

**WELLNESS SLUŽBY A ZAŘÍZENÍ**

Typ	Popis
Wellness (relaxační centra) (W)	Středisko poskytující služby s pozitivním vlivem na lidské fyzické a duševní zdraví (bez potřeby péče lékaře).
Bazény (B)	Uměle vytvořená vodní nádrž, sloužící pro plavání, potápění, rehabilitace aj.
Sauny (S)	Vyhřátá místnost, obvykle od 60 do 120 °C. Saunování má pozitivní vliv na psychické a fyzické zdraví člověka.
Masáže (M)	Masáž je terapie, související s aplikací tlaku na svaly. Napomáhá při léčbě zranění, stresu, krevního oběhu aj.
Fitness centra (F)	Prostor s příslušným technickým zařízením, sloužící k posilování těla a redukci hmotnosti.
Nezařazené (N)	

**ORP OPAVA**

Názvy zařízení	Typ	Adresa	www	Služby
Kosmetika a masáže Miluše Nováková	M	Budišovice, Opavská 112	-	Masáže, kosmetika, manikúra, pedikúra, baňkování
Bazén hotelu Belaria	B	Žimrovická 663, Hradec nad Moravicí	<a href="http://www.belaria.cz">www.belaria.cz</a>	Krytý i venkovní bazén. Přimo v hotelu Belaria wellness – finská sauna, infra-solná sauna, masáže.
Brano Sauna	W	Tovární okruh 513, Hradec nad Moravicí	<a href="https://www.bs-studio.cz/inpage/brano-sauna/">https://www.bs-studio.cz/inpage/brano-sauna/</a>	Sauna, kosmetika, masáže, pedikúra, kryolipolýza.
Koupaliště Chlebičov	B	Na Kopci, Chlebičov	-	Koupaliště
Penzion nad stáji	B, S	Jakartovice 35, Jakartovice	<a href="http://www.penzion-jakartovice.cz/sluzby-sauna">http://www.penzion-jakartovice.cz/sluzby-sauna</a>	Venkovní vyhříváný bazén, sauna
Vodní nádrž Sedlinka	N	Suché Lazce	<a href="http://www.suchelazce.cz/clanky/nadrz-sedlinka">http://www.suchelazce.cz/clanky/nadrz-sedlinka</a>	Rekreační místo a přírodní koupaliště.
Health Park	W	Veleslavínova 299/6, Předměstí, Opava	<a href="http://www.healthpark.cz/">http://www.healthpark.cz/</a>	Masáže, aerobik, fitness, SPA (bazén, whirlpool, sauna), kneipova lázeň, relaxační zóna.
Hotel Opava - Wellness - Fitodar	W	Žižkova 2904/8, Opava	<a href="https://www.hotel-opava.cz/">https://www.hotel-opava.cz/</a>	Sauny- finská, parní, whirlpool, kneippův chodník, masáže, chemoterapie.
Hotel Katharein	W	Ratibořská 1580/37, Opava	<a href="https://www.katharein.cz/wellness/">https://www.katharein.cz/wellness/</a>	Sauny- infra, parní, finská, masáže.
Městské lázně Opava	W	Zámecký okruh 38/4, Opava	-	Bazén, očištěná a parní lázně, pedikúru, masáže, saunu.
Bazény Wolf	W	Nákladní 166/21, Opava	<a href="http://www.bazeny-wolf.cz/">http://www.bazeny-wolf.cz/</a>	Sauny, bazény – venkovní, vnitřní.
Stříbrné jezero	N	Stříbrné jezero, Opava	-	Přírodní koupaliště s písčitou pláží.
