

Программа Актив 7 дней

Спа-программа: фитобочка, скрабирование, обертывание, подводный душ массаж, фиточай

Продолжительность программы — 2,5 часа

Миостимуляция на аппарате Эсма — 2 процедуры по 60 мин

Подводный душ массаж — 3 процедуры по 30 мин

Прессотерапия - 3 процедуры по 20 мин

Физические нагрузки: ЛФК йога, пилатесс, стретчинг — 7 процедур

Прием специалиста — 1 прием

Проживание — 6 ночей

Питание — завтрак, обед, ужин (ежедневно по меню)

Фитотерапия — 7 процедур

Теренкур (ежедневно)

Программа Актив 10 дней

Спа-программа: фитобочка, скрабирование, обертывание, подводный душ массаж, фиточай

Продолжительность программы — 2,5 часа

Миостимуляция на аппарате Эсма — 3 процедуры по 60 мин

Подводный душ массаж — 5 процедур по 30 мин

Прессотерапия - 5 процедур по 20 мин

Физические нагрузки: ЛФК йога, пилатесс, стретчинг — 9 процедур

Прием специалиста — 2 прием

Проживание — 9 ночей

Питание — завтрак, обед, ужин (ежедневно)

Фитотерапия — 10 процедур

Теренкур (ежедневно)

Программа Детокс – терапия от 7 дней

Программа детокс терапии направлена на мягкое очищение организма от токсинов («ядов», которые попадают в организм через пищу, воду, бытовую химию и некачественную косметику, алкоголь и курение, загрязненную окружающую среду).

Основными результатами программы детокс-терапии являются: омоложение организма, стойкое снижение массы тела, нормализация уровня сахара в крови, повышение устойчивости организма к инфекциям, нормализация пищеварения, улучшение состояния кожи и волос.

Прием терапевта - 1 прием по 60 мин

Кедровая бочка - ежедневно по 15 мин

Ванна йодобромная - 3 процедуры по 20 мин

Ванна натрий хлоридная - 3 процедуры по 20 мин

Прессотерапия - 3 процедуры по 30 мин

Лимфодренажный массаж - 3 процедуры по 30 мин

Очистительная клизма - 3 процедуры

Магнитотерапия - 2 процедуры по 20 мин

Миостимуляция (Тонус-М) - 3 процедуры по 20 мин

Гидроколонотерапия - 1 процедура

Физические нагрузки: дыхательная гимнастика, ЛФК йога, пилатесс, стретчинг (ежедневно)

Питание: разгрузочно-диетическая терапия (ежедневно)

Пешие прогулки по живописной местности (ежедневно)

***Все процедуры строго по назначению врача**

Программа Тишина и спокойствие 7/10/14 дней

Полноценный отдых, наполненный приятными эмоциями, — универсальное лекарство.

Отсутствие спешки, чистый, лесной воздух — это заменит десятки приёмов всё у психотерапевта. Улучшить настроение и общее самочувствие; выровнять эмоциональный фон; повысить стрессоустойчивость; нормализовать артериальное давление сон; улучшение качество жизни.

Прием терапевта 1 раз

Сеанс психологической разгрузки (по 60 мин)

Физиотерапевтическое лечение Электросон

Физиотерапевтическое лечение Дарсонваль

Массаж воротниковой зоны (по 15 мин)

Физические нагрузки: ЛФК йога, пилатесс, стретчинг, дыхательная гимнастика (ежедневно)

Проживание (6 ночей/9 ночей / 13 ночей)

Питание: разгрузочно-диетическая терапия (ежедневно)

Стройное тело

Программа «Стройное тело» рассчитана на гостей с избыточной массой тела и женщин, желающих сбросить лишние килограммы. Методики лечебного голодания, в сочетании со специальными процедурами, позволят вам уменьшить вес, настроить организм на здоровое питание, улучшить работу внутренних органов, и конечно, стать красивее и стройнее.

Прием терапевта - 1 прием по 60 мин

Кедровая бочка - ежедневно по 15 мин

Ванна скипидарная - 3 процедуры по 20 мин

Ванна натрий хлоридная - 3 процедуры по 20 мин

Прессотерапия - 3 процедуры по 20 мин

ПДМ - 3 процедуры по 30 мин

Душ Виши - 3 процедуры по 30 мин

Магнитотерапия - 3 процедуры по 20 мин

Миостимуляция (Тонус-М) - 3 процедуры по 20 мин

Гидроколонотерапия - 1 процедура

Физические нагрузки: дыхательная гимнастика, ЛФК йога, пилатесс, стретчинг (ежедневно)

Питание: разгрузочно-диетическая терапия (ежедневно)

Пешие прогулки по живописной местности (ежедневно)