Za tijelo BANJA, za dušu LUKA!



www.termebanjaluka.com

TERME
BANJA LUKA

LOKACIJA I TRANSPORT



Međunarodni aerodrom BANJA LUKA

Aerodromi u blizini:

TUZLA
168 km

ZAGREB
188 km

SARAJEVO
195 km

BEOGRAD
331 km

PRIRODNI LJEKOVITI FAKTOR Termi Banja Luka

Termomineralna voda u Termama Banja luka već vijekovima slovi za izuzetno ljekovitu, te spada među najljekovitije prirodne izvore na ovim prostorima. Njene blagodati prepoznali su još stari Rimljani, koji su je koristili u terapeutske svrhe, dok se tokom Osmanskog perioda razvila tradicija izgradnje banja u kojima su se liječili oboljeli od reumatizma, neuralgija i kožnih bolesti.

Danas je ljekovitost ove vode potvrđena i savremenim medicinskim istraživanjima, koje su proveli vodeći regionalni balneoklimatolozi i Institut za javno zdravstvo Republike Srpske.

Temperatura vode u Termama Banja Luka iznosi između 26 i 33˚C, a po sastavu je sulfatična, muriatična (natrijum-hloridna) i zemno-alkalna (kalcijum/magnezijum-hidrokarbonatna) te ima dokazane terapeutske efekte kod sljedećih oboljenja i povreda koštano-mišićnog sistema:

- hronični zapaljenski reumatizam u mirnoj fazi (reumatoidni artritis, ankilozirajući spondilitis, psorijazni artritis);
- degenerativni reumatizam perifernih zglobova i kičmenog stuba;
- vanzglobni reumatizam (burziti, tendiniti, mijalgije);
- Postraumatska stanja;
- Postoperativna stanja;

Pored navedenog, termomineralna voda u Termama Banja Luka je specifična i po tome što ima povoljan terapijski efekat i kod kardiovaskularnih, neuroloških, ginekoloških i brojnih drugih oboljenja, što je čini dragocjenim prirodnim resursom u službi zdravlja i rehabilitacije.







SAVREMENI CENTAR za fizikalnu medicinu i reabilitaciju

Terme Banja Luka su sastavni dio renomiranog Instituta za fizikalnu medicinu, rehabilitaciju i ortopedsku hirurgiju “Dr Miroslav Zotović” u ovom dijelu Evrope, koji od 1915. godine uspješno pruža usluge fizikalne medicine i rehabilitacije.

U moderno opremljenim prostorima Termi Banja Luka, pacijentima su dostupne komercijalne medicinske usluge, koje uključuju savremene metode dijagnostike i terapije koštano-mišićnog sistema.

Terme Banja Luka raspolažu vrhunskom opremom poput DXA aparata za precizno mjerenje mineralne gustine kostiju, KINEO sistema za preciznu procjenu mišićne funkcije, te drugih savremenih uređaja za precizno određivanje i praćenje terapije.



Posebna vrijednost Termi leži u mogućnosti individualnog rehabilitacionog tretmana, gdje se za svakog pacijenta izrađuje personalizovani plan terapije, uz primjenu najnovijih metoda elektroterapije, magnetoterapije, radiofrekventne terpije (INDIBA), manualne masaže i individulanih vježbi sa fizioterapeutom.

Teretana

U sastavu centra za fizikalnu medicinu i rehabilitaciju je i moderno opremljena teretana gdje pacijenti, gosti ili posjetioci mogu vježbati uz direktni stručni nadzor fizioterapeuta i stručnjaka za sport i fizičko vaspitanje, te kombinovati ostale blagotvorne terapijske učinke termomineralne vode i ostale wellness tretmane usmjerene na brzi oporavak i dugoročno zdravlje.





Bazeni

unutrašnji bazen

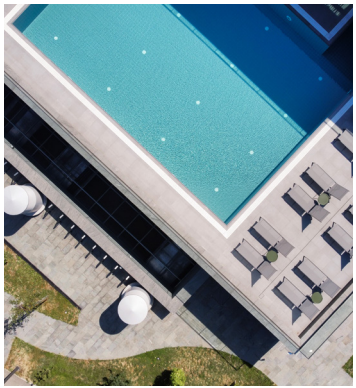
vanjski bazen

dječiji bazen

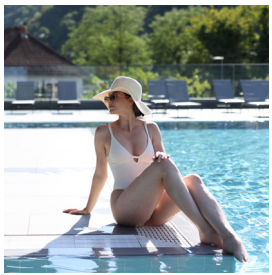
hidromasažni wellness bazen

Gostima i posjetiocima Termi Banja Luka na raspolaganju su: **unutrašnji bazen sa mogućnošću proplivavanja u vanjski bazen, dječiji bazen i wellness hidromasažni bazen.** Unutrašnji i vanjski bazen su punjeni termomineralnom vodom.

