

ROYAL SPA

OBČASNÍK LÁZEŇSKÝCH HOTELŮ ROYAL SPA | ČERVEN 2025

news

1995 30 2025

JIŽ 30 LET
PEČUJEME
O VAŠE
ZDRAVÍ



TIPY PRO VAŠE ZDRAVÍ

REHABILITACE
NA MÍRU V ROYAL SPA

ROYAL SPA FAMILY VĚRNOSTNÍ PROGRAM

ROYAL SPA FAMILY je určen stálým hostům lázeňských hotelů a resortů ROYAL SPA. Staňte se členy našeho věrnostního programu a získáte zajímavé slevy a další neodolatelné bonusy. Věrnostní kartu Vám rádi pošleme zdarma a následně můžete začít sbírat body.



ROYAL SPA FAMILY nabízí celou řadu výhod. Ty mohou hosté využívat při svém opakovaném pobytu ve všech našich lázeňských hotelech a resortech ve čtyřech významných lázeňských městech České republiky.

- až 20% sleva na opakovaný pobyt (sleva dle typu členství)
- slevy na vstupy do termálního parku
- slevy na lázeňskou kosmetiku
- další bonusy a výhody

STAŇTE
SE ČLENY

Pečujte pravidelně o své zdraví v našich lázeňských hotelech a resortech ROYAL SPA a staňte se členem naší velké rodiny ROYAL SPA FAMILY.

JAK SE PŘIHLÁSIT

- OSOBNĚ – věrnostní kartu vystavíme ve všech recepcích hotelů a resortů ROYAL SPA.
- ON-LINE – věrnostní kartu pošleme poštou po vyplnění formuláře na webových stránkách.

Více informací k členství v ROYAL SPA FAMILY získáte na recepcích lázeňských hotelů a resortů ROYAL SPA nebo na webových stránkách www.royalspa.cz.

V současné době věrnostní program využívá asi 13 000 členů, kteří pravidelně sbírají body za pobyty uskutečněné napříč našimi lázeňskými hotely a resorty ROYAL SPA.

Děkujeme za důvěru!

ÚVODNÍ SLOVO

Vážení a milí čtenáři ROYAL SPA News,

Právě jste začali číst další vydání našeho nepravidelného magazínu ROYAL SPA News, a to znamená, že se pravděpodobně nyní nacházíte v některém z našich zařízení patřících do skupiny ROYAL SPA. Letošní vydání tohoto magazínu je speciální, tak jako je pro nás speciální celý tento rok 2025. Letos totiž uplyne 30 let od otevření našeho prvního lázeňského domu MIRAMARE v Luhačovicích, stejně jako 10 let od otevření termálního parku THERME LOSINY.

Na jednu stranu se může zdát, že jsou to velmi mladá jubilea, ale když uvážíme fakt, že podnikání bylo u nás znovu obnoveno teprve před 35 lety, jsou to milníky určitě úctyhodné. Celý náš lázeňský příběh započal tak trochu náhodou už někdy v roce 1991 a u jeho zrodu stál MVDr. Antonín Plachý. Na vyprávění celého tohoto lázeňského příběhu bohužel nemáme dostatek místa a možná byste ani neměli chuť číst dlouhé vyprávění.

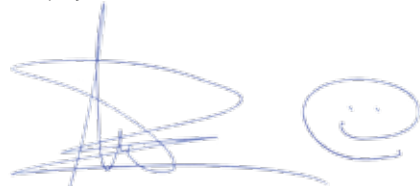
Byl by to příběh osudů nejenom hlavních protagonistů, a to již zmiňovaného MVDr. Antonína Plachého, jeho pozdějšího společníka JUDr. Ing. Zdeňka Zemka, dalších členů těchto dvou rodin, mnoha zaměstnanců a dalších lidí. Byly by to různé okolnosti a souvislosti, někdy i hodně dramatické – pády, vzestupy, slzy radosti i smutku. Prostě všechno, co život za takovou dobu může přinést.

A tak Vám raději v tomto vydání ukážeme, kam nás tato cesta dovedla a kde se skupina ROYAL SPA nachází dnes. Jsme velmi hrdí na to, co jsme za 30 let budování naší lázeňské skupiny dokázali, ale minulost to nekončí. Naším důležitým úkolem a možná i posláním je pokračovat v cestě našich zakladatelů, pokračovat v práci našich bývalých i současných zaměstnanců a dál budovat a rozvíjet naši rodinnou skupinu ve významných lázeňských místech, starat se a pečovat o zdraví našich klientů.

Dál chceme rozvíjet naši odbornost ve všech oblastech činnosti, zlepšovat služby i komfort a vybavení našich lázeňských domů, abyste Vy, naši klienti, měli zas a znova důvod vrátit se zpět do zařízení naší skupiny ROYAL SPA.

V něčem ale budeme chtít zůstat pořád stejní. Dál chceme pro péči o zdraví našich klientů využívat přírodní léčivé zdroje, jako tomu je už po staletí. A dál bude pro nás na prvním místě člověk – ať už se jedná o klienta nebo zaměstnance.

Děkujeme Vám, všem našim klientům, za Vaši třicetiletou podporu a těšíme se na Vaši další návštěvu v některém ze zařízení skupiny ROYAL SPA. Děkujeme všem našim minulým i současným zaměstnancům za jejich práci a přejeme všem ZDRAVÍ V ROVNOVÁŽE.



Martin Plachý, generální ředitel ROYAL SPA

OBSAH

4

AKTUALITY

Novinky a zajímavosti v ROYAL SPA

6

30 LET PEČUJEME O VAŠE ZDRAVÍ

Rozhovor s generálním ředitelem ROYAL SPA Ing. Martinem Plachým

9

UŽ VÍCE NEŽ ČTVRT STOLETÍ S NÁMI

ROYAL SPA tvoří především lidé a každý z nich má svůj příběh, vzpomínky i zkušenosti.

10

MODERNÍ TECHNOLOGIE V ROYAL SPA

Revoluční přístup k rehabilitačním programům prostřednictvím virtuální reality

12

TERMÁLY SLAVÍ 10 LET

Děkujeme, že jste u toho s námi

14

LÁZNĚ VELKÉ LOSINY

Místo, kde se tradice setkává s péčí o zdraví

15

KORUNKA POMÁHÁ

Charitativní projekt, dlouhodobě podporující handicapované, nemocné či jinak znevýhodněné děti

16

POHYB - ZÁKLAD ZDRAVÉHO ŽIVOTA

Podpořte svou kondici rehabilitací a lázeňskou péčí

18

CIVILIZAČNÍ ONEMOCNĚNÍ

Prevence jako základ zdraví

20

SPÁNEK, KLÍČ KE ZDRAVÍ

Rozhovor se specialistkou na spánkovou medicínu

22

DERMOKOSMETIKA THERMELOVE

Dotek lázní u Vás doma



6

30 LET PEČUJEME O VAŠE ZDRAVÍ

Rozhovor s Martinem Plachým, generálním ředitelem a spolumajitelem skupiny ROYAL SPA.



ROYAL SPA
LÁZEŇSKÉ HOTELY & RESORTY

1995 30 2025



10

MODERNÍ TECHNOLOGIE V ROYAL SPA

Virtuální realita mění způsob, jakým pečujeme o pohyb a kondici. Ve spolupráci s VR Medical zavádíme do lázeňské rehabilitace moderní technologii, která motivuje, baví a přináší viditelné výsledky. V ROYAL SPA tak propojujeme špičkovou péči s inovací.



12

TERMÁLY LOSINY SLAVÍ 10 LET

Už deset let přinášíme odpočinek, zdraví i radost z pohybu. Náš termální park navštívilo více než 2 miliony hostů, kteří tu našli klid, regeneraci i zážitky pro celou rodinu. Děkujeme, že jste součástí tohoto příběhu – bez vás by TERMÁLY LOSINY nebyly tím, čím jsou dnes.

ROYAL SPA NEWS
OBČASNÍK LÁZEŇSKÝCH HOTELŮ
A RESORTŮ ROYAL SPA

Kontakt: www.royalspa.cz, marketing@royalspa.cz
Redakční rada: Hana Rupřichová, Lenka Plachá
Grafická úprava: Tomáš Marsín, Hana Rupřichová
Fotografie: archiv ROYAL SPA a KORUNKA POMÁHÁ

DÁRKOVÉ POUKAZY | VĚNUJTE ZÁŽITEK I ZDRAVÍ

Pobyt v lázeňských hotelech a resortech ROYAL SPA je krásným a originálním zážitkem nejen pro Vaši rodinu a blízké, ale i pro obchodní partnery. Dárkovými poukazy vyřešíte narozeniny, Vánoce, svátky, výročí a další slavnostní příležitosti. Dárkový poukaz si můžete objednat, zaplatit a vytisknout z pohodlí Vašeho domova i s osobním blahopřáním.

Pro více informací navštivte webové stránky

www.royalspa.cz

www.royalspa.cz



REVITALIZACE LÁZEŇSKÉHO PARKU VE VELKÝCH LOSINÁCH

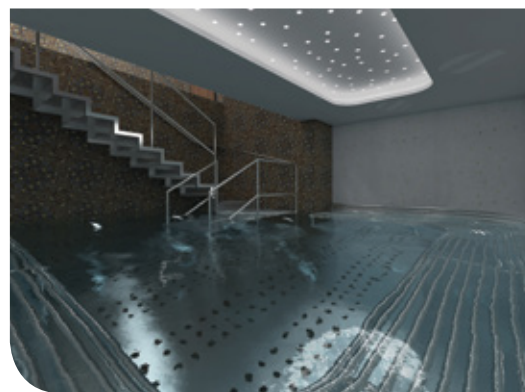
Revitalizace lázeňského parku ve Velkých Losinách byla zahájena v lednu 2022 kácením starých a nemocných stromů. Následně byla realizována pěstební a výsadbová opatření, která měla za cíl obnovit a zkrášlit tento historický park. V rámci projektu došlo k výsadbě nových stromů a keřů, úpravě cest a instalaci nového mobiliáře. Cílem revitalizace bylo nejen zvýšit estetickou hodnotu parku, ale také zlepšit jeho funkčnost pro návštěvníky lázní a místní obyvatele.

HISTORIE OPĚT OŽIVÁ: TERMÁLNÍ BAZÉNEK MARIE

TERMÁLNÍ LÁZNĚ Velké Losiny přinášejí novinku – zprovoznění unikátního termálního bazénku Marie přímo na vývěru sirného pramene v podzemí hotelu Eliška. Po desetiletích nečinnosti se tento pramen vrací do provozu a umožní návštěvníkům zažít léčivou sílu přírody v původním prostředí.

Bazének Marie je součástí obnovených pramenů Marie a Eliška, které byly v 80. letech zaslepeny. Dnes opět slouží hostům v rekonstruovaných sklepních prostorách, jež spojují historický ráz s moderním komfortem.

Obnova bazénku je symbolem návratu ke kořenům lázeňství i oslavou významných výročí – 10 let TERMÁLY LOSINY a 30 let lázeňské skupiny ROYAL SPA.



NOVÁ ÉRA PÉČE V HOTELU MIRAMARE: MODERNIZACE PRAMENE JAROSLAVA

Hotel MIRAMARE investoval do modernizace koupelového pramene Jaroslava, čímž zvyšuje kvalitu léčebných procedur a komfort hostů. Tato úprava přináší lepší terapeutické účinky a ještě příjemnější lázeňské pobyty.

LÉČIVÝ PRAMEN JAROSLAVA

Vysoce mineralizovaná voda typu HCO₂, Cl-Na, s obsahem jodu, bromidů a lithia, je cenným základem uhličitých koupelí v hotelech MIRAMARE. Vysoký obsah jodidů podporuje léčbu pohybového aparátu. Vrt se nachází přímo pod recepcí MIRAMARE II.

CO SE ZMĚNILO?

Nové rozvody vody zajišťují vyšší čistotu a kvalitu. Izolační systémy udržují optimální teplotu pro účinnost léčby. Moderní zásobníky s termostatickým ohřevem garantují ideální podmínky pro koupele.

CO TO ZNAMENÁ PRO HOSTY?

Lázeňské procedury budou příjemnější a účinnější. Hotel MIRAMARE tak potvrzuje svůj závazek poskytovat špičkovou péči a neustále zvyšovat kvalitu služeb.