Městské koupaliště Opava	B	Jaselská 2081/35, Opava	<a href="http://koupalisteopava.cz/">http://koupalisteopava.cz/</a>	Venkovní bazén, písčité hřiště na volejbal, minigolf.
Sakura masáže - Martin Juroška	M	Provaznická 284/2, Opava	<a href="http://www.sakura-massage.cz/">http://www.sakura-massage.cz/</a>	Různé druhy masáží- sportovní i rekondiční
Masáže Stříbný	M	Ostrožná 241/33, Opava-Město	<a href="http://www.masaze-stribny.cz/">http://www.masaze-stribny.cz/</a>	Masáže- relaxační, sportovní, baňkování
Masérna Opava - masáže	M	Hrnčířská 272/14, Město, Opava	<a href="http://www.masernaopava.cz/">http://www.masernaopava.cz/</a>	Relaxační a sportovní masáže, baňkování, čínské masáže
Simona Olšovcová - Masáže	M	Nádražní okruh 767/13, Opava	<a href="http://www.olsovcova-masaze.cz/">http://www.olsovcova-masaze.cz/</a>	Klasické a sportovní masáže, lymfatické drenáže, horké lávové kameny, baňkování
Renáta Kubisová - Jantar	M	Olomoucká 338/52, Předměstí, Opava	<a href="http://masazejantar.cz/">http://masazejantar.cz/</a>	Masáže, rituály (pěti elementů), podpora zdraví (kranosakrální technika)
Kosmetický a masážní salon Kamča	M	Sady svobody 448/4, Město, Opava	<a href="http://www.salonkamca.cz/">http://www.salonkamca.cz/</a>	Kosmetika, masáže, pedikúra.
EuforiKa masáže pro ženy - Opava	M	nám. Svaté Hedviky 2680/9, Opava	<a href="http://www.euforika-masaze.cz/">http://www.euforika-masaze.cz/</a>	Masáže- havajská Lomi Lomi, čokoládová či detoxikační.
Salon Viola	N	Čapkova 506/10, Opava	<a href="http://www.violka.cz/">http://www.violka.cz/</a>	Kosmetický salón, manikúra, pedikúra.
Contours Opava - Fitness pro ženy	F	nám. Svaté Hedviky 2680/9, Opava	<a href="http://contours.cz/fitness/opava">http://contours.cz/fitness/opava</a>	Fitness, služby trenérky.
Sport fitness Opava	F	Dukelská 306/3, Opava	-	Fitness, posilovna, tělocvična
Fitness PEPA	F	OC Breda & Weinstein, U Fortny 49/10, Opava	<a href="http://www.pesport.cz/rs/fitness-pepa/">http://www.pesport.cz/rs/fitness-pepa/</a>	Fitness, posilovna, aerobik, výživové poradenství, trenéři.
Fit klub Perfekt Věry Macoškové	F	Sady svobody 448/4, Opava	<a href="http://www.sportperfekt.cz/">http://www.sportperfekt.cz/</a>	Fitness, zumba, aerobik.
Bavaria Fitness	F	Hlavní 302/68, Opava nečleněná část města - Kylešovice	<a href="http://www.bavaria-fitness.cz/">http://www.bavaria-fitness.cz/</a>	Kardio zóna, spinning, fitness
CzechBeast Gym Opava	F	nám. Sv. Trojice 2960/11, Předměstí, Opava	<a href="https://www.czechbeast-gymopava.cz/">https://www.czechbeast-gymopava.cz/</a>	Fitness, funkční trénink, posilovna

