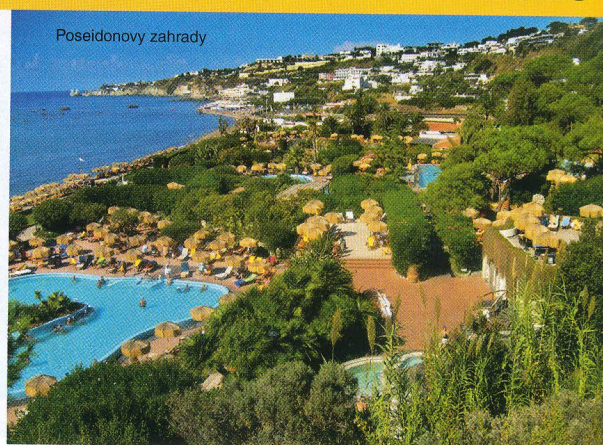


Negombo



Castiglione

Poseidonovy zahrady



ZÁZRAČNÉ PRAMENY A PROCEDURY

Ischia má mezi všemi turistickými cíli zcela výsadní postavení. Lidé si sem jezdí léčit znavená těla a vzhledem ke kráse ostrova i osvěžit duši. Četné minerální prameny dokáží zázraky a pokud není k dispozici více času, stačí i týden strávený na Ischii.

Vulkanický původ ostrova vysvětluje výskyt mnoha termálních a minerálních pramenů. Další pozůstatky vulkanické činnosti jsou stále k vidění na mnoha místech Ischie a jejího okolí. Jsou to např. fumaroly, přírodní parní lázně, horký písek, termální prameny vyvěrající přímo na plážích nebo do moře a v neposlední řadě fango - léčivé bahno.

Na ostrově vyvěrá více než 100 pramenů. Mezi nejznámější patří: Gurgitello, Rita, Santa Restituta, Citara, Castaldi, Castiglione, Cavascura, Olmitello, Nitrodi, Buceto. Z těchto pramenů jsou zásobena lázeňská zařízení, kterých se na ostrově nachází velké množství. Prameny působí blahodárně na pohybové ústrojí, kožní problémy, bronchitidu, gynekologické problémy a nemoci vzniklé z chladu a řadu dalších neduhů. Mnoho místních hotelů nabízí nejrůznější léčebné procedury.

Bahenní zábaly

Po povinné lékařské prohlídce za poplatek u místního specializovaného lékaře (v každém hotelu i lázních, poskytujících léčebné procedury - viz ikona) můžete absolvovat bahenní zábaly (celkové nebo na konkrétní postižená místa). V případě, že Váš zdravotní stav neumožňuje absolvování bahenních zábalů (srdeční choroby, vysoký tlak apod.) může lékař doporučit jinou proceduru.

Ozdravné koupele

Všechny termální i minerální prameny jsou v každém případě léčivé a mají blahodárny účinek na lidský organismus. Koupáním v nich se do těla pokožkou vstřebává množství minerálních prvků, příznivě působících na zdraví člověka. Se stoupající teplotou stoupá i radioaktivita těchto pramenů. Proto platí hned několik pravidel, která by se měla dodržovat. Ve vnitřních termálních bazénech, kde se teplota minerální vody pohybuje mezi 32°C a 40°C, se doporučuje strávit maximálně 15 minut. Tuto proceduru můžete opakovat několikrát denně dle vlastních zdravotních možností nebo po domluvě s lékařem či personálem. Dále se nedoporučuje potápění v termálních bazénech. Minerální složení vody vytváří ve středním uchu podmínky pro tvoření různých bolestivých zánětů. Většina hotelů a termálních parků požaduje od klientů během koupání v bazénech pokrývku hlavy (např. koupací čepice, čepice s kšiletem, šátek, klobouček, apod.). Koupání v termálních bazénech se nedoporučuje dětem do 13 let, těhotným, lidem se srdečními chorobami, problémy žil a krevního tlaku. Těmto klientům a rodinám s dětmi rádi doporučíme pobyt v některém hotelu s minerálními a sladkovodními bazény. Využívání termálních a minerálních bazénů u hotelů je zdarma. V horkých letních měsících některé hotely vypouštějí z bezpečnostních důvodů vnitřní termální bazény.

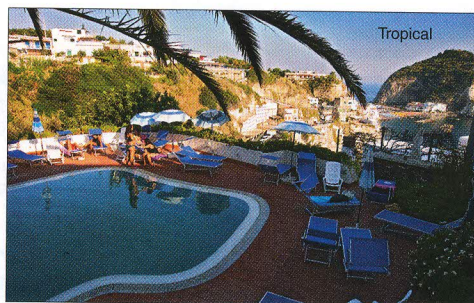
Inhalace

Při nemocech dýchacího ústrojí (astma, bronchitida) se doporučují inhalace. Vdechujete páru, odpařující se z minerálních pramenů. Absolvování inhalace je rovněž podmíněno lékařskou prohlídkou za poplatek.

