



GREEN HOUSE
Detox & SPA Hotel



Подтверждение бронирования (договор)

GREEN HOUSE Detox & SPA Hotel предлагает 25 номеров. Все номера оснащены комфортабельной мебелью, центральной системой отопления, кондиционерами, телевизорами, индивидуальными сейфами, интернетом, душевой кабиной.

Инфраструктура отеля включает в себя: SPA-центр «Nautilus Wellness», салон красоты «Nautilus Beauty», термальный комплекс «Nautilus»,

ресторан "GREEN GARDEN", терраса, летний бассейн, тренажерный зал, автостоянка с круглосуточным видеонаблюдением, трансфер на пляж с 1 июня по 30 сентября.



O³ = Очищение-Омоложение-Оздоровление

Программа направлена на выведение из клеток организма шлаков и токсинов. Научно-обоснованный комплекс оздоровительных процедур, направленных на очищение клетки и межклеточного пространства без применения лекарственных средств.

1. **ЧТО ПРОИСХОДИТ:** Улучшается работа органов и систем организма, восстанавливаются защитные функции, снимаются симптомы хронических заболеваний. Запускаются естественные процессы омоложения клеток организма.
2. **ВЫ ПОЛУЧИТЕ:** По результатам прохождения программы появляется ощущение легкости и чистоты организма. Нормализуется вес и работа сердечно-сосудистой системы, улучшается внешний вид.

Beauty tour

Beauty tour для тех, кто ценит себя и своё время и не может позволить себе длительные походы в салон, а также хочет совместить великолепные процедуры с отдыхом и новыми впечатлениями, приглашаем на бьюти - туры в Сочи в отель Green House Hotel Detox&SPA! Преимущество тура в его интенсивности и быстром получении результата под наблюдением опытного косметолога. Посвятите время себе и своей красоте!

В ресурсе

Тотальная перезагрузка и вход в ресурсное состояние

Всего за 6 дней вы полностью очистите организм, восстановите здоровье, проработаете психологические барьеры, отдохнете и создадите четкий план действий на будущее.



Для кого: Программа для предпринимателей, руководителей, топ-менеджеров.

Как достигается эффект: Сочетание эффективных методов восстановления на 3-х уровнях: телесный, энергетический, психологический.

Результат: возвращение к качественному восприятию окружающего мира, ощущение полноты и гармонии жизни.

Лечебный голод

Под ежедневным контролем врача гастроэнтеролога, колопроктолога с 20-летним стажем Павлюка Андрея Юрьевича.

Один из самых эффективных методов профилактики и лечения многих заболеваний.

1. **ЧТО ПРОИСХОДИТ:** Голод – это стресс для человека. В ответ на стресс организм мобилизуется за счет усиленного выделения гормонов, происходит своего рода гормональный «взрыв». У человека обостряются все органы чувств. Это подобно перезагрузке всех систем организма. Происходит обновление, очищение и омоложение всех клеточных структур нашего тела. В первую очередь утилизируются больные, старые и слабые клетки. На голодании иммунная система работает более эффективно. Естественно, что сроки голодания следует подбирать индивидуально для каждого. Слишком длительный голод без наблюдения врача может стать опасным.
2. **ВЫ ПОЛУЧИТЕ:** После прохождения программы Вы почувствуете прилив сил и жизненной энергии! Это не удивительно, потому что происходит мощное выведение шлаков и токсинов на клеточном уровне.

Релакс

Антистрессовая программа предназначена для людей, живущих в мегаполисах, находящихся в длительном нервном и умственном напряжении, стрессе или испытывающих синдром хронической усталости, а также, для желающих восстановить спокойствие и обрести гармонию души и тела. Состояние нервной системы связано с факторами внешней среды и образом жизни человека.

