

ПРОГРАММА «ЭКСПРЕСС-ПОХУДЕНИЕ»

Интенсивный курс поможет быстро восстановить форму, очистить организм от шлаков и токсинов, похудеть и улучшить тонус мышц.

Что вам даст программа:

- комфортное снижения веса
- улучшение качества кожи
- персональные рекомендации врача по здоровому образу жизни

Программа рассчитана на 3 полных дня, но для большей эффективности Вы можете купить 2 программы или продлить программу на любое количество ночей, кратное трем.

За дополнительную плату Вы можете сдать комплекс анализов на гормоны, витамины, уровень сахара, тест на непереносимость глютена и другие. Результаты исследований Вы можете забрать в санатории или получить по электронной почте.

1 день:

- Биоимпедансометрия – мониторинг состава тела, определяет количество лишней жидкости и жировой массы в организме
- Консультация специалиста по здоровому образу жизни. Составление рекомендаций по питанию, физическим нагрузкам, процедурам по лицу и телу.
- Бассейн с минеральной водой, оснащенный противотоком и гидромассажем (60 мин)
- Ручной антицеллюлитный массаж (45 мин)
- Фитотерапия (ароматный травяной чай в сочетании с целебным фитобальзамом)
- Тренажерный зал (60 мин)
- Скандинавская ходьба (60 мин)

2 день:

- Скандинавская ходьба (60 мин)
- Тренажерный зал (60 мин)
- Бассейн с минеральной водой, оснащенный противотоком и гидромассажем (60 мин)
- Инфракрасная кабина
- Консультация косметолога. Составление списка рекомендаций по уходу за кожей
- Косметический уход за кожей лица: очищение, тонирующий массаж лица, увлажнение (30 мин)
- Миостимуляция (процедура направлена на быстрое сжигание избыточных килограммов жира без усилий всего за несколько сеансов, коррекция целлюлита) (20 мин)
- Фитотерапия (ароматный травяной чай в сочетании с целебным фитобальзамом)
- Скандинавская ходьба (60 мин)

3 день:

- Скандинавская ходьба (60 мин)
- Тренажерный зал (60 мин)
- Повторная биоимпедансометрия мониторинг состава тела, определяет количество лишней жидкости и жировой массы в организме
- Бассейн с минеральной водой, оснащенный противотоком и гидромассажем (60 мин)
- СПА-уход для тела: пилинг, минеральное обертывание, увлажнение кожи (60 мин)
- Миостимуляция (процедура направлена на быстрое сжигание избыточных килограммов жира без усилий всего за несколько сеансов, коррекция целлюлита) (20 мин)
- Фитотерапия (ароматный травяной чай в сочетании с целебным фитобальзамом)
- Скандинавская ходьба (60 мин)

Стоимость проживания по программе, в рублях в сутки

Категория номера	Стоимость койко-места	Стоимость при одноместном проживании	Стоимость при двухместном проживании
Стандарт одноместный улучшенный	-	3 850	-
Стандарт двухместный / трехместный	2 800	-	5 600
Люкс	3 450	5 150	6 900
Апартаменты	3 050	-	6 100

Минимальный срок проживания 4 дня / 3 ночи. В стоимость программы включено: проживание в номере выбранной категории, 3-разовое питание «шведский стол» (завтрак, обед, ужин), перечисленные по программе процедуры.