

# Wellness – fenomén či módní výstřelek 21. století?

Lázeňský a hotelový wellness

# Fenomén? – nikoliv dnešní doby wellness – synonymum zdravého životního stylu, tradice

## Starověk

Řecko, Řím – od 5. st. př.n.l.

- využívání vody, minerálních a termálních pramenů
- kalokagathia – harmonie těla (kalós)

a ducha (agáthos)

- nejstarší vany z Kréty (1900 př.n.l.)
- veřejné lázně - balaneion
- SPA (Sanus per Aquam)
- Orient, Dálný východ

# Středověk

- Péče o zdraví a krásu – výsadou vyšších vrstev
- Vlivem církevních dogmat – potlačování uvědomělé péče o tělo, hygienu
- Baroko – přineslo obrodu, hýčkání těla a duše
- Kult vody – zakotven i v náboženském základě (kapličky, kostely, poutě)

# Novověk

- 1654 – Oxford sir A. Johnson, „dobré zdraví“
- Americký lékař Halbert L. Dunn „High Level Wellness“
- USA 70. léta Donal B. Ardell a John Travis – nový model managementu zdraví (prevence, vlastní odpovědnost)
- 80. léta – wellness se dostává do západní Evropy

# Wellness – wellbeing + fitness, happiness

- Fitness (Jane Fondová) – dynamické tělesné formy – aerobik, bodybuilding, spinning, jogging „pro krásu se musí trpět“
- Posl. 20 let – wellness prochází vývojem fitness centra se „změkčovala“, pomalejší formy, relaxační techniky – strečink, pilates, jóga, masáže  
přechod generace fitness do generace wellness
- Tendence selfness – individualizace služeb, převzetí odpovědnosti jednotlivců za svůj stav

# Nová nabídka wellness programů

- Využívání přírodních zdrojů, hudby, slov, tónů  
terapie přírodními zvuky (vítr, vlny, tření oblázků, praskání ohně, zvuky zvířat)
- Chromoterapie (chromos – barva)
- Auro – soma – terapie pracující s barvami (Equilibrium)
- Aromaterapie
- Podvodní muzikoterapie

- Smyslové vnímání přijímané péče, hmat, dotyky

**Materning** (*mater – matka*) *mateřský přístup*

**Cocooning** (*cocoon – závitka či zámotek*) *jemný, něžný způsob péče*

**Pampering** (*pamper – hýčkat, rozmazlovat*) *hýčkání klientů, kosmetická centra, Pampering party*

- Voda – nejrůznější způsoby, bazény, masáže, vodní koupele, vodní stříky, afuzní sprcha Vichy, krenoterapie (krenos – pramen či zdroj), terapeutické plavání s delfíny
- Terapie pomocí zvířat  
hipoterapie – pomocí koní  
dolphin therapy – pomocí delfínů





# Wellness

- Zpočátku 21. století chápán jako novinka, módní výstřelek, která může ovlivnit poptávku trhu na krátké období
- Praxe ukázala, že wellness je schopen se přizpůsobovat novým tržním podmínkám a zachovat si přitom i svou podstatu
- Do budoucna – rozvoj wellness v kvalitativním a kvantitativním směru
- Wellness – součástí životního stylu obyvatel, ne pouze business

# Lázeňský Wellness

- Lázeňství – především zdravotnicko-léčebná záležitost
- Přírodní léčivé zdroje, přírodní zdroje minerálních vod – nezastupitelný léčebný faktor
- Význam lázeňství – posun více směrem k prevenci, nové formy životního stylu, relaxace



# Lázeňství v ČR – zakotveno v systému poskytované léčebné péče

- Způsob financování – samoplátci wellness
- Nová nabídka, zvýšení konkurenceschopnosti
- Průměrná délka pobytu kratší

„Wellness tvoří důležitý  
příspěvek pro zdraví  
obyvatelstva a pro národní  
hospodářství a je založen na  
prevenci upevňování zdraví.“

Wellness – prevence, relaxace,  
regenerace

# Wellness v lázních

- Přírodní léčivé zdroje, lázeňské prameny, klima
- Lékařská péče
- Možnost sociálních kontaktů a komunikace, infrastruktura místa – přednášky, procházky, výlety do okolí, kulturní vyžití – galerie, kavárny, čítárny, sportovní zařízení
- Více indoor aktivit – fitness, tanec, masáže
- Vysoká úroveň služeb a kvality servisu, školení zaměstnanců lázní, sledování trhu