ROYAL SPA MÍŘÍ DO RAKOUSKA

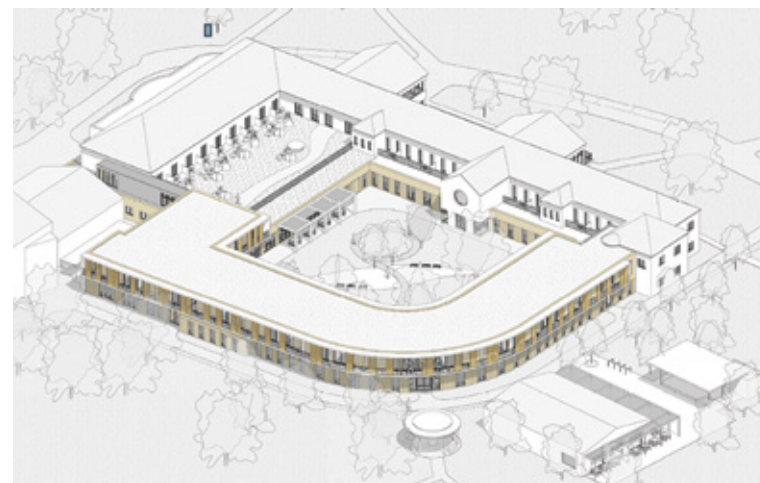
NOVÝ HOTEL V BAD HOFGASTEIN

ROZŠÍŘUJE NAŠI LÁZEŇSKOU RODINU

Poprvé v naší více než třicetileté historii míříme za hranice České republiky. Společně se společností ALCA jsme získali významný lázeňský hotel v rakouském Bad Hofgastein – oblíbené destinaci v údolí Gastein s termálními prameny, moderním wellness a ideálními podmínkami pro lyžování i letní turistiku.

Hotel PALACE je lázeňský komplex s více než 300 lůžky a napojením na místní termální prameny. Provoz pod značkou ROYAL SPA plánujeme zahájit na jaře 2026.

Tato akvizice je pro nás významným milníkem. Rozšiřujeme tím nejen kapacitu našich lázeňských zařízení, ale zároveň přinášíme naši filozofii "lázeňské péče" do nové, jedinečné lokality v srdci rakouských Alp.



ROZŠÍŘENÍ SIRNATÝCH LÁZNÍ:

OSTROŽSKÁ NOVÁ VES CHYSTÁ NOVOU ETAPU PÉČE O ZDRAVÍ

Zájem o léčbu a rehabilitaci v SÍRNATÝCH LÁZNÍCH v Ostrožské Nové Vsi neustále roste. Díky jedinečným sirným pramenům sem míří stále více hostů, a proto se ROYAL SPA rozhodlo lázně významně rozšířit.

V přípravné fázi je nyní projekt, který počítá s vybudováním zcela nového balneo-provozu. Ten nabídne moderní prostory pro léčebné procedury, které se přesunou ze stávající části. Součástí bude také nové patro pokojů s kapacitou přibližně 60 lůžek a rozšířená restaurace i společné prostory pro větší komfort hostů.

Nový objekt bude přímo propojen s hlavní budovou lázní, což usnadní pohyb i přístup ke službám. Dokončení stavby je plánováno na rok 2027, vše však záleží na získání potřebných povolení.

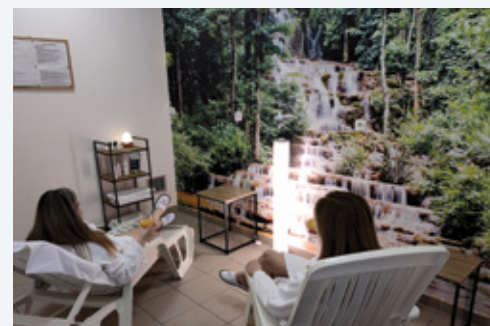
Rozšíření lázní přinese nejen kvalitnější péči, ale i další impuls pro rozvoj celého regionu.

MODERNIZACE ODPOČÍVÁRNY

V roce 2024 jsme v SÍRNATÝCH LÁZNÍCH Ostrožská Nová Ves zútlunili a vylepšili prostor odpočívárny u sauny. Nová úprava nabízí hostům příjemnější prostředí pro klid a regeneraci.

Odpočinek po saunování je klíčový pro celkovou regeneraci organismu a maximální využití blahodárných účinků sauny. Po intenzivním zahřátí těla během saunování dochází ke zvýšení srdeční frekvence a rozšíření cév. Následný odpočinek pomáhá tělu vrátit se do rovnováhy a postupně se ochladit.

Doporučujeme dopřát si alespoň 10 až 15 minut klidu v klidném a pohodlném prostředí – právě takovém, jaké nyní nabízí naše zmodernizovaná odpočívárna.



DVOJITÝ ÚSPĚCH ROYAL SPA NA ESPA INNOVATION AWARDS

Lázeňská společnost ROYAL SPA získala hned dvě prestižní ocenění v soutěži ESPA Innovation Awards!

Během slavnostního galavečera, který se konal 5. října 2023 na konferenci European Spas v Karlových Varech, ocenila odborná porota náš inovativní program Spánkový balanc v hotelu NIVAMARE v Luhačovicích jako nejlepší lázeňský produkt. Speciální cenu za klinické výsledky si odnesl také program pro léčbu postcovidového syndromu v hotelech MIRAMARE.

Slavnostní ocenění převzali zástupci ROYAL SPA během galavečera, kde se sešla lázeňská elita z celé Evropy. Děkujeme všem kolegům, kteří přispěli k tomuto úspěchu!



INBODY 970: PŘESNÁ ANALÝZA TĚLA PRO ZDRAVÍ A KONDICI

InBody 970 je moderní přístroj pro analýzu složení těla na základě bio-impedance. Měří hmotnost, množství tuku, svalovou hmotu, tekutiny i mineralizaci kostí. Výsledky pomáhají lékařům posoudit nadváhu, otoky, vyváženost postavy či riziko osteoporózy.

Vyšetření je vhodné pro všechny věkové skupiny, včetně obézních pacientů. Během delší rehabilitace umožňuje sledovat nárůst svalové hmoty, úbytek tuku i regeneraci oslabených svalů. Přístroj přesně určí, kolik tuku je třeba redukovat či přibrat, a pomáhá při sestavování individuálních cvičebních a výživových plánů ve spolupráci s nutriční terapeutkou.

InBody je také užitečný při hubnutí, kdy kontroluje úbytek tuku namísto svalové hmoty a předchází jo-jo efektu. Díky němu lze nastavit efektivní a bezpečný rehabilitační program na míru. Analýza těla pomocí přístroje InBody je doporučenou součástí léčebných pobytů. Využít ji můžete například v Termálních lázních Velké Losiny a v Luhačovicích. Můžete se tak více věnovat v průběhu pobytu svému zdraví.



VILA HELENA V NOVÉM KABÁTĚ: KOMPLETNĚ NOVÉ INTERIÉRY

Hotelový komplex MIRAMARE I a MIRAMARE II vstoupil do roku 2025 s významnou novinkou. Od února jsou hostům k dispozici zrekonstruované prostory přidružené Vily Helena, která prošla kompletní proměnou. Tato investice v hodnotě desítek milionů korun přinesla výrazné zvýšení komfortu a estetické úrovně celého objektu.

Modernizace se dotkla všech 25 pokojů, které nyní nabízí nejen nové interiéry, ale i pocit skutečného pohodlí. Elegantní nábytek, kvalitní textilie, decentní dekorace i nové koberce vytvářejí harmonické prostředí ideální pro odpočinek. Každý pokoj má také zcela novou koupelnu s moderními obklady a prvotřídním sanitárním vybavením, které splňuje vysoké nároky na pohodlí a funkčnost.

Hosté si od února užívají nejen nový design, ale i vylepšené služby v rámci hotelového komplexu MIRAMARE. Vila Helena tak skvěle doplňuje nabídku ubytování v Luhačovicích a stává se atraktivní volbou pro všechny, kteří hledají klid, styl a moderní pohodlí v lázeňském prostředí.



SLAVÍME 30 LET



ROZHOVOR S MARTINEM PLACHÝM, GENERÁLNÍM ŘEDITelem A SPOLUMAJITELEM SKUPINY ROYAL SPA



Co vás přivedlo právě k lázeňství?

Na začátku 90. let jsme s rodinou hledali příležitost, jak začít podnikat. V roce 1991 jsme si pronajali hotel v Luhačovicích – a právě tím jsme vstoupili do světa lázeňství. Nebyl v tom původní záměr budovat lázeňskou síť, ale postupně jsme objevili kouzlo tohoto oboru a jeho potenciál. Z příležitosti se stala životní cesta.

ROYAL SPA dnes zahrnuje čtyři destinace. Co bylo při rozšiřování nejtěžší – a co naopak nejradostnější?

Největší radost přináší to nadšení z něčeho nového – noví lidé, nové prostředí, nový začátek. Nejtěžší bývá počáteční integrace – nastavení procesů, administrativa, zajištění všech povolení. Každý rozjezd vyžaduje velké úsilí, ale právě to dává každému projektu jeho sílu.

Lázeňství se za 30 let výrazně proměnilo. Co zůstává podle vás stále stejně důležité?

Přírodní léčivé zdroje – ty zůstávají základem lázeňství. A také lidé. Ti, kteří naši práci tvoří a každý den zajišťují péči o klienty. Bez nich by žádná změna ani pokrok nebyly možné.

Co pro vás osobně toto výročí znamená?

Každé výročí je důvodem k oslavě. Je to milník, který vybízí k bilancování, ale zároveň k tomu, abychom se podívali dopředu – co bude za dalších 30 let? Kam se můžeme posunout? Co zlepšit? Důležitá je pro mě budoucnost a to, co lidem ještě můžeme nabídnout.

Máte nějaký osobní oblíbený pobyt nebo místo, kam se rád vracíte?

V lázních jsem často, ale protože mám na prvním místě práci, dostanu se k využití lázní většinou, až když mě opravdu něco bolí. Na mě určitě platí rčení: „Kovářova kobyla chodí bosa.“ Až mi jednou budou měnit kloub, určitě absolvuji rehabilitaci v našich lázních.

Jaké byly největší výzvy, kterým jste během 30 let čelili?

Kdyby tady byl můj táta, určitě by řekl, že začátky. Prvních pět let bylo opravdu nejtěžších. Z mé zkušenosti s tím souhlasím. Kromě toho byl velkou výzvou covid a také energetická krize, kdy ceny elektřiny a plynu stouply desetinásobně. To bylo velmi náročné období plné obav.

Táta mi vždy říkal: „Když něco děláš, dělej to pořádně.“

Jaký je váš největší úspěch v historii lázní ROYAL SPA?

Získali jsme řadu ocenění, ale za největší úspěch považuji to, že jsme stále tady, daří se nám, máme plány a dál se rozvíjíme.

Jaké inovace plánujete zavést v nadcházejících letech?

Inovace se musí týkat všech oblastí – máme investiční strategii i jasnou představu cílového stavu. Budeme inovovat ve zdravotnictví, technologiích, úsporách energií, udržitelnosti, vybavení i stravování. O některých změnách už víme, jiné přinese vývoj a situace kolem nás.

VZPOMÍNKA NA TATÍNKA A CESTA DÁL

**Veronika Crha Záhorská, ředitelka
Lázeňské hotely MIRAMARE Luhačovice
SIRNATÉ LÁZNĚ Ostrožská Nová Ves
Spolumajitelka skupiny ROYAL SPA**



Naše společnost roste, rozvíjí se a překračuje hranice. Je to nejen díky pevným základům, které položil náš tatínek, ale i díky tomu, že v jeho šlépějích dnes pokračuje silná osobnost – můj bratr Martin. Ne nadarmo je lídrem ROYAL SPA. Právě jeho zásluhou dnes expandujeme do Rakouska a posouváme hranice našeho podnikání dál.

Když náš tatínek začínal podnikat, bylo to náročné. Neměl žádné zkušenosti s podnikáním, ale měl vizi, odvahu a vytrvalost. Vzpomínám si, jak jsme si tehdy přivydělávali. Celá rodina i naši blízcí po večerech loupali česnek, který se vyvážel do Švýcarska. Byl to začátek, který spojoval nejen práci, ale i sounáležitost a společné úsilí.

Dnes je podnikání jiné. Snad ještě složitější – s covidem, válkou, tlakem trhu i nedostatkem kvalitních lidí. O to více si uvědomuji, jak velké máme štěstí, že nás obklopují skvělí kolegové. Lidé, kteří s námi drží směr a věří v to, co děláme.

A proč jsem už 30 let v ROYAL SPA? Nejen proto, že pracuji v rodinné firmě u jejíhož zrodu jsem stála, ale hlavně proto, že ROYAL SPA je prostě srdcovka. Velká rodina úžasných lidí.

Jsem hrdá na to, co jsme společně vybudovali. Ale s tím vším jde ruku v ruce i pokora a vděčnost. A právě z té vděčnosti vzešla i naše snaha pomáhat druhým. Když se nám daří, měli bychom část toho vrátet zpátky – tam, kde je to nejvíce potřeba.

Jaké hodnoty považujete za klíčové pro úspěch lázní?

Táta mi vždy říkal: „Když něco děláš, dělej to pořádně.“ Důležitý je balanc mezi prací a osobním životem, dát do toho maximum a umět to předat dál. A samozřejmě schopnost přizpůsobovat se změnám.

Jak se lázně ROYAL SPA přizpůsobily měnícím se trendům v oblasti wellness?

Trendy se mění, ale jedno zůstává: každý chce žít dlouho a zdravě. Ne každý pro to ale něco dělá. Snažíme se proto přenášet poznatky z medicíny a wellbeingu na naše klienty a podporovat je na jejich cestě ke zdraví.