Važno je napomenuti da nema ograničenja u pogledu dužine boravka u termomineralnoj vodi, zahvaljujući njenom povoljnom hemijskom sastavu. U sklopu bazensko kompleksa nalazi se sunčalište, opremljeno udobnim ležaljkama koje su gostima dostupne na unutrašnjem, vanjskom i dječijem bazenu, a dodatni ugođaj pruža bar u sklopu bazenskog prostora, koji nudi bogat izbor osvježavajućih pića i laganih zalogaja.





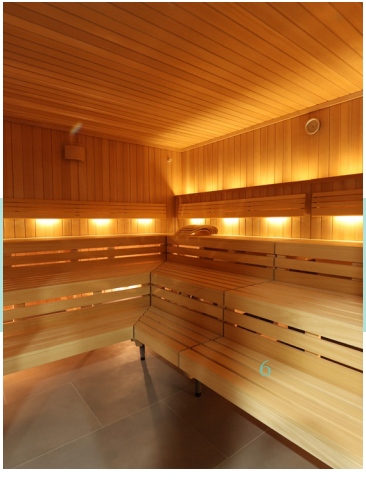




Svijet sauna







Boravak u sauni doprinosi detoksikaciji organizma, poboljšava cirkulaciju, jača imunološki sistem, ublažava napetost u mišićima, te utiče na smanjenje stresa i kvalitet sna.

U sklopu Termi Banja Luka na raspolaganju je bogat izbor termalnih i rashladnih sadržaja, i to:

- **FINSKA SAUNA** – tradicionalna suha sauna s visokim temperaturama (od 70-110°C, idealna za detoksikaciju i opuštanje mišića;
- **SANARIJUM** – blaža varijanta saune s nižom temperaturom i višom vlažnošću (55°C, vlažnost 48%) pogodna i za osjetljivije korisnike;
- **PARNO KUPATILO** – ispunjeno finom parom koja čisti disajne puteve, hidrira kožu i podstiče opuštanje. U parnim kupatilima temperatura se kreće između 40°C i 50°C, a vlažnost može ići i do 100%);
- **INFRACRVENA SAUNA** – koristi infracrvene zrake koje direktno zagrijavaju tijelo, a ne vazduh. Temperature su niže nego u tradicionalnim saunama u kreću se između 50°C i 60°C, a tijelo se zagrijava iznutra prema vani. Infracrvena sauna često je preferirana zbog dubljeg prodiranja topline u mišiće i zglobove.
- **LEDENA SOBA** – kontrastni termalni doživljaj nakon saune, koji podstiče cirkulaciju i jača oranizam;

U zoni sauna se nalazi i relaks zona sa tepidarijumima i ležajevima za opuštanje. Tepidarijum se koristi za postepeno zagrijavanje tijela i opuštanje jer ne stvara ekstremnu toplotu. Može se koristi kao prostor za pripremu organizma za intenzivnije termoterapije ili kao samostalna zona za opuštanje.







HAMMAM
orijentalni ritual čišćenja i duboke relaksacije

Hammam tretman započinje boravkom u infracrvenoj sauni, koja priprema tijelo na naredne korake.

Nakon toga slijedi parna sauna s temperaturom do 45°C i 100% vlažnosti, koja otvara pore, podstiče znojenje i dubinski čisti kožu.

U nastavku tretmana, tijelo se naizmjenično poliva toplom i hladnom vodom na grijanom kamenom stolu ili klupi, uz autopiling koji dodatno podstiče regeneraciju kože.

Zatim slijedi profesionalni piling od strane fizioterapeuta, izveden na ugrijanom kamenom stolu, a cijeli doživljaj se završava masažom bogatom pjenom sapunice.

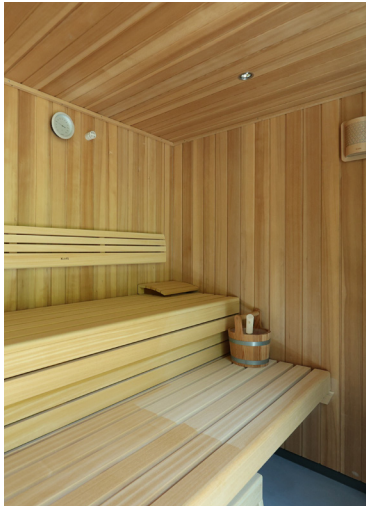
Nakon hammama, koža postaje izuzetno glatka, mekana i osvježena, dok je tijelo potpuno relaksirano, oslobođeno stresa i napetosti.

SPA suits

U okviru Termi Banja Luka nalaze se dvije odvojene spa zone, osmišljene za potpuni privatni ugođaj.

Prva zona prima do 8 osoba, dok je druga prilagođena za manja društva, do 4 osobe. Svaka zona opremljena je mini finskom saunom, prostranom hidromasažnom kadom (za 3 ili 5 osoba), relaks zonom, kao i mogućnošću organizovanja masaža.













MASAŽE

U Wellness zoni Termi Banja Luka dostupne su raznovrsne vrste masaža – relaks, sportske, masaže lica, stopala i mnoge druge. Ono što Terme Banja Luka izdvaja od ostalih jeste činjenica da sve wellness **masaže izvode iskusni fizioterapeuti,** čime se osigurava visoki standard kvaliteta i individualni pristup svakom gostu.

