NÁVODY K PROCEDURÁM

Procedury s lugou a bahnem z Černého moře

Šest procedur pro spa, balneo a rehabilitační centra — kroky, čas, teplota a množství. S produkty ANCHIALO vyráběnými v Pomorie.

Luga je tekutý koncentrát, který zůstává v solných pánvích poté, co se mořská voda odpaří a sůl vykrystalizuje. Limanové bahno je usazenina ze dna jezera Pomorie. Obojí se po generace používá společně při bahenních procedurách — v těchto návodech jsou připravené pro práci ve vašem centru.

Před každou procedurou

- ✓ Lugu a masku ohřívejte jen ve vodní lázni, na 38–40 °C. Ne v mikrovlnné troubě.
- ✓ Luga je koncentrovaný solný roztok: na odřeninách nebo podrážděné pokožce štípe. Poprvé ji vyzkoušejte na malé ploše.
- ✓ Maska není na obličej — vysušuje pokožku. Chraňte oči; při zasažení je důkladně vypláchněte vodou.
- ✓ Nejlépe po sprše — do čisté pokožky minerály pronikají snáze.
- ✓ Při vysokém krevním tlaku, onemocnění srdce, těhotenství, akutním zánětu nebo horečce se má klient poradit s lékařem.
- ✓ Produkty jsou přírodní kosmetika notifikovaná v CPNP a nenahrazují léčbu předepsanou lékařem.

PROCEDURA	PRODUKT	MNOŽSTVÍ	TEPLOTA	ČAS
1. Obklad s lugou	Luga, neředěná	200–300 ml na oblast	38–40 °C	15 min – několik hodin
2. Koupel s lugou	Luga	0,5–2 l na koupel	do 38 °C	15–20 min
3. Masáž gelem s lugou	Masážní gel s lugou	100 g záda · 200–250 g tělo	—	vstřebá se za 20 min – hodiny
4. Teplý bahenní obklad	Maska s lugou a bahnem	150–200 g na oblast	teplá nebo pokojová	30–40 min
5. Bahenní zábal	Maska s lugou a bahnem	500 g	teplá nebo pokojová	30–40 min
6. „Černomořský rituál“	Luga, maska, gel	podle kroků	—	asi 90 min



Řada ANCHIALO — luga, bahenní maska, masážní gely a oleje. Vyrobeno v Pomorie.

1 Obklad s lugou

Teplo a minerály přesně na dané místo — klouby, záda nebo ramena.

Produkt: luga, neředěná | **Teplota:** 38–40 °C | **Čas:** 15 min – několik hodin | **Série:** 12–14 procedur

KROKY

1. Lugu ohřejte ve vodní lázni na 38–40 °C — nikdy v mikrovlnné troubě.
2. Namočte bavlněnou látku: gázu, bavlněný nebo flanelový ručník.
3. Přiložte obklad: koleno a kotník oviňte dvakrát, na záda a ramena látku rozprostřete.
4. Zakryjte fólií a navrch ručníkem nebo vlněnou látkou, aby se udrželo teplo.
5. Nechte působit 15 minut až několik hodin.

Množství: 200–300 ml lugy na jednu oblast.

Studená varianta: totéž s neohřátou lugou — pokud klient nesnáší teplo.

2 Koupel s lugou

Uvolnění a minerály pro celé tělo, v obyčejné vaně.

Produkt: luga 950 ml nebo kanystr 3/5 l | **Množství:** 0,5–2 l na koupel | **Teplota:** do 38 °C | **Čas:** 15–20 min

KROKY

1. Napusťte do vany 60–70 litrů vody, ne teplejší než 38 °C.
2. Nalijte 0,5 až 2 litry lugy a promíchejte.
3. Klient zůstane ve vodě 15–20 minut.
4. Po koupeli — sprcha čistou vodou.

Místní koupel rukou nebo nohou: 50–100 ml lugy na 5–10 litrů vody, 10–15 minut.

Tip: několik kapek esenciálního oleje — jalovcového nebo levandulového — udělá koupel ještě příjemnější.

3 Masáž gelem s lugou

Klasická a sportovní masáž — gel je připravený k použití, neředí se.

Produkt: masážní gel s lugou, 5 druhů | **Vstřebání:** 20 min – několik hodin

KROKY

1. Naneste gel na celé tělo nebo jen na oblast, kterou masírujete.
2. Masírujte podle standardu vašeho centra.
3. Nechte gel vstřebat — 20 minut až několik hodin. Smývat ho není nutné: když se voda odpaří, na pokožce zůstane jen sůl.

Množství: 100 g gelu na záda · 200–250 g na celé tělo.

Tip: klient může doma pokračovat se stejným gelem — nabídněte ho na recepci.

4 Teplý bahenní obklad

Maska s bahnem a lugou nanesená v silné vrstvě na jednu oblast.

Produkt: tělová maska s lugou a bahnem · **Teplota:** teplá nebo pokojová · **Čas:** 30–40 min

KROKY

1. Podle potřeby masku ohřejte ve vodní lázni na 38–40 °C.
2. Naneste silnou vrstvu na záda, ramena nebo kolena — rukou nebo štětcem.
3. Zakryjte fólií a navrch ručníkem.
4. Nechte působit 30–40 minut.
5. Opláchněte čistou vodou — bez mýdla a sprchového gelu.

Množství: 150–200 g masky na jednu oblast.

Pozor: není na obličej — vysušuje pokožku. Chraňte oči.

5 Bahenní zábal celého těla

Celé tělo v masce s bahnem a lugou, potom odpočinek.

Produkt: tělová maska s lugou a bahnem · **Čas:** 30–40 min · **Série:** 12–14 procedur

KROKY

1. Klient se osprchuje.
2. Naneste masku v silné vrstvě na celé tělo, kromě obličeje.
3. Zabalte do fólie a přikryjte ručníkem — klient odpočívá.
4. Po 30–40 minutách opláchněte čistou vodou, bez mýdla a sprchového gelu.

Množství: 500 g masky na celé tělo — téměř celý kelímek 600 g.

Tip: lehátko zakryjte prostěradlem TNT — snadno se pak udržuje v čistotě.

6 „Černomořský rituál“

Návrh do vašeho spa menu — asi 90 minut, jen s produkty z naší řady.

Produkty: luga, bahenní maska, gel · **Čas:** asi 90 min

KROKY

1. Frikce: potírání těla houbou namočenou ve zředěné luze (1 : 10) — 5–6 minut. Potom sprcha.
2. Bahenní zábal celého těla — 30–40 minut. Opláchnutí čistou vodou.
3. Koupel s lugou — 15–20 minut.
4. Masáž gelem s lugou — podle standardu vašeho centra.

Proč se hodí do menu: procedura s jasným příběhem — solné pánve a bahno z Pomorie — a s produkty, které si klient může koupit na recepci.

Balení pro centra

Luga z Černého moře	500 ml · 950 ml · kanystry 3 l a 5 l
Maska s lugou a bahnem	500 g · 600 g · kbelíky 4,5 kg a 7,5 kg
Masážní gely s lugou	300 g · 3 kg · 5 kg — 5 druhů
Masážní oleje s lugou	350 ml · 950 ml · 5 l

Velkoobchodní ceny najdete v obchodní zóně Luga.bg a v ceníku — pošleme vám ho na vyžádání.