Jak podporujete místní komunitu a co děláte pro životní prostředí?

Společenská odpovědnost je pro nás důležitá. Prostřednictvím nadační organizace Korunka pomáháme slabším, podporujeme zdravotnické projekty i osoby po živelních pohromách. Pečujeme o parky, okolí našich lázní, zvelebujeme veřejný prostor a zpřístupňujeme ho všem.

Jaké zpětné vazby od zákazníků vás nejvíce ovlivnily?

Nejvíce si pamatujeme ty pozitivní. Příběhy lidí, kteří u nás byli třicetkrát, rodiny, které k nám jezdí po generaci, zážitky plné radosti. Láska k lázním se často dědí – a to je pro mě největší zpětná vazba.

Jak plánujete udržet a zlepšit kvalitu služeb v budoucnu?

Základem je kvalitní tým lidí. Ti předávají kvalitu našim klientům. Klíčem je průběžný trénink, vzdělávání a systematická práce na zlepšování.

Za ta léta jste jistě vyzkoušeli řadu procedur. Je nějaká, ke které se sám nejraději vracíte – a kterou byste bez váhání doporučil každému?

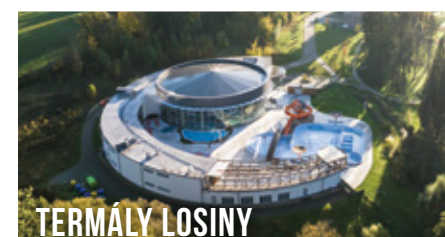
S přibývajícím věkem si čím dál víc cením práce fyzioterapeutů. Každý jejich zásah mi pomohl zbavit se nějakého konkrétního problému – a to vždy velmi účinně.

Co byste chtěli, aby si lidé pamatovali o lázních ROYAL SPA po 30 letech?

Chtěl bych, aby si lidé ROYAL SPA spojovali s místem, kde se cítí dobře, kde o ně bylo vždycky postaráno s péčí a kde našli rovnováhu. A pokud bych měl tu myšlenku vyjádřit jednou větou – aby se ROYAL SPA stalo jejich jediným zdravým návykem.

Děkujeme všem, kteří jsou součástí našeho příběhu – hostům, zaměstnancům, partnerům i místním komunitám. Lázeňství se neustále vyvíjí a my chceme dál růst, zlepšovat služby a přinášet moderní přístupy k léčbě i relaxaci. Věříme, že ROYAL SPA zůstane místem, kam se lidé budou rádi vracet.

Děkujeme za 30 let důvěry
a těšíme se na další
společná léta!





SRDCE NAŠICH LÁZNÍ BIJE UŽ 30 LET

Letošní rok je pro ROYAL SPA opravdu výjimečný. Slavíme 30 let od chvíle, kdy se v Luhačovicích otevřely dveře prvního lázeňského domu MIRAMARE a odstartovala tak cesta naší skupiny. Tři desetiletí péče o zdraví našich klientů, tři desetiletí neustálého rozvoje, inovací, malých i velkých každodenních kroků, které vedly tam, kde dnes jsme.

Za tím vším ale nestojí jen krásné budovy, nové technologie či úspěšné projekty. Stojí za tím lidé. Naši zaměstnanci. Jsou to oni, kdo ROYAL SPA dávají tvář, duši a srdce. Právě oni vytvářejí atmosféru, ke které se klienti vracejí rok, co rok. Mnozí z nich pracují v lázních téměř celý svůj profesní život – 20 let a více u jednoho zaměstnavatele dnes rozhodně není běžné, a právě to je naší výjimečností. Za svou praxi jsem se s takovou oddaností a loajalitou zaměstnanců ještě nesetkala. To, že tolik z nich s námi zůstává po dlouhá léta, svědčí nejen o jejich vztahu k práci, ale také o důvěře a stabilitě, kterou jim naše společnost poskytuje. Vedení ROYAL SPA si vždy zakládalo na férovém přístupu, péči o zaměstnance a jejich profesním rozvoji. A i díky tomu se k nám mnoho lidí nejen vrací, ale často i zůstává – ať už jako klienti nebo jako součást našeho týmu.

V době, kdy se čím dál častěji setkáváme s nahrazováním lidské práce roboty a technologiemi, si uvědomujeme o to víc, jak nenahraditelný je lidský dotek, úsměv a porozumění. Klienti nám často říkají, že právě kvůli milému a stálému personálu se k nám vrací. Že když opět přijedou, cítí se jako doma. Potkávají známé tváře, zdraví se se zaměstnanci jako se starými přáteli. A někdy se z klientů a kolegů opravdu stanou i přátelé.

Dovolte mi proto jménem celé společnosti upřímně poděkovat každému jednotlivému zaměstnanci. Děkujeme za vaši profesionalitu, empatii, trpělivost, plní a srdce, které vkládáte do každého dne. Bez vás by ROYAL SPA nebylo tím, čím dnes je – místem, kam se lidé rádi vracejí, protože vědí, že je tady někdo, kdo o ně opravdu pečuje.

Pokud byste i vy chtěli rozšířit řady našich spokojených zaměstnanců a stát se součástí naší velké rodiny, vězte, že u nás nabízíme nejen smysluplnou práci, ale také atraktivní benefity a věrnostní program. Sledujte naši kariérní stránku na webu nebo se nám rovnou ozvěte na e-mail: hr@royalspa.cz

Tešíme se na další společné roky a na vše, co ještě společně dokážeme.

Markéta Raková, HR Manager, ROYAL SPA

JAK TO VŠECHNO ZAČALO?

Psal se rok 1993 a začínající luhačovický hoteliér pan Antonín Plachý potřeboval peníze na rekonstrukci prvního vlastního lázeňského domu. Doma vzal pětilitrový demižon slivovice a vyrazil do hlavního města vyjednat úvěr.

V bance se mu ale vysmáli. Ne že by mu nechtěli půjčit, vtipný jim přišel jeho požadavek. V divoké porevoluční době, kdy každý žádal na rozjezd byznysu stamiliony nebo rovnou miliardy a banky prakticky nezajímalo, komu půjčují, chtěl Antonín Plachý do začátku pouhé dva miliony.

Stačilo ale dalších pár let a z vystudovaného veterináře se stal úspěšný a tvrdý byznysmen, který byl jedním z hlavních představitelů českého lázeňství.

V roce 1995 pan Antonín Plachý společně s JUDr. Zdeňkem Zemkem, který byl také z Vlčnova, založili firmu Léčebné lázně Luhačovice – Sanatorium MIRAMARE, která postupně v Luhačovicích vybudovala lázeňský komplex MIRAMARE, ANTOANETA a VILA VALAŠKA s více než 300 lůžky. V následujících letech přikoupili další lázeňské domy a postupně tak vyrostlo lázeňské uskupení s více než tisícovkou lůžek. Pan Antonín Plachý se zasloužil o záchranu lázní v Ostrožské Nové Vsi a Velkých Losínách. Kvůli vážné nemoci přenechal v roce 2015 řízení firmy svým dětem Martinovi a Veronice.

JAK ŠEL ČAS – Historie významných událostí

- | | |
|-----------|---|
| 1991–1995 | > Pronájem hotelu Zálesí Luhačovice |
| 1995 | > Přestavba pensionu MIRAMARE na lázeňské sanatorium |
| 1996 | > Koupě a rekonstrukce Lázeňského hotelu ROYAL |
| | > Koupě lázeňského domu Pernštýn a Nasta v Luhačovicích |
| 1999–2004 | > Postupné rozšíření hotelů MIRAMARE Luhačovice o hotel MIRAMARE II a blok HELENA |
| 2001 | > Koupě lázeňského domu Rita v Luhačovicích |
| 2002 | > Otevření SIRNATÝCH LÁZNÍ Ostrožská Nová Ves |
| 2006 | > Otevření lázeňského hotelu VILA ANTOANETA |
| | > Zařízení Wellness hotelu DIANA ve Velkých Losínách do skupiny ROYAL SPA |
| 2007 | > Rozšíření hotelu ROYAL v Mariánských Lázních |
| 2008 | > Převzetí TERMÁLNÍCH LÁZNÍ Velké Losiny |
| 2009 | > Otevření VILY VALAŠKA Luhačovice |
| 2010 | > Slavnostní otevření Lázeňského hotelu ELIŠKA ve Velkých Losínách |
| 2012 | > Dokončení rekonstrukce SANATORIA ŠÁRKA ve Velkých Losínách |
| 2013 | > Zahájení výstavby unikátního Termálního parku ve Velkých Losínách |
| 2015 | > Otevření nově zrekonstruovaného hotelu ELIŠKA II ve Velkých Losínách |
| | > Slavnostní otevření nově vybudovaného Termálního parku TERMÁLY LOSINY |
| 2016–2020 | > Rekonstrukce lázeňských domů ve všech destinacích |
| 2020 | > Revitalizace parku SIRNATÉ LÁZNĚ Ostrožská Nová Ves |
| 2023 | > Lázeňský a wellness hotel NIVAMARE se stal součástí skupiny ROYAL SPA |
| 2024 | > Revitalizace parku TERMÁLNÍ LÁZNĚ Velké Losiny |
| 2025 | > Rekonstrukce termálního bazénu v lázeňském hotelu ELIŠKA |

HOTELY MIRAMARE LUHAČOVICE

Kateřina KAIRA Hrachovcová

Každá návštěva je pro mě kouzelným zastavením v čase. Miluju rodinnou atmosféru, laskavý přístup a důraz na detail, který dělá každý pobyt výjimečným.



HOTEL ROYAL MARIÁNSKÉ LÁZNĚ

Mgr. Josef Šťastný s rodiči, Praha

Do hotelu ROYAL jezdíme od roku 2003. Považujeme ho za náš druhý domov. Oceňujeme profesionalitu personálu, ať už zdravotnického, restauračního, hotelového či úklidového.



TERMÁLNÍ LÁZNĚ VELKÉ LOSINY

Hanka Křížková

Velké Losiny jsou pro mě srdeční záležitostí – miluji jejich kouzelnou atmosféru, rozkvetlý park plný rododendronů i léčivé termální lázně. Pravidelně se ubytuji v domě Eliška se sírným bazénem a piji pramen Karel, který pomáhá mému zdraví.



SIRNATÉ LÁZNĚ OSTROŽSKÁ NOVÁ VES

Tomáš Hrdinka a Svatava Čáslavová

Do SIRNATÝCH LÁZNÍ v Ostrožské Nové Vsi se vracíme pravidelně, protože tu nacházíme vše, co člověk potřebuje k regeneraci – odbornou péči, bezbariérové prostředí, výborné jídlo a přátelský personál.



UŽ VÍCE NEŽ ČTVRT STOLETÍ S NÁMI...

ROYAL SPA tvoří především lidé – a mezi nimi i ti, kteří jsou s námi neuvěřitelných 25 let a více. Každý z nich má svůj příběh, vzpomínky i zkušenosti, které formovaly nejen jejich profesní život, ale i samotnou podobu našich lázní.

Zeptali jsme se některých dlouholetých zaměstnanců na pár otázek, abychom společně nahlédli do historie i každodenního života očima těch, kteří byli u toho téměř od začátku.

OTÁZKY:

1. Co vás motivovalo zůstat v ROYAL SPA tak dlouho a co vás na vaší práci stále baví?
2. Jak podle vás ROYAL SPA za ta léta vyrostlo nebo se proměnilo – a co podle vás zůstalo stejné?
3. Jaká tři slova by podle vás nejlépe vystihla ROYAL SPA?
4. Máte nějaký rituál, drobnost nebo zvyklost, která vás při práci provází už roky?



Veronika Crha Záhorská

Ředitelka Lázeňské hotely MIRAMARE Luhačovice, 30 let v ROYAL SPA

1. V naší rodinné firmě jsem od úplného začátku. Už během školy jsem chodila na praxi do hotelu Zálesí, kde jsme začínali na praxi. V létě jsem tam brigádnicila – začínala jsem v kuchyni jako pomocná síla a umývala nádobí. Postupně jsem si prošla všemi provozy a vyzkoušela si je sama na vlastní kůži. Dnes jsem za to nesmírně vděčná – byla to cenná životní zkušenost. Naši práci vnímám svým způsobem jako poslání. Pomáháme lidem vracet se do běžného života po operacích či úrazech, ale i načerpat síly a klid v uspěchané době. A to je krásná práce.
2. Naše společnost se samozřejmě vyvíjí. Zavádíme nové technologie, modernizujeme provozy, ale to nejdůležitější zůstává – osobní přístup, empatie a láska k oboru. To se za těch třicet let nezměnilo.
3. Rodina, zdraví, pohoda.
4. Žádný speciální rituál nemám, ale vím, jak moc důležitý je v našem oboru – a obecně ve službách – úsměv a hezké pozdravení.

