

1. Musím se do solné jeskyně předem objednat?

- Do solné jeskyně je nutné se objednat na telefonu či on-line zde na našich stránkách. Doporučujeme rezervovat místo nejméně 2 dny dopředu.

2. Jaké je trvání a průběh procedury v solné jeskyni?

- Pobyť v solné jeskyni začíná vždy v celou hodinu a trvá 45 minut
- Na terapii se dostavte 10 - 15 minut předem, aby se organizmus náležitě uklidnil
- Po zahájení terapie nebude do jeskyně nikdo vpuštěn
- V solné jeskyni budete ležet na pohodlných lehátkách při zvuku hudby, která napomáhá relaxaci a uvolnění. Po dobu relaxace je nutné se chovat tiše a nerušit ostatní klienty. Ukončení terapie signalizují spodní světla v jeskyni.

3. Jak mám přijít do solné jeskyně oblečen?

- Doporučujeme volné, pohodlné oblečení s dlouhým rukávem. Teplota v solné jeskyni je přibližně 22°C. Před vstupem do jeskyně každý klient obdrží jednorázové návlaky, které jsou v ceně vstupenky.

4. Jak často mám solnou jeskyni navštěvovat?

- V případě zdravotních problémů doporučujeme absolvovat 10 až 15 návštěv. Ideální je rozložení těchto návštěv do 2 až 3 týdnů. Nejdůležitější je první týden - tzv. startovací, kdy by měl klient absolvovat 3 až 4 návštěvy. Během 2. a 3. týdne pak doporučujeme vždy 2 až 3 návštěvy.

5. Nabízíte slevové permanentky ?

- Ano, k dispozici je permanentka dle ceníku služeb. Permanentku si můžete zakoupit na recepci Solné jeskyně. V nabídce máme také dárkové poukazy.

6. Jaké jsou zdravotní účinky haloterapie?

- Pobyt v solné jeskyni povzbuzuje imunitní systém a podporuje léčbu mnohých onemocnění a zdravotních problémů. Příznivě působí zejména na onemocnění horních a dolních cest dýchacích, nefunkčnosti štítné žlázy, srdečně-cévních onemocnění, chorob zažívacího ústrojí, dermatologických chorob, neurózy, stresu a stavů únavy nebo revmatizmu. Pobyt v solné jeskyni je rovněž vynikající prevencí proti chřipce.

7. Je pobyt v solné jeskyni omezen věkem? Je vhodný pro děti?

- Pobyt v solné jeskyni můžete absolvovat v každém věku. Je velmi vhodný rovněž pro děti (dětem do 1,5 roku návštěvu solné jeskyně konzultujte s lékařem). Vstup dětí do 12 let je povolen jen v doprovodu dospělé osoby.

8. Jaké zákazy a omezení platí v solné jeskyni?

V solné jeskyni je zakázáno:

- Konzumovat jakýchkoliv potraviny nebo nápoje
- Dotýkat se solných prvků a vynášet sůl z jeskyně
- Fotografovat a natáčet filmové záznamy
- Používat parfémy a intenzivní tělové deodoranty před vstupem do jeskyně
- Vstupovat do jeskyně s mobilním telefonem (mobilní telefon je nutné vypnout a odložit v recepci)

Vstup do solné jeskyně je zakázán:

- Osobám s infekčním onemocněním nebo akutním TBC

- Osobám se všemi akutními onemocněními spojenými se zvýšenou teplotou nebo s příznaky virového onemocnění (rýma, kašel, apod.)

- Osobám podnapilým nebo osobám pod vlivem jiných omamných látek

- Z důvodu ochrany zdraví ostatních návštěvníků takto nemocní lidé nebudou do solné jeskyně vpuštěni nebo jim bude procedura předčasně bez náhrady ukončena. Taktéž v případě náhlé nevolnosti je nutné solnou jeskyni ihned opustit.

9. Kdy je vhodné konzultovat pobyt v jeskyni s lékařem?

- Návštěvu solné jeskyně doporučujeme konzultovat s ošetřujícím lékařem v případě osob trpících klaustrofobií, nízkým tlakem, nadměrnou činností štítné žlázy nebo onkologickým onemocněním.

10. Hradí pobyt v solné jeskyni zdravotní pojišťovny?

- Ano. Některé zdravotní pojišťovny hradí pobyt v solné jeskyni.