fitDAST	F	Nákladní 895/41, Opava	<a href="http://www.vibrogym.cz/vibrogym-centrum-fitdast-opava">www.vibrogym.cz/vibrogym-centrum-fitdast-opava</a>	Fitness, posilovna
DFitness Gym	F	Hlavní 1040/120, Kylešovice, Opava	<a href="http://www.dfitnessgym.cz/">http://www.dfitnessgym.cz/</a>	Posilovna, funkční zóna
Fit centrum MANDALA Jarmily Hamplové Opava	F	Vrchní 86/30, Kateřinky, Opava	<a href="https://www.reiki-opava.cz/">https://www.reiki-opava.cz/</a>	Fitness centrum, duchovní centrum, duchovní kurzy
Olymp Inn	F	17. listopadu 1210/2, Opava	<a href="http://www.olympinn.cz/">http://www.olympinn.cz/</a>	Jóga
Vitální svět Raduňka	W	Zámecká 95, Raduň	<a href="https://www.radunka.cz/vitalni-svet/">https://www.radunka.cz/vitalni-svet/</a>	Sauny, whirlpool, masáže
Venkovní posilovna Velké Heraldice	F	Velké Heraldice	-	Venkovní posilovna.

#### ORP VÍTKOV

Názvy jednotlivých	Typ	Adresa	www	Služby
Relax Pension Schönwald	W	Budišov nad Budišovkou, Podlesí 24, 747 87	<a href="http://www.podlesinadodrou.cz">www.podlesinadodrou.cz</a>	Finská sauna, parní sauna, Kneippův chodník, masáže, relaxační koupele.
Davidův mlýn	W	Staré Těchanovice 46, 749 01	<a href="http://www.davidumvlyn.cz">www.davidumvlyn.cz</a>	Solná sauna, biosauna, infrasauna, Kneippův chodník, masáže, venkovní a malý vyhřívávaný bazén, wellness procedury.
Městské koupaliště	B	Vítkov, Husova, 749 01	<a href="http://www.tsvitkov.cz">www.tsvitkov.cz</a>	Venkovní bazén, Beach volejbal.
"S" Club SPINNING	M	Vítkov, Oderská 170, 749 01	<a href="http://www.fitcentrum-vitkov.cz">www.fitcentrum-vitkov.cz</a>	Lymfatické masáže Vacupress, lymfatické masáže Ballancer 505.
Eva Zemanová	M	Vítkov, nám. Jana Zajíce 3, 749 01	-	Relaxační a odpočinkové masáže.

#### ORP KRAVAŘE

Názvy jednotlivých	Typ	Adresa	www	Služby
Penzion Bolatice	B+S	Bolatice, Ke koupališti 630, 747 23	<a href="http://www.penzionbolatice.cz">www.penzionbolatice.cz</a>	Koupaliště: 2 venkovní bazény–pro plavce i neplavce, brouzdaliště, finská sauna.
R-AKANTO	M	Bolatice, Krátká 195, 747 23	<a href="http://www.r-akanto.cz">www.r-akanto.cz</a>	Rehabilitace, masáže, regenerace organismu, detoxikace, Breussova masáž, alternativní i čínská medicína. Nabízí také havajskou, čokoládovou, medovou a těhotenskou masáž, lávové kameny, reflexní terapii a Fidži rituály.
Helena Pustková	M	Chuchelná, Křížkova 289, 747 24	-	Klasické, lymfatické, havajské, thajské a medové masáže či masáže lávovými kameny
Míroslava Bedrichová	M	Kobeřice, Příkopy 850, 747 27	-	Lymfatické, thajské či antimigrénové masáže a masáže lávovými kameny.
Buly Aréna	B+S+W	Kravaře, Kostelní 28, 747 21	<a href="http://www.bulyarena.cz">www.bulyarena.cz</a>	Aquapark: whirlpool, bazén, brouzdaliště, tobogán, divoká řeka, sauna, solárium, pára, masáže (těhotenské, sportovně-rekreační, relaxační).
Helena Štefková	M	Štěpánkovice, Hlavní 23, 747 28	-	Aromatické, sportovní a regenerační masáže a masáže přírodními oleji.

#### ORP HLUČÍN

Názvy jednotlivých	Typ	Adresa	www	Služby
Priessnitzovy přírodní lázně horních a dolních konč	B	Bělá, 747 23	<a href="http://www.pensionrothschilduvdvur.cz">www.pensionrothschilduvdvur.cz</a>	Léčebný pramen Židlo – venkovní léčebné bazénky, založené na Priessnitzově metodě.
Anna Lampartová	M	Bohuslavice, Na Svahu 157, 74719	-	Masáže rukou, nohou, depilace, manikúra, pedikúra.
Anna Riedlová	M	Bohuslavice Zahradní 404, 74719	-	Relaxační, sportovní a regenerační masáže.

