 16 hodin **3200,-**

**Kurz thajské olejové masáže**  
 ⌚ 2 dny, 16 hodin **3000,-**

**Kurz lávovými kameny**  
 ⌚ 2 dny, 16 hod **3000,-**

**Kurz reflexní masáže plosek nohou**  
 ⌚ 2 dny, 16 hod **3000,-**  
 🌿 podle pěti elementů

## KREATIVITY

**Zábavné odpoledne a bubnování u západu slunce**  
 ⌚ 5 hod **400,-**

**Bubnování do MŠ a ZŠ**  
 ⌚ 60' **2600,-**

**Malování sebepoznávací mandaly**  
 ⌚ 2 hod **200,-**

**Teambuilding**  
 ⌚ 3hod/ 6 hod **400,-/ 700,-**  
 🌿 pro skupiny, firmy

## PROGRAMY

**Ajurvédský - detoxikační**  
 ⌚ 4 týdny (1 procedura/týden) **2800,-**  
 🌿 3x masáž + 1x koupel

**Dětský regenerační příměstský**  
 ⌚ 5 dní **4000,-**  
 🌿 denně od 8 do 17 hod

**Masážní víkend s dětmi**  
 ⌚ 3 dny **3000,-**  
 🌿 prohlubování rodinných vztahů

Podrobnější informace k jednotlivým službám nalezne na:

[www.institutrm.cz](http://www.institutrm.cz)

**INSTITUT RM**

Šachetní 135  
 Královské poříčí  
 357 41

🎁 Možnost zakoupení Dárkových šeků v různých hodnotách

✉ institutrm@seznam.cz

☎ +420 722 585 248 Romana

☎ +420 737 721 488 Martin