



Программа Health

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ	КОЛ-ВО ПРОЦЕДУР
Первичная консультация специалиста Аюрведы	1
Прием врача терапевта первичный	1
Первичная консультация врача-косметолога	1
MAYRVEDA Welcome drink (приветственный напиток)	1
Посещение СПА-центра (паровая баня, сауна, бассейн, дорожка Кнейпа, душ впечатлений, иммерсивный душ, купель)	7:00-22:00
Посещение фитнес центра MAYRVEDA Gym	7:00-21:00
ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ	
Утренняя гимнастика и дыхательные практики	ежедневно согласно внутреннему расписанию групповых занятий
Скандинавская ходьба	
Аквааэробика	
Йога	
Тонус-гимнастика долголетия	
Релакс-гимнастика	
Лекции, посвященные аспектам Майер-терапии, Аюрведы и другим актуальным вопросам медицины	
Кулинарный мастер-класс	
Кондитерский мастер-класс	