



# Wodne masaże

## Hydromasaż

Olimpia Wolf

Na panel do hydromasażu – zamiast zwykłej baterii prysznicowej – znajdzie się miejsce nawet w niedużej łazience. W większym pomieszczeniu można sobie pozwolić na kabinę masażowo-parową lub na kilkuosobową wannę. Oprócz urządzeń w wersji podstawowej są też droższe – wykonywane także na zamówienie.

### Wanny

#### Materiał

Wykonywane są najczęściej z akrylu – materiału twardego, wytrzymałego i dającego się łatwo formować w dowolne kształty – krzywoliniowe i wielokątne, a także profilować zeń siedziska, wgłębienia, półeczki, podłokietniki oraz schodki. Akryl nie pod-

lega korozji i nie przebarwia się, a więc ułatwia utrzymanie wanny w czystości. Barwi się go w masie i dlatego ewentualne zarysowania czy drobne uszkodzenia nie są bardzo widoczne.

lega korozji i nie przebarwia się, a więc ułatwia utrzymanie wanny w czystości. Barwi się go w masie i dlatego ewentualne zarysowania czy drobne uszkodzenia nie są bardzo widoczne.

#### Wymiary

Zależnie od głębokości i wymiarów wanny mają najczęściej pojemność od 150 do 450 l. Duże mają nawet 3 m długości, małe – 1,5 m. Wanny płytkie mają 35–37 cm głębokości, głębokie – powyżej 50 cm. Oczywiście jest, że wielkość wanny należy dostosować do liczby osób (maksimum 5), które będą z niej jednocześnie korzystać. A oto przykładowe wymiary:

- prostokątne: od 120 × 70 do 190 × 90 cm,

- asymetryczne: od 145 × 100 do 160 × 100 cm,

- owalne: od 165 × 130 do 190 × 100 cm,

- narożne: od 125 × 125 do 153 × 153 cm

**Uwaga!** Łazienka, w której jest wanna z hydromasażem, powinna mieć minimum 6–7 m<sup>2</sup>.

#### Dysze i masaż wodny

Zależnie od modelu, wanny do hydromasażu są wyposażone w kilka do kilkunastu dysz, przez które wypływają strumienie wody. **Minimum niezbędne do efektywnego masażu to 3–4 dysze, w najdroższych modelach jest ich ponad 20.** Liczbę dysz producenci dobierają do kształtu i wielkości wanny.

Dysze różnią się wielkością i mocą strumienia wody. Niektóre umożliwiają ręczne kierowanie strumienia w różne rejony ciała. Inne można zamykać: zwiększa się wtedy intensywność masażu w dyszach otwartych. Są też dysze wirujące, które wytwarzają strumienie będące efektem ich ruchu: głęboko masują ciało strumieniem śrubowym.

Dysze rozmieszcza się w wannie tak, aby zapewnić jak najlepsze efekty masażu, a więc kieruje je w stronę mięśni ciała, które są najbardziej narażone na napięcie: plecy, kark, uda, ramiona, stopy i łydki. Do masażu karku wystarczy na przykład jedna duża dysza i kilka mniejszych, rozmieszczonych symetrycznie po obu stronach pleców.

Specjalne dysze umożliwiają połączenie masażu wodnego z emisją fal ultradźwiękowych. Taki masaż rozgrzewa tkanki i poprawia ich ukrwienie, poprawia też ich elastyczność, co pomaga w walce z cellulitem. W wannach wyposażonych w takie dysze można korzystać z obu masażu jednocześnie albo tylko z masażu wodnego, niemożliwe jest jednak uruchomienie samych ultradźwięków.

Dysze montuje się na powierzchni wanny albo w specjalnych zagłębieniach – wtedy one ograniczają wygody korzystania z kąpeli.

### Masaż powietrzny, czyli perełkowy

Dmuchała wciąga powietrze do wanny napełnionej wodą; tworzą się wtedy bąbelki powietrzne, które delikatnie masują ciało. W zależności od modelu wanny, powietrze jest doprowadzane do:

- specjalnej komory pod dnem wanny i potem przez małe otwory (nie są to dysze) w dnie wanny. Otworów może być od 60 do 140;
- dysz powietrznych znajdujących się na dnie wanny; dysze powinny mieć zabezpieczenie przed cofaniem się wody, gdy dmuchała nie pracuje, by nie zostały zalane, co doprowadziłoby do awarii urządzenia.