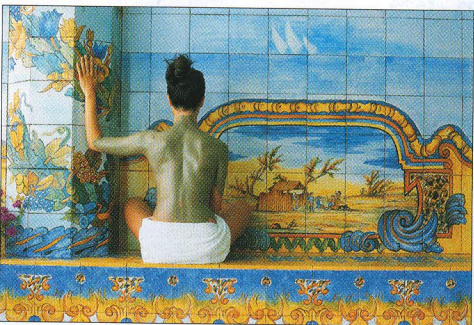
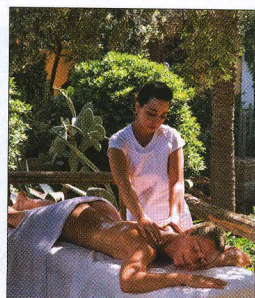
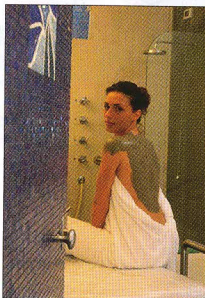
Další léčebné a kosmetické procedury

Mezi další procedury patří např. pletové masky, kosmetické a léčebné masáže nebo rehabilitační cvičení pod dohledem kvalifikovaného personálu. Veškeré léčebné a kosmetické služby jsou za poplatek.

pozn.: pramen **minerální** - chladný léčivý pramen o teplotě cca 20°C - 25°C (zdroj z hloubky cca 60m), **termální** - přirozeně teplý minerální pramen o teplotě cca 28°C a více (zdroj z hloubky cca 60 - 350m).



Tropical



TERMÁLNÍ LÁZNĚ A PARKY

Každý park má specifickou atmosféru, jedinečnost každého z nich tkví v léčebné vodě. V parcích naleznete bazény s termální, minerální či mořskou vodou, Kneippovy lázně, saunu, léčebné a kosmetické centrum apod., některé jsou s přímým přístupem na pláž a možností koupání v moři.

• Poseidonovy zahrady - Forio

www.giardiniposeidon.it - vstup cca 30 € /den

Největší termální park ostrova rozkládající se v zálivu Citara u stejnojmenné pláže. Je zde k dispozici 25 bazénů s termální, minerální, mořskou a sladkou vodou o různé teplotě od 15°C do 40°C. Dále je možno využít Kneippovy lázně, Japonské lázně, římská křesla, sauny, léčebné a kosmetické centrum, apod.. Ozdravné koupele můžete kombinovat s pobytem u moře na soukromé pláži parku.

• Afrodity a Apollonovy zahrady - Sant'Angelo

www.hotelmiramare.it - vstup cca 26 € /den

Termální park situovaný terasovitě nad částí největší ostrovní pláže Maronti, s možností přístupu na pláž (za poplatek), nabízí návštěvníkům celkem 12 termálních bazénů, z nichž jeden je krytý a jeden plavecký, s minerální a termální vodou o teplotě od 20°C do 42°C.

• Tropical - Sant'Angelo

www.parco-tropical.com - vstup cca 23 € /den

Park na krásném panoramatickém místě nad Sant' Angelo s výhledem na jižní stranu ostrova. K dispozici je 10 bazénů s minerální a termální vodou, z nichž jeden s vodou mořskou - teplota vody se pohybuje od 18°C do 40°C.

• Negombo - Lacco Ameno

www.negombo.it - vstup cca 32 € /den

Rozlehlý termální park s 19 bazény o teplotě od 18°C do 40°C a rozsáhlou sbírkou rozmanitých rostlin je součástí malebné zátoky San Montano s vlastním přístupem na pláž.

• Castiglione - Casamicciola

www.termecastiglione.it - vstup cca 26 € /den

Terasovitě řešený park se nachází na okraji městečka Casamicciola, obklopení zelení. Koupání je možné v 10 bazénech s minerální, termální či mořskou vodou v teplotě od 16°C do 40°C. Raritou je tzv. funicolare - zubačka, která návštěvníky vozí od pokladny do spodní části parku. Vlastní přístup k moři - dřevěné molo.

• Cava Scura - Maronti

www.cavascura.it - platí se pouze procedury

např. koupel v termální lázni - cca 12 €

V centrální části pláže Maronti, cca 300 m od pobřeží, se nachází kamenné vany s termální vodou, vytesané do skalisek již ve starověku Římany. Možnost kombinací procedur - bahenní zábal s termální koupelí apod.

• Nitrodi - Barano

www.fontenifenitrodi.com - vstup cca 12 € /den

Terasovitě lázně Nitrodi se sprchami a vodními kohouty se nachází v jedinečné přírodní scénérii v oblasti Barano. Účinky pramenů jsou prokázány již od časů Římanů - při aplikaci vnější i vnitřní - pitný pramen s vynikajícím účinkem na lidský metabolismus. Výrazné léčivé účinky v případě kožních potíží (ekzémy, vyrážky, lupénka apod.).

• Eden - Ischia Ponte

www.ilgiardinoeden.it - vstup cca 20 € /den

Rajský Eden nabízí návštěvníkům 4 termální bazény s přístupem do moře a ojedinelé koupání mezi skalisky sv. Anny v oblasti Cartaromana.