

- [Przejdź do menu](#)
- [Przejdź do treści](#)
- [Przejdź do wyszukiwarki](#)
- [Mapa strony](#)

[Przejdź do początku strony](#)

[Strona główna](#)

- [o H<sub>2</sub>Ostróg](#)menu
- [cennik](#)
- [galeria](#)
- [promocje](#)
- [oferta](#)
- [kontakt](#)

[BiP Racibórz wersja kontrastowa](#)

- [zmniejsz rozmiar tekstu](#)
- [ustaw domyślny rozmiar tekstu](#)
- [zwiększ rozmiar tekstu](#)
- [ČESKY](#)

wyszukaj w serwisie  [szukaj](#)

## O h2o

- [Aktualności](#)
- [Kalendarz wydarzeń](#)
- [Parametry wody](#)
- [Orientacyjny harmonogram rezerwacji torów](#)
- [Deklaracja Dostępności](#)

## Na skróty/Ważne linki

- [Strefa relaksu](#)
- [Strefa zabawy](#)
- [Cennik](#)

## Newsletter

Jeśli chcesz otrzymywać aktualne informacje z witryny, dodaj swój adres e-mail

Twój e-mail

[Strona główna](#) / [O h2o](#) / [Aktualności](#)

30  
lis

# Grota Solna w raciborskim Aquaparku



### **Grota Solna w raciborskim Aquaparku**

Od 1 grudnia w raciborskim Aquaparku funkcjonuje Grota Solna zlokalizowana w strefie SPA. Do budowy raciborskiej groty wykorzystano sól kamienną himalajską (na ścianach groty) w różnych kształtach (kamienie, cegły) oraz sól kamienną kłodawską (na podłodze). Komfort zapewniają wygodne leżaki relaksacyjne i łagodne oświetlenie. Walory zdrowotne potęguje zastosowanie tężni solankowej. Pobyt w grocie solnej to rozkosz dla zmysłów.

Nowa atrakcja powstała w miejscu biczów wodnych. Koszt wstępu na pływalnię ze strefą SPA nie uległ zmianie. Zapraszamy wszystkich zainteresowanych w godzinach funkcjonowania Aquaparku.

Wizyta w grocie to dobry sposób na szybki relaks po wyjściu z pracy czy nawet w środku pełnego obowiązków dnia. Grota solna wykorzystuje dobroczynne właściwości soli, która napina i oczyszcza skórę, chroni ją przed wolnymi rodnikami, pomaga w odchudzaniu. Zawarty w niej jod wzmacnia śluzówkę, co wpływa na odporność organizmu.

W lecznictwie sól stosowana jest także w formie inhalacji, z których można korzystać w sztucznie stworzonych grotach solnych. Czyste, zjonizowane powietrze bogate w potrzebne nam pierwiastki wzmacnia system immunologiczny organizmu, poprawia ogólną kondycję, a w przypadku osób chorych wspomaga leczenie.

Korzystanie z groty solnej jest wskazane przy takich schorzeniach jak:

- przewlekłe nieżyty nosa, górnych dróg oddechowych
- przewlekłe zapalenia zatok
- astma oskrzelowa
- choroby płuc i oskrzeli
- spadek odporności
- niedoczynność tarczycy
- schorzenia sercowo-naczyniowe
- schorzenia przewodu pokarmowego
- choroby skóry nerwice i stany przemęczenia
- gardła, krtani i oskrzeli
- alergiczne nieżyty górnych dróg oddechowych



Serdecznie zapraszamy do skorzystania z nowej atrakcji!!!!



[wszystkie](#)

[drukuj zapisz jako pdf](#) Redagował: OSiR H2Ostróg 2017-11-30 19:08:47

- 32 415 48 09
- 32 415 37 17
- [Mail](#)
- [Facebook](#)

Ośrodek Sportu i Rekreacji

ul. Zamkowa 4, 47-400 Racibórz Godziny otwarcia: pon.-piątek: 6.00 - 22.00

sobota-niedziela: 8.00 - 20.00

- [O h<sub>2</sub>o](#)
- [cennik](#)
- [galeria](#)
- [promocje](#)
- [oferta](#)
- [kontakt](#)
- [mapa witryny](#)

Projektowanie stron: [IntraCOM.pl](#)