

# SPATIUM

WELLNESS CENTER

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ  
ПРОГРАММА

ЖИЗНЕННАЯ СИЛА

7, 10, 14 ДНЕЙ

A photograph showing a person lying on their back, receiving a massage. The person's head is turned to the left. The hands of the masseuse are visible, applying pressure to the person's back and shoulder. In the background, there are spa-related items: a black lid, a wooden bowl with a lit candle, and a tray with various items like sticks and small containers.

# 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

7 10 14  
дней дней дней

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



### ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРОХОЖДЕНИЮ КУРСА:

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

## СОСТАВ ПРОГРАММЫ

7 10 14  
дней дней дней

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| Сеанс сухого флоатинга  | 2 | 3 | 4 |
| Массаж спины  | 2 | 2 | 3 |
| Маска для лица (по типу кожи)   | 1 | 1 | 2 |
| Прессотерапия   | 2 | 3 | 4 |
| Миостимуляция   | 2 | 3 | 4 |
| Массаж шейно-воротниковой зоны  | 1 | 2 | 3 |
| Массаж общий лимфодренажный   | 1 | 2 | 3 |
| Массаж головы   | 1 | 2 | 3 |
| Жемчужная ванна с концентратом  | 1 | 2 | 2 |
| <b>ДОСУГ И ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ</b>  |   |   |   |
| 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  |   |   |   |
| Занятия йогой   | 3 | 4 | 6 |
| Сеансы Арт-терапии, сеанс групповой звуковой терапии «Поющие тибетские чаши»  |   |   |   |
| Ежедневное сбалансированное питание   |   |   |   |
| Купание в бассейне  |   |   |   |
| <b>ПРЕПАРАТЫ</b>  |   |   |   |
| Ежедневный прием минеральной лечебной воды  |   |   |   |