Vladimíra Lébllová

Servírka (dříve F&B), Mariánské Lázně, 30 let v ROYAL SPA

1. Baví mě práce s lidmi, těší mě rodinný kolektiv a přátelské prostředí. Mám radost, když se klienti vrací stále zpět a pak se loučí s tím, že už se těší, až přijedou příště. Člověk cítí, že je součástí rodiny ROYAL SPA.
2. Změnila se nabídka služeb, která se hodně rozrostla. Stejná zůstala rodinná atmosféra, bez které bych si nedovedla představit zde zůstat tak dlouho a ruku v ruce jde i příjemné prostředí hotelu ROYAL.

3. Rodinné prostředí z pohledu zaměstnanců i klientů, zdraví a přátelská atmosféra.
4. Máme tu krásnou zahradu, takovou malou oázu klidu, kam ráda chodím ve volném čase.

MUDr. Milena Dědičová

Lékařka, Velké Losiny, 17 let v ROYAL SPA

1. Lékař léčí, příroda uzdravuje. Krása jesenické přírody, zázračná voda, pestrost medicínské práce, a to jak věkem klientů, tak jejich diagnózami.
2. Léčebné domy zkrásněly, zmodernizovalo se ubytování, vyrostl Termální park. Neubýlo nemocných lidí, jen je kladen větší požadavek na rychlejší uzdravení a zvyšují se nároky klientů na všechny služby.
3. Výhled do budoucna.
4. Zhluboka se nadechnout, usmát se a otevřít dveře prvnímu klientovi.

Svatava Divišová

Fyzioterapeut, Velké Losiny, 17 let v ROYAL SPA

1. Práce terapeuta je pro mne srdeční záležitostí. Rozhodla jsem se pro ni v mládí a šla jsem za svými ideály. Když někoho něco baví, a to něco dělá rád, tak důchod pro něj není stopka.
2. Změny v lázních jsou velké a ne vždy se mi všechny líbily, holt zvyk je železná košile. Nejvíce se mi líbí proměna ubytovacího zařízení. V posledních letech je k nepoznání provoz restaurace a stravování. Jen bych více pozornosti věnovala samotné rehabilitaci.
3. Vše pro dobrý pocit a pohodu klienta, týmovost a profesionalita.
4. Můj rituál spočívá v tom, že při vstupu do lázní

starosti zůstávají za dveřmi a s úsměvem vždy přistupuji ke klientovi.

Pavel Klišík

Vedoucí fyzioterapeut, Ostrožská Nová Ves, 23 let v ROYAL SPA

1. Nejvíce mě motivují moji klienti a jejich spokojenost s našimi službami. Tím, že se často vrací, tak mám i zpětnou vazbu, jak léčba funguje, co je třeba změnit atd.
2. Samozřejmě se ROYAL SPA vyvíjí, jinak by to byla zkosnatělá struktura. Pozitivní je plánovaný rozvoj SIRNATÝCH LÁZNÍ, že se stále posouváme dopředu a udržujeme si vysoký léčebný standard.
3. Kvalitní práce. Dobré jídlo. Odpočinek.
4. Ne, žádný rituál nemám, snad každé ráno si uvařím čaj v rámci pitného režimu, který se snažím dodržovat.

Jolana Černá

Sales Manager, Luhačovice, 26 let v ROYAL SPA

1. Kolektiv, každodenní kontakt s lidmi a férová domluva s vedením. Víím, že to není všude běžné. Různorodost a to, že nikdy nevíte, co nového Vás potká a překvapí. Ale je to práce ve zdravotnictví, která má smysl.
2. ROYAL SPA to je pro mne MIRAMARE v Luhačovicích, jelikož přímo zde pracuji a bylo také první ve skupině ROYAL SPA. I zde jsme se v rámci celé skupiny postupně rozrostli o nové budovy a hotely. Stejný zůstal osobní přístup k hostům, profesionalita našich zaměstnanců a rodinná atmosféra uvnitř firmy.
3. Důvěra, tradice, lidský přístup.
4. Pokud se nepočítá ranní káva, tak ne.

MODERNÍ TECHNOLOGIE V ROYAL SPA

REVOLUČNÍ
PŘÍSTUP
K REHABILITAČNÍM
PROGRAMŮM
PROSTŘEDNICTVÍM
VIRTUÁLNÍ
REALITY



VR MEDICAL: REVOLUCE V REHABILITACI V ROYAL SPA

V ROYAL SPA se neustále snažíme posouvat hranice tradičního wellness a rehabilitace. S hrdostí představujeme naši spolupráci s plzeňskou společností VR Medical, která přináší revoluční přístup k rehabilitačním programům prostřednictvím virtuální reality. Tato inovativní technologie pomáhá pacientům překonávat překážky a zlepšovat jejich fyzickou kondici.

Virtuální realita zažívá v posledních letech dynamický rozvoj, a to nejen na poli rehabilitace. Odborníci z Institutu lázeňství a balneologie a fakulty biomedicínského inženýrství ČVUT, ve spolupráci s technologickými startupy, přispívají k jejímu využití v lázeňství. V roce 2024 se ROYAL SPA stalo největším tuzemským poskytovatelem lázeňské léčebně rehabilitační péče, která využívá terapii ve virtuální realitě, a tuto technologii rozšířilo do celé své sítě lázeňských hotelů a resortů.

Sledování pohybu horních a dolních končetin dává příležitost využití technologie pro diagnostické účely a objektivní hodnocení účinnosti terapie. V ROYAL SPA se zaměřujeme nejen na klinické výsledky, ale i na zkušenosti z implementace virtuální reality v různých zařízeních. Naše spolupráce s dodavatelem systému VR Medical s.r.o. nám umožňuje optimalizovat využití této technologie v rámci léčebných plánů.

JAK TO FUNGUJE?

Naše rehabilitační programy využívají speciální brýle a interaktivní scénáře, které pacienty vtahují do realisticky vyobrazeného virtuálního prostředí. Tímto způsobem se cvičení stává zábavnou a motivující činností. Pacienti se mohou těšit na rozmanité úkoly a aktivity, které je vedou k dosažení jejich rehabilitačních cílů.

Reálné přínosy virtuální reality vyhodnocené z pohledu pacientů potvrzují, že největší přínos spočívá ve zkvalitnění a zatraktivnění péče. Nestandardní léčebné postupy umožňují variabilitu virtuálního prostředí, což obohacuje zážitek pacientů. Díky propojení s aplikacemi, které využívají zvuk i obraz, je terapie účinnější a zábavnější. Hravý přístup motivuje pacienty, aby se do cvičení zapojovali víc a častěji, což zlepšuje výsledky rehabilitace.

Základním úspěchem implementace moderních technologií do praxe je jejich personalizace pro individuální potřeby pacientů se specifickými obtížemi. Neustálý technologický rozvoj přizpůsobujeme potřebám různých indikací, a proto v rámci našich programů představíme i další možnosti využití virtuální reality, na kterých spolupracujeme.

VR Medical představuje revoluční krok v oblasti rehabilitace, který nabízáme v našich lázních ROYAL SPA. S naší pomocí mohou pacienti objevovat nové možnosti a techniky, které významně zlepšují jejich kvalitu života.

Pokud máte zájem o inovativní přístup k rehabilitaci, neváhejte a navštivte naše lázně, kde si můžete vyzkoušet terapii ve virtuální realitě od VR Medical. Zjistíte více o našich pobytech a začnete svou cestu ke zdraví a pohodě s námi!

„Využití moderních technologií je zásadní pro zvýšení kvality našich služeb, a proto inovujeme naše léčebné postupy pomocí přístrojové techniky, abychom našim klientům dopřáli co nejlepší možnou péči, jakou současná rehabilitace nabízí,“ uvedl Ing. Mgr. Aleš Příhoda, zdravotní ředitel ROYAL SPA.



LASER S ROBOTICKÝM APLIKÁTOREM A VYSOKÝM VÝKONEM

Jedná se o moderní terapeutický přístroj, který využívá silný laserový paprsek pro léčbu bolesti, zánětů a podporu hojení. Ošetření probíhá pomocí robotického ramene, které samo řídí pohyb laserové hlavičky přes postiženou oblast. Tím je zajištěna přesná a rovnoměrná aplikace bez nutnosti ruční obsluhy.

Laser aplikujeme na jizvy pro rychlejší hojení ran a prevenci vzniku komplikací po operacích. Účinně pomáhá i při léčbě zánětů a bolestí různého původu, které postihují pohybový aparát.

Díky robotické hlavičce jsme schopni ošetřit větší plochu postiženého místa, a tak docílit lepšího účinku v cílové tkáni. Výkon robotického laseru je mnohokrát vyšší než u dříve používaného přístroje.

Hloubku průniku ovlivňuje frekvence elektromagnetického vlnění. Starší model dosahoval hloubky průniku přibližně 1 cm, zatímco současný přístroj až 13 cm do těla, což výrazně zvyšuje terapeutický efekt.

- Laser je vhodný i pro klienty s kardiostimulátorem.
- Kontraindikace: oblast očí a štítné žlázy, onkologická onemocnění, gravidita.

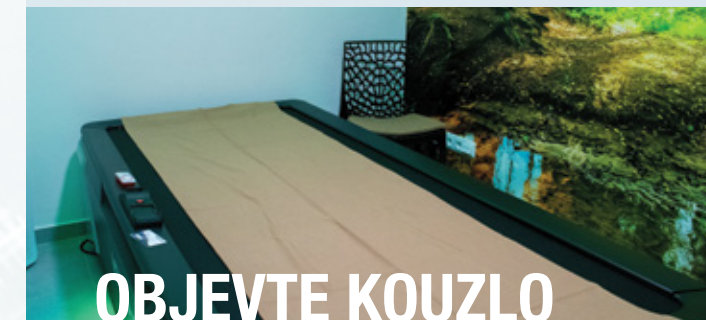


MAGNETOTERAPIE

Magnetoterapie je léčebná metoda, která využívá působení pulzního magnetického pole na organismus. Tato fyzikální léčebná metoda zahrnuje širokou škálu léčebných účinků jako je zmírnění bolesti, stabilizuje hodnotu krevního tlaku, léčí edémy, záněty, kožní choroby, osifikaci kostí, podporuje látkovou výměnu a hojení všech druhů měkkých tkání, protože urychluje regeneraci poškozených buněk.

V rámci našich zařízení ROYAL SPA jsme začali využívat nejnovější přístroje robotizované magnetoterapie, které díky pohyblivému aplikátoru ošetřují tzv. od hlavy až k patě. To přináší velký potenciál v léčbě osteoporózy a polyneuropatie, protože využití léčebného efektu nemusí být cíleno jen lokálně, ale může být plošné na celý skelet či kompletně celé segmenty těla. Pro léčbu těchto onemocnění byl sestaven našimi odborníky speciální léčebný program zahrnující robotizovanou magnetoterapii v kombinaci s vysokovýkonnou laseroterapií.

Kontraindikace: onkologická onemocnění, kardiostimulátor, gravidita.



OBJEVTE KOUZLO HYDROJETU

V lázeňských hotelech ROYAL SPA máme pro vás jedinečný zážitek – hydrojet, moderní vodní masáž, která spojuje blahodárné účinky teplé vody s inovativní technologií. Stačí pár minut a budete se cítit jako znovuzrození.

CO JE HYDROJET A PROČ HO VYZKOUŠET?

Hydrojet je suché hydromasážní lůžko, které působí na celé tělo pomocí vodních trysek, které vyvíjí tlak přes nepropustnou membránu. Ležte pohodlně oblečení na lůžku a nechte se hýčkat – bez nutnosti svléknout se nebo se sprchovat. Je to ideální volba pro každého, kdo hledá regeneraci bez námahy.

PŘÍNOSY HYDROJETU:

- Uvolňuje svalové napětí a pomáhá při bolestech zad
- Zlepšuje prokrvení a podporuje rychlejší regeneraci
- Redukuje stres, napětí i únavu
- Je vhodný pro všechny věkové kategorie a nenáročný na čas

Vyzkoušejte moderní relaxaci, která se snadno stane vaší oblíbenou součástí lázeňského programu.

Inzerce

ZiTA SINCE 1992
interier
design

**NABÍDKA NAŠÍ FIRMY PRO
KOMPLEXNÍ ŘEŠENÍ INTERIERU HOTELŮ,
PODLAHAMI, KOBERCI, TAPETAMI, DEKORAČNÍMI
A POTAHOVÝMI TEXTILIEMI.**



**HLAVNÍ DODAVATEL
PRO LÁZEŇSKÉ HOTELY ROYAL SPA**

ADRESA: ZITA studio s.r.o., Stará Kysibelská 43, 360 09 Karlovy Vary
Tel. +420 353 220 359 | GSM: +420 723 940 845 | e-mail: info@zitastudio.cz

www.zitastudio.cz

10
2015 • 2025

TERMÁLY
LOSINY

TERMÁLY LOSINY

SLAVÍ 10 LET – DĚKUJEME, ŽE JSTE U TOHO S NÁMI

Letos slavíme deset let od otevření termálního parku TERMÁLY LOSINY, jedinečného místa pro odpočinek, regeneraci a společné zážitky. Za uplynulou dekádu jsme ušli velký kus cesty - navštívilo nás více než 2 miliony hostů z celé České republiky i blízkého zahraničí. Každý z těchto pobytů v sobě nesl chvíli klidu, radosti a návratu k sobě samému. A právě díky vám se TERMÁLY LOSINY staly místem, kam se lidé rádi vrací.