# Hotelový Wellness

„V nejbližších 20 letech bude právě Wellness ve všech podobách a modifikacích plnit pokladny našich hotelů.“

*Wellness – součást každého dobrého hotelu, Svět obchodu*



# Hotelový wellness

- Buď doplňková služba k ubytování (konkurenceschopnost)
- Celková strategie hotelu, založená na wellness – wellness hotel  
celoroční využívání  
využití pro incentivní cestovní ruch

chybí přesná klasifikace wellness hotelu a hodnocení kvality



# Terminologie hotelů u nás i v zahraničí



- Wellness hotel bez lékaře
- Beauty hotel
- Kurhotel
- Gesundheit hotel
- Wellness hotely v přímořských oblastech – Thalassoterapie

# Základní kritéria

- \* Lokalita hotelu
- \* Prostředí, atmosféra
- \* Hotelové vybavení, barvy, hudba
- \* Kvalita služeb, hotelový personál
- \* Doprovodné programy
- \* Stravování

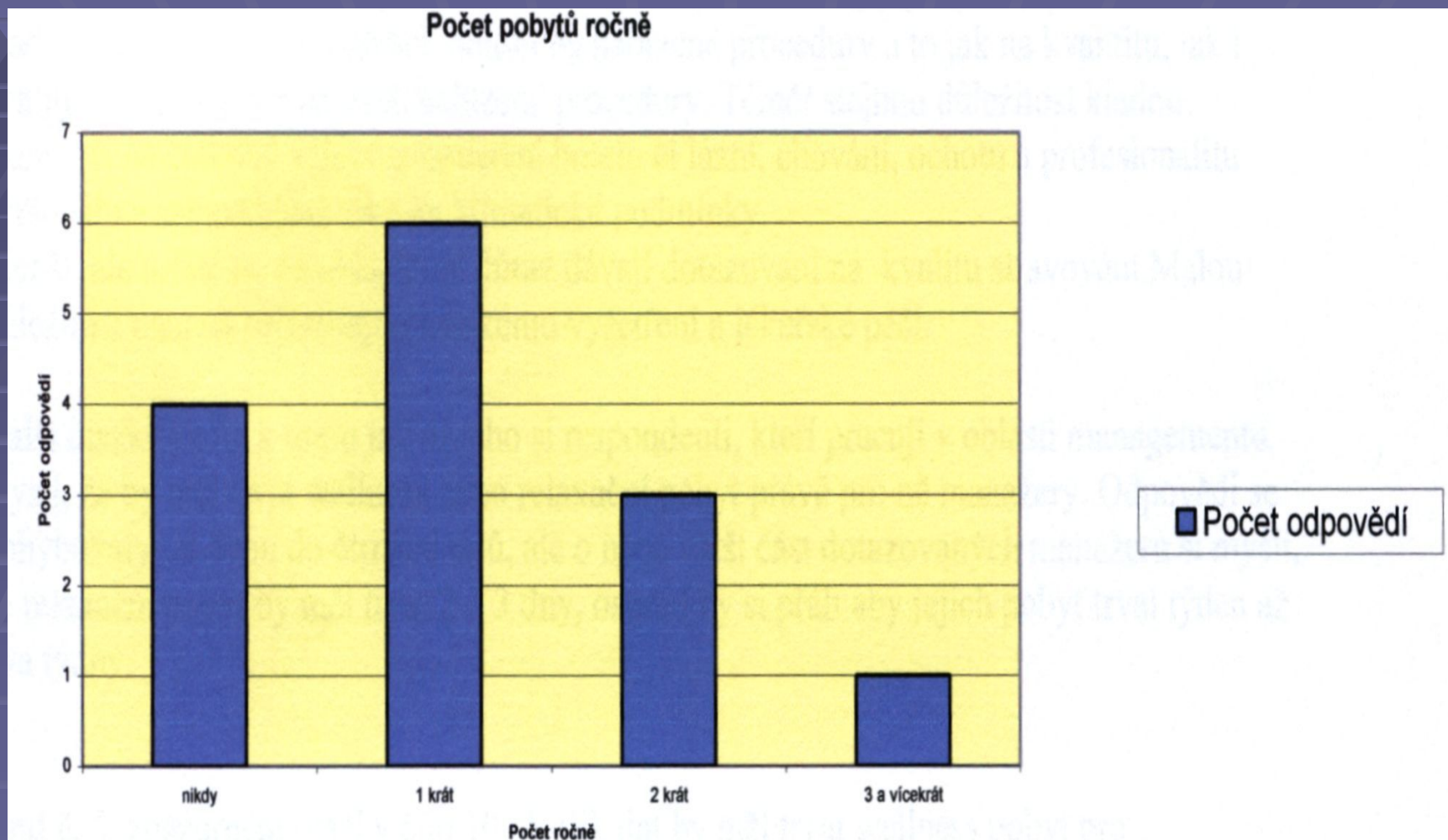


# Výsledky průzkumu trhu Požadavky a poptávka manažerů na Wellness pobyt

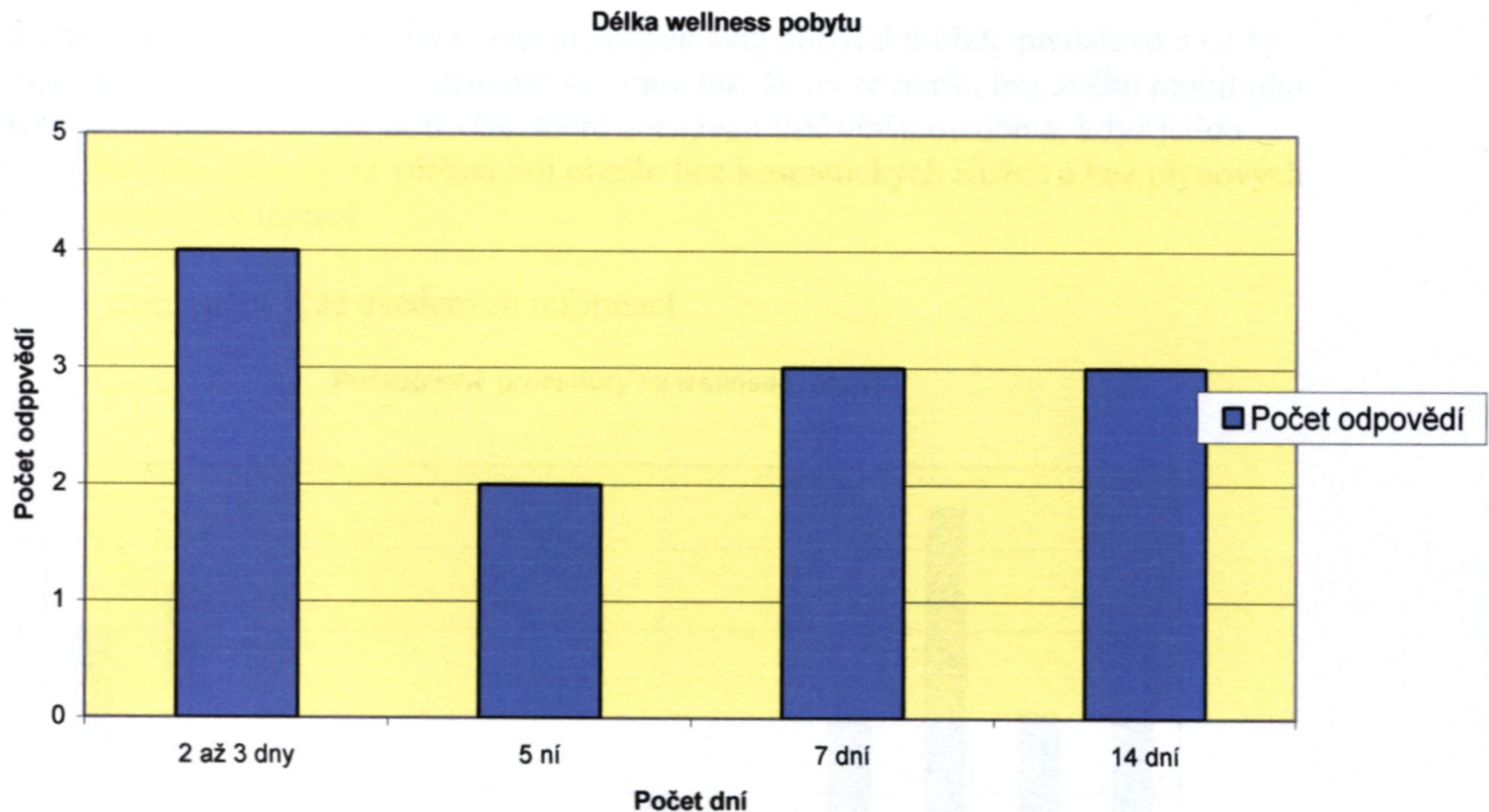
## Otázky:

