

Программа 2

Антистресс

Восстановление ментального здоровья, улучшение качества сна, формирование устойчивости к стрессам и к внешним раздражителям.



Программа на 5 дней:

1 день

- ☑ Заезд 15:00
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Массажный уход спины (релакс) 30 минут
 - ☑ Консультация врача ОВП
 - ☑ Регистрация ЭКГ
-

2 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Молочная ванна с успокоительным эффектом 20 минут
 - ☑ Ритуал «Ханакасуми» 60 минут
 - ☑ Медицинский массаж лица 3 ЕД
 - ☑ Травяной чай
 - ☑ Прогулка на свежем воздухе по местам города Петергофа
-

3 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
- ☑ Аква-центр
- ☑ Молочная ванна с успокоительным эффектом 20 минут



- ☑ Стоун - массажный уход 30 минут
 - ☑ Косметический уход по лицу
-

4 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Молочная ванна с успокоительным эффектом
 - ☑ Подводный душ массаж 30 минут
 - ☑ Кислородотерапия
 - ☑ Травяной чай
-

5 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
- ☑ Аква-центр
- ☑ Консультация врача ОП
- ☑ Молочная ванна с успокоительным эффектом 20 минут
- ☑ Медицинский массаж лица 3 ЕД
- ☑ Выезд

* После консультации врача возможна коррекция в процедурах, так как имеются противопоказания.

* Программа может быть дополнена процедурами, по рекомендации ведущего врача.



Программа на 7 дней:

1 день

- ☑ Заезд 15:00
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Массажный уход спины 30 минут
 - ☑ Консультация врача ОП
 - ☑ Регистрация ЭКГ с ее интерпретацией
-

2 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Молочная ванна с успокоительным эффектом 20 минут
 - ☑ Ритуал «Ханакасуми» 60 минут
 - ☑ Медицинский массаж лица 3 ЕД
 - ☑ Травяной чай
 - ☑ Прогулка на свежем воздухе по местам города Петергофа
-

3 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Молочная ванна с успокоительным эффектом 20 минут
 - ☑ Стоун - массажный уход 30 минут
 - ☑ Косметический уход по лицу
-

4 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
- ☑ Аква-центр



- ☑ Молочная ванна с успокоительным эффектом
 - ☑ Подводный душ массаж 30 минут
 - ☑ Кислородотерапия
 - ☑ Травяной чай
-

5 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Молочная ванна с успокоительным эффектом 20 минут
 - ☑ Медицинский массаж тела 3 ЕД
 - ☑ Медицинский массаж лица 3 ЕД
 - ☑ Прогулка на свежем воздухе по местам города Петергофа
-

6 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Стоун-массаж 30 минут
 - ☑ Косметический уход по лицу
 - ☑ Кислородотерапия
 - ☑ Травяной чай
-

7 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
- ☑ Аква-центр
- ☑ Консультация врача ОП
- ☑ Обёртывание «Шоколадное наслаждение» 60 минут
- ☑ Выезд

* После консультации врача возможна коррекция в процедурах, так как имеются противопоказания.

* Программа может быть дополнена процедурами, по рекомендации ведущего врача.