Naše desetiletá cesta ale nebyla jen o slunečných dnech. Společně jsme zvládli náročné období pandemie covidu-19, kdy jsme museli dočasně uzavřít brány areálu a přizpůsobit se zcela novým podmínkám. Přesto jsme cítili vaši podporu a trpělivost, za kterou jsme nesmírně vděční.

V roce 2024 nás zasáhly zářivé bleskové povodně, které postihly řadu okolních obcí. Ani tehdy jsme nezůstali stranou – zapojili jsme se do pomoci prostřednictvím iniciativy „Srdcem pro postižené regiony“, kdy jsme v průběhu celého října darovali část každého zakoupeného vstupného k nám do termálního parku na podporu zasaženým oblastem. Dnes s pokorou i hrdostí děkujeme všem návštěvníkům, zaměstnancům i partnerům za přízeň a důvěru, kterou nám po celých deset let projevujete.

KALENÁŘ AKCÍ PRO ROK 2025

ÚTERÝ / SAUNOVAČKA ZA KAČKU

Vstupy do saun za 1 Kč

STŘEDA / SENIORSKÝ DÝCHÁNEK

15% sleva na vstupné pro seniory 62+
Cvičení v bazénu od 11:00 do 16:00

ČTVRTEK / WELLNESS ČTVRTEK

50% sleva na vstup do saunového světa
Zvýhodněná cena masážního křesla

PÁTEK / LÁZEŇSKÝ PÁTEK

Výhodná cena vstupného pro ubytované
v Termálních lázních Velké Losiny
Cvičení v bazénu od 11:00 do 16:00

SOBOTA / RODINNÁ SOBOTA

Přednostní vstup pro rodiny s dětmi již od 9:30
Snížená teplota saun od 10:00 do 16:00
50% sleva na vstup do saun pro děti do 15ti let

NEDĚLE / ZVÝHODNĚNÁ NEDĚLE

15:00 - 20:00 platí 30% sleva na 4 hod. vstupné

UPOZORNĚNÍ: Program kalendáře akcí platí nepřetržitě mimo svátky, prodloužené víkendy a prázdniny. Změna v programu je vyhrazena.

ROZHOVOR S DAVIDEM KŘEPSKÝM, PROVOZNÍ ŘEDITEL, TERMÁLNÍ LÁZNĚ VELKÉ LOSINY



TERMÁLY LOSINY slaví 10 let od otevření. Jak byste tuto dekádu shrnul z pohledu rozvoje a změn v parku?

Za deset let jsme se z ambiciózního projektu proměnili v jedno z nejvyhledávanějších míst pro relaxaci v České republice. Rozšířili jsme bazény, zlepšili komfort, ekologii provozu a investovali také do digitalizace služeb. Dnes jsme pevnou součástí nejvyhledávanějších cílů tuzemské turistiky a nabízíme koupání v termální vodě v krásném prostředí Jeseníků pro všechny věkové kategorie.

Za tu dobu vás navštívilo přes 2 miliony hostů. Co považujete za klíč k tomu, že se k vám návštěvníci rádi vrací?

Klíčová je kvalita služeb, přírodní termální voda a krásné prostředí. Dbáme na čistotu, bezpečí a snažíme se neustále přinášet novinky, které motivují naše hosty k opakované návštěvě.

Jak se proměnila očekávání a potřeby hostů za posledních 10 let a jak na tyto změny reagujete?

Hosté chtějí smysluplné zážitky a zdravý životní styl. Reagujeme nabídkou personalizovaných služeb, wellness i zábavních programů a důrazem na prevenci zdraví.

TERMÁLY LOSINY jsou často vnímány jako inovativní destinace. Jaké technologické nebo provozní novinky jste v posledních letech zavedli?

Každý rok jsme se snažili o nějakou inovaci a zlepšení služeb pro naše hosty. Např. letos jsme instalovali nový pokladní systém, který zjednodušil odbavování a navíc nám umožnil přípravu na možnost prodeje online vstupenek. Oblíbenou novinkou je např. taková drobnost jako odstředivka na plavky umístěná v šatnách.

Zákaznická zkušenost je dnes zásadní. Jak sbíráte zpětnou vazbu a jak s ní dále pracujete?

Sbíráme ji z více zdrojů – online, sociální sítě i přímý kontakt. Pravidelně ji vyhodnocujeme a promítáme do provozu, školení i investic. Pozitivní ohlasy nás těší, ale nejvíce nás pousouvá konstruktivní kritika.

V roce 2024 jste čelili povodním. Jak obtížné bylo udržet provoz a zároveň pomoci okolním regionům?

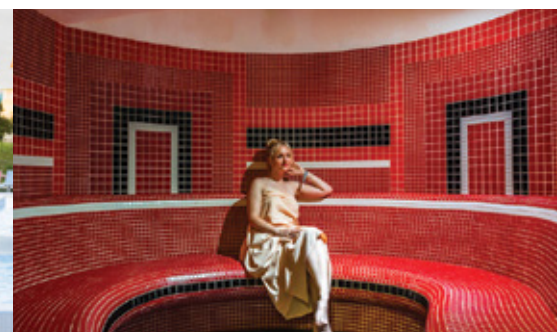
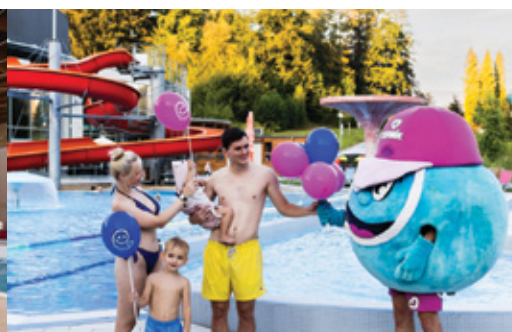
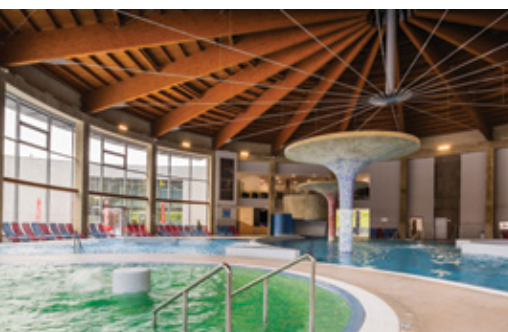
Ačkoliv jsme nebyli zasaženi, vytvořili jsme kampaň „Srdcem pro postižené regiony“ a z každého prodaného vstupu darovali 10 Kč. Vybrali jsme celkem téměř 450 000 Kč na pomoc lidem v zasažených oblastech. Solidární přístup byl pro nás zásadní.

Jaké výzvy aktuálně nejvíce ovlivňují provoz termálního parku – například personál nebo sezónnost?

Neustále školíme naše zaměstnance, aby byli plně seznámeni se systémy, ve kterých pracují, a mohli poskytovat co nejlepší služby hostům. Zaměřujeme se na efektivní plánování provozu podle sezón. Nabízíme různé délky a typy vstupů podle vytiženosti areálu a také akční programy mimo hlavní sezónu pro návštěvníky všech věkových kategorií.

Plánujete do budoucna nové služby, rozšíření nebo větší investice, které posunou TERMÁLY LOSINY ještě dál?

Ano, dlouhodobě pracujeme s jasnou vizí rozvoje. Chceme rozšířit nabídku venkovních termálních bazénů využitím pramene Karel, který má nižší teplotu než současný hlavní zdroj Žerotín. Věnujeme také čas studii nového hotelu, který by navazoval přímo na termální park a jeho služby. Cílem je rozvíjet přírodní zdroje udržitelně a nabídnout nové zážitky i co nejvyšší komfort pro naše návštěvníky.





VELKÉ LOSINY

MÍSTO, KDE SE TRADICE POTKÁVÁ S PÉČÍ O ZDRAVÍ A POHODOU

Velké Losiny se řadí mezi nejvýznamnější a historicky nejstarší lázeňské lokality na Moravě, jejichž kořeny sahají hluboko do minulosti. První písemné zmínky o zdejších pramenech se datují až do roku 1296. Na území lázní vyvěrá pět přírodních minerálních pramenů, které po staletí přispívají k léčbě a regeneraci těla i ducha. Dnešní TERMÁLNÍ LÁZNĚ VELKÉ LOSINY jsou oblíbeným cílem

návštěvníků nejen kvůli blahodárným účinkům sírné termální vody, ale i díky své atraktivní poloze v podhůří Jeseníku, kde si hosté užívají klidného prostředí a čerstvého vzduchu.

Lázně nabízejí komplexní léčebné i relaxační pobyty, které spojují tradiční balneoterapii s moderní péčí o zdraví. Specializují se na léčbu neurologických, pohybových, kožních,

oběhových i onkologických onemocnění u dospělých i dětí. Součástí lázeňského areálu je čtveřice lázeňských hotelů, wellness hotel DIANA a moderní termální park TERMÁLY LOSINY, který představuje unikátní propojení relaxace, regenerace a vodních zážitků. TERMÁLNÍ LÁZNĚ VELKÉ LOSINY jsou synonymem pro harmonii, péči a tradici, která trvá už po staletí – a stále rozkvétá.

léčebném bazénu po dobu 30 minut. V indikovaných případech se využívá i terapeutický efekt světloléčby za použití UVB světelného spektra, někdy volíme využití trofotropního efektu biolampy či laseru. Nezbytnou součástí terapie je i lokální péče o pokožku po absolvovaných procedurách. Doplňující v rámci komplexní léčby jsou pohybové aktivity.

Jakou roli hraje balneoterapie v kombinaci s dermatologickou léčbou u stavů jako je atopický ekzém nebo lupénka.

Role balneoterapie u chronických kožních nemocí může být zásadní ať už přímým efektem na kůži, tak i nepřímo přes pozitivní imunomodulační vliv. Její podstatou je podpora klasické léčby vedené dispenzarizujícím dermatologem a má za cíl stabilizovat a zlepšit nejen kožní nález. V případě příznivé odezvy na léčbu dochází k významnému zlepšení kvality života klienta.

Existují specifické procedury nebo terapie, které doporučujete při léčbě dlouhodobých kožních problémů?

Žádná další specifická procedura, kromě vyjmenovaných v jedné z předchozích odpovědí, mě nenapadá. Spolupracujeme úzce se specialisty z dermatologie, léčba je vedena vždy v souladu s jejich doporučeními, při pravidelných kontrolách korigují lokální terapii a optimalizují volbu procedur. Podílí se na doporučeních pro vedení následné léčby v místě bydliště klienta.

Jaké faktory podle vás ovlivňují úspěšnost lázeňské léčby – kromě samotných procedur?

Důležitým faktorem je nepochybně psychické nastavení klienta a jeho motivace k léčbě. Naším cílem je vytvořit příjemné harmonické prostředí v lázních, které umožní klientům odpoutání od každodenních starostí, umožní jejich fyzickou relaxaci i psychický odpočinek. Nutná je i správná péče o pokožku, u některých klientů se snažíme o úpravu dietních návyků, provádíme edukaci stran možností redukce hmotnosti. K dobrým výsledkům léčby pak přispívá i pohyb v klimaticky příznivém prostředí v podhůří Hrubého Jeseníku.



KORUNKA POMÁHÁ ROZDĚLILA POMOC PŘEVYŠUJÍCÍ 4,6 MILIONU KORUN

Více než 4,6 milionu korun se přerozdělilo v loňském roce prostřednictvím charitativního projektu KORUNKA POMÁHÁ. Peníze putovaly potřebným ve Zlínském a Olomouckém kraji. Velká část finanční i materiální pomoci byla směřována do oblastí na severu Moravy, které v září zasáhla ničivá povodeň. Jen na Jesenicko Korunka vypravila materiální pomoc za více než 1,5 milionu korun.

Charitativní projekt KORUNKA POMÁHÁ dvou dobročinných spolků Korunka Luhačovice a Korunka Velké Losiny má za sebou mimořádně úspěšný rok. Za loňský rok obě charitativní organizace přerozdělily finanční či materiální pomoc za více než 4,6 milionu korun. Finančně obdarovala KORUNKA z transparentního účtu více než devět desítek rodin, organizací nebo pomohla k realizaci projektů, které se starají o děti, seniory či nemocné ve Zlínském a Olomouckém kraji.



„Když jsem v roce 2003 dělala první charitativní akci, ani ve snu by mě nenapadlo, že budou akce další. A dnes se můžeme pochlubit především tím, že Korunka nemá téměř žádné provozní náklady. Všichni, kdo se podílíme na benefičních akcích a pomoci, máme vlastní zaměstnání a naši pomoc bereme především jako poslání pomáhat těm, kteří to nejvíce potřebují,“ řekla zakladatelka projektu KORUNKA POMÁHÁ Veronika Crha Záhorská s tím, že díky charitativní činnosti potkala výjimečné lidi, kteří pomáhají společně v dobrém i zlém. Všichni ti dobrovolníci, donátoři a ambasadoři věnují Korunce především svůj volný čas a někteří i nemalé finanční prostředky.