1. **ЧТО ПРОИСХОДИТ:** Сочетание оздоровительных и SPA-процедур, в совокупности с природными факторами, климатической зоной, духовными практиками, тренирующими дозированными нагрузками, позволяет добиться расслабления органов и систем, снять психологическое напряжение, устранить синдром хронической усталости, чувство тревоги, апатии к жизни. Снимается раздражение нервной системы, напряжение в организме и чувство усталости, нормализуется сон, появляется состояние внутреннего равновесия и покоя.
2. **ВЫ ПОЛУЧИТЕ:** Результатом прохождения курса является возвращение к качественному восприятию окружающего мира, ощущение полноты и гармонии жизни.

Фитнес

Детокс-программа «Фитнес» — это очищение организма, восстановление внутреннего баланса, развитие физической и духовной формы, обретение полезных привычек.

Хотим мы того, или нет, у нас постоянно образовывается что-нибудь ненужное, будь то лишние килограммы, болезненные ощущения или вездесущие токсины, с которыми постоянно борется весь цивилизованный мир.

Токсины берутся из низкокачественной воды и еды, неорганической косметики и бытовой химии, лекарств, синтетики и, конечно же, из окружающей среды больших городов.



Болезненные ощущения, особенно в шейном и поясничном отделах появляются от сидячего образа жизни и нарушений двигательной функции.

А лишний вес образовывается от малоподвижного образа жизни, переедания на фоне физической и духовной усталости.

Программа SPA-процедур, кинезитерапия, остеопатия, полезное питание и терренкуры помогут обрести внутреннюю гармонию, улучшить самочувствие и внешний вид, наполнят яркими эмоциями и впечатлениями!

По результатам прохождения программы Ваша форма станет более здоровой и подтянутой, разум отдохнувшим, а состояние ресурсным!

Эффекты:

- Избавление от лишних килограммов
- Улучшение состояние опорно-двигательного аппарат
- Восстановление физической и духовной формы
- Восстановление позитивного гормонального фона
- Очищение разума и тела от токсинов
- Обретение полезных привычки в питании
- Вход в ресурсное состояние

Состав программ:

Проживание в комфортабельном номере выбранной категории		
Диетическое питание	3-х разовое питание для очищения организма от токсинов. В результате вы укрепите иммунитет, обретете запас сил и энергии.	
Детокс-бар	Кислородный коктейль, фито-чай, минеральная вода Пластунская. Хлорелла (Имеются противопоказания, перед употреблением необходимо проконсультироваться со своим лечащим врачом).	
«Соляной пляж»	Способствует насыщению крови кислородом, укреплению иммунитета, обновлению кожи, улучшается структура волос, повышается способность организма к регенерации, снимается воспаление легочной ткани, препятствует развитию патологических изменений в органах дыхания, ускоряется метаболизм.	45 мин
Душ Виши	Улучшается кислородный обмен и кровообращение, расслабляются мышцы спины и шеи, улучшается сон, повышается секреторная функция желез, «запускаются» иммунные процессы, помогает расщеплению жировых отложений, улучшается психоэмоциональное состояние	20 мин
Гидро/аэромассаж+хромотерапия	Восстанавливается водный баланс в тканях, стимулируется работа внутренних органов, улучшается обмен веществ, повышается тонус кожи и мышц, улучшается структура и цвет кожи, клетки насыщаются кислородом, снижается рефлекторная возбудимость	10 мин
Коллагенарий	Активизирует обмен веществ, улучшает структуру кожи, происходит глубокое питание и гидратация кожных покровов на клеточном уровне, выравнивается тон кожи и избавляет от различных высыпаний, гиперпигментации, очищает и сужает поры, выравнивает целлюлит.	От 3 до 7 мин
Пакет процедур по выбранной программе : консультации, массажи, спа-уходы и другие.		



Пакеты Релакс/Очищение-Омоложение-Оздоровление/Фитнес/В ресурсе/Beauty tour
(количество процедур зависит от количества забронированных ночей)

Не забудьте взять с собой:

- Паспорт
- Спортивную форму, обувь и рюкзак для занятий в зале и для терренкуров (если данные услуги включены в Вашу программу)
- Купальник (плавки) и банные принадлежности, если в программу у вас включен термальный-комплекс и гидромассажная зона.