## ► Wyposażenie wanny

Każdy producent indywidualnie określa standard każdej wanny i co stanowi wyposażenie dodatkowe. W standardzie są zwykle: pompa, urządzenia do sterowania pneumatycznego, zestaw dysz i przewodów. Niektóre modele wanien mają w standardzie stelaż, a niekiedy też obudowę.

Wyposażenie dodatkowe to większa liczba dysz, urządzenia do automatycznego osuszania i dezynfekcji, zagłówki, relingi zewnętrzne do powieszenia ręczników, uchwyty wewnętrzne (które mogą służyć jako półki w wannie lub ułatwiać wstawanie z kąpeli), a ponadto – oświetlenie oraz urządzenia automatycznie dozujące olejki. Zwykle dodatkowo trzeba zapłacić za sterowanie elektroniczne z dodatkowymi funkcjami oraz dno antypoślizgowe.



foto: Rho

▲ Oparcia na głowę i szyję poprawiają wygodę kąpeli

Niektóre rodzaje wanien wyposaża się w ozonator, który zwiększa efektywność masażu powietrznego – dotlenia skórę i wspomaga pracę układu krążenia. Ma również działanie bakteriobójcze i dezynfekuje wodę, zapobiegając rozwojowi glonów i bakterii.

Wanny z masażem powietrznym mogą mieć dmuchawę z podgrzewaczem powietrza, regulacją natężenia nadmuchu oraz z możliwością ustawienia masażu pulsacyjnego.

### Dezynfekcja

Aby móc cieszyć się zdrową kąpielą, trzeba przeprowadzać regularne dezynfekcje orurowania wanny za pomocą specjalnych płynów lub tabletek. Zależnie od wyposażenia wanny robi się to ręcznie lub automatycznie.

**Dezynfekcja ręczna** polega na napełnieniu wanny wodą i wleaniu płynu dezynfekującego. Następnie na 3 minuty włącza się masaż wodny i powietrzny, potem napełnioną wannę pozostawia się na 10–20 minut i ponownie włącza na 3 minuty urządzenia do masażu, po czym spuszcza się wodę.

**Dezynfekcja automatyczna** wymaga jedynie wciśnięcia odpowiedniego guzika na panelu sterowania. Urządzenie samo dozuje środek odkażający i steruje przebiegiem dezynfekcji. Trwa ona 30 minut, po czym wannę trzeba opróżnić i wypłukać letnią wodą.



Duże znaczenie dla skuteczności masażu wodnego ma nie liczba dysz, ale ich rodzaj i odpowiednie rozmieszczenie

foto: Peci Spa

Taką dezynfekcję można przeprowadzić z użyciem wody pozostałej po kąpeli lub świeżej.

### Osuszanie

Ważnym elementem dbałości o wannę z hydromasażem jest utrzymanie w czystości kanałów powietrznych. Nie może w nich pozostawać woda, bo stwarza to dogodne warunki do rozwoju bakterii. Dlatego po każdej kąpeli powinno się je osuszać. Jeśli wanna ma system automatycznego osuszania, nie trzeba o tym zabiegu pamiętać, uruchomi się automatycznie. W wannach bez takiej automatyki pół godziny po spuszczeniu wody i opłukaniu trzeba uruchomić na kilka minut dmuchawę powietrzną, która znajduje się w obudowie.