Velké poděkování patří především všem dárcům, firmám, podporovatelům a lidem, kteří Korunce nepřetržitě fandí a pomáhají nejen finančně. Již od počátku je hlavním partnerem a podporovatelem všech benefic a sbírek lázeňská společnost ROYAL SPA.

Projekt KORUNKA POMÁHÁ se loni poprvé představil také v Praze, kde se v říjnu konalo setkání donátorů a podporovatelů a kde vyvrcholila dražbou velká on-line aukce na podporu zaplavených obcí na Jesenicku. V době adventu pak KORUNKA POMÁHÁ zavítala také do Olomouce, kde se v historických prostorách Arcibiskupského paláce konal benefiční koncert slovenského tria La Gioia.

KORUNKA POMÁHÁ věnovala do zaplavených obcí na Jesenicku humanitární pomoc za téměř 1,5 milionu korun

KORUNKA LUHAČOVICE a KORUNKA VELKÉ LOSINY se v září 2024 aktivně zapojila do pomoci, která směřovala do obcí na Jesenicku postižených ničivými záplavami. Hmotná humanitární pomoc směřovala především do obcí Česká Ves, Karlovice a Holčovice.

Desítky lidí přispěli do materiální sbírky, kterou se podařilo velmi rychle zorganizovat díky spolupráci s městem Luhačovice, obcí Vičnov a také sbory dobrovolných hasičů z Luhačovic, Pozlovic a Vičnova. Do pomoci po povodních se zapojily také Lázně Velké Losiny a obec Velké Losiny.

Do postižených oblastí se KORUNKA POMÁHÁ vracela během podzimu opakovaně. Kromě hmotných darů pak přerozdělila i finanční dary na obnovu obecní infrastruktury, do škol nebo konkrétním rodinám, které přišly téměř o všechno.



SPOLEČNĚ POMÁHÁME, VYRÁŽÍME NA AKCE

Kalendář charitativního projektu KORUNKA POMÁHÁ je od začátku roku plný zajímavých akcí. Leden každoročně zahajujeme účastí na Společenském plesu města Luhačovice, kde výtěžek z tomboly putuje právě do KORUNKY. Kromě menších komunitních akcí je hlavní událostí jara vždy módní show nazvaná Luhačovice – město zdraví a módy. K červnu už tradičně patří zlínský Festivalový půlmaraton a hudební festival Holešovská Regata.

„Ani letos nebude v říjnu chybět setkání s našimi donátory a ambasadory v Praze, opět se sejdeme na moravské půdě – v Muzeu slivovice. A konec roku pak bude patřit i tradičním akcím, jako je galavečer Vánoční koncert dětem nebo se s námi opět potkáte i na vánočních jarmarcích a trzích,“ doplnila Veronika Crha Záhorská.

POMÁHÁME TĚM, KTEŘÍ TO NEJVÍCE POTŘEBUJÍ

S myšlenkou pomáhat potřebným, především nemocným a handicapovaným dětem, přišla před více než 20 lety Veronika Crha Záhorská, spoluzakladatelka lázeňských hotelů ve skupině ROYAL SPA. Postupně založila dva spolky – KORUNKU LUHAČOVICE a KORUNKU VELKÉ LOSINY, které shromažďují finanční i materiální pomoc. Peníze dárce poukazují na transparentní účet **2801896248/2010**, z něhož jsou vypláceny konkrétní podpory rodinám, dětem nebo organizacím pečujícím o ně.

„V posledních letech nepomáháme jen nemocným či handicapovaným dětem a jejich rodinám. Naše pomoc míří k rodinám v tíživých životních situacích, mezi které patří třeba samoživitelé. Naše pomoc se také soustředí na seniory a organizace pečující právě o ně. Senioři totiž patří mezi jedny z nejzranitelnějších a mnohdy na některé z nich zapomíná i vlastní rodina, a oni tak zůstávají osamoceni v pečovatelských domech. Proto se jim snažíme dny strávené v ústraní zpříjemnit a naplňovat tak jejich přání a potřeby,“ řekla Veronika Crha Záhorská.

Stejně tak neplánovaně pomoc prostřednictvím spolků putuje tam, kde řádily živelní pohromy – povodně, požáry nebo jiné události. Tým skvělých dobrovolníků se nebojí zapojit ani do likvidací následků přírodních katastrof. Spolkům nejsou lhostejné ani další události ve světě, mezi něž patří například válka na Ukrajině.

Nejlepší je sledovat web **www.korunkapomaha.cz** nebo sociální sítě. Tam se o charitativním projektu dozvíte vše potřebné.



POHYB ZÁKLAD ZDRAVÉHO ŽIVOTA



Inzerce

BOTANICA

with Argan Oil



www.alda.cz

Alda
HOTEL EQUIPMENT



ALDA – váš spolehlivý dodavatel kvalitní hotelové kosmetiky a hotelového vybavení.

REHABILITACE NA MÍRU V ROYAL SPA

Lázeňskou léčbu můžete absolvovat na doporučení lékaře i jako samoplátce. Ve druhém případě máte v ROYAL SPA na výběr mezi mnoha pobyty, které zpravidla trvají týden, ale dají se samozřejmě prodloužit. Patří mezi ně například:

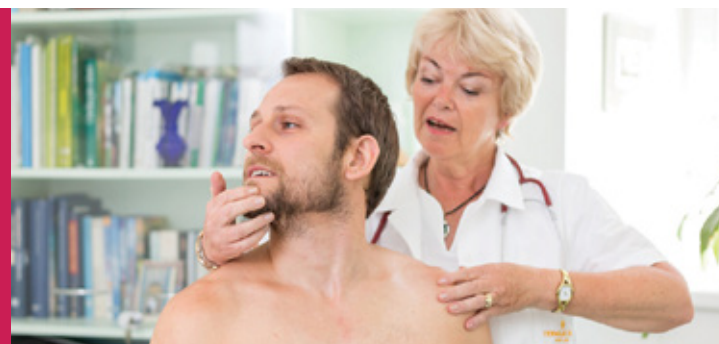
- Léčebný pobyt v Mariánských Lázních
- Lázně na zkoušku v Ostrožské Nové Vsi
- Týden pro zdraví v Luhačovicích
- Komplexní kúra ve Velkých Losinách

Záleží jen na vás, které lázně si zvolíte, ale všude jsou podstatou lázeňské léčby přírodní léčivé zdroje jako minerální prameny, peloidy či léčivé plyny. Dlouhodobé zkušenosti i výzkumy dokazují jejich vynikající preventivní i léčebné účinky na zdraví.

V našich lázních můžete propojit pohyb s relaxací i odpočinkem, a to pod dohledem zkušených lékařů a fyzioterapeutů. „**Na počátku léčby na uvolnění svalstva nabízíme celou řadu metod – masáže, měkké techniky, aroma masáže, baňkování, akupunkturu i relaxační procedury. Svalstvo uvolníme relaxací ve vodě, vířivými, perličkovými koupelemi a přidáme i přísadové koupele. Svaly tak budou uvolněné a navodíme plný kloubní pohyb, následně doporučujeme rehabilitační cvičení,**“ radí doktorka Milena Dědičová.

Bolesti zad a krční páteře trápí až 85 % dospělé populace, právě s těmi tedy lázně zaměřené na pohybové ústrojí pomáhají nejčastěji. Výhodou je, že spojují odborný přístup s individuálním cvičením celkovou péčí o tělo a mysl. Pacient se dostává do nového prostředí, kde může udělat něco pro své zdraví a příjemně relaxovat. Pro mnoho lidí je to dokonce příležitost pro změnu pohybových a stravovacích návyků.

Moderní lázně mají tu výhodu, že vycházejí z tradic, ale zároveň pracují s nejmodernějším přístrojovým vybavením. Jedním z nich je například InBody pro sestavení správné výživy nebo VR Medical, tedy zařízení pro cvičení s využitím virtuální reality.



PODPOŘTE SVOU KONDICI REHABILITACÍ A LÁZEŇSKOU PÉČÍ V ROYAL SPA

Pravidelná fyzická aktivita je pro lidské zdraví naprosto zásadní, protože podporuje prokrvení, posiluje svaly a celkově udržuje tělo ve formě. Stejně pozitivně navíc působí i na naši psychiku. Zhruba třetina dospělé populace má ale pohybu nedostatek, což může zvyšovat riziko obezity i mnoha dalších onemocnění. A jednou z cest, jak se dostat zpět do formy, může být lázeňský pobyt, kde znovu přivyknete pravidelnému cvičení, které zkombinujete s dalšími procedurami a procházkami v přírodě.

BLAHODÁRNÝ VLIV TERMÁLNÍCH VOD PŘI LÉČBĚ POHYBOVÉHO A NEUROLOGICKÉHO ÚSTROJÍ

Velmi dobré výsledky mají při léčbě pohybového ústrojí termální prameny a sírné vody, které můžete vyzkoušet ve Velkých Losinách. Lékaři je doporučují hlavně po ortopedických operacích, ale osvědčily se i jako prevence a způsob úlevy při chronických bolestech zad a kloubů. Důvodem je vysoký obsah léčivých prvků, zejména hydrogensulfidu.

Na vysokém obsahu síry je postavena také lázeňská léčba v SÍRNATÝCH LÁZNÍCH v Ostrožské Nové Vsi. Koupele ve zdejší minerální vodě přináší široké spektrum příznivých účinků na zdraví a napomáhají ke zlepšení ortopedických, revmatologických, neurologických a kožních nemocí.

PROCEDURY NA PODPORU HYBNOSTI A REGENERACI

Každé místo nabízí trochu jiné benefity spojené s přírodními léčivými zdroji, ale cílem je vždy obnova hybnosti a zlepšení celkové kondice. A to díky spojení rehabilitačních cviků, fyzikální terapie, masáží a vodoléčby, která spočívá v termálních, uhličitých nebo například přísadových koupelích. Nedílnou součástí léčebného procesu je vždy kombinace různých procedur, včetně magnetoterapie, elektroterapie nebo plynových injekcí.

Neméně důležité je však převzít odpovědnost za své zdraví a aktivně se podílet na regeneraci. Využití možností, jako je plavání v bazénu nebo pravidelné procházky v krásném prostředí staletých lázeňských parků, přispívá k celkové fyzické i psychické pohodě. Každý pohyb se počítá a pomáhá podpořit léčebné účinky procedur, zlepšit kondici a udržet vitalitu.

PROČ ZVOLIT LÁZŇ JAKO SAMOPLÁTCE?

Pokud se do lázní chystáte poprvé, nemusíte zde trávit celé tři týdny předepsané lékařem, jako to platí pro pojištěnce. Jejich benefity si nejprve můžete vyzkoušet například na týden nebo na 14 dní jako samoplátce. Další výhodou této formy lázeňské péče je její flexibilita a v rámci ROYAL SPA máte také jistotu individuálního přístupu nebo možnost kombinace s wellness procedurami. Zároveň můžete využít zvýhodněné balíčky a pobyt si naplánovat přesně podle sebe.

REÁLNÉ ZKUŠENOSTI KLIENTŮ

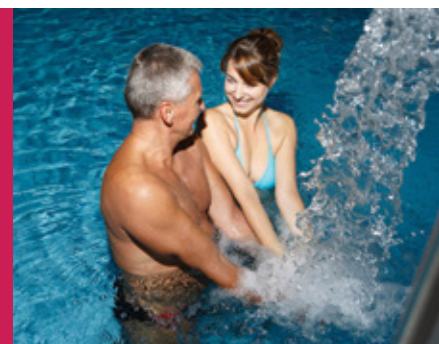
Spokojenost lázeňských hostů dokazují nejen popularita a obsazenost všech lokalit ROYAL SPA, ale také upřímné recenze. Takto například zhodnotil pobyt ve Velkých Losinách pacient po operaci obou kyčlí, Richard Sokol z Olomouce. Je aktivním sportovcem a zákrok podstoupil ve 45 letech. Pro následnou rehabilitaci si zvolil lázně Velké Losiny, které jsou známy svými přírodními sírnými prameny a špičkovými rehabilitačními programy.

„Velké Losiny předčily má očekávání. Díky profesionálnímu přístupu a intenzivní péči jsem se mohl vrátit ke sportu rychleji, než jsem si vůbec dokázal představit,“ uvedl pan Sokol.

Nejvíce ocenil individuálně nastavený rehabilitační plán, odbornou péči fyzioterapeutů a účinky vodoléčby. Kombinace moderních metod a přírodních zdrojů mu pomohla rychle zregenerovat a výrazně zlepšit kvalitu života po operaci. Lázeňský pobyt by tedy doporučil každému, kdo hledá profesionální péči v klidném a inspirativním prostředí.