- Co Vám říká „Wellness?“
  - relaxační, odpočinkový pobyt
  - péče o tělo i ducha
  - zdravý životní styl
  - jeden - se vůbec neseťkal s pojmem wellness

# Jak často jezdíte na relaxační pobyty?

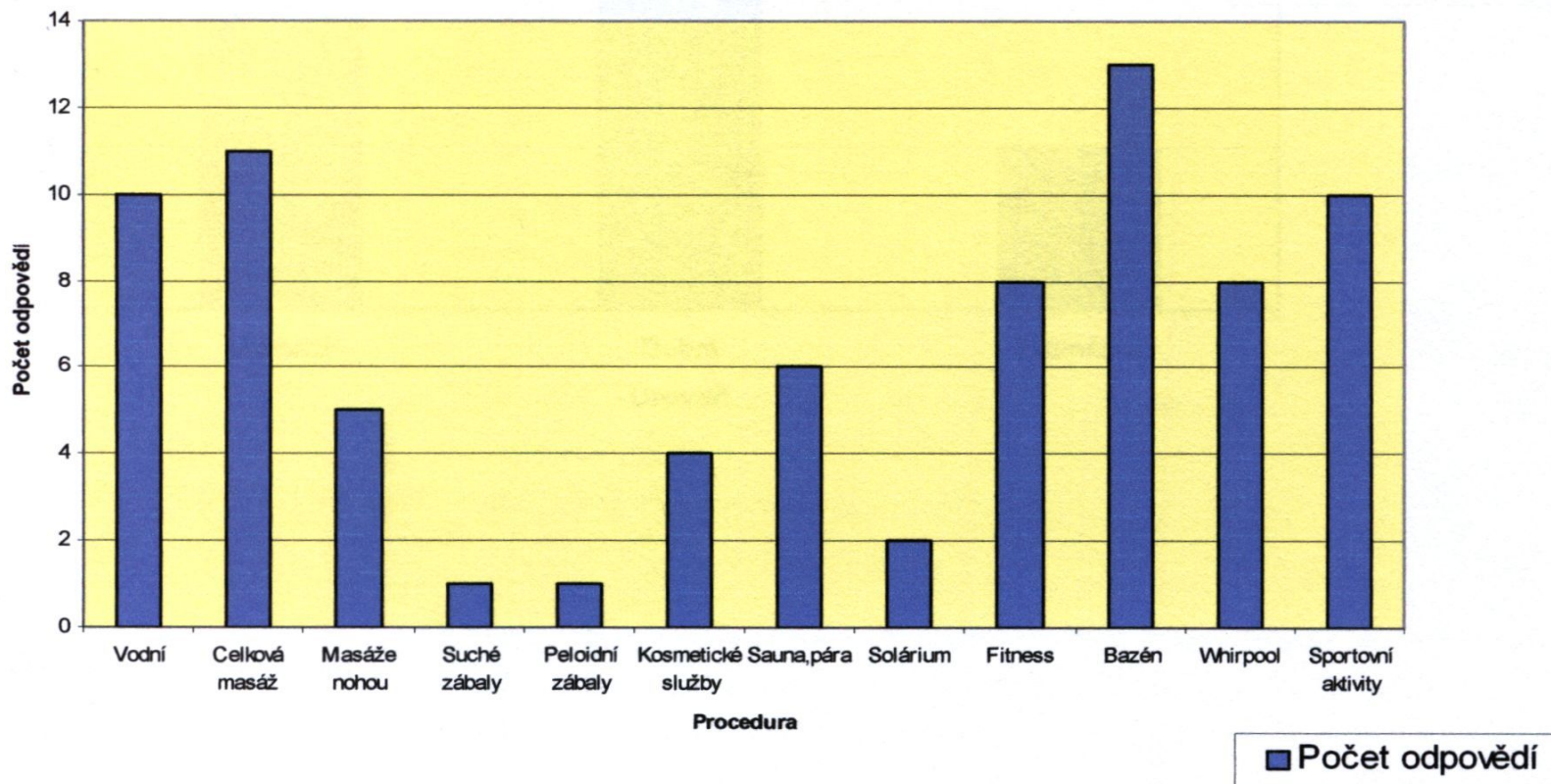


# Kolik dní by měl trvat wellness pobyt pro manažery?

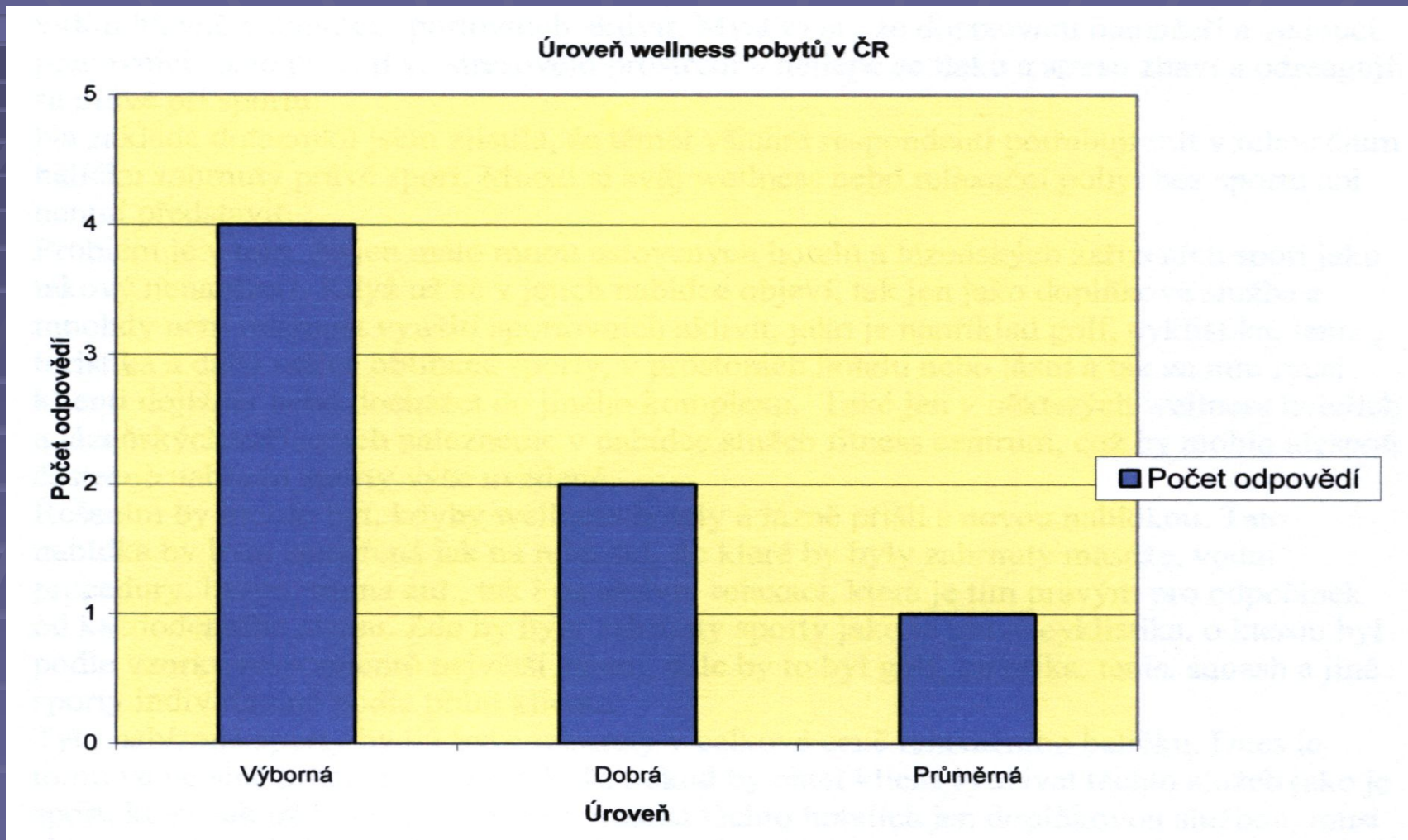


# Jaké jsou nejoblíbenější procedury na wellness pobytu?

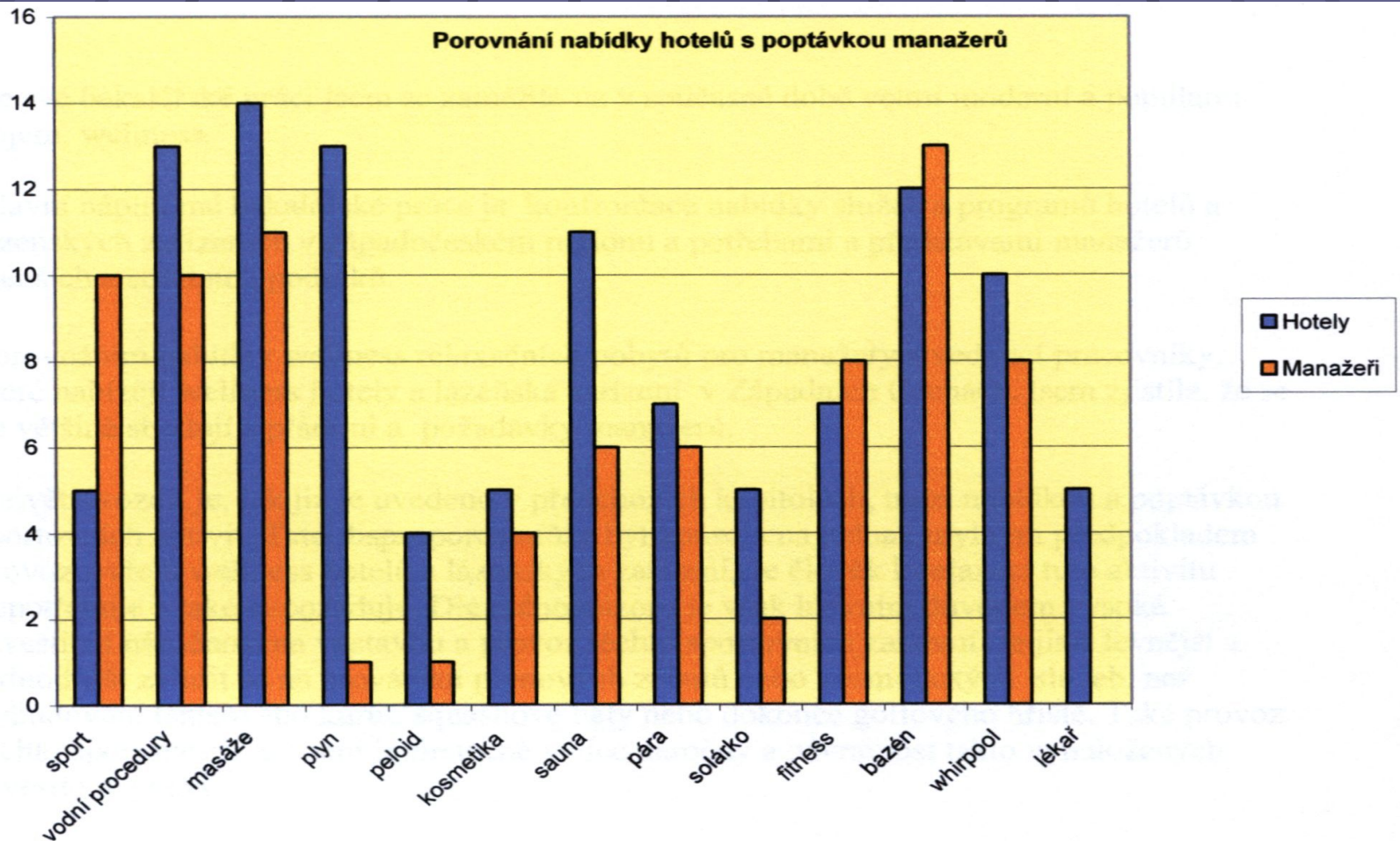
Požadované procedury na wellness pobytu



# Jaká je úroveň wellness pobytů v ČR?



# Porovnání nabídky hotelů a poptávky manažerů





Děkuji za pozornost

Doc. Ing. Věra Seifertová, CSc.