

EDEM CLINIC

UKRAINE

ПРОГРАМА «FITHEALTH» 7 днів

Складається з найбільш ефективних провідних фітнес-методик, поєднуючи в собі тільки краще і випробуване, що має наукову основу в досягненні результативності, з послідовним вивченням та розумінням процесу тренувань. Програма включає в себе поглиблений медичний підхід з аргументованим обстеженням, а саме ультразвукову діагностику, повний спектральний аналіз гормонального фону та їх співвідношення в організмі, консультацію лікаря, спортивне тестування на провідному обладнанні.

Програма забезпечить більш чітке розуміння, навички самостійного контролю та самодисципліни в підході до процесу тренування, процесу збалансованого харчування, що сприяє нормалізації ваги, відновлення енергетичного стану.

Діагностика:

Кількість процедур:

▪ Кардіопульмональний тест (визначення порогу анаеробного/аеробного обміну, фітнес-тренуваності)	1
▪ УЗД серця	1
▪ Електрокардіограма	1
▪ Визначення основного (базального) обміну речовин в стані спокою	1
▪ Консультація лікаря (первинна, заключна, динамічне спостереження, інтерпретація додаткових методів обстеження та консультаційна підтримка лікарем)	1
▪ Консультація дієтолога зі складанням розкладу індивідуального плану харчування	1
▪ Аналіз складу тіла InBody 770 (56 параметрів)	2
▪ Лабораторний скринінг організму Едем: аналіз білкового обміну, маркери запалення, печінкові та ниркові проби, дефіцитні стани	1
▪ Комплексне УЗД органів (печінка, жовчний міхур, жовчні протоки, підшлункова залоза, селезінка, нирки, сечовий міхур, наднирники, щитовидна залоза)	1
▪ УЗД вимірювання вісцерального жиру	1

Процедури:

▪ Персональні тренування за спеціально розробленими методиками лікарів-реабілітологів	6
▪ Ранкові заняття в групах (Circular Yoga Dance, Аквааеробіка, Power Balance, Body Tonic, Біг, Скандинавська хода)	7
▪ Спортивно-тонізуючий масаж різних груп м'язів під час тренування	6
▪ Гідро-, фіто-, ароматерапія (мінеральні спортивно-відновлюючі ванни: спортивна та сірчана)	6
▪ Грязе-, фітолікування з флоатінгом	2
▪ Енергетичний гідромасаж (душ Шарко-спорт)	6
▪ Масаж волосної частини голови та шийно-комірцевої зони	1
▪ Масаж живота (поєднання мануальних, апаратних та контрастних технік)	1
▪ Сполучнотканинний масаж	1
▪ Нутрицевтичне супроводження (адаптогени, вітаміни, амінокислотні суміші)	7
▪ Користування SPA-зоною (басейн, тренажерний зал, римська сауна, російська лазня, фінська сауна, крісла хамам, гідромасажний міні-басейн, швейцарський душ (циркулярний), доріжка Кнейпа, льодовий фонтан, фітобар)	7
▪ Індивідуальний підбір мінеральних вод згідно із клінічним станом та дефіцитними станами	
▪ Детокс фітотерапія	
▪ Харчування за типом Healthy Life	7
▪ Відсутність плаваючого тарифу на проживання	

Примітки:

- У вартість програми не включена вартість проживання.

**Загальна вартість інвестицій у ваше здоров'я:
94 440 ГРН**

#edemyouself #edemclinic #detoxofmind