VYKROČTE VSTŘÍČ ZDRAVÍ A LEPŠÍ KONDICI

Investice do lázeňského pobytu se určitě vyplatí, protože vám usnadní nejen léčbu pohybového ústrojí, ale také cestu k rovnováze a zdravému životnímu stylu. Pokud si vyberete některou z lokalit ROYAL SPA, čeká na vás odborná péče i dokonalý relax s veškerým komfortem. A těšit se můžete i na příjemnou a přátelskou atmosféru.



LÁZNĚ

JAKO PREVENCE PROTI CIVILIZAČNÍM ONEMOCNĚNÍM:

JAK MOHOU POMOCI?

Lázeňská péče je po staletí spojována s regenerací těla i mysli. Dnes, kdy čelíme civilizačním onemocněním, jako je obezita, cukrovka či chronický stres, mohou být lázně nejen místem odpočinku, ale i účinnou prevencí. Jaké benefity přináší?

PREVENCE JAKO ZÁKLAD ZDRAVÍ

Mezi hlavní příčiny civilizačních chorob patří nezdravý životní styl – nadměrný stres, sedavé zaměstnání, nevhodná strava a nedostatek pohybu. To vše vede k problémům s pohybovým aparátem, kardiovaskulárním nemocem i psychickému vyčerpání.

Lázně nabízejí komplexní přístup ke zdraví, který zahrnuje léčivé přírodní zdroje, pohybovou terapii a odborné poradenství. Česká republika má v tomto směru výhodu díky bohatým minerálním pramenům a peloidům (rašelina, slatina, bahno), které mají prokazatelně léčivé účinky. Minerální vody se využívají nejen k pitným kúrám, ale i k inhalacím a koupelím. Peloidy pak pomáhají zejména při léčbě pohybového aparátu, a proto se často aplikují ve formě zábalů a obkladů.

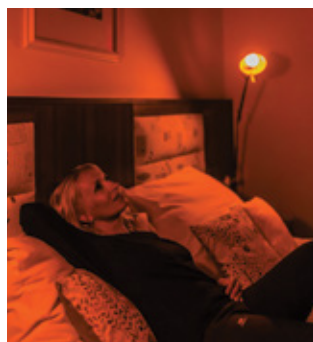
PÉČE, KTERÁ POKRAČUJE I PO NÁVRATU DOMŮ

Lázeňská péče je skvělým odrazovým můstkem k dlouhodobě zdravějšímu životnímu stylu. Důležité je však dodržovat získaná doporučení i po návratu domů.

Základem je vyvážená strava s omezením přidaných cukrů, nezdravých tuků a vysoce průmyslově zpracovaných potravin. Místo nich by jídelníček měl obsahovat více ovoce, zeleniny, luštěnin, kvalitních obilovin, libového masa a zdravých tuků.

Co se týče pohybu, není nutné začínat s náročným tréninkem. Prospěšné jsou pravidelné procházky, plavání nebo lehké cvičení, které pomůže udržet správnou váhu a posílit svaly. Neméně důležitý je také kvalitní spánek, který ovlivňuje regeneraci těla a celkový metabolismus.

Lázně tak mohou být nejen místem odpočinku, ale i prvním krokem ke zdravějšímu životu.



NÁŠ TIP

DIABETICKÝ BALANC

Lázeňský hotel MIRAMARE Luhačovice

CENA ZAHHRNUJE:

ubytování na 7 nocí, plná penze dle dietního plánu (5x denně), vstupní lékařská prohlídka, InBody – základní analýza, profil krevního cukru, biochemické vyšetření, perličková koupel, suchá koupel s terapií CO₂, skupinové cvičení s fyzioterapeutem v bazénu, klasická masáž s éterickými oleji, edukace zdravotní sestry, závěrečná lékařská konzultace.

CENA OD: 14. 385 Kč / 7 nocí / os



LÁZNĚ NA ZKOUŠKU

ELIŠKA Velké Losiny

CENA ZAHHRNUJE: ubytování, plnou penzi, kredit 3.500 Kč na vstupní konzultaci a procedury stanovené lékařem včetně vstupu do termálního bazénu v hotelu ELIŠKA (60 min.), zapůjčení županu zdarma.

CENA OD: 15 022 Kč / 7 nocí / os



AVOKÁDO:

IDEÁLNÍ PALIVO PRO VYTRVALCE A ZRYCHLOVAČ REGENERACE

Avokádo je superpotravinu, která nabízí mnoho výhod, nejen pro sportovce a vytrvalce. Tento plod, bohatý na vitamíny a minerály, slouží jako skvělé palivo pro tělo a urychluje regeneraci po fyzické aktivitě.

Obsahuje přibližně 30 % zdravých tuků, převážně ve formě nenasycených mastných kyselin, které pomáhají udržovat stabilní hladinu cukru v krvi a optimální cholesterol. Díky nízkému obsahu cukru a glykemickému indexu je avokádo vhodné i pro diabetiky.

Mezi další prospěšné živiny patří vitamíny skupiny B, vitamin C, E a K, stejně jako minerály hořčík, mangan a draslík, které podporují regeneraci svalů. Vysoký obsah vlákniny přispívá k pocitu sytosti a dodává energii.

Pro vytrvalostní běžce je avokádo ideální svačinkou po tréninku, neboť obsahuje o 60 % více draslíku než banán, což urychluje regeneraci svalových tkání. Doporučuje se ho konzumovat do hodiny po fyzické aktivitě, kdy podporuje produkci hormonu testosteronu, klíčového pro regeneraci a budování svalů.

Zařazením avokáda do jídelníčku podpoříte nejen regeneraci, ale také celkovou pohodu a výkon. Můžete ho jíst samotné, přidat do smoothie nebo připravit avokádové pomazánky, čímž se stane důležitou součástí vašeho zdravého životního stylu.



NÁŠ TIP:

LETNÍ SALÁT S AVOKÁDEM, MANGEM A BALKÁNSKÝM SÝREM

INGREDIENCE:

1 vanička mixu baby salátů / 1 ks salátová okurka / 250 g cherry rajčat / 2 ks zralých avokád / 1 ks mango / 1 ks granátového jablka / 150 g balkánského sýru (může být i feta) / 2 lžice piniových oříšků / 3 lžice extra panenského olivového oleje / 2 lžice jablečného octa / sůl a pepř podle chuti / 1 lžička provensálského koření

POSTUP:

1. Příprava surovin: Všechnu zeleninu i ovoce opláchneme. Okurku nakrájíme na tenké plátky, cherry rajčata přepůlíme, avokádo a mango oloupeme a nakrájíme na kostičky. Granátové jablko rozkrojíme a vyjeme semínka.
2. Sestavení salátu: Do velké mísy vložíme mix baby salátů, přidáme nakrájenou zeleninu a ovoce.
3. Sýr a oříšky: Balkánský sýr nadrobíme na menší kousky. Piniové oříšky krátce opražíme na suché pánvi, dokud nezezlátnou.
4. Dochucení: Salát pokapeme olivovým olejem, jablečným octem a dochutíme solí, pepřem a provensálským kořením.
5. Podávání: Vše jemně promícháme a podáváme jako lehký oběd nebo přílohu.

TIP: Můžete přidat hrst rukoly nebo baby špenátu pro ještě svěžejší chuť!

SPÁNEK, KLÍČ KE ZDRAVÍ

Kvalitní spánek je jednou z nezbytných podmínek zdravého života, a přesto ho mnozí z nás podceňují. Jak poznat, kdy už naše potíže se spánkem vyžadují odbornou pomoc? A může krátkodobý pobyt v lázních skutečně přispět ke zlepšení spánku? O těchto tématech jsme hovořili s **MUDr. Janou Kubelovou**, specialistkou na spánkovou medicínu, která v lázeňském hotelu NIVAMARE v Luhačovicích pomáhá hostům znovu objevit radost z osvěžujícího spánku.

Kdy je vhodné vyhledat odbornou pomoc kvůli potížím se spánkem?

Pokud nekvalitní spánek negativně ovlivňuje každodenní život. Mezi varovné signály patří nadměrná denní únava, mikrospánky, nevysvětlitelné bolesti hlavy, psychické potíže nebo zdravotní komplikace, jako je vysoký krevní tlak či srdeční arytmie.

Jaké chyby nejčastěji děláme před spaním?

Jednou z hlavních chyb je vystavování se modrému světlu z elektronických zařízení, které potlačuje tvorbu melatoninu, hormonu spánku. Dalšími faktory jsou stres, těžká jídla, nikotin, kofein nebo alkohol. I když po alkoholu snadněji usneme, jeho konzumace negativně ovlivňuje kvalitu spánku.

Jak probíhá spánkový pobyt v hotelu NIVAMARE?

Pobyt zahrnuje konzultaci se specialistou, který pomáhá odhalit příčiny potíží a poskytuje informace o spánkové hygieně. Klient je ubytován v pokoji se speciálním osvětlením a absolvuje fototerapii a regenerační procedury, jako jsou masáže či lázeňské koupele. Díky senzomotorické podložce, která monitoruje srdeční a dechovou frekvenci i pohyb během spánku, lze získat detailnější informace o kvalitě spánku a optimalizovat jeho následnou léčbu.

Může spánek ovlivnit to, zda spíme sami nebo s partnerem?

Ano, spolunoclezník může kvalitu spánku ovlivnit – například pokud chrápe, mluví ze spánku nebo sleduje mobil či televizi. Spánek mohou rušit i domácí mazlíčci nebo děti. V ideálním případě by si partneři neměli překážet.

Jak si může každý zlepšit spánek ještě před návštěvou specialisty?

Základem je dodržování spánkové hygieny – tedy pravidelný režim, vhodné prostředí (ticho, tma, chlad) a omezení stresu. Důležitá je také dostatečná fyzická aktivita během dne a vyhnutí se odpolednímu spánku. Pomoci mohou i volně prodejné preparáty s melatoninem nebo relaxační techniky.

Může i krátkodobý pobyt pomoci se spánkovými potížemi?

Ano, i během víkendu lze udělat první kroky ke kvalitnějšímu spánku. Lázeňské prostředí pomáhá ke zklidnění, regeneraci a osvojení si zdravých návyků, které vedou ke kvalitnějšímu a osvěžujícímu spánku.

HEALTH BALANCE POINT® cesta k rovnováze

Lázně ROYAL SPA vyvinuly koncept HEALTH BALANCE POINT®, který propojuje tradiční lázeňskou léčbu s moderní medicínou. Tento přístup se zaměřuje na šest klíčových oblastí:

- VODA** — využití minerálních pramenů a léčivých vod.
- DOTEK** — masáže zmírňující stres a svalové napětí.
- MYSL** — meditace a relaxační techniky podporující psychickou pohodu.
- AKTIVITA** — cvičení a pohybové programy pro zlepšení kondice.
- VÝŽIVA** — zdravá a vyvážená strava.
- RELAXACE** — procedury přispívající k celkové regeneraci.

Lázeňský a wellness hotel NIVAMARE v Luhačovicích nabízí čtyři specializované pobyty HEALTH BALANCE zaměřené na podporu zdravého životního stylu. Každý z těchto pobytů trvá 5 nocí a zahrnuje individuálně sestavený program. Ubytování hosté mají navíc volný vstup do dvoupodlažního wellness centra s bazénem, saunami a vodními procedurami.

Programy pobytů jsou speciálně sestavené týmem našich profesionálních zdravotních koučů a jsou zaměřeny na posílení zdravého životního stylu.

NÁŠ TIP

SPÁNKOVÝ BALANC

Komplexní program pro regeneraci organismu skrze zkvalitnění spánku. Pobyt zahrnuje monitoring spánkových vzorců, světelnou terapii, relaxační masáže a aromaterapii, které podporují hluboký a regenerující spánek. Díky unikátní metodice, oceněné prestižní cenou “ESPA Innovation Awards”, pomáhá pobyt dlouhodobě zlepšit kvalitu spánku a celkového zdraví.

CENA OD: 11. 200 Kč / 5 nocí / os



DUŠEVNÍ BALANC

Pobyt zaměřený na psychickou pohodu a odbourání stresu pomocí relaxačních a regeneračních procedur. Program zahrnuje konzultaci s psychoterapeutem, která pomáhá nalézt vnitřní rovnováhu a osvojit si techniky duševní hygieny. Hosté se mohou těšit na masáže, dechová cvičení, mindfulness a individuálně přizpůsobené aktivity pro celkové uvolnění těla i mysli.

CENA OD: 11 450 Kč / 5 nocí / os



„Všechny tyto základní prvky z kruhu zdraví považujeme za mimořádně důležité jak pro fyzické, tak i psychické zdraví a tvoří základ lázeňské péče v našich hotelech,“ říká Ing. Lenka Plachá, marketingová manažerka ROYAL SPA.

Spojením těchto prvků lázně pomáhají nejen s regenerací těla, ale i s dlouhodobým posílením imunity a psychické odolnosti. Například uhličitá a perličková koupele podporují krevní oběh, pravidelné pohybové aktivity zlepšují kondici a masáže s éterickými oleji uvolňují svaly i mysl.