### Zasilanie

Większość wanien do użytku domowego ma nieduże pompy, do zasilania których wystarczy 230 V. Zasilanie trójfazowe (inaczej)

▼ Wanny z akrylu są antypoślizgowe, tłumią dźwięki i mają dobrą izolacyjność cieplną, dzięki czemu woda długo utrzymuje pożądaną temperaturę



foto: Ravak



Fot. Kohler

▲ Aby zasłonić zewnętrzne części wanny, warto kupić gotowe, łatwe do demontażu obudowy. Jeśli przydarzyłaby się awaria, można wtedy szybko dostać się do pompy i innych elementów

## ▶ Kto zamontuje?

Wannę z hydromasażem powinien montować specjalista – najlepiej polecony przez firmę, w której była kupiona. Skorzystanie z takiego serwisu jest warunkiem otrzymania pełnej gwarancji na urządzenie.

siłę) stosuje się zwykle do wanien typu spa (4–7 osobowych), w których zamontowane są podgrzewacze wody o dużej mocy. Czasem też w dużych i droższych wannach z hydromasażem (najczęściej powyżej 8–10 tys. zł) są większe, silniejsze pompy i wtedy również wymagane jest zasilanie trójfazowe. Jeżeli chodzi o jakość i komfort hydromasażu, dla użytkownika nie ma znaczenia, jak zasilane są wanny.

## Kabiny

Profile ścianek kabin są aluminiowe, a do ich wypełnienia stosuje się szkło hartowane,



Kabina ze składanym siedziskiem: jest to wygodne, bo nie zajmuje na stałe miejsca

Fot. Artwenger

# Jeśli w wannie z hydromasażem chcemy się myć mydłem lub żelem, system hydromasażu trzeba wyłączyć

czasem też polistyren. Często powierzchnie szklane są pokryte specjalną powłoką, która ogranicza osadzanie się kamienia i zanieczyszczeń. Małe kabiny mają 90 × 90 cm szerokości i 200 cm wysokości. Dwuosobowe mogą mieć odpowiednio 150 × 150 cm i 230 cm.

Kabiny masażowo-parowe wyposaża się w generator pary, dysze masażowe i parowe (kilka lub kilkanaście), prysznic ręczny z kilkoma rodzajami strumienia, baterię termostatyczną, wielofunkcyjną słuchawkę prysznicową i elektroniczny panel sterujący. Kabiny mają jedno lub dwa siedzenia, które w niektórych modelach są składane: jest to wygodniejsze, bo nie zajmują trwale miejsca w kabinie. W suficie najczęściej instaluje się oświetlenie halogenowe. Najdroższe modele mogą mieć telefon z systemem głośnomówiącym, cyfrowe radio stereo, odtwarzacz CD, a nawet telewizor.

W kabinach można korzystać z następujących rodzajów masażu:

- **ciągły:** strumień wody z kilku dysz. Relaksuje i odpręża, można z niego korzystać na stojąco lub siedząco;
- **limfatyczny:** naprzemienne silne strumienie wody z kilku dysz. Wzmacnia odporność organizmu, poprawia krążenie, ujędrnia skórę; należy go rozpoczynać od części ciała najbardziej oddalonych od serca;
- **masaż stóp:** strumień wody wydobywający się z dna kabiny; stymuluje receptory w stopach, redukuje stres i zmęczenie;
- **kąpiel parowa:** kąpiel parowa przyspiesza przemianę materii, dzięki temu szybciej są odblokowane pory i usunięte toksyny; relaksuje i nawilża układ oddechowy; najlepiej brać ją przez 15–30 min, a po jej zakończeniu wziąć letni natrysk lub zwykłą kąpiel.
- **aromaterapia:** czyli terapia zapachem, stosowana z hydromasażem poprawia samopoczucie oraz korzystnie wpływa na ukrwienie i elastyczność skóry; można korzystać z niej w tych kabinach, które mają dozowniki z olejkami zapachowymi
- **chromoterapia:** czyli terapia kolorami, dostępna w kabinach z wbudowanym wielokolorowym diodowym oświetleniem. Większość kabin ma od 3 do 8 dysz i zwykle ciśnienie w instalacji jest wystarczające,

aby pracowały efektywnie. Są jednak kabiny z kilkunastoma dyszami, z których ciężko jest korzystać jednocześnie, ponieważ ciśnienie wody w instalacji jest za słabe. Takie urządzenia warto kupić z własną pompą wody do hydromasażu (niektóre kabiny powyżej 10 tys. zł mają takie pompy) Powoduje ona wzrost ciśnienia wody – masaż z kilkunastu dysz jest wtedy bardziej efektywny, niż przy zwykłym ciśnieniu wody z sieci wodociągowej.

