



KNEIPPOV ŠLIAPACÍ KÚPEL'

Prechádzka po Kneippovom chodníku je založená na striedavom pôsobení teplej a studenej vody v jednotlivých vaničkách, s nerovným terénom, ktorou sa reflexne stimulujú chodidlá a dochádza k obnove pružnosti ciev, svalov a šliach vašich nôh.

Teplota: teplá voda: 40°C - 42°C
studená voda: 12°C - 14°C

Čas trvania procedúry: 6 minút

Prešľapovanie v teplej vaničke 60 sekúnd.

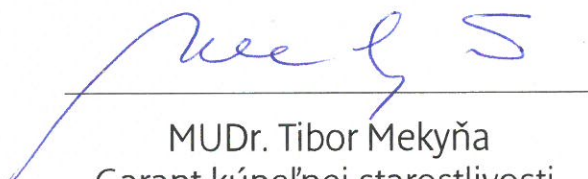
Prešľapovanie v studenej vaničke 30 sekúnd.

Celý tento cyklus sa opakuje 4 krát a vždy je ukončený v studenom kúpeli.

Účinok: intenzívne prekrvenie dolných končatín, reflexná stimulácia receptorov, prevencia plochej nohy, zlepšenie celkového metabolizmu a krvného obehu

Kontraindikácie:

varikózný komplex, stavy po čerstvých operáciách, kožné infekčné ochorenia, akútne štádium choroby



MUDr. Tibor Mečkyňa
Garant kúpeľnej starostlivosti