LÉKAŘSKÉ DESATERO

Zdraví v rovnováze je nejen cílem, ale i cestou ke kvalitnějšímu životu. Desatero sestavené konziliem lékařů a zdravotních odborníků ROYAL SPA, které vychází z našeho celostního přístupu HEALTH BALANCE POINT®, považujeme za základ dlouhého života prožitého ve zdraví. Stanovte si vlastní cíle, čeho chcete dosáhnout a co chcete změnit, ať už jde o fyzickou kondici, zlepšení stravovacích návyků nebo duševní pohodu. Věříme, že se vám těchto deset bodů pomůže ke zlepšení fyzického i psychického zdraví.

ZAČNĚTE JEŠTĚ DNES.



Dermokosmetika THERMELOVE®

Dotek lázní u Vás doma

Koční problémy mohou postihnout kteroukoliv část těla s různou závažností. Někdy může jít jen o pár pupínků na těle, ale jindy se člověk neobejde bez pomoci dermatologa. U celé řady kožních problémů platí, že jejich řešení je komplexnějšího rázu a je třeba přizpůsobit i jídelníček, pravidelně kůži promazávat a aplikovat různé masti a krémy. Výrazně může pomoci u kožních problémů pobyt v lázních, kde se k léčbě využívají minerální prameny. V domácím prostředí Vám může pomoci dermokosmetika THERMELOVE®, která tyto prameny obsahuje a navazuje tak na tradici léčby kožních onemocnění pomocí přírodních léčivých pramenů. Ty jsou v lázních Velké Losiny úspěšně využívány již po staletí.



Značka kosmetiky THERMELOVE® působí na trhu již více než 5 let. Nabízí dermokosmetiku se sírou a termální vodou právě z lázní Velké Losiny. Byla vyvinuta na základě mnohaletých zkušeností v lázeňství ve spolupráci s dermatology a dalšími odborníky, aby lidé s kožním onemocněním jako je lupénka či atopický ekzém měli možnost využívat staletími prověřené léčivé účinky sirmých termálních pramenů také v domácím prostředí. Dnes se jedná o etablovanou kosmetickou značku s mnoha produkty.

Kosmetické řady THERMELOVE®

Portfolio produktů dermokosmetiky THERMELOVE® dnes tvoří již dvě kosmetické řady. Základem obou je losinský přírodní léčivý pramen Žerotín a dále jsou využívány různé moderní patentované složky ověřené klinickými studiemi a speciálně vyvinuté k péči o pokožku se sklonem ke kožním problémům. Obsažen je také osvědčený panthenol, urea, bambucké máslo nebo hyaluronová kyselina. Z tradičních bylin obsahují produkty bylinné extrakty a oleje jako je např. levandule nebo tymián, které mají příznivé účinky na pokožku a zároveň jejich vůně působí relaxačně.

Základní řada produktů **THERMAL WATER CARE** s termální vodou je vhodná pro běžné denní používání, pokožku hydratuje, zjemňuje a doplňuje minerály.

Druhá řada **SULFUR CARE** je obohacena o koloidní síru a další aktivní ingredience a je určena spíše lidem s problematickou pokožkou. Napomáhá k jejímu zklidnění a regeneraci, zmírňuje svědění.

Dermokosmetika THERMELOVE® byla zpočátku vyvinuta především pro potřebu lázeňských hostů. „Prvotní impuls k vzniku lázeňské dermokosmetiky THERMELOVE® vzešel od našich lázeňských hostů. Ti oceňovali příznivé účinky sirmé termální vody při lázeňských procedurách během svého pobytu v lázních a chtěli ji nadále využívat také doma po svém návratu, kdy se jim kožní problémy začaly zase zhoršovat,“ říká Lenka Plachá, která jako marketingová manažerka celé lázeňské skupiny ROYAL SPA měla možnost pozitivní účinky termálních pramenů pozorovat nejen u hostů v lázních, ale doslova na své vlastní kůži.

VYUŽITÍ SÍRNÉ TERMÁLNÍ VODY

V případě termální sirmé vody z lázní Velké Losiny se jedná o velmi cenný typ léčivé minerální vody, která byla díky svému unikátnímu složení uznána jako přírodní léčivý zdroj. K léčebným účelům je ostatně využívána již od 16. století. Prameny obsahují kromě síry také další důležité minerály a stopové prvky, které příznivě působí na kůži a lidské tělo. „Síra napomáhá syntéze kolagenu a tím správné tvorbě buněk a tkání důležitých pro regeneraci a má také keratolytický efekt. Snižuje množství šupin na povrchu kůže, odstraňuje zrohovatělé odumřelé kožní buňky a má výrazně pozitivní vliv na kvalitu pojivové tkáně a chrupavky,“ říká dermatoložka MUDr. Kateřina Macháčková. Síra a sirmé minerální prameny se osvědčily zejména při léčbě nejrozličnějších chronických kožních problémů.

Následná aplikace dermokosmetických přípravků s obsahem sirmé termální vody v domácím prostředí vede k prodloužení účinků lázeňské léčby a zlepšeného stavu pokožky, v jakém kožní pacienti opouštějí lázně.

V současnosti se termální sirmá voda z pramene Žerotín využívá v lázních k léčebným koupelím a k napájení všech bazénů včetně termálního parku THERME LOSINY. Je indikována k léčbě kožních, pohybových, oběhových a neurologických onemocnění. Tato termální voda přispívá k relaxaci svalstva, ohebnosti kloubů a uvolňuje spasticitu končetin. „V souvislosti s kožními onemocněními je pramen Žerotín vhodný k léčbě lupénky, ekzémů, akné a nejrozličnějších chronických kožních problémů. Sirmá termální voda napomáhá ke zmírnění svědění a zklidňuje podrážděnou pokožku. Přirozeně ji hydratuje a doplňuje minerály,“ upřesňuje MUDr. Lubomír Drlík, garant odborné léčby v lázních Velké Losiny.

Díky unikátním recepturám a moderním technologickým postupům se můžete o účincích přírodních léčivých pramenů přesvědčit v pohodlí svého domova a vyzkoušet například termální vodu ve spreji, krémy, tělová mléka nebo šampony THERMELOVE® s obsahem přírodní termální vody z těchto lázní. Dnes, po více než pěti letech existence, se jedná o zavedenou českou dermokosmetickou značku, jejíž produkty si zákazníci mohou zakoupit ve vybraných lékárnách nebo ve vlastním e-shopu www.lovespa.cz

Položili jsme několik otázek marketingové manažerce skupiny lázeňských hotelů ROYAL SPA Lence Plaché, která stojí také za touto kosmetickou značkou THERMELOVE®.



JAK TO VŠECHNO ZAČALO?

O kosmetice THERMELOVE® jsme začali uvažovat po otevření termálního parku TERMÁLY LOSINY. To bylo někdy v roce 2015. Měli jsme zkušenosti již s kosmetikou z lázní v Ostrožské Nové Vsi a voda v Losinách byla co do obsahu sirmých sloučenin kvalitnější, ale pro výrobu naopak s ohledem na její velkou zásaditost problematictější. Vývoj produktů nám zabral docela hodně času.

JAK TAKOVÝ PRODUKT S TERMÁLNÍ VODOU VZNIKÁ?

Vznik každého produktu provází dlouhý vývoj a testování, zapojeno je mnoho odborníků. Začínáme vytvářením receptur podle konkrétních požadavků na daný produkt. Vývoj každého nového výrobku trvá vždy mnoho měsíců. Složení jednotlivých produktů je velmi pečlivě odlaďováno, každá složka má svůj specifický význam.

ZAPOJUJETE DO VÝVOJE TAKÉ DERMATOLOGY?

Ano, produkty vyvíjíme a testujeme ve spolupráci s našimi lázeňskými lékaři a dermatology. Konzultujeme s nimi složení přípravků, testují výrobky na pacientech v lázních i v ordinacích. Před uvedením na trh podléhají kosmetické výrobky složitému schvalovacímu procesu a jsou znovu dermatologicky testované pod dohledem lékaře.

JAK VLASTNĚ PŮSOBÍ SÍRNÁ VODA

A PRODUKTY THERMELOVE NA POKOŽKU?

Sirmá voda má na pokožku především zklidňující efekt, přirozeně ji hydratuje a doplňuje minerály. Napomáhá také ke zmírnění svědění. Léčebné účinky losinských vod jsou využívány po staletí. Některé produkty obsahují až 80% této vody.

POKUD JDE O OSOBY S KOŽNÍMI PROBLÉMY, S ČÍM KONKRÉTNĚ JIM MŮŽE TATO KOSMETIKA POMOCI?

Produkty jsou vhodné především jako doplněk k léčbě lupénky či atopického ekzému, ale i jiných kožních obtíží. K péči o problematickou pokožku je určena kosmetická řada se sírou SULFUR CARE. Díky obsahu síry produkty zmírňují svědění a snižují zarudnutí pokožky. Síra má také protizánětlivý efekt a působí i proti plísním. Sirmé mýdlo s 6 % síry si lidé často kupují na různé mykózy.

MOHOU KOSMETIKU POUŽÍVAT LIDÉ, KTERÍ NEMAJÍ ŽÁDNÉ KOŽNÍ OBTÍŽE?

Kosmetická řada s termální vodou THERMAL WATER CARE je určena pro běžné denní používání, pokožku hydratuje, zjemňuje, chrání před nepříznivými vlivy počasí a doplňuje potřebné minerály. Velmi oblíbený je hydratační krém, který je bez jakékoliv parfemace.

SÍRA MÁ SPECIFICKOU „VŮŇI“. JAK JE TOMU U KOSMETIKY?

Do kosmetiky přidáváme různé esenciální oleje, které sirmý zápach potlačují. Řekla bych, že naše produkty voní levandulí či tymiánem, ale vnímání vůně je u každého velmi individuální. Účinky síry na pokožku jsou opravdu někdy až zázračné, tak je dobré ten sirmý odér prostě akceptovat.

KTERÝ PRODUKT V RÁMCI VAŠEHO SORTIMENTU POVAŽUJETE ZA ZÁKLADNÍ?

Základní je asi termální voda ve spreji, která je naprosto univerzální. Lze ji používat v létě k hydrataci pokožky a osvěžování, přispívá k péči o problematickou pleť, zklidňuje a zmírňuje svědění. Z pohledu prodeje jsou našimi bestsellery mýdlo se sírou a krém se sírou.

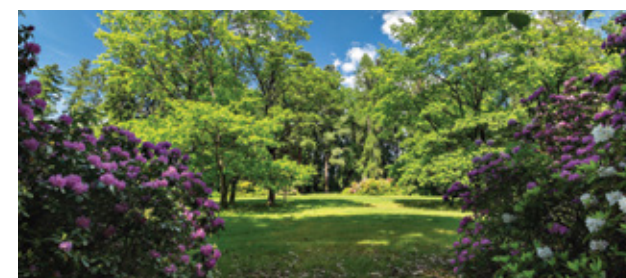
PLÁNUJETE NĚJAKÉ NOVINKY?

Nedávno jsme rozšířili náš sortiment o čtyři krémy, nyní pracujeme na úpravě receptury pro šampony. Snažíme se produkty neustále vylepšovat a plánujeme také zavedení naší kosmetiky pro hotelové využití v rámci celé skupiny ROYAL SPA.



SÍLA SÍRY

Síra je minerál, který se vyskytuje v přírodě ve formě různých sloučenin. Patří k nejběžnějším prvkům v lidském těle. Je uložena ve svalectech, kůži a kostech a hraje důležitou roli v mnoha fyziologických procesech v našem těle. Má nezastupitelný význam při růstu vlasů, nehtů a kůže, protože síra je důležitá pro tvorbu keratinu, který je zde obsažen. Stejně tak se síra vyskytuje v chrupavkách a pojivu, kde má vliv na jejich flexibilitu.



TERMÁLNÍ PRAMEN ŽEROTÍN

vyvěrá z hloubky více než 1000 metrů uprostřed lázeňského parku. Typický je pro něj zvýšený obsah sirovodíku a také vyšší teplota, která na povrchu dosahuje 36°C. Obsahuje velké množství sirmých sloučenin, minerálů a stopových prvků důležitých pro lidské zdraví. Je jedinou sirmou termální vodou v České republice dosahující této teploty a patří mezi nejkvalitnější sirmé vody v České republice.

Péče o normální až suchou a problematickou pokožku





PEČUJEME O VAŠE ZDRAVÍ JIŽ 30 LET

Zažijte uzdravující sílu lázní

- medicínská odbornost
- přírodní léčivé zdroje
- unikátní termální park
- široká nabídka lázeňských pobytů
- komplexní služby pod jednou střechou
- partner všech zdravotních pojišťoven



ROYAL SPA
LÁZEŇSKÉ HOTELY & RESORTY

1995 **30** 2025



www.royalspa.cz

MARIÁNSKÉ LÁZNĚ

VELKÉ LOSINY

LUHAČOVICE

OSTROŽSKÁ NOVÁ VES