Monika Vicenecová, DiS.	M	Darkovice, Dlouhá 153/103, 747 17	-	Rehabilitace, masáže.
Přírodní koupaliště v Darkovicích	B	Darkovice, Koupaliště (poblíž ulice Březová), 747 17	<a href="http://www.darkovice.cz">www.darkovice.cz</a>	Bazén a brouzdaliště pro děti.
Radim Šink	M	Darkovice, Dlouhá 361/101 A747 17	<a href="http://www.masaze-sink.webnode.cz">www.masaze-sink.webnode.cz</a>	Klasické a sportovní masáže, obličejové masáže.
Salon Renesa	M	Darkovice, Kostelní 2, 747 17	-	Sportovní, regenerační a obličejové vypínací masáže, míčková facilitace, masáže miminek a teplé rašelinové zábaly.
Salon Señorita	M	Dolní Benešov, Opavská 34, 747 22	-	Masáže zad, masáže nohou, masáže celého těla, exotické masáže, reflexní masáže, zdravotní masáže.
Sauna Šimeček	S+M	Dolní Benešov, Osada Míru 313747 22	<a href="http://www.sauna-simecek.cz">www.sauna-simecek.cz</a>	Finská sauna, masáže.
Masážní studio Pavly Myškové	M	Hať, Kostelní 791/3747 16	<a href="http://www.masazemyskova.cz">www.masazemyskova.cz</a>	Regenerační a lymfatické masáže, dále masáže s lávovými kameny, baňkování, ušní svíce, indické masáže hlavy, výživové poradenství, rašelinové, čokoládové, parafinové a skořicové zábaly.
Hostinec a penzion U sv. Mikuláše	W	Hať, Lipová 164, 747 16	<a href="http://www.svaty-mikulas.com">www.svaty-mikulas.com</a>	Sauna a koupele.
Blanka Štefková	M	Hlučín, Čs. armády 54/6, 748 01	<a href="http://www.terapie-dotekem0.webnode.cz">www.terapie-dotekem0.webnode.cz</a>	Baňkování, Breussova masáž, alternativní léčení, cvičení, lymfatické masáže, reflexní terapie.
Darina Krejzová	M	Hlučín, Růžová 2 A, 748 01	-	Provoz solné jeskyně, dále jsou v nabídce také parní bylinné lázně a masáže lávovými kameny, dolních končetin a celého těla.
Jana Grygarčíková	M	Hlučín, Ostravská 84/41, 74801	-	Masáže zad, šíje, nohou i celého těla, relaxační aroma masáže, indické masáž hlavy.
Dagmar Krupová	M	Hlučín, Ostravská 72/17, 74801	<a href="http://www.masazekrupova.sluzby.cz">www.masazekrupova.sluzby.cz</a>	Zdravotní masáže, baňkování, lymfodrenáž, suché uhlíkové koupele, perličkové koupele, CO2 injekce, zábaly (parafinové, rašelinové, bahenní), kavitace – obličejová a tělová.
Salon Loretta	M	Hlučín, Ostravská 16 A, 748 01	<a href="http://www.lorettasaloon.cz">www.lorettasaloon.cz</a>	Masáže – sportovní, relaxační a lymfatické, dále infrasauna, kosmetika, pedikúra.
Wellness Hlučín	W	Hlučín, Hrmčičská 234/7, 748 01	<a href="http://www.wellnesshluцин.cz">www.wellnesshluцин.cz</a>	Vířivka, infrasauna, relaxační zóna.
Studio Petra	M	Hlučín-Darkovičky, Malá 318/1	<a href="http://www.studiopetra.cz">www.studiopetra.cz</a>	Masérské služby, kosmetika, mobilní masáže domů.
Hlučinské jezero	N	Hlučín, 748 01	<a href="http://www.sak-hluucin.cz/">www.sak-hluucin.cz/</a>	Přírodní koupání, Štěrkovna Open Music Festival.
Bazének Bobrovníky	B	Hlučín-Bobrovníky, K Lomům 378/25, 748 01	<a href="http://www.bazenekbobrovniky.cz">www.bazenekbobrovniky.cz</a>	Krytý bazén se slanou vodou, cvičení pro děti.
LIBERE Slovakia, s.r.o.	M	Markvartovice, Šilheřovická 227, 747 14	<a href="http://www.zdravi-vitalita.cz">www.zdravi-vitalita.cz</a>	Klasické zdravotní i reflexní masáže, fyzioterapie, minerální zábaly, baňkování a Dornova metoda.
Koupaliště Pišť	B	Pišť, Opavská 531/57, 747 18	-	Dva venkovní bazény, beach volejbalové a víceúčelové hřiště, minigolf, kuželky.
Hotel Golf Šilheřovice	W	Šilheřovice, Sokolská 376, 747 15	<a href="http://www.hotelgolfshilheřovice.cz">www.hotelgolfshilheřovice.cz</a>	Krytý bazén (pouze pro hotelové hosty), sauna a fit centrum (po domluvě).

ORP OSTRAVA				
Názvy jednotlivých	Typ	Adresa	www	Služby
Studio Merlin	M	Horní Lhota, Horní Lhota 1009, 74764	<a href="http://www.maserske-kurzy-ostrava.cz">www.maserske-kurzy-ostrava.cz</a>	Nabídka masérských kurzů s akreditací MŠMT, reflexologie, lymfodrenáže, akupresury, masáže lávovými kameny, baňkování, poradenství ve výživě, cvičení. Zaměřeni na masáže bambusové, čokoládové a medové. Rekvalifikační kurzy pro poradce pro výživu a cvičitele tělesné výchovy.

Zdroj: vlastní šetření