TERMOMINERALNE kupke i pakovanja

Terme Banja Luka nude **11 kada s bisernom kupkom i/ili hidromasažom,** u kojima se koristi prirodna termomineralna voda poznata po svojim blagotvornim efektima na zdravlje.

Ova voda doprinosi opuštanju mišića, poboljšanju cirkulacije i regeneraciji tijela.

> *Za postizanje maksimalnog terapijskog učinka, preporučuje se da se prije termomineralne kupke uradi pakovanje tijela. Ovi tretmani se obavljaju u posebno opremljenim individualnim kabinama, koje sadrže sto za pakovanje i kadu s bisernom kupkom.*

Na raspolaganju su i kabine za parove, idealne za zajednički relaks i terapiju.







KNEIPP staze

Terapeutska vodena korita (Kneipp staze) namijenjena su za hodanje kroz naizmjenično topla i hladna vodena korita, s ciljem podsticanja cirkulacije i jačanja vaskularnog sistema. Inspirisane tehnikom „roda“, ove staze omogućavaju ciljanu stimulaciju nogu i stopala tokom kretanja kroz vodu različitih temperatura.

Dubina vode kreće se od 20 - 40 cm, pri čemu hladna voda dostiže temperaturu od 15–20°C, a topla do 40°C.

Naizmjeničnim uranjanjem nogu u hladnu i toplu vodu dolazi do sužavanja i širenja krvnih sudova, čime se ostvaruje efekat tzv. „vaskularne gimnastike“. Ova metoda dokazano doprinosi poboljšanju periferne cirkulacije, smanjenju otoka i umora u nogama, kao i opštem osjećaju lakoće i vitalnosti.









BABY wellness

U Termama Banja Luka posebna pažnja posvećena je i najmlađima - kroz pažljivo osmišljenu baby wellness zonu. Ovaj prostor sadrži četiri hidromasažne kade namijenjene bebama, koje im pomažu da kroz igru u vodi jačaju motoričke sposobnosti, razvijaju koordinaciju pokreta i istovremeno se opuštaju u toplim, umirujućim talasima hidromasaže.

Pored hidromasažnih kada, baby wellness zona uključuje i posebnu kabinu za manuelnu masažu beba, gdje iskusni fizioterapeuti sprovode blage, terapeutske masaže i obučavaju roditelje kako da pravilno masiraju svoju bebu. Ove masaže mogu značajno pomoći pri ublažavanju grčeva, napetosti i drugih uobičajenih tegoba u najranijem uzrastu.



Pored baby wellness-a, u prostoru Termi Banja Luka se nalazi i igraonica za djecu.



KONGRESNA sala

Terme Banja Luka raspolažu savremeno opremljenom kongresnom salom kapaciteta do 120 mjesta, idealnom za održavanje predavanja, seminara, radionica i drugih poslovnih događaja.

Sala je opremljena modernom multimedijalnom opremom koja omogućava visokokvalitetne prezentacije, kao i prostorom za simultano prevođenje, što je čini pogodnom i za međunarodne skupove. Zahvaljujući fleksibilnom rasporedu sjedenja, prostor je prilagođen kako za predavački tip sastanaka, tako i za rad u manjim grupama.



SMJEŠTAJ u Termama Banja Luka

Smještaj u Termama Banja Luka nudi 24 moderno opremljene sobe – 20 dvokrevetnih i 4 trokrevetne, idealne za boravak pojedinaca, parova ili manjih porodica.

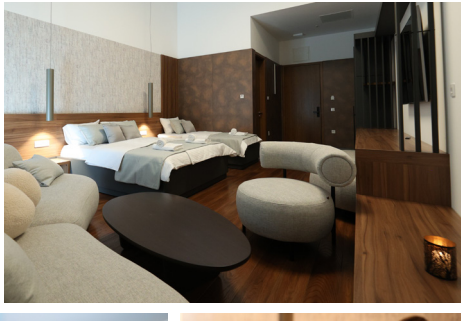
Svaka soba je pažljivo dizajnirana kako bi gostima pružila potpuni komfor i osjećaj opuštenosti. Sobe su luksuzno opremljene, a uključuju:

- klima uređaj,
- LCD TV sa kablovskim kanalima,
- besplatan Wi-Fi,
- minibar,
- radni sto,
- moderno opremljeno kupatilo sa tuš kabinom i setom hotelske kozmetike,
- besplatan parking.

Poseban ugođaj upotpunjuje izuzetan pogled na šumu Banj brda ili na rijeku Vrbas, koji doprinosi osjećaju mira i povezanosti s prirodom – idealno za oporavak i relaksaciju.













TERME
BANJA LUKA

Za tijelo banja, za dušu luka!

Ulica od Zmijanja Rajka 391, Srpske Toplice, 78000 Banja Luka, Bosnia and Herzegovina
+387 (0) 51 498 600 info@termebanjaluka.com www.termebanjaluka.com