Обратите внимание:

- Отмена, замена или перенос времени оказания услуг (процедур) в рамках забронированной программы пребывания, осуществляется только при наличии медицинских противопоказаний к данным услугам, подтвержденных специалистом, оказывающим данную услугу, а также при наличии независимых от обеих сторон обстоятельствах непреодолимой силы.

- Просьба строго соблюдать время посещения процедур! Опоздание на процедуры не по вине отеля будет компенсироваться за счет Вашего времени.

- Организации питания в рамках детокс-программ в нашем отеле уделяется особое внимание, так как оно строится на основных принципах рационального питания, придерживаясь которого, Вы не будете испытывать чувства голода. Суточная энергетическая ценность 1 100 - 1 300 Ккал.

Внимание! Рекомендуем перед поездкой в отель хотя бы за несколько недель сократить количество употребляемой пищи (в случае если Вы переедаете дома). Эта мера поможет избежать резкого изменения рациона питания. Таким образом Вы подготовите свой организм и программа для Вас при этом будет эффективней! По данному вопросу Вы всегда можете предварительно проконсультироваться по телефону или в режиме электронной переписки с координатором детокс-программ.

Подчеркиваем, что в отеле НЕ практикуются особые/авторские диеты, индивидуальное питание не разрабатывается. Исключение составляет пищевая аллергия, информацию о которой Вам необходимо указать в анкете

*Прием нутрициолога отеля Green House Detox&SPA осуществляется за дополнительную плату (если услуга не включена в программу)

- Отель не несёт ответственности за несоответствие предоставленных услуг субъективным ожиданиям Гостя.

- Отель не несет ответственности за несоблюдение рекомендаций, данных специалистами в рамках программы и предусмотренные курсом, а именно игнорирование медицинских показателей (сокрытие противопоказаний), нарушение режима диетического питания, употребление алкоголя и злоупотребление табакокурением, нарушение режима дня, избыток физических нагрузок, игнорирование плохого самочувствия при прохождении программы.





GREEN HOUSE

Detox & SPA Hotel

Противопоказания к процедурам			
Мацеста	Аппаратная косметология	Мониторное очищение кишечника	Тюбаж
Программа	Программы:	Программы:	Программа: О³
Гормон молодости	О³/ Beauty tour	О³/ Лечебный голод	
Все заболевания в острой стадии и стадии обострения	Кардиологические заболевания	Серьезные сердечно-сосудистые заболевания	Заболевания желудка и двенадцатиперстной кишки;
Туберкулез	Высокое давление	Миома матки	Сахарный диабет
Дефекты кожных покровов (раны, язвенные поражения)	Наличие кардиостимулятора	Холецистит	
Подозрения на онкологическую патологию	Острые воспаления	Почечная недостаточность	Беременность и грудное вскармливание
Заболевания печени и почек, сопровождающиеся почечной и печеночной недостаточностью	Пластиковые импланты или импланты с искусственным наполнением	Послеоперационный период	Следует отложить процедуру при ухудшении самочувствия, повышении температуры, появлении симптомов простуды, гриппа.
Заболевания крови	Глубокий тромбоз вен	Беременность на любом сроке	
Доброкачественные новообразования любой локализации	Онкологические заболевания	Мокнувший лишай	
Мочекаменная болезнь	Болезни, приводящие к кровоизлиянию, травмы или кровотечения	Цирроз печени	Болезни внутренних органов, приобретенных хроническую форму
Желчекаменная болезнь	Беременность	Кишечная непроходимость в результате спаек	
Эпилепсия	Астма	Свищи прямой кишки	
Бронхиальная астма	Наличие внутренних металлических протезов (включая зубы)	Геморрой	
Нарушения сердечного ритма	Воспаление или опухоль кожи	Раны на слизистой оболочке кишечника	
Стенокардия напряжения III ФК	Расстройства иммунной системы	Аневризма аорты	
Острые инфекционные заболевания	Онемение или невосприимчивость к теплу	Анемия	
Частые гипертонические кризы			

Будем рады видеть Вас в числе наших гостей!