## Panele

Są to podłużne płyty z akrylu, aluminium albo naturalnego lub sztucznego kamienia. Montuje się je na ścianie lub w rogu kabiny. Panele metrowe mają najczęściej podstawowy zestaw dysz, baterię i słuchawkę prysznicową, dłuższe – nawet dwumetrowe – dodatkowo mogą mieć siedzisko, lustro i półeczki.

Panel może być wyposażony w jedną słuchawkę prysznicową – do natrysku ręcznego. Może też mieć dwie słuchawki, wtedy jedna z nich, nazywana głowicą prysznicową, jest przymocowana na stałe do górnej części panelu, druga – ręczna jest zamontowana na wysięgniku lub w jego dolnej części.

W panelach montuje się minimum trzy dysze, ale do komfortowego masażu potrzeba ośmiu. Są modele nawet z kilkunastoma, lecz nie zawsze można z nich korzystać jednocześnie, ponieważ ciśnienie wody w instalacji może być na to za słabe.

Jeśli liczba dysz jest parzysta, rozmieszczone są parami symetrycznie po obu stronach panelu. Jeśli nieparzysta, to zainstalowane są w jednym rzędzie lub jedna z nich centralnie. Dysze – w zależności od modelu panelu – mogą zapewniać jeden lub kilka rodzajów strumienia, mogą pracować osobno lub sekwencyjnie, a w razie potrzeby część z nich można wyłączyć.

Panele mogą mieć zwykle, tańsze mieszacze wody. Jeśli mają mieszacze droższe, z termostatem, wtedy automatycznie dobierana jest proporcja wody ciepłej i zimnej, tak aby wpływający strumień miał zawsze stałą temperaturę; dla kąpiącej się osoby jest to wygodniejsze.

Baterie montowane do paneli zazwyczaj ukryte są pod ich obudową. Na zewnątrz

znajdują się przeważnie pokrętła lub uchwyty służące do ustawiania mocy strumienia i temperatury wody.

## Wanny spa

Jeśli zimą z hydromasażu chcemy korzystać w domu, a latem – w ogrodzie, dobrym rozwiązaniem jest kupno wanny spa.

Wanny spa mogą być wolno stojące, tzw. kompaktowe lub przeznaczone do zabudowy. Opróżnioną z wody małą wannę kompaktową kilka osób z łatwością przeniesie w inne miejsce. Wannę do zabudowy można wpuszczać w podłogę lub ustawić na specjalnym stole i obudować trwałą konstrukcją.

Niecki mogą być wyposażone w półki do siedzenia, ale są nawet takie, w których jedna osoba może pływać (długość na ponad 4,5 m i niezbyt szerokie). Oczywiście im większa wanna, tym jest droższa i tym więcej kosztować będzie jej eksploatacja.

Wanny spa napełniają się z węża ogrodowego. Instalacja umożliwiająca hydromasaż, obieg i czyszczenie wody znajduje się w jej obudowie. Jeśli wybierzemy dobry system filtracji, stosowany w wannach do zabudowy, wodę wystarczy wymieniać nie częściej niż co pół roku. Rynna przelewowa, której nie mają wanny kompaktowe, zapewnia odzyskiwanie wody wychlapywanej podczas kąpiei i przekazuje ją do filtra, skąd woda wpompowywana jest z powrotem do niecki.

**Bardzo ważne jest zabezpieczenie wanny przed porażeniem prądem; niektóre modele mają wbudowany wyłącznik różnicowoprą-**

**dowy, który w razie zwarcia natychmiast odcina dopływ prądu.**

Podgrzewacz wody umieszczony w wannie zapewnia pożądaną temperaturę kąpieeli, a automatyczny system filtracji wody gwarantuje czystość i pełną higienę.

## Koszty urządzeń z hydromasażem

### Wanny

**Wanny z hydromasażem wodnym i powietrznym dla 2–3 osób można kupić już od ok.**

**1,5–3,5 tys. zł.** Są to wanny przeznaczone do domów jednorodzinnych. Część z nich ma jednak tylko masaż wodny, bez powietrznego, nie mają również podgrzewania powietrza, wody, automatycznej dezynfekcji i wliczonej w cenę obudowy.

**Za ok. 3,5–7 tys. zł dostępne są zwykle wanny z 6–12 dyszami wodnymi i 8–12 dyszami powietrznymi. W cenie tych wani jest przeważnie obudowa, system odprowadzania resztek wody, sterowanie elektroniczne, a także regulowana praca pompy.**

Wanny od 7 do kilkunastu tys. zł są większe i mają od 6 do 18 dysz wodnych z różnymi programami, np. z regulacją kierunku wypływu wody, kierunkiem czteropunktowym do masażu pleców. Mają też 14–16 dysz powietrznych lub ok. 100 kanałów powietrznych w dnie. Wyposażone są często w automatyczną dezynfekcję, podwodne oświetlenie w cenie podgrzewanie wody, czujniki poziomu wody, czasem ozonator.

Modele między 20 tys. a 60 tys. zł – zwykle przeznaczone już do użytku hotelowego – mają dodatkowo np. kaskady, mikrodyse wodne skierowane na plecy i stopy lub dwie pompy – jedna zasila dysze boczne, druga jest odpowiedzialna za tzw. efekt szampański (do dysz powietrznych, które znajdują się na dnie wanny leci pod ciśnieniem woda, która rozbija wydostające się powietrze na małe pęcherzyki).

### Kabiny masażowo-parowe

**Kabiny, które mają podstawowe wyposażenie, czyli zazwyczaj od 3 do 8 dysz wodnych, oświetlenie, górny natrysk, można już kupić za ok. 2–4 tys. zł.** Mają często również wiele innych funkcji, np. deszczownicę, ale trochę słabszej jakości niż w droższych modelach.

Kabiny za ok. 10 tys. zł mają rozbudowany system masażu, kilkufunkcyjne baterie prysznicowe, np. czterofunkcyjną (prysznic centralny, prysznic

ręczny, masaż pleców i masaż karku) z termostatem, wstępne filtry wody zimnej i ciepłej, sterowanie ręczne funkcjami masażu.

Modele w cenie kilkunastu, a nawet dwudziestu kilku tys. zł mają dodatkowo aromaterapię, turecką łaźnię parową, kaskadę wodną, zamknięty obieg pary, generator pary z wyłącznikiem oraz alarm.

### Panele

**W sprzedaży dostępne są panele już od 250 zł – zwykle z trójfunkcyjną rączką, 3–6 dyszami i baterią termostatyczną.** Droższe modele – ok 4–5 tys. mają m.in. regulowane dysze masażowe, kaskadę wodną, deszczownicę, dysze na stopy, blokadę kierunku wypływu wody, składane krzeselka, półki na kosmetyki. Są również panele w cenie kilkunastu tys. zł – dodatkowo mają np. generator pary z elektronicznym panelem sterującym.

### Wanny spa

Dostępne są w cenie od kilkunastu (np. 15 tys.) do 40-, 50-, 60- a nawet 80 tys. zł. Za kilkanaście tys. zł zwykle można kupić 2–3 osobowe wanny, przykładowo z 6 dyszami wodnymi i 12–16 powietrznymi. Droższe modele pomieszczą 4–7 osób, mają 20–60 dysz wodnych, aromaterapię, ozonator, oświetlenie Multikolor, profilowane siedzenia terapeutyczne, leżanki z zagłówkiem, system audio z 4 głośnikami oraz system antyfrost, dzięki któremu woda nie zamarza, gdy wanna stoi zimą w ogrodzie.

### Ceny montażu

Koszty montażu zależą od gabarytów wanny, kabiny masażowo-parowej czy wanny spa oraz od miejsca montażu. Nie ma więc określonych cen, ale ogólnie na rynku przyjmuje się, że koszt montażu wynosi ok. 10% wartości urządzenia. ■

▼ Wannę bez wody można w kilka osób przenosić w zależności od pory roku – latem do ogrodu, jesienią – do wnętrza



▼ Różne rodzaje paneli do hydromasażu

