

SPATIUM

WELLNESS CENTER

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ЖИЗНЕННАЯ СИЛА

3, 5, 7, 10, 14
ДНЕЙ



ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА «ЖИЗНЕННАЯ СИЛА»

Антистрессовая программа для мужчин любых возрастов, направленная на глубокую психологическую и эмоциональную разгрузку, очищение, восстановление жизненной энергии и избавление от усталости.

Задача программы:

Снять напряжение и последствия стрессов, очистить организм от шлаков, восстановить жизненные силы и энергию, укрепить иммунитет, замедлить процесс старения организма.

Ожидаемый результат:

- Восстановление и укрепление нервной системы
- Прекрасное самочувствие
- Повышение физической активности
- Восстановление трудоспособности и прилив сил



SPATIUM
WELLNESS CENTER

НАША ПРОГРАММА ОБЛАДАЕТ РЯДОМ ПРЕИМУЩЕСТВ:

- Антистрессовая терапия и психологическое расслабление
- Качественный чек-ап, консультации врачей и специалистов
- Эффективный комплекс оздоровительных процедур
- насыщенная оздоровительно-досуговая инфраструктура
- Живописная природа, целебный воздух, сбалансированное питание и приятная атмосфера

SPATIUM

WELLNESS CENTER

Все процедуры проходят под контролем лечащего врача, замена процедур возможна только по медицинским показаниям.

Результат оздоровительной программы зависит от регулярного выполнения процедур, которые комплексно воздействуют на организм, выполняются в правильной очередности и длительности.

**ИССЛЕДОВАНИЯ,
НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ
ПРОХОЖДЕНИЯ
ПРОГРАММЫ:**

- **Общий анализ крови (при наличии)**
- **Электрокардиограмма (ЭКГ сердца) в течение месяца до заезда**

СОСТАВ ПРОГРАММЫ

количество дней

3 5 7 10 14

Прием врача	-	1	1	1	1
Консультация косметолога	1	1	1	1	1
Индивидуальная консультация специалиста по психосоматике	-	-	1	1	1
Консультация кинезиолога	-	1	1	1	1
Консультация нутрициолога	-	-	1	1	1
ЛАБОРАТОРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ					
Общий анализ крови	-	1	1	1	1
Биохимический анализ крови	-	1	1	1	1
Липидный профиль	-	1	1	1	1
Гликированный гемоглобин	-	1	1	1	1
Витамин Д, В6, В12	-	1	1	1	1
Ферритин, железо, трансферрин	-	1	1	1	1
Гормоны щитовидной железы	-	1	1	1	1
Zn, Mg	-	1	1	1	1
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ЛЕЧЕБНЫЙ ПЛАН					
Хаммам, кабина Райха					
Пилинг тела	1	1	1	1	1
Обёртывание Thalasso Bretagne	-	1	1	1	2
Чайная церемония после обёртывания	-	-	1	1	2
Обёртывание солевое с концентратом морского магния	1	1	1	2	3
Обёртывание пантовое	-	-	1	2	2
Сеанс сухого флоатинга	1	1	2	3	4
Массаж спины	-	-	2	2	3



SPATIUM

WELLNESS CENTER



ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРОХОЖДЕНИЮ КУРСА:

- инфекционные заболевания в активной фазе
- острый период хронического заболевания
- значительное нарушение жизненно важных функций
- активный рост злокачественных новообразований

СОСТАВ ПРОГРАММЫ

количество дней

3 5 7 10 14

Маска для лица (по типу кожи)	-	1	1	1	2
Прессотерапия	1	1	2	3	4
Миостимуляция	1	1	2	3	4
Массаж шейно-воротниковой зоны	-	-	1	2	3
Массаж общий лимфодренажный	1	1	1	2	3
Массаж головы	-	1	1	2	3
Жемчужная ванна с концентратом	-	-	1	2	2
ДОСУГ И ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ					
Ежедневный лечебный терренкур по живописным окрестностям заповедника (метод лечения дозированными восхождениями по размеченным маршрутам)					
Групповая утренняя гимнастика с элементами лечебной физкультуры и дыхательными упражнениями					
Групповое занятие фитболом					
Занятий йогой	1	1	3	4	6
Сеансы Арт-терапии, сеанс групповой звуковой терапии «Поющие тибетские чаши»					
Ежедневное сбалансированное питание					
Купание в подогреваемом бассейне					
ПРЕПАРАТЫ					
Ежедневный прием минеральной лечебной воды					