



Парение – это одна из самых древних русских традиций, которая сохранила свою популярность до наших дней. Во многих странах существуют свои банные традиции, но парение в русской бане – это особый ритуал, который состоит из контрастных процедур – из жаркого пара в холодную купель – и оставляет незабываемое впечатление.

Особый микроклимат в русской бане создается при помощи печки с горячими камнями, которые время от времени поливаются специальным настоем из целебных трав. Так достигается идеальный баланс тепла и влажности, а аромат трав создает уникальную расслабляющую атмосферу. Главной особенностью русской бани является длительный массаж при помощи веника из молодых побегов разных видов деревьев: березы, дуба, липы, рябины, можжевельника, после которого можно окунуться в ледяную купель или травяную ванну.

Для наших гостей мы представляем различные программы парений: традиционное, сибирское, авторское от Natura Siberica и парение «По-барски».

Парение в русской бане оказывает на организм сильный оздоровительный эффект, ведь горячий пар очищает кожу, делает ее нежной и гладкой, а благодаря уникальным свойствам веников и настоя из луговых целебных трав, баня лечит от многих болезней. Как гласит русская пословица: «Кто в бане парится, тот никогда не старится!»

Традиционная

60 мин.

6 000 руб.

Парение включает в себя до трех заходов в парную.

Для парения используются свежий березовый и дубовый веники. Березовый веник помогает при болях в мышцах и суставах после упражнений и физических нагрузок. Он хорошо очищает кожу, ускоряет заживление ран и ссадин. Дубовый веник оказывает сильное противовоспалительное действие, успокаивает нервную систему и снимает стресс.

Сибирская

1 гость 90 мин. 8 000 руб.

2 гостя 90 мин. 14 000 руб.

Парение включает в себя до трех заходов в парную.

Между парениями рекомендуем окунуться в освежающую купель и насладиться горячим травяным чаем.

Для парения используют можжевеловый, березовый и дубовый веники.

В первый заход все тело растирается можжевеловым веником, который помогает улучшить кровообращения, стимулирует потоотделение, мягко снимает боль в пояснице, оказывает расслабляющее действие на организм. Во время второго захода в парную проводится легкий массаж березовым веником, затем проводится парение дубовым веником с активным воздействием горячего пара и растиранием льдом (по желанию гостя).

Natura Siberica

1 гость 150 мин. 12 000 руб.

2 гостя 150 мин. 21 000 руб.

Парение включает в себя до трех заходов в парную.

Между парениями рекомендуем окунуться в освежающую купель и насладиться горячим травяным чаем.

Парение происходит на душистом луговом сене с использованием можжевелового, березового, дубового и липового веников. В первый заход все тело растирается можжевеловым веником, который помогает улучшить кровообращение глубоко в мышцах, стимулирует потоотделение, мягко снимает боль в пояснице, оказывает расслабляющее действие на организм, а березовый веник помогает снять мышечное напряжение и боль в суставах. Во второй заход проводится парение дубовым веником с активным воздействием горячего пара и растиранием льдом (по желанию гостя).

Во время третьего захода проводится солевой пилинг-массаж или мыльный массаж лыковым мочалом и заключительное парение липовым веником. Он прекрасно устраняет головную боль, проводит мягкую "гимнастику" для почек, ускоряет потоотделение, оказывает успокаивающее, жаропонижающее действие.

ПАРЕНИЕ ПО-БАРСКИ

1 гость	180 мин.	16 000 руб.
2 гостя	180 мин.	25 000 руб.

Парение включает в себя до трех заходов в парную. Между парениями рекомендуем окунуться в освежающую купель и насладиться горячим травяным чаем.

Полог для парения застилается свежим душистым луговым сеном, а поверх него — можжевельными ветками. Такая перина не только удобна для парения, но обладает особым ароматерапевтическим эффектом.

Для парения используют можжевельный, березовый, дубовый и эвкалиптовый веники.

В первый заход все тело растирается можжевельным веником, который помогает улучшить кровообращение глубоко в мышцах, стимулирует потоотделение, мягко снимает боль в пояснице, оказывает расслабляющее действие на организм. Затем проводится парение березовым веником, что способствует снятию мышечного напряжения и боли в суставах.

Во второй заход проводится парение дубовым веником с активным воздействием горячего пара и растиранием льдом (по желанию гостя). Во время третьего захода проводится солевой пилинг-массаж или мыльный массаж лыковым мочалом и заключительное парение эвкалиптовым веником.

Эвкалиптовый веник содержит до 3% эфирного масла и он особенно полезен при насморке и боли в горле. В парной его прижимают к лицу и дышат 4-5 минут.

ВЕНИК НА ВЫБОР

2 000 руб.

Липовый веник

Прекрасно устраняет головную боль, ускоряет потоотделение, оказывает успокаивающее, жаропонижающее действие

Можжевельный веник

Стимулируют потоотделение, увеличивает кровообращение глубоко в мышцах. Такой веник хорош для своеобразного массажа. Например, при болях в позвоночнике, невралгии, радикулите. Он прекрасно дезинфицирует воздух и препятствует респираторным заболеваниям.

Эвкалиптовый веник

Листья эвкалипта содержат до 3% эфирных масел и часто применяют для лечения простудных заболеваний.

Этот веник особенно хорошо помогает при насморке и болях в горле.

Рябиновый веник

Усиливает процессы возбуждения в нервной системе, устраняет расслабляющее влияние банной процедуры, хорошо подготавливает организм к работе и поэтому применяется в первой половине дня.