



Małgorzata Biernikiewicz

# SPA & WELLNESS INSPIRACJE

Małgorzata Biernikiewicz

# SPA & WELLNESS. INSPIRACJE



Wydawnictwo SpaPartners  
Wrocław 2010

# SPIS TREŚCI

WSTĘP	7
CZĘŚĆ I	9
1. Wyróżnić się? Ale po co?	9
2. Filozofia spa&wellness	11
3. Projekty spa	14
4. Karta spa	17
CZĘŚĆ II	21
1. Herbata	21
2. Kawa	24
3. Wino	26
4. Piwo	29
5. Auyurweda	31
6. Czekolada	33
7. Pomarańcze	36
8. Metro-man	39
9. Baby-jazz	41
10. Błota	44
11. Jedwab	46
12. Talasoterapia	49
13. Japonia	53
14. Sauna	55
15. Maroko	58
16. Rosja	61
17. Austria	63
18. Egipt	65
19. Porady dra Kneippa	68
20. Aromaterapia	71